



**PENGARUH TERAPI *HUSNUDZON* MENGGUNAKAN
AFIRMASI POSITIF UNTUK MENINGKATKAN *SELF
ESTEEM* SEORANG REMAJA *FATHERLESS* DI SMP
MIFTAHUL ULUM SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Balqis Anindia Zanuba

NIM. 04020321042

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

2025

LEMBAR PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Balqis Anindia Zanuba

NIM : 04020321042

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini yang berjudul **"Pengaruh Terapi *Husnudzon* Menggunakan Afirmasi Positif untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Seorang Remaja *Fatherless* di SMP Miftahul Ulum Surabaya"** 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 Februari 2025

Yang membuat pernyataan,



Balqis Anindia Zanuba

NIM. 04020321042

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

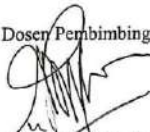
Nama : Balqis Anindia Zanuba
NIM : 04020321042
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Husnudzon untuk
Meningkatkan Self Esteem Seorang
Remaja Fatherless di SMP Miftahul
Ulum Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 19 Februari 2025

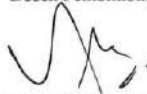
Menyetujui Pembimbing,

Dosen Pembimbing I



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

Dosen Pembimbing II



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

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Pengaruh Terapi *Husnudzon* Menggunakan Afirmasi Positif untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Seorang Remaja *Fatherless* di SMP Miftahul Ulum.

SKRIPSI

Disusun Oleh
Balqis Anindia Zanuba
NIM 04020321042

telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal 3 Maret 2025

Tim Penguji

Penguji

Dr. Mierrina, M.S., Psikolog
NIP 196804132014112001

Penguji III

Penguji II

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

Penguji IV

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd.,
M.Pd., Kons.
NIP 196012111992032001

Dr. Mohammad Thohir, S.Pd.I., M.Pd.I
NIP 197008251998031002



Surabaya, 3 Maret 2025

Tanpa,

Nurcholish Abdurrahman, Arif, S.Ag. M. Fil.I.
NIP 197108251998031002

iv

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uin-sby.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 : Balqis Anindia Zamuba
NIM : 04020321042
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : balqisonindia2000a@gmail.com

Demikian 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 :

Pengaruh Terapi Hutan dan Penggunaan Aplikasi Pictaf untuk Meningkatkan
Self Esteem Seorang Remaja Perempuan di SMP Miftahul Ulum Surabaya

berserta 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, 03 Juni 2005

Penulis

(Balqis Anindia Zamuba)
saya terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Balgis Anindia Zanuba, NIM. 04020321042, 2025. Pengaruh Terapi *Husnudzon* Menggunakan Afirmasi Positif untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Seorang Remaja *Fatherless* di SMP Miftahul Ulum.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* pada seorang remaja *fatherless* di SMP Miftahul Ulum Surabaya, dengan fokus pada dua aspek perilaku: seringnya membandingkan diri sendiri dengan pencapaian temannya dan seringnya merendahkan diri sendiri dengan memberikan afirmasi negatif terhadap diri sendiri.

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 perilaku konseli dengan pemantuan berulang. Analisis data dilakukan menggunakan grafik visual untuk menilai efek dari perlakuan yang diberikan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pada *self esteem* konseli yang ditunjukkan dalam perubahan dalam berprasangka setiap harinya dan penerimaan diri terhadap keadaan dirinya. Selain itu juga ditunjukkan dengan ketenangan hati yang tercermin dalam perilaku dan respon konseli. Peningkatan ini terbukti melalui kecenderungan arah dan level yang meningkat serta persentase *overlap* 20%, yang menunjukkan bahwa Terapi *Husnudzon* Menggunakan Afirmasi Positif memiliki pengaruh dalam meningkatkan *self esteem* pada seorang remaja *fatherless* di SMP Miftahul Ulum Surabaya.

Kata Kunci: Terapi *Husnudzon*, *Self Esteem*, *Fatherless*.

ABSTRACT

Balqis Anindia Zanuba, NIM. 04020321042, 2025. *The Effect of Husnudzon Therapy using Positive Affirmations to Increase Self Esteem in a Teenager Fatherless at Miftahul Ulum Junior High School.*

This study aims to improve self-esteem in a teenager fatherless at Miftahul Ulum Surabaya Junior High School, with a focus on two aspects of behavior: often comparing oneself with the achievements of friends and often putting oneself down by giving negative affirmations to oneself.

To achieve self esteem improvement through these two aspects of behavior, this study uses a quantitative approach with a Single Subject Research (SSR) design. This approach focuses on the behavior of the counselee with repeated monitoring. Data analysis was carried out using visual graphs to assess the effect of the treatment given.

The results showed an increase in the counselee's self esteem which was shown in changes in prejudice every day and self-acceptance of his condition. In addition, it is also shown by the peace of mind that is reflected in the behavior and responses of the counselee. This increase is evident through the increasing direction and level as well as the 20% overlap percentage, which shows that Husnudzon Therapy using positive affirmations has an influence in increasing self esteem in a teenager fatherless at Miftahul Ulum Surabaya Junior High School.

Keywords: Husnudzon Therapy, Self Esteem, Fatherless.

المخلص

بلفيس أنينديا زانوا، رقم هوية الطالب. 04020321042, 2025. تأثير العلاج بالحسنات لزيادة تقدير الذات لدى مراهق في مدرسة مفتاح العلوم الإعدادية في مدرسة مفتاح العلوم الإعدادية.

تهدف هذه الدراسة إلى تحسين تقدير الذات لدى مراهق في مدرسة مفتاح العلوم الإعدادية في سورابايا سورابايا الثانوية، مع التركيز على جانبيين من السلوك: مقارنة الذات في كثير من الأحيان بإنجازات الأصدقاء، وتحقير الذات في كثير من الأحيان من خلال إعطاء تأكيدات سلبية للذات.

ولتحقيق تحسين تقدير الذات من خلال هذين الجانبين السلوكيين، تستخدم هذه الدراسة نهجًا كميًا بتصميم بحث أحادي الموضوع (SSR). يركز هذا المنهج على سلوك المسترشد مع الرصد المتكرر. تم إجراء تحليل البيانات باستخدام الرسوم البيانية المرئية لتقييم تأثير العلاج المقدم.

أظهرت النتائج حدوث زيادة في تقدير الذات لدى المسترشد الذي ظهر في تغيرات في التحيز كل يوم وتقبله لذاته. بالإضافة إلى ذلك، يظهر ذلك أيضًا من خلال راحة البال التي تنعكس في سلوك واستجابات المسترشد. تتضح هذه الزيادة من خلال زيادة الاتجاه والمستوى وكذلك نسبة التداخل البالغة 20%، مما يدل على أن العلاج بالحسنات له تأثير في زيادة تقدير الذات لدى المراهق في مدرسة مفتاح العلوم سورابايا الإعدادية.

الكلمات المفتاحية: العلاج بالحسنودزون، تقدير الذات، تقدير الذات، بدون أب.

DAFTAR ISI

SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vi
LEMBAR PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI ...	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
المخلص.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
PEDOMAN PENULISAN TRANSLITERASI	xiv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GRAFIK.....	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
E. Definisi Operasional	12
F. Hipotesis Penelitian	13
G. Sistematika Pembahasan	13
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	15
A. Landasan Teori.....	15
B. Kajian Perspektif Dakwah Islam.....	45
C. Penelitian Terdahulu	47
BAB III METODE PENELITIAN	54
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	54
B. Lokasi Penelitian.....	55

C. Variabel dan Indikator Variabel.....	55
D. Teknik Pengumpulan Data.....	56
E. Teknik Validitas Instrumen Penelitian.....	59
F. Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN...	61
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	61
B. Penyajian Data	65
C. Analisis Data.....	89
D. Pengujian Hipotesis	104
E. Pembahasan Hasil Penelitian	105
BAB V PENUTUP.....	111
A. Kesimpulan	111
B. Saran dan Rekomendasi	111
C. Keterbatasan Penelitian.....	112
DAFTAR PUSTAKA.....	113
LAMPIRAN.....	125
BIOGRAFI PENELITI	134

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Indikator Variabel	54
Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Self Esteem Rendah	57
Tabel 4.1 Data Skor Keseluruhan Baseline A1.....	69
Tabel 4.2 Data Skor Keseluruhan Intervensi	80
Tabel 4.3 Data Skor Keseluruhan Baseline 2	85
Tabel 4.4 Hasil Perubahan Perilaku Tidak Membanding- bandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	87
Tabel 4.5 Hasil Perubahan Perilaku Tidak Memberikan Afiriasi Negatif kepada Diri Sendiri	87
Tabel 4.6 Data Persentase Stabilitas Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	93
Tabel 4.7 Data Persentase Stabilitas Perilaku Tidak Memberikan Afiriasi Negatif Terhadap Diri Sendiri.....	93
Tabel 4.8 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	95
Tabel 4.9 Data Level Stabilitas dan Rentang Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	95
Tabel 4.10 Level Perubahan Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	95
Tabel 4.11 Level Perubahan Perilaku Memberikan Afiriasi Negatif terhadap Diri Sendiri.....	96
Tabel 4.12 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi pada Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya	96
Tabel 4.13 Hasil Analisis Visual dalam Kondisi pada Perilaku Tidak Memberikan Afiriasi Negatif terhadap Diri Sendiri .	96
Tabel 4.14 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya	98
Tabel 4.15 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Perilaku Tidak Memberikan Afiriasi Negatif terhadap Diri Sendiri .	98
Tabel 4.16 Data Perubahan Level Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	99

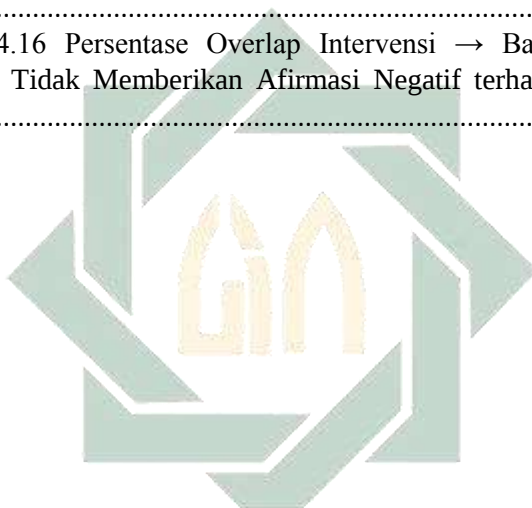
Tabel 4.17 Data Perubahan Kecenderungan Stabilitas Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif terhadap Diri Sendiri .	99
Tabel 4.18 Persentase Overlap Baseline 1 → Intervensi Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	100
Tabel 4.19 Persentase Overlap Intervensi → Baseline 2 Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	101
Tabel 4.20 Persentase Overlap Baseline 1 → Intervensi Baseline 2 Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif terhadap Diri Sendiri.....	102
Tabel 4.21 Persentase Overlap Intervensi → Baseline 2 Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif terhadap Diri Sendiri.....	103
Tabel 4.22 Analisis Visual Antar Kondisi pada Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	103
Tabel 4.23 Analisis Visual Antar Kondisi pada Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif terhadap Diri Sendiri	104

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Skor Perilaku Tidak Membandingkan diri dengan Pencapaian Temannya Baseline 1.....	70
Grafik 4.2 Skor Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif kepada Diri Sendiri Baseline 1.....	70
Grafik 4.3 Skor Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya pada Intervensi	80
Grafik 4.4 Skor Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif kepada Diri Sendiri pada Intervensi.....	81
Grafik 4.5 Skor Perilaku Tidak Membanding-bandingkan Diri Baseline 2.....	86
Grafik 4.6 Skor Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif Baseline 2.....	86
Grafik 4.7 Perubahan Skor Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya Sesi 1-15.....	88
Grafik 4.8 Perubahan Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif kepada Diri Sendiri Sesi 1-15	89
Grafik 4.9 Kecenderungan Arah Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya Sesi 1-15	90
Grafik 4.10 Kecenderungan Arah Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif Terhadap Diri Sendiri Sesi 1-15	91
Grafik 4.11 Kecenderungan Stabilitas Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya Sesi 1-15	92
Grafik 4.12 Kecenderungan Stabilitas Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif Terhadap Diri Sendiri Sesi 1-15	93
Grafik 4.13 Persentase Overlap Baseline 1 → Intervensi Perilaku Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya	100

Grafik 4.14 Persentase Overlap Intervensi → Baseline 2 Perilaku Tidak Membandingkan Diri dengan Pencapaian Temannya.....	101
Grafik 4.15 Persentase Overlap Baseline 1 → Intervensi Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif terhadap Diri Sendiri.....	102
Grafik 4.16 Persentase Overlap Intervensi → Baseline 2 Perilaku Tidak Memberikan Afirmasi Negatif terhadap Diri Sendiri.....	102



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas. "Dakwah Dalam Perspektif Islam." *Jurnal Al-Nashihah* 1, no. 1.
- Agnia, Marsya, Shabrina Luthfiyati, and Sitti 'Aisyah Salsabila. 2024. "Hubungan Antara Husnuzan Dan Ketenangan Hati Pada Gen Z Menurut Perspektif Islam." *JIPKM: Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat* 2, no. 2.
- Agustin, Liliza, and Mukhlis. 2022. "Rancangan Modul Positive Psychotherapy Husnu-Dzhan Dalam Menurunkan Derajat Stress Pada Penderita Hipertensi." *Psikoislamedia Jurnal Psikologi* 07, no. 01.
- Alang, Sattu. 2020. "Manajemen Terapi Islam Dan Prosedur Pelaksanaannya." *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 7.
- Amalia, Nur Resky, Abdullah Sinring, and Muhammad Asdar. 2023. "Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Teknik Restrukturisasi Kognitif." *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran* 5, no. 3.
- Ambarwati, Citra Putri, and Mariyati. 2025. "Pengaruh Afirmasi Positif Untuk Meningkatkan Harga Diri Rendah Pada Korban Bullying." *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* 15, no. 1.
- As Syafiyah, Aufizzahra, and Rida Yanna Primanita. 2024. "Pengaruh Father Involvement Terhadap Relationship Contingent Self Esteem Pada Perempuan Dewasa

Awal.” *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research* 4, no. 3.

Aziz, Moh. Ali. *Ilmu Dakwah*. 2017. Revisi. Jakarta: KENCANA.

Azzahra, Fitri Kamilia. 2023. “Konsep Husnudzon Sebagai Upaya Sehat Mental Pada Mahasiswa.” *Gunung Djati Conference Series* 19.

Barokah, Khoiriah. 2021. “Manfaat Berpikir Positif Terhadap Pengembangan Kinerja Otak.” *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi* 2, no. 1.

Bernadine, Joceline, and Niken Widi Astuti. 2024. “Hubungan Antara School Well-Being Dan Self-Esteem Dalam Keberhasilan Nilai Belajar Siswa.” *JLEB: Journal of Law Education and Bussiness* 2, no. 1.

Budiman, Sopyan Hadi, Cucu Setiawan, and Yumna. 2022. “Konsep Terapi Salat Menurut Perspektif Moh. Al Aziz.” *Jurnal Penelitian ilmu Ushuluddin* 2, no. 3.

Dalifa, Popy Apria. 2021. “Hubungan Antara Parent Attachment Dengan Self Esteem Pada Mahasiswa Di Sumatera Barat.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 2.

Damayanti, Dhita Intani, Hani Amalia Wahid, and Caroline Margaretha Simajuntak. 2023. “Sociopsychological: The Role of Emotions in ‘Fatherless’ Conflict Resolution.” *DIGICOMMTIVE: Journal of Communication Creative Studies and Digital Culture* 1, no. 3.

- Dewi, Suci Sari, Abdullah Pandang, and Alimin. 2023. "Penerapan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik SMA Negeri 14 Sinjai." *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Pembelajaran* 5, no. 3.
- Dryden, Gordon, and Jeannette Vos. 2002. *Revolusi Cara Belajar (the Learning Revolution): Belajar Akan Efektif Kalau Anda Dalam Keadaan "Fun."* Bandung: Kaifa.
- Dwianti, Silvi, Wina Lova Riza, and Dinda Aisha. 2024. "Self-Esteem in Fatherless Adolescent Is Reviewed by Parental Attachment and Peer Relationship." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 12, no. 3.
- El Widad, Zuha, and Khoirotul Idawati. 2023. "AFIRMASI POSITIF DALAM MENINGKATKAN SELF EFFICACY." *Urwatul Wutqo: Jurnal Kependidikan dan Keislaman* 12, no. 1.
- Elhany, Hemlan. 2019. "DAKWAH ISLAM DI ERA GLOBALISASI PERSPEKTIF BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM." *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* 1, no. 2.
- Fadhilah, Na'im, and Deswalantri. 2022. "Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Dalam Al-Qur'an Surat Al-Hujurat Ayat 11-13: Kajian Tafsir Al-Azhar Karya Hamka." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 3.
- Fairuzzahra, Denan Alifia, Diandra Aryandari, and Masyita Purwadi. 2018. "Hubungan Antara Husnudzon Dan Kecemasan Pada Mahasiswa." *Jurnal Psikologi Islam* 5, no. 2.

Gunawan, Adi W. 2007. *Secret Of Mindset*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Hadi, Farisah Hidayatul, Eni Hastuti, and Dwianti Marthalena. 2024. "Dampak Fatherless Terhadap Kecerdasan Sosial Dan Emosional: Penelitian Eksploratif Terhadap Anak Perempuan." *ADAPTASI: Jurnal Sosial Humaniora dan Keagamaan* 1, no. 1.

Hamimah, Nur, Wiwin Ainis Rohtih, and Amir Mahmud. 2024. "Dampak Pola Asuh Fatherless dalam Al-Qur'an: Study Kritis Parenting dalam Kisah Nabi Ya'kub." *Reslaj:Religion Education Social Laa Roiba Journal* 6, no. 6.

Handayani, Tita Septi. 2021. "Kejadian Merokok Pada Remaja Pertengahan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya." *Journal of Nursing and Public Health* 9, no. 1.

Hardianita, Shabrina Labiba, Amanda Pasca Rini, and Nindia Pratitis. 2024. "Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kebahagiaan Pada Perempuan Dewasa Awal Fatherless." *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 2, no. 1.

Harmaini. 2020. "Pikiran Positif Ala Nabi Ayyub A.S." *Jurnal Psikologi Proyeksi* 15, no. 1.

Husna, Windi Asyriatul, and Zakwan Adri. 2025. "Cinta Pertama Adalah Luka: Studi Fenomenologis Pada Perempuan Fatherless." *IMEIJ: Indo-MathEdu Intellectuals Journal* 6, no. 1.

Ikbal, Muhammad, and Nurjannah. 2016. "Meningkatkan Self Esteem Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Pada Peserta Didik Kelas

VIII Di SMP Muhammadiyah Jati Agung Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2015/2016.” *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 03, no. 01.

Ilham, Muhammad Arifin, Syahrul Hamidi, and Ratna Dewi Puspita Sari. 2023. “Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Literature Review.” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 5, no. 1.

Ismail, Ismalandari, Sitti Murdiana, and Rahmat Permadi. 2024. “The Influence of Fatherless on Aggression Behavior in Adolescents.” *ARRUS: Journal of Social Sciences and Humanities* 4, no. 2.

Jannah, Raudatul, Akhmad Sagir, and Mahdia Fadhila. 2022. “Pengaruh Husnudzan Terhadap Body Image Mahasiswi.” *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 03, no. 01.

Junaida, Wilda Ihda, Eva Meizara Puspita Dewi, and Siswanti Dian Novita. 2023. “Makna Peran Ayah Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Fatherless.” *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 2, no. 4.

Kamaruddin, Ilham, Imam Tabroni, and Muna Azizah. 2022. “Konsep Pengembangan Self Esteem Pada Anak Untuk Membangun Kepercayaan Diri Sejak Dini.” *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* 6, no. 3.

Karimuddin, et. al. 2022. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Aceh: Penerbit Zaini.

Koesdyantho, AR. 2009. “Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Self-Esteem Mahasiswa.” *Widya Wacana: Jurnal Ilmiah* 5, no. 1.

- Lestari, Yeni. 2024. "Dampak Psikologis Fatherless Dan Peranan Ayah Menurut Islam." *PRO JUSTICIA: Jurnal Hukum dan Sosial* 4, no. 1.
- Maharani, Nurwahyuni Nasir, and Mira Sekar Arumi. 2024. "Gambaran Kematangan Emosi Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Fatherless (Studi Kasus Di Tambelang Kabupaten Bekasi)." *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling* 4, no. 2.
- Manikmaya, Pratita, and Rully Charitas Indra Prahmana. 2021. "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.
- Masrukhin, Akhmad Rudi, Puji Maulana, and Muhammad Syarofi. 2023. "Terapi Husnudzon: Solusi Dalam Membangun Keharmonisan Pertemanan Santri." *Pandalungan: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 1, no. 2.
- Mayliyan, Ahmad Khodhi, and Eka Budiarto. 2022. "PENGARUH AFIRMASI POSITIF TERHADAP DEPRESI, ANSIETAS, DAN STRES WARGA BINAAN DI RUTAN PADA KASUS PENYALAHGUNAAN NAPZA." *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* 10, no. 4.
- Meisyah, Salma Idzni, and Ika Yuniar Cahyanti. 2022. "Pengaruh Parent Attachment Terhadap Self-Esteem Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai." *Berajah Journal* 2, no. 3.

- Muhammad, Muhammad Akhsan Zidan, and Muhammad Hafidz. 2024. "Husnuzan Sebagai Bentuk Self-Affirmation: Pendekatan Islam Terhadap Kesehatan Mental Positif Bagi Mahasiswa." *JIPKM: Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat* 2, no. 2.
- Murniyetti. 2016. "Waktu Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Ulunnuha* 6, no. 1.
- Narulita, Lina, Fanni Hanifa, and Milka Anggreni. 2024. "Pengaruh Pemberian Kurma Dan Madu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di PMB L Kabupaten Pesisir Selatan Tahun 2024." *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research* 4, no. 3.
- Nikmarijal. 2022. "Perkembangan Self-Esteem Anak." *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education* 3, no. 2.
- Nindhita, Vidya, and Elga Arisetya Pringgadani. 2023. "Fenomena Fatherless Dari Sudut Pandang Wellbeing Remaja (Sebuah Studi Fenomenologi)." *CAKRAWALA: Jurnal Humanioran dan Sosial* 23, no. 2.
- Ningtyas, Darmayanti Yuliana Surya, Iin Ervina, and Istiqomah. 2024. "Pengaruh Catcalling Terhadap Self Esteem Pada Mahasiswi." *Jurnal Psikologi* 1, no. 3.
- Pohan, Annida Husna, Ahmaddin Ahmad Tohar, and Zuriatul Khairi. 2024. "Husnudzon Dalam Psikologi Positif: Teori Dan Implementasinya." *IJEDR: Indonesian Journal of Education and Development Research* 2, no. 2.

- Prahmana, Rully Charitas Indra. 2021. *Single Subject Research Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar*. Yogyakarta: UAD Press.
- Pratiwi, Desita Kosalia, Muhammad Zainal Abidin, and Mahdia Fadhila. 2022. "Husnuzzhan Terhadap Efikasi Diri Pada Mahasiswa UIN Antasari Dalam Menyusun Skripsi." *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1.
- Pratiwi, Putri Anaida, and Ahmad Saifuddin. 2024. "Husnuzan and Quarter Life Crisis in Students of Raden Mas Said Islamic State University Surakarta." *Al-Balagh: Jurnal Dakwah dan Komunikasi* 9, no. 1.
- Putri, Nadian Angelique. 2023. "Hubungan Antara Kecemasan Terhadap Husnudzon Mahasiswi (Ther Relationship Between Anxiety in Students Positive Mind)." *JIPKM: Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat* 1, no. 2.
- Rahayu, Dwita Agustina, Wahyuni, and Dewi Anggariani. 2024. "Dampak Fatherless Terhadap Anak Perempuan (Studi Kasus Mahasiswi UIN Alauddin Makassar)." *Jurnal Macora* 3, no. 1.
- Rahmah, Hardiyanti. 2021. "Konsep Berpikir Positif (Husnuzhon) Dalam Meningkatkan Kemampuan Self Healing." *Al-Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan* 15, no. 2.
- Rahmania, and Ika Yuniar Cahyanti. 2012. "Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putr." *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 01, no. 02.

- Refnadi. 2018. "Konsep Self-Esteem Serta Implikasinya Pada Siswa." *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia* 4, no. 1.
- Rohmah, Mudrika, and Ahidul Asror. 2022. "Pengaruh Husnuzan Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Dini Mahasiswa Psikologi Islam Di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember." *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research* 1, no. 2.
- Ross, Hanna Oktasya, Megawatul Hasanah, and Fitri Ayu Kusumaningrum. 2020. "Implementasi Konsep Sahdzan (Sabar Dan Husnudzhan) Sebagai Upaya Perawatan Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid-19." *Khazanah: Jurnal Mahasiswa* 12, no. 1.
- Salsabila, Budi Satria, and Anda Kamal. 2022. "Tingkat Self-Esteem Pada Remaja Di SMA Kota Banda Aceh." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan* 6.
- Saputra, Deny Surya, Ine Dwi Isdianto, Bulan Lutfia Nika, Riando Felix Samosir, Muhammad Naufal Hamdani, Sandi Nurfitriyanti, and Annisa Nurhidayati. 2024. "The Influence of Cinematic Therapy Short Movie in Increasing Self-Esteem of Fatherless Community X Teenagers in Sepatan." *Jurnal Perempuan dan Anak* 7, no. 1.
- Saragih, Billy Prapanca, and Naomi Soetikno. 2023. "Self-Esteem Korban Bullying: Studi Literatur." *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis* 03, no. 01.
- Sarinah, and Haerani Nur. 2023. "Pengaruh Husnuzan Terhadap Tingkat Stress Pada Ibu Hamil

Primigravida.” *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Humaniora* 2, no. 6.

Silpiani, Mega, and Erik Wahyudin. 2024. “Adversity Quotient: Fenomena Fatherless Involvement Dan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini.” *Diksi: Jurnal Pendidikan dan Literasi* 3, no. 2.

Sinaga, Janes, Juita Lusiana Sinambela, and Beni Chandra Purba. 2023. “Pengaruh Pikiran Terhadap Kesehatan Mental, Tubuh, Dan Kerohanian.” *Indonesian Journal of Psychology and Behavioral Science (MENTAL)* 1, no. 1.

Sudarto, Fatkhatun Muti, and Samsudin. 2023. “Peran Ayah Dalam Mendidik Keluarga Perpesktif Al-Qur’an Surat At-Tahrim Ayat 6.” *Al Fikri: Jurnal Studi dan Penelotian Pendidikan Islam* 6, no. 2.

Suwarno, and Candra Aeni. 2021. “Pentingnya Rubrik Penilaian Dalam Pengukuran Kejujuran Peserta Didik.” *Edukasi: Jurnal Pendidikan* 19, no. 1.

Sylvia, Rika, and Muhammad Novvaliant Filsuf Tasaufi. 2022. “Konsep Husnuzan Bagi Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid-19.” *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* 4, no. 1.

Uyun, Qurotul, and Irman Nuryadin Siddik. 2017. “Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Dengan HIV/AIDS.” *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 3, no. 2.

Wahyuni, Ridha, Andi Astri, and Theresia Roselyn Amabilis Sarbiti Teluma. 2024. “Studi Fenomenologis: ‘Self Acceptance Pada Perempuan Dengan Pengalaman

Fatherless.”” *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research* 4, no. 5.

Wijanarko, Cornelliuss Axel, Agustina Engry, and Eli Prasetyo. 2023. “Faktor Protektif Dan Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Self-Esteem Pada Remaja Dengan Disleksia.” *Jurnal Psikologi Poseidon* 6, no. 2.

Wijayati, Cahyo Satrio. 2011. *Think Positive, Feel Positive, & Get Positive Life*. Yogyakarta: Second Hope.

Wulandari, Shinta Ayu, Asri Rima Oktavia, Kania Jeanrita, Tuti Rahmi, and Utari Febriani. 2024. “I LOVE MY SELF: PENGARUH PELATIHAN AFIRMASI POSITIF TERHADAP BODY IMAGE.” *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung* 6, no. 1.

Yuangga, Kharisma Danang, Mulyadi, Yeni Septiani, Irmal, and Yan Kristian Halomoan. 2022. “Problem Solving Mengatasi Kejenuhan Belajar Mandiri Dengan Teknik Afirmasi Untuk Remaja Masjid Al Barkah Desa Cidokom.” *Jurnal Peradaban Masyarakat* 2, no. 1.

Yuliana, Evy Lidya, Asniar Khumas, and Wilda Ansar. 2023. “Pengaruh Fatherless Terhadap Kontrol Diri Remaja Yang Tidak Tinggal Bersama Ayah.” *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies* 3, no. 5.

Yusra, Oktarina. 2022. “Berpikir Positif Pada Hadits ‘Ana 'Inda Dzanni 'Abdi Bi’ Dalam Perspektif Gramatika Dan Balaghah.” *Al Mi'yar Jurnal Ilmiah Pembelajaran Bahasa Arab dan Kebahasaaraban* 5, no. 1.

Yusuf, Muhammad, and Ade Chita Putri Harahap. 2024. “Group Guidance on Role Playing Techniques for the

Self-Esteem of Fatherless Children in Orphanages.”
Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application 13, no. 1.

Zarkasyi, Ezra Salwa Wahyu, and Muhammad Arifin Badri. 2023. “Fenomena Fatherless Dalam Keluarga Perspektif Hukum Islam.” *USRAH: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 4, no. 2.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A