

**EFEKTIVITAS ACCEPTANCE AND COMMITMENT
THERAPY QUR'ANI UNTUK MENINGKATKAN SELF-
ESTEEM PADA SEORANG MAHASISWA TINGKAT AKHIR
DI KEDIRI**

SKRIPSI

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

Oleh

Salma Salsabila
NIM. 04020321081



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

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salma Salsabila
NIM : 04020321081
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani* untuk Meningkatkan *Self-Esteem* pada Seorang Mahasiswa Tingkat Akhir di Kediri 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, 19 Desember 2024
Yang membuat pernyataan,



Salma Salsabila
NIM. 04020321081

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Salma Salsabila
NIM : 04020321081
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Efektivitas *Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani* untuk Meningkatkan *Self-Esteem* pada Seorang Mahasiswa Tingkat Akhir di Kediri

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 19 Desember 2024
Menyetujui Pembimbing,

Dosen Pembimbing I



Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197008251998031002

Dosen Pembimbing II



Dr. Mariza, M.Si., Psikolog.
NIP. 196804132014112001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
EFEKTIVITAS *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY*
***QUR'ANI* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA**
SEORANG MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KEDIRI

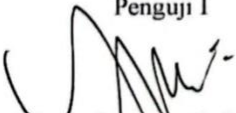
SKRIPSI

Disusun Oleh
Salma Salsabila
NIM. 04020321081

telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada
tanggal 23 Desember 2024

Tim Penguji

Penguji I




Dr. Agus Santoso, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197008251998031002

Penguji II



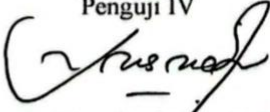
Dr. Merrina, M.Si., Psikolog.
NIP. 196804132014112001

Penguji III



Dr. Cholil, M.Pd.I.
NIP. 196506151993031005

Penguji IV



Yusria Ningsih, S.Ag., M.Kes.
NIP. 197605182007012022

Surabaya, 23 Desember 2024
Dekan,



Dr. Moch. Ghosul Arif, S.Ag. M. Fil.I.
NIP. 195710171998031001





UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : SALMA SALSABILA
NIM : 04020321081
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
E-mail address : salsabilasalma763@gmail.com

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

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

EFEKTIVITAS ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY QUR'ANI UNTUK

MENINGKATKAN SELF-ESTEEM PADA SEORANG MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI

KEDIRI

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, 23 Desember 2024

Penulis

(Salma Salsabila)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Salma Salsabila, NIM. 04020321081, 2024. *Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani untuk Meningkatkan Self-Esteem pada Seorang Mahasiswa Tingkat Akhir di Kediri.*

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan *self-esteem* pada seorang mahasiswa tingkat akhir di Kediri, dengan fokus pada dua aspek perilaku: kemampuan mengelola emosi dan pemahaman diri yang lebih baik, serta keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi situasi sulit.

Untuk mencapai peningkatan *self-esteem* melalui dua aspek perilaku tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *Single Subject Research* (SSR). Pendekatan ini menitikberatkan pada perubahan perilaku konseli dengan pemantauan dan penilaian berulang. Analisis data dilakukan menggunakan grafik visual untuk menilai efek dari perlakuan yang diberikan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pada *self-esteem* konseli, yang tercermin dalam peningkatan kemampuan mengelola emosi, pemahaman diri, serta keyakinan diri dalam menghadapi tugas atau situasi sulit setelah perlakuan diberikan.

Peningkatan ini terbukti melalui kecenderungan arah dan level yang meningkat serta persentase *overlap* 20%, yang menunjukkan bahwa *Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani* efektif dalam meningkatkan *self-esteem* pada seorang mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: *Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani, Self-Esteem, Mahasiswa Tingkat Akhir*

ABSTRACT

Salma Salsabila, NIM. 04020321081, 2024. *Effectiveness of Qur'anic Acceptance and Commitment Therapy to Increase Self-Esteem in a Final Year Student in Kediri.*

This study aims to improve self-esteem in a final year student in Kediri, focusing on two aspects of behavior: the ability to manage emotions and better self-understanding, as well as confidence in one's own ability to complete tasks or face difficult situations.

To achieve increased self-esteem through these two aspects of behavior, this study uses a quantitative approach with a Single Subject Research (SSR) design. This approach emphasizes changes in the client's behavior with repeated monitoring and assessment. Data analysis was carried out using visual graphs to assess the effects of the treatment given.

The results showed an increase in the client's self-esteem, which was reflected in an increase in the ability to manage emotions, self-understanding, and self-confidence in facing difficult tasks or situations after the treatment was given.

This increase was evident through an increasing trend in direction and level and a 20% overlap percentage, indicating that Qur'anic Acceptance and Commitment Therapy is effective in improving self-esteem in a final year student.

Keywords: Qur'anic Acceptance and Commitment Therapy, Self-Esteem, Final Year Student

المخلص

سلمى سلسبيلا، رقم هوية الطالب. ٢٠٢٤، ٠٤٠٢٠٣٢١٠٨١. فاعلية العلاج بالقبول القرآني والالتزام في زيادة تقدير الذات لدى الطالب النهائي في كديري.

يهدف هذا البحث إلى زيادة احترام الذات لدى طلاب السنة النهائية في كديري، من خلال التركيز على جانبين من السلوك: القدرة على إدارة العواطف وفهم الذات بشكل أفضل، وكذلك الثقة في قدرة الفرد على إكمال المهام أو مواجهة المواقف الصعبة.

لتحقيق زيادة احترام الذات من خلال هذين الجانبين السلوكيين، يستخدم بركز (SSR) هذا البحث نهجا كيميا مع تصميم بحث موضوع واحد. هذا النهج على تغيير سلوك العميل من خلال المراقبة والتقييم المتكرر. تم إجراء تحليل البيانات باستخدام الرسوم البيانية المرئية لتقييم آثار العلاج المقدم.

وأظهرت نتائج البحث زيادة في تقدير المستفيد لذاته، وهو ما انعكس في زيادة القدرة على إدارة العواطف وفهم الذات والثقة بالنفس في مواجهة المهام أو المواقف الصعبة بعد إعطاء العلاج.

وقد ثبتت هذه الزيادة من خلال الاتجاه المتزايد في الاتجاه والمستوى وكذلك بنسبة تداخل قدرها ٢٠%، مما يدل على أن العلاج بالقبول والالتزام بالقرآن فعال في زيادة تقدير الذات لدى طلاب السنة النهائية.

الكلمات المفتاحية: العلاج بالقبول والالتزام بالقرآن الكريم، تقدير الذات، طلاب السنة النهائية

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	viii
المخلص	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR GRAFIK	xviii
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Definisi Operasional.....	9
1. <i>Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani</i>	9
2. <i>Self-esteem</i>	10
F. Hipotesis Penelitian.....	11
G. Sistematika Pembahasan	11
BAB II KAJIAN TEORETIK	13
A. Landasan Teori.....	13

1. <i>Acceptance and Commitment Therapy Qur'ani</i>	13
2. <i>Self-esteem</i>	19
3. Mahasiswa Tingkat Akhir	25
B. Kajian Perspektif Dakwah Islam.....	27
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	36
B. Lokasi Penelitian.....	37
C. Subjek Penelitian.....	38
D. Variabel dan Indikator Variabel.....	38
E. Teknik Pengumpulan Data.....	39
F. Teknik Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	44
G. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian	49
B. Penyajian Data	52
C. Analisis Data	80
D. Pengujian Hipotesis.....	94
E. Pembahasan Hasil Penelitian	94
1. Perspektif Teoretik	94
2. Perspektif Dakwah Islam	96
BAB V PENUTUP	99
A. Simpulan	99
B. Saran dan Rekomendasi	99
C. Keterbatasan Penelitian	100
DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN	106

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Indikator Variabel Penelitian	38
Tabel 3.2 Indikator Penilaian	39
Tabel 3.3 Pedoman Wawancara	42
Tabel 3.4 Panjang Kondisi	45
Tabel 4.1 Data Skor Keseluruhan <i>Baseline 1</i>	57
Tabel 4.2 Data Skor Keseluruhan Intervensi	72
Tabel 4.3 Data Skor Keseluruhan <i>Baseline 2</i>	77
Tabel 4.4 Hasil Data Perubahan Indikator Perilaku Keberartian Diri	78
Tabel 4.5 Hasil Data Perubahan Indikator Perilaku Kekuatan Individu	79
Tabel 4.6 Data Persentase Stabilitas Perilaku Keberartian Diri	84
Tabel 4.7 Data Persentase Stabilitas Perilaku Kekuatan Individu ...	84
Tabel 4.8 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Keberartian Diri	85
Tabel 4.9 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Kekuatan Individu	86
Tabel 4.10 Level Perubahan Perilaku Keberartian Diri	86
Tabel 4.11 Level Perubahan perilaku Kekuatan Individu	86
Tabel 4.12 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi Perilaku Keberartian Diri	87
Tabel 4.13 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi Perilaku Kekuatan Individu	88
Tabel 4.14 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Perilaku Keberartian Diri	89
Tabel 4.15 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Perilaku Kekuatan Individu	89

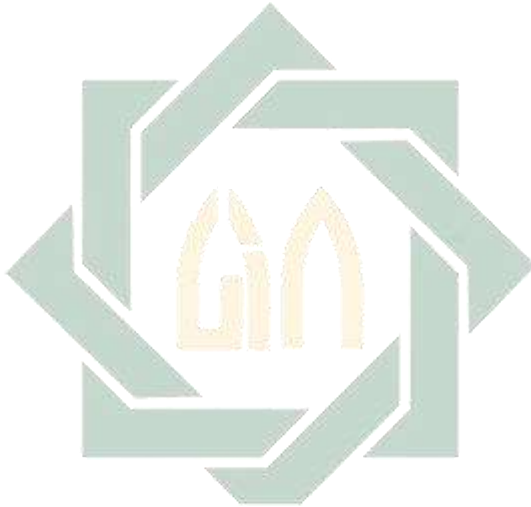
Tabel 4.16 Data Perubahan Level Indikator Perilaku Keberartian Diri	90
Tabel 4.17 Data Perubahan Level Indikator Perilaku Kekuatan Individu	90
Tabel 4.18 Persentase <i>Overlap Baseline 1</i> → Intervensi Perilaku Keberartian Diri.....	92
Tabel 4.19 Persentase <i>Overlap Baseline 1</i> → Intervensi Perilaku Kekuatan Individu.....	92
Tabel 4.20 Analisis Visual Antar Kondisi Perilaku Keberartian Diri	93
Tabel 4.21 Analisis Visual Antar Kondisi Perilaku Kekuatan Individu	93



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain A-B-A.....	37
Gambar 3.2 Garis Kecenderungan	46



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Grafik Skor Perilaku Keberartian Diri <i>Baseline</i> 1	57
Grafik 4.2 Grafik Skor Indikator Perilaku Kekuatan Individu <i>Baseline</i> 1	58
Grafik 4.3 Grafik Skor Perilaku Keberartian Diri Intervensi.....	72
Grafik 4.4 Grafik Skor Indikator perilaku Kekuatan Individu Intervensi.....	73
Grafik 4.5 Grafik Skor Perilaku Keberartian Diri <i>Baseline</i> 2.....	77
Grafik 4.6 Grafik Skor Indikator Perilaku Kekuatan Individu <i>Baseline</i> 2	78
Grafik 4.7 Grafik Skor Perilaku Keberartian Diri.....	79
Grafik 4.8 Grafik Skor Perilaku Kekuatan Individu	80
Grafik 4.9 Grafik Kecenderungan Arah Perilaku Keberartian Diri .	82
Grafik 4.10 Grafik Kecenderungan Arah Perilaku Kekuatan Individu	82
Grafik 4.11 Grafik Kecenderungan Stabilitas Perilaku Keberartian Diri	83
Grafik 4.12 Grafik Kecenderungan Stabilitas Perilaku Kekuatan Individu	84
Grafik 4.13 Grafik Persentase <i>Baseline</i> 1 → Intervensi Perilaku Keberartian Diri.....	91
Grafik 4.14 Persentase <i>Baseline</i> 1 → Intervensi Perilaku Kekuatan Individu	92

DAFTAR PUSTAKA

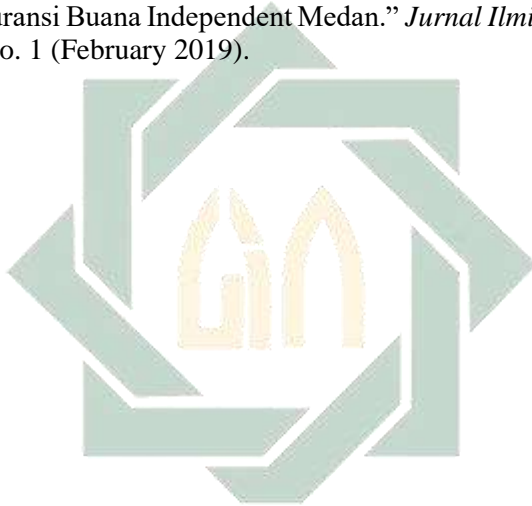
- Al-Qur'an, Al-Baqarah: 286.
Al-Qur'an, An-Najm: 39.
Al-Qur'an, Az-Zumar: 53.
- Ardhani, Anindita Nova, and Sri Kandariyah Nawangsih. "Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy (ACT) terhadap Penurunan Kecemasan pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual." *Philanthropy: Journal of Psychology* 4, no. 1 (May 22, 2020): 69.
- Branden, Nathaniel. *The Power of Self-Esteem*. Florida: Health Communications: Inc., 1992.
- Darmayanti, Kusumasari Kartika Hima, Yessi Sapitri, Muslimah Diniati Ts, Anisah Yansyah, and Anisah Yansyah. "Studi Deskriptif Self-Esteem Pada Mahasiswa." *Prosiding The 5th National Conference of Genuine Psychology (NCGP)* (December 6, 2022): 250–257.
- Dewi, Ni Putu Laksmi, and Ananta Yudiarso. "ACTive: Melawan Stres Dengan Penerimaan Dan Komitmen." *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi* 11, no. 4 (December 2023): 494–501.
- Ekeanya, Benedicta Ezeugo, S.O. Adeniyi, and O.O. Longe. "Effectiveness of Acceptance - Commitment and Rational Emotive Behaviour Therapies on Self-Esteem of Adolescents from Broken Homes in Ogun State, Nigeria." *International Journal of Educational Research* 12, no. 1 (2023): 35–46.
- Febristi, Anisa. "Faktor Pengaruh dengan Self Esteem (Harga Diri) pada Remaja." *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)* 3, no. 2 (August 31, 2021): 64–72.
- Ghaneay, Abdol Karim, Massoud Shahbazi, and Amin Koraei. "The Effectiveness of Combined Acceptance and Commitment and Cognitive-Behavioral Therapy (ACT-CBT) on Attitude Change and Self-Esteem" (2023).
- Ghufroon, M. Nur, and Rini Risnawita. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010.
- Hardani. *Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2020.
- Hardika, Jelang, IGAA Noviekayati, and Sahat Saragih. "Hubungan Self-Esteem Dan Kesepian Dengan Kecenderungan

- Gangguan Kepribadian Narsistik Pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram.” *Psikosains* 14, no. 1 (February 2019): 1–13.
- Hasanah, Hasyim. “Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial).” *Jurnal at-Taqaddum* 8, no. 1 (July 2016): 21–46.
- Hayes, Steven C., Kirk Strosahl, and Kelly G. Wilson. *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*. 2nd ed. New York: Guilford Press, 2012.
- Hulukati, Wenny, and Moh. Rizki Djibran. “Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo.” *Jurnal Bikotetik* 2, no. 1 (2018): 73–114.
- Joseph, Mario Carl. “Penerapan Terapi Penerimaan dan Komitmen untuk Mengurangi Kecemasan pada Narapidana Menjelang Pembebasan Bersyarat di Lapas X.” *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 1, no. 2 (February 1, 2018): 239.
- Khairat, Masnida, and MG Adiyanti. “Self-Esteem Dan Prestasi Akademik Sebagai Prediktor Subjective Well-Being Remaja Awal.” *Gajah Mada Journal of Psychology* 1, no. 3 (September 2015): 180–191.
- Maryuti, Ira Ayu. “The Effect Of Acceptent And Commitment Therapy On Increasing Nurse Student’s Commitment In The Online Learning Process During The Covid-19 Pandemic.” *Jambura Nursing Journal* 5, no. 1 (January 31, 2023): 79–85.
- Matraji, Mahmoud. *Sahih Muslim*. Vol. 4. B vols. Beirut: Dar El Fiker, 1993.
- Maulida, Tiara. “Acceptance and Commitment Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Dengan Orang Tua Bercerai.” Universitas Muhammadiyah Malang, 2023.
- Meliawati, Komang. “Kolerasi Antara Self-Esteem Dengan Prestasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris.” *Jurnal Mimbar Ilmu* 25, no. 3 (December 2020): 422–430.
- Nasution, Atika Mentari Nataya. “Review Literatur: Acceptance and Commitment Therapy (Teori dan Aplikasi).” *Jurnal penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan* 4, no. 2 (August 30, 2023): 91–98.

- Natalia, Ignatia Ria, Missiliana Riasnugrahani, and Robert Oloan Rajagukguk. "Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy (ACT) dalam Memoderasi Quarter-Life Crisis pada Lulusan Baru salah satu Perguruan Tinggi Swasta di Bandung." *Humanitas (Jurnal Psikologi)* 7, no. 2 (November 19, 2023): 213–224.
- Nirmalasari, Leli, and Khairatu Masusan. "Self Esteem, Gender Dan Prestasi Kerja (Study Pada Penyiar Radio Di Kota Bandung)." *SMART – Study & Management Research* 9, no. 2 (2014): 18–27.
- Pardede, Jek Amidos, Budi Anna Keliat, and Ice Yulia Wardani. "The Symptoms of Low Self-Esteem Decline after Being Given Acceptance and Commitment Therapy." *Journal of Advanced Practices in Nursing* 5, no. 2 (May 3, 2020): 170.
- Pourfarahani, Monireh, Hossein Shareh, and Fatemeh Haji Arbabi. "Comparing the Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy and Schema Therapy Based on Acceptance and Commitment on Body Image and Sexual SelfEsteem in Dialysis Women." *Research in Clinical Psychology and Counseling* 13, no. 1 (June 2023).
- Prahmana, Rully Charitas Indra. *Single Subject Research Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar*. Yogyakarta: UAD Press, 2021.
- Prasastisiwi, Deny, and Wiryo Nuryono. "Penerapan Konseling Acceptance and Commitment Therapy Untuk Menurunkan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI SMAN 3 Tuban." *Jurnal BK Unesa* 7, no. 3 (2017): 188–194.
- Purnasari, Kristiana Dwi, and Sri Muliati Abdullah. "Harga Diri dan Kematangan Karier pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 20, no. 1 (February 26, 2018): 51.
- Putra, I. Putu Gde Yudara Sandra, and I. Gusti Agung Tresna Wicaksana. "Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy Terhadap Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19." *Promotor* 6, no. 2 (June 22, 2023): 84–88.
- Refnadi, Refnadi. "Konsep Self-Esteem Serta Implikasinya Pada Siswa." *Jurnal EDUCATIO* 4, no. 1 (April 2018): 16–22.

- Rimania, Nifa, Herlan Pratikto, and Akta Ririn Aristawati. "Stres Mahasiswa Tingkat Akhir: Bagaimana Peranan Self Disclosure?" *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 1, no. 1 (November 4, 2023): 160–167.
- Rohmah, Muttafaqur. "Pesan Singkat Film Budi Pekerti: Beretika Dalam Bermedia." *AL-MIKRAJ Jurnal Studi Islam dan Humaniora (E-ISSN 2745-4584)* 4, no. 02 (January 1, 2024): 1–15. Accessed July 31, 2024. <https://ejournal.insuriponorogo.ac.id/index.php/almikraj/article/view/4396>.
- Rosenberg, Morris. *Society and The Adolescent Self-Image*. Princeton: Princeton University Press, 1965.
- Salsabila, Diana Fitriana, Ananda Faza Saffanah Qalbi, Abdul Malik Aziz, Amoreyza Etniko, and Khairun Nisa Tahir Rauf. "Perbedaan Self-Esteem antara Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri dengan Perguruan Tinggi Swasta." *Journal of Psychology Students* 1, no. 1 (May 31, 2022): 45–56.
- Sama, Kristian Armando Purnama. "Kasus Bunuh Diri Marak Terjadi Di Kalangan Mahasiswa, Begini Tanggapan Mahasiswa Di Malang." *JATIMTIMES.COM*, May 12, 2024. Accessed December 26, 2024. <https://jatimtimes.com/baca/311901/20240512/123700/kasus-bunuh-diri-marak-terjadi-di-kalangan-mahasiswa-begini-tanggapan-mahasiswa-di-malang>.
- Santari, Zuhaimi, and Diah Karmiyati. "Dukungan Sosial, Self-Esteem, Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Akhir: Tinjauan Pustaka." *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science* 1, no. 10 (May 20, 2024): 792–799.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Timur, Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa. "Jumlah Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Kabupaten/Kota, 2021 dan 2022 - Tabel Statistik." Last modified July 20, 2023. Accessed October 14, 2024. <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/1/MjkzOCMx/jumlah-mahasiswa--negeri-dan-swasta--di-bawah-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-kabupaten-kota--2021-dan-2022.html>.

- Widodo, Sri Adi, K Kustantini, Krida Singgih Kuncoro, and Fiki Alghadari. "Single Subject Research: Alternatif Penelitian Pendidikan Matematika di Masa New Normal." *Journal of Instructional Mathematics* 2, no. 2 (November 22, 2021): 78–89.
- Wilinny, Chrissyca Halim, Sutarno, Ngajudin Nugroho, and Fauzi Akbar Maulana Hutabarat. "Analisis Komunikasi Di PT. Asuransi Buana Independent Medan." *Jurnal Ilmiah Simantek* 3, no. 1 (February 2019).



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A