



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

***EFEKTIVITAS TERAPI QUR'AN DENGAN TEKNIK
SELF TALK UNTUK MENGATASI INSECURE PADA
PENDERITA SKOLIOSIS DI KABUPATEN JOMBANG***

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,
Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu
Sosial (S.Sos)

**Oleh :
Desi Ayu Kurnia
04040321107**

**Dosen Pembimbing 1:
Dr. Arif Ainur Rofiq, S. Sos.I, S.Pd., M. Pd, Kons.
197708082007101004**

**Dosen Pembimbing II:
Dra. Faizah Noer Laela, M. Si
196012111992032001**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
2024**

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Desi Ayu Kurnia
NIM : 04040321107
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul ***Efektivitas Terapi Qur'an dengan Teknik Self Talk untuk Mengatasi Insecure Pada Penderita Skoliosis di Kabupaten Jombang*** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda rujukan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya terima dari skripsi tersebut.

Surabaya, 31 Desember 2024
Yang membuat pernyataan,



Desi Ayu Kurnia
NIM. 04040321107

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Desi Ayu Kurnia
NIM : 04040321107
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Efektivitas Terapi Qur'an dengan Teknik *Self Talk*
Skripsi : Untuk Mengatasi *Insecure* pada Penderita
Skoliosis di Kabupaten Jombang

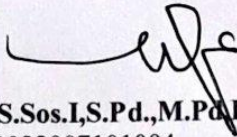
Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 31 Desember 2024

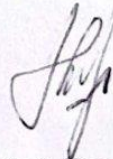
Menyetujui,

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I,S.Pd.,M.Pd.Kons.
NIP. 197708082007101004



Dra. Faizah Noer Laela, M. Si
NIP. 196012111992032001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

EFEKTIVITAS TERAPI QUR'AN DENGAN TEKNIK *SELF TALK* UNTUK MENGATASI *INSECURE* PADA PENDERITA SKOLIOSIS DI KABUPATEN JOMBANG

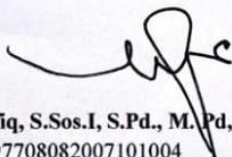
SKRIPSI

Disusun Oleh
Desi Ayu Kurnia
NIM. 04040321107

telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal 7 Januari 2025

Tim Penguji

Penguji I



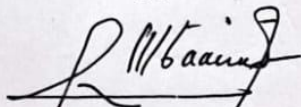
Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I, S.Pd., M. Pd, Kons.
NIP. 197708082007101004

Penguji II



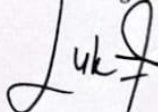
Dra. Faizah Noer Laela, M.Si
NIP. 196012111992032001

Penguji III



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I.
NIP. 196303031992032002

Penguji IV



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197311212005011002

Sorabaya, 1 Januari 2025

Dekan,



Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag. M. Fil.I.
NIP. 197110171998031001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Desi Ayu Kurnia
NIM : 04040321107
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : cciiiiaak21@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**EFEKTIVITAS TERAPI QUR'AN DENGAN TEKNIK *SELF TALK* UNTUK
MENGATASI *INSECURE* PADA PENDERITA SKOLIOSIS DI KABUPATEN
JOMBANG**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 September 2025

Penulis



(Desi Ayu Kurnia)

ABSTRAK

Desi Ayu Kurnia, NIM.04040321107, 2024. *Efektivitas Terapi Qur'an dengan Teknik Self Talk dalam Mengatasi Rasa Insecure pada Penderita Skoliosis di Kabupaten Jombang*

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas Terapi Qur'an dengan Teknik *Self Talk* dalam mengatasi rasa insecure pada penderita skoliosis di Kabupaten Jombang. Konseli adalah seorang mahasiswa yang mengalami insecure akibat kondisi skoliosis yang memengaruhi penampilan fisiknya. Rasa insecure ini menyebabkan konseli merasa rendah diri, cemas, dan sulit bersosialisasi dengan orang lain.

Penelitian menggunakan pendekatan Single Subject Research (SSR) dengan desain A-B-A. Terapi Qur'an dengan Teknik *Self Talk* membantu konseli mengganti pikiran negatif dengan afirmasi positif berbasis ayat Al-Qur'an. Hasil analisis data menunjukkan perubahan signifikan pada tingkat insecure konseli. Pada tahap Baseline 1 → intervensi tidak terjadi perubahan ($3-3 = 0$), namun pada intervensi → Baseline 2 terjadi perubahan positif ($3-2 = +1$). Analisis antar kondisi menunjukkan hasil 0% overlap, yang mengindikasikan penurunan rasa insecure secara signifikan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Terapi Qur'an dengan Teknik *Self Talk* dapat menjadi intervensi yang efektif untuk mengatasi rasa insecure pada penderita skoliosis. Temuan ini memberikan dasar bagi pengembangan terapi berbasis spiritual untuk membantu individu dengan masalah serupa agar lebih percaya diri dan mampu menghadapi tantangan sosial.

Kata Kunci: *Terapi Qur'an dengan Teknik Self Talk, Insecure, Skoliosis*

ABSRTACT

Desi Ayu Kurnia, NIM.04040321107, 2024. Effectiveness *Qur'an Therapy with Self Talk Technique in Overcoming Feelings of Insecurity in Scoliosis Sufferers in Jombang Regency*

This study aims to test the effectiveness Qur'an Therapy with *Self Talk Technique* in overcoming insecurity in scoliosis sufferers in Jombang Regency. The client is a student who experiences insecurity due to scoliosis which affects his physical appearance. This insecurity causes the client to feel inferior, anxious, and have difficulty socializing with others.

The research used the Single Subject Research (SSR) approach with ABA design. Qur'an Therapy with *Self Talk Technique* help clients replace negative thoughts with positive affirmations based on Al-Qur'an verses. The results of data analysis showed significant changes in the level of client insecurity. At the Baseline 1 → intervention stage there was no change ($3-3 = 0$), but at the intervention → Baseline 2 there was a positive change ($3-2 = +1$). Analysis between conditions showed a 0% overlap result, indicating a significant decrease in feelings of insecurity.

The results of this study indicate that Qur'an Therapy with *Self Talk Technique* can be an effective intervention to overcome feelings of insecurity in people with scoliosis. These findings provide a basis for the development of spiritual-based therapies to help individuals with similar problems become more confident and able to face social challenges.

Keywords: *Qur'an Therapy with Self Talk Technique, Insecure, Scoliosis*

خلاصة

ديسي أبو كورنيا، NIM.04040321107، 2024. الفعالية العلاج بالقرآن بتقنية الحديث مع النفس في التغلب على مشاعر عدم الأمان لدى مرضى الجنف في منطقة جومبانج

ويهدف هذا البحث إلى اختبار الفعالية العلاج بالقرآن بتقنية الحديث مع النفس في التغلب على مشاعر عدم الأمان لدى مرضى الجنف في منطقة جومبانج. المستشار هو طالب يعاني من عدم الأمان بسبب الجنف الذي يؤثر على مظهره الجسدي. يؤدي هذا الشعور بعدم الأمان إلى شعور العملاء بتدني احترام الذات والقلق وصعوبة التواصل الاجتماعي مع الآخرين.

يستخدم البحث منهج البحث في موضوع واحد (SSR) مع تصميم ABA. العلاج بالقرآن بتقنية الحديث مع النفس مساعدة العملاء على استبدال الأفكار السلبية بتأكيدات إيجابية مبنية على آيات من القرآن الكريم. أظهرت نتائج تحليل البيانات تغيرات كبيرة في مستوى عدم الأمان لدى المستشار. في مرحلة التدخل ← خط الأساس 1 لم يكن هناك تغيير ($0 = 3-3$)، ولكن في مرحلة التدخل ← خط الأساس 2 كان هناك تغيير إيجابي ($1+ = 2-3$). وأظهر التحليل بين الظروف نتائج متداخلة بنسبة 0%، مما يشير إلى انخفاض كبير في مشاعر عدم الأمان.

نتائج هذا البحث تظهر ذلك العلاج بالقرآن بتقنية الحديث مع النفس يمكن أن يكون تدخلاً فعالاً للتغلب على مشاعر عدم الأمان لدى مرضى الجنف. توفر هذه النتائج أساساً لتطوير علاجات روحانية لمساعدة الأفراد الذين يعانون من مشاكل مماثلة على أن يصبحوا أكثر ثقة بالنفس وقدرة على مواجهة التحديات الاجتماعية.

الكلمات الرئيسية: العلاج بالقرآن بتقنية الحديث مع النفس غير آمن، الجنف

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING..... Error!

Bookmark not defined.

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI Error! Bookmark not defined.

MOTTO DAN PERSEMBAHANiv

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI v

ABSTRAK.....vi

ABSRTACTvii

خلاصةviii

KATA PENGANTARix

PEDOMAN PENULISAN TRANSLITERASI.....xi

DAFTAR ISIxiii

DAFTAR TABEL.....xv

DAFTAR GRAFIKxvii

BAB I..... 1

A. Latar Belakang Masalah.....1

B. Rumusan Masalah11

C. Tujuan Penelitian11

D. Manfaat Penelitian11

E. Definsi Operasional12

F. Hipotesis Penelitian13

G. Sistematika Pembahasan.....14

BAB II.....16

A. Kajian Teori.....16

B. Kajian Perspektif Dakwah Islam	37
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan	39
BAB III	45
A. Pendekatan dan Jenis Pendekatan	45
B. Lokasi Penelitian	46
C. Variabel dan Indikator Penelitian	47
D. Teknik Pengumpulan Data	48
E. Teknik Analisis Data	50
BAB IV	52
A. Gambaran umum objek penelitian	52
B. Penyajian Data	58
C. Pengujian Hipotesis	80
D. Pembahasan Hasil Penelitian	101
1. Perspektif Teoritis	101
2. Perspektif Keislaman	102
BAB V	105
A. Kesimpulan	105
B. Saran	106
C. Keterbatasan Penelitian	106
DAFTAR PUSTAKA	108
LAMPIRAN	1

DAFTAR TABEL

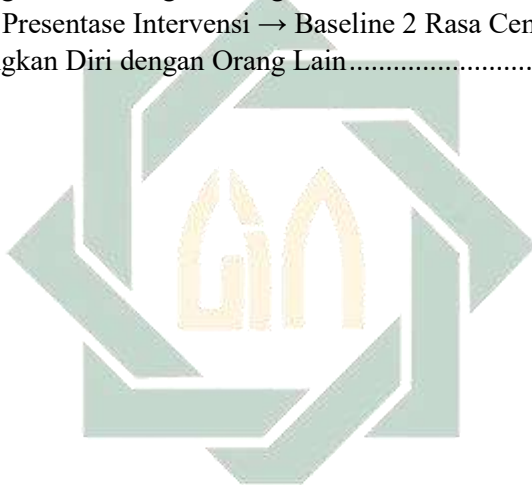
Tabel 4.1 Data Skor Keseluruhan Perilaku Insecure Diagnosa (Baseline 1).....	61
Tabel 4.2 Data Skor Keseluruhan Perilaku Insecure (Intervensi)	71
Tabel 4.3 Data Skor Keseluruhan Perilaku Insecure Diagnosa (Baseline 2).....	75
Tabel 4.4 Hasil Data Perubahan Perilaku Intensitas Kesulitan dalam Bersosialisasi	77
Tabel 4.5 5 Hasil Data Perubahan Persepsi Rendah Terhadap Diri Sendiri	78
Tabel 4.6 Hasil Data Perubahan rasa cemas serta sikap membandingkan diri dengan Orang Lain	78
Tabel 4.7 Kecenderungan Stabilitas Kesulitan dalam Menjalin Sosialisasi	85
Tabel 4.8 Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri	87
Tabel 4.9 Cemas dan Perilaku Membandingkan Diri dengan Orang Lain.....	88
Tabel 4.10 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Kesulitan dalam Bersosialisasi	89
Tabel 4.11 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Adanya Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri.....	90
Tabel 4.12 Data Level Stabilitas dan Rentang Rasa cemas dan perilaku membandingkan diri dengan orang lain	90
Tabel 4.13 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Kesulitan dalam bersosialisasi	90
Tabel 4.14 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi Perilaku Kesulitan dalam Bersosialisasi	90
Tabel 4.15 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi Perilaku Persepsi rendah terhadap diri sendiri	91
Tabel 4.16 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi Rasa Cemas Dan Perilaku Membandingkan Diri Dengan Orang Lain.....	92

Tabel 4.17 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Perilaku Kesulitan Dalam Menjalين Sosialisasi	93
Tabel 4.18 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri	93
Tabel 4.19 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Rasa Cemas Dan Perilaku Membandingkan Diri Dengan Orang Lain	93
Tabel 4.20 Data Perubahan Level Kesulitan dalam Menjalين Sosialisasi	94
Tabel 4.21 Data Perubahan Level Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri	94
Tabel 4.22 Data Perubahan Level Rasa Cemas dan Perilaku Membandingkan Diri dengan Orang Lain	94
Tabel 4.23 Presentase Overlap Baseline 1 → Intervensi Kesulitan dalam Menjalين Sosialisasi	95
Tabel 4.24 Presentase Intervensi → Baseline 2 Kesulitan dalam Menjalين Sosialisasi	96
Tabel 4.25 Presentase Overlap Intervensi → Baseline 2 Kesulitan dalam Menjalين Sosialisasi	96
Tabel 4.26 Presentase Overlap Baseline 1 → Intervensi Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri	97
Tabel 4.27 Presentase Baseline 1 → Intervensi Rasa Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain	98
Tabel 4.28 Presentase Intervensi → Baseline 2 Rasa Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain	99
Tabel 4.29 Analisis Visual Antar Kondisi Kesulitan dalam Menjalين Sosial	99
Tabel 4.30 Tabel Analisis Visual Antar Kondisi Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri	100
Tabel 4.31 Tabel 4.34 Analisis Visual Antar Kondisi Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain	100

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Skor Keseluruhan Perilaku Insecure Diagnosa (Baseline 1).....	62
Grafik 4.2 Skor Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri.....	62
Grafik 4.3 Skor Cemas dan Suka Membandingkan Diri dengan Yang Lain.....	63
Grafik 4.4 Skor Kesulitan dalam Menjalिन Sosialisasi.....	72
Grafik 4.5 Skor Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri.....	72
Grafik 4.6 Skor Cemas dan suka membandingkan diri dengan yang lain	73
Grafik 4.7 Skor Keseluruhan Perilaku Insecure Diagnosa (Baseline 2).....	76
Grafik 4.8 Skor Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri.....	76
Grafik 4.9 Cemas dan suka membandingkan Diri dengan Orang Lain	76
Grafik 4.10 Perubahan Intensitas Kesulitan dalam Menjalिन Sosialisasi Sesi 1-11	79
Grafik 4.11 Perubahan Adanya Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri Sesi 1-11	79
Grafik 4.12 Perubahan Rasa Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain Sesi 1-11	80
Grafik 4.13 Perubahan Intensitas Kesulitan dalam Menjalिन Sosialisasi Sesi 1-11	81
Grafik 4.14 Perubahan Adanya Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri Sesi 1-11	82
Grafik 4.15 Perubahan Rasa Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain Sesi 1-11	82
Grafik 4.16 Presentase Baseline 1 → Intervensi Kesulitan dalam Menjalिन Sosialisasi.....	95
Grafik 4.17 Presentase Baseline 1 → Intervensi Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri	97

Grafik 4.18 Presentase Overlap Intervensi → Baseline 2 Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri.....	97
Grafik 4.19 Presentase Overlap Presentase Intervensi → Baseline 2 Persepsi Rendah Terhadap Penghargaan Diri.....	98
Grafik 4.20 Presentase Baseline 1 → Intervensi Rasa Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain.....	98
Grafik 4.21 Presentase Intervensi → Baseline 2 Rasa Cemas dan Membandingkan Diri dengan Orang Lain.....	99



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abd, Daim Al-Kaheel. *Lantunan Qur'an Untuk Penyembuhan*. Edited by Elis Widayanti. Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2012.
- Abidah, Isna Maulida, and Effy Wardati Maryam. "Intensitas Penggunaan Media Sosial, Loneliness, Dan Insecure Pada Remaja." *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 11, no. 1 (2024): 193–210.
- Akbar, Muhammad Fauzan, Ujang Rohman, Shalahudin Ismail, Nabila Sevensenia Putri Utami, and Selvina Elsyafitri. "Resiliensi Psikologis Dalam Cobaan: Kajian Dari Surat Al-Baqarah Ayat 286 Dan Implikasinya Dalam Kehidupan." *Journal of Psychology Students* 3, no. 1 (2024): 1–12.
- Al-Kaheel, Abdel Daem. *Pengobatan Qur'ani*. Jakarta: Bumi Aksara, 2015.
- Amrudin, Roni Priyanda, Tri Siwi Agustina, and Nyoman Sri Ariantini. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Edited by Fatma Sukmawati. Sukaharjo: Penerbit Pradina Pustaka, 2022.
- Andriani, Nuryah Vika, Nurul Suharti, and Mohammad Mualim. "Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Perspektif Qs. Ali Imran Ayat 139 (Studi Kitab Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab)." *At-Taisir: Journal of Indonesian Tafsir Studies* 03, no. 2 (2023): 12.
- Apriyeni, Emira, and Helena Patricia. "Terapi Murottal Al-Qur'an Berpengaruh Terhadap Stres Perawat Pada Masa Pandemi." *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* 9, no. 3 (2021): 523–528.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/7711>.
- Arnianti. "Teori Perkembangan Psikoanalisis." *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 1, no. September 2021 (2021): 1–13.
- Aulia, I, and N Nurjannah. "Teori Klasik Dan Kontemporer: REBT (Rational Emotif Behavior Therapy) Hingga Positive Self Talk Tinjauan Islam." *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan*,

- dan Konseling Islam* 6, no. 1 (2023): 55–70.
<https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3340185>.
- Erford, Bradley T. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Febrita Puteri Utomo, Shella, Popy Siti Aisyah, and Gilang Tresna Andika. “Efektifitas Terapi Qur’Anic Healing Terhadap Halusinasi Pendengaran Pada Skizofrenia.” *Jurnal Keperawatan ’Aisyiyah* 8, no. 1 (2021): 77–85.
- Hakim, Lukman, Ali Sajjad Baaly, and Abu Bakar Yamani. “Syukur Sebagai Pencegah Insecure Perspektif Abu Hamid Al Ghazali.” *Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin Volume 26 Nomor 1, April 2024* <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/substantia> 26, no. April (2024): 26–43.
- Hananto, Dodi, and M Samsul Hadi. “Pengaruh Teknik Self Talk Untuk Mengatasi Sikap Introvert Siswa.” *Jurnal Transformasi* 6, no. 1 (2020): 12–16.
- Hardeep Kumar Deshwal, Mahima Gupta, and Shikha Chaturvedi. “Positive Self Talk and Counselling To Overcum Mathematics Anxiety Among Secondary School Students.” *Journal of Pharmaceutical Negative Results* 13, no. 6 (2022): 1559–1567.
- Hasanah, Hasyim. “TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial).” *At-Taqaddum* 8, no. 1 (2017): 21.
- Hasanah, Lathipah, Fariha Maula, Nur Husna, and Laili Shodiqoh. “Penanganan Insecure Pada Anak Usia Dini.” *Yaa Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 1 (2022): 77–90.
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/YaaBunayya/article/view/12553>.
- Haslinda, and Ahmad Yusuf. “IMPLEMENTASI TEKNIK SELF TALK UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 PANGKEP.” *Dikdas Matapa Jurnal Ilmu Pendidikan dasar* 2, no. 1 (2019): 158–166.
- Hestiani Rumakamar, Yusrah Taqiyah, and Rizqy Iftitah Alam. “Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur’an Surah Ar-Rahman

- Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak.” *Window of Nursing Journal* 03, no. 01 (2022): 83–90.
- Hidayah, Aida, and Fitriana Firdausi. “Redefining the Meaning of Asy-Syifa’ in the Qur’an As Qur’Anic Healing in Physical Ailments.” *Jurnal Studi Ilmu-ilmu Al-Qur’an dan Hadis* 22, no. 1 (2021): 255.
- Indra, Prahmana Rully Charitas. *Single Subject Research (Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar)*. UAD Press. Vol. 53. Yogyakarta: UAD Press, 2021.
- Iriyanti, Annisa Furqon, and Dian Kinayung. “Pelatihan Positive Self-Talk Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa.” *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi* 4, no. 1 (2021): 20.
- Khoirunnisa, Alfina Rizqi, and Ulfah Rahmawati. “Insecure in Qur’anic Perspective.” *The Ushuluddin International Student Conference* 1, no. 1 (2023): 26.
<http://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/UInScof2022>.
- Kumalasari, Fani, Staf Pengajar, and Fakultas Psikologi. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan Latifah Nur Ahyani.” *Jurnal Psikologi Pitutur* 1, no. 1 (2012).
- Kustiawan, Winda, Lily Yuniar, Diana Wulan Fitri, Julinar Arianti, Adillah Wandasari, and Zul Fahmi. “Psikologi Komunikasi.” *Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi dan Manajemen* 11, no. 1 (2022): 157.
- Latuapo, Abdullah, Muhammad Farid, and Z. Ab Rahman. “Pharmaceutical and Nonpharmaceutical Use of Music and Al-Quran Therapy in Preventing the Spread of Pandemics (Covid-19): A Systematic Review.” *Systematic Reviews in Pharmacy* 11, no. 12 (2020): 1171–1179.
- Lianasari, Dewi, Nursidah Ria, and Astiwi Kurniati. “Cognitive Behavior Therapy Teknik Thought Stopping Untuk Mengurangi Insecure.” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan* 7, no. 1 (2023): 1.

- Manikmaya, Pratita, and Rully Charitas Indra Prahmana. "Single Subject Research: Pembelajaran Perbandingan Senilai Dan Berbalik Nilai Berpendekatan Contextual Teaching and Learning Untuk Siswa Slow Learner." *Journal of Honai Math* 4, no. 1 (2021): 35–48.
- Marhani, Isnaeni, Riana Sahrani, and Sesilia Monika. "EFEKTIVITAS PELATIHAN SELF-TALK UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI REMAJA KORBAN BULLYING (Studi Pada Siswa SMP X Pasar Minggu)." *Inspiratif Pendidikan* 7, no. 1 (2018): 11.
- Mas'udi, Mas'udi, and Istiqomah Istiqomah. "TERAPI QUR'ANI BAGI PENYEMBUHAN GANGGUAN KEJIWAAN (Analisis Pemikiran Muhammad Utsman Najati Tentang Spiritualitas Al-Qur'an Bagi Penyembuhan Gangguan Kejiwaan)." *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 8, no. 1 (2017): 133–150.
- Melinsi, Ami Kurnia, Lidia Lestari, Olyvia Chairunnisa Dzikra, Revandi Hadikusuma, Negeri Fatmawati, Sukarno Bengkulu, and Abstrak Kata. "Mengubah Insecure Menjadi Bersyukur." *ISTISYFA : Journal of Islamic Guidance and Conseling* 2, no. 03 (2023): 379–390.
<https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa>.
- Ningsih, Widia, Lilis Satriah, Universitas Islam, Negeri Sunan, and Gunung Djati. "Analisis Ayat-Ayat Al- Qur ' an Sebagai Landasan Dakwah" 5, no. 1 (2024): 159–170.
- Oktapiani, N, and A. P Pranata. "Gangguan Kecemasan Sosial Dengan Menggunakan Pendekatan Rasional Emotif Terapi." *Fokus* 1, no. 6 (2018): 227–232.
- Pelealu, Jane, Leonard S. Angliadi, and Engeline Angliadi. "Rehabilitasi Medik Pada Skoliosis." *Jurnal Biomedik (Jbm)* 6, no. 1 (2014): 8–13.
- Putrie Dimala, Cempaka, Arif Rahman Hakim, and Ivana Mara Salsabila. "Effectiveness of Positive Self Talk to Increasing Student's Self-Confidence Article Info." *Edutran of Psychology and Behavior* 1, no. 1 (2023): 21–27.

- Qorony, Uwais. “Efektivitas Teknik Muhasabah Terhadap Penurunan Insecure Pada Pemuda Di Kecamatan Sukodono Sidoarjo.” *Skripsi* (2023): 3.
- Riyadi, Agus. “Zikir Dalam Al-Quran Sebagai Terapi Psikoneurotik (Analisis Terhadap Fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam).” *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 1 (2013): 33–52.
<http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/view/1070/982>.
- Rofiq, Arif Ainur. *Teori Dan Praktik Konseling*. Surabaya: Raziev Jaya, 2017.
- Rosmiarti, Gustirini Ria, Aminah Maya, and Sarina Binti Jamalluddin. “Murotal Al-Quran Therapy on Decreasing Labor Pain and Anxiety in Maternity Mothers First Phase.” *Enfermeria Clinica* 30, no. 2019 (2020): 110–114.
- Sabarrudin, Orin Andariska, and Wahidah Fitriani. “Perilaku Insecure Pada Anak Usia Dini.” *Sinestesia* 12, no. 1 (2022): 224–232.
- Sabil, Rahmania, and Rosa Karnita. “Perancangan Buku Jurnal Interaktif Untuk Membantu Mengelola Rasa Insecure Pada Remaja.” *Itenas* 10, no. 1 (2022): 1–15.
- Satar, Muhammad, and Nur Aisyiah Yusri. “Pengambilan Keputusan Ditinjau Dari Manajemen Diri Dan Kematangan Emosi.” *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 10, no. 1 (2019): 20–41.
- Sayed Akhyar, and Dr. Ali Darta. *Ulumul Qur ' An. Darussalam Publishing*. Medan: CV. Prokreatif, 2013.
- Setiari, Cona, Wagimin Wagimin, and Rian Rokhmad Hidayat. “Efektivitas Teknik Self-Talk Untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Dalam Belajar Siswa.” *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling* 3, no. 2 (2022): 60.
- Simon, Irene Maya, Diniy Hidayatur Rahman, Nugraheni Warih Utami, and Eko P. Laksana. “Paket Pelatihan Coping Self-Talk Bagi Calon Konselor.” *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan* 5, no. 4 (2020): 559.

- Susanta, Hilman. “Alat Pengukuran Kelengkungan Tulang Belakang Manusia Berbasis Arduino Uno.” *Jurnal Teknologi Komputer dan Informatika* 2, no. 1 (2023): 154–160.
- Susianti, Oni Marlina, and S Srifariyati. “Perumusan Variabel Dan Indikator Dalam Penelitian Kuantitatif Kependidikan.” *Jurnal Pendidikan Rokania* 9, no. 1 (2024): 18–30.
- Syarifuddin, Ahmad. “PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN COOPERATIVE BELAJAR DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA.” *TA'DIB* 7, no. 1 (2011): 123–144.
- Syifa, Penawar, and Bagi Manusia. “Al-QUR ' AN SEBAGAI SUMBER RAHMAT DAN OBAT.” *Jurnal Al-Bayan* (2014): 77–88.
- Tambunan, Syafrianto, Fakultas Dakwah, Ilmu Komunikasi, and Iain Padangsidimpuan. “Self Talk Untuk Motivasi Belajar Siswa Dalam Layanan Konseling (Sebuah Elaborasi Konseptual Menuju Model Alternatif Bimbingan Konseling Islam).” *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 1, no. 1 (2019): 1–21.
<http://jurnal.iain-padangsidimpuan.ac.id/index.php/alirsyad>.
- Walter, Nadja, Lucie Nikoleizig, and Dorothee Alfermann. “Effects of Self-Talk Training on Competitive Anxiety, Self-Efficacy, Volitional Skills, and Performance.” *Sports (Basel)* 7, no. 6 (2019): 1–20.
- Yam, Jim Hoy, and Ruhayat Taufik. “Hipotesis Penelitian Kuantitatif.” *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi* 3, no. 2 (2021): 96–102.
- Yuhawita, Yuhawita. “AKAL, MANUSIA DAN KEBUDAYAAN.” *Tsaqofah dan Tarikh* 1, no. 1 (2016): 16–28.
- Yuwono, Imam. *Penelitian SSR (Single Subject Research. Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang*. Vol. 3, 2015. <https://repo-dosen.ulm.ac.id/handle/123456789/20734>.