



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

PENERAPAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI
HUSNUDZON DALAM MENGATASI RASA
RENDAH DIRI PADA MAHASISWA
KORBAN *BROKEN HOME* DI
SIDOSERMO SURABAYA

SKRIPSI

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

Oleh

Eka Mutiatas Saadah
04020321048

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA
2025

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eka Mutiatus Saadah

NIM : 04020321048

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Penerapan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Dalam Mengatasi Rasa Rendah Diri Pada Mahasiswa Korban *Broken home* Di Sidosermo 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, 15 MEI 2025

Yang membuat pernyataan,



Eka Mutiatus Saadah

NIM : 04020321048

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Eka Mutiatas Saadah
NIM : 04020321048
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Islam Dengan
Terapi Husnudzon Dalam Mengatasi
Rasa Rendah Diri Pada Mahasiswa
Korban *Broken home* Di Sidoarjo
Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 15 Mei 2025

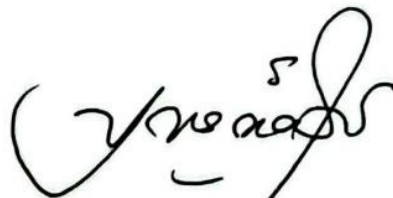
Menyetujui,

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2



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



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

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Penerapan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzoon Dalam
Mengatasi Rasa Rendah Diri Pada Mahasiswa
Korban *Broken home* Di
Sidoserma Surabaya

SKRIPSI

Disusun Oleh
Eka Mutiatas Saadah
04020321048

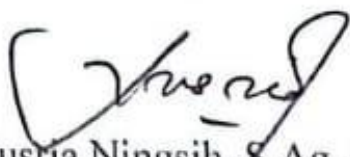
telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal 10 Juni 2025

Tim Penguji

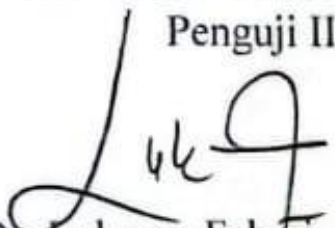
Penguji I


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

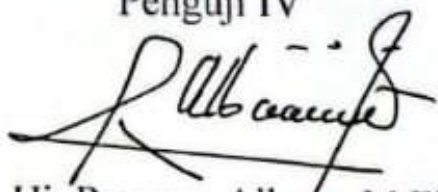
Penguji II


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

Penguji III


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

Penguji IV


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



Sidoserma, 10 Juni 2025
Dekan,

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



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

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 : Eka Mutiatas Saadah
NIM : 04020321048
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : ekamutiatussaadah@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 :

Penerapan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Dalam Mengatasi Rasa Rendah Diri Pada

Mahasiswa Korban Broken Home

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, 15 Juli 2015

Penulis

(Eka Mutiatas Saadah)

ABSTRAK

Eka Mutiatas Saadah, 04020321048, 2025.

Penerapan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Dalam Mengatasi Rasa Rendah Diri Pada Mahasiswa Korban Broken home Di Sidosermo Surabaya.

Penelitian ini mengkaji proses dan hasil penerapan terapi husnudzon dalam konseling Islam untuk mengatasi rasa rendah diri pada mahasiswa korban *broken home*. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, penelitian ini berfokus pada satu subjek yang menunjukkan gejala rendah diri, seperti menarik diri secara sosial, keyakinan negatif terhadap diri, dan ketidakstabilan emosi.

Terapi husnudzon dilakukan melalui lima tahapan, mulai dari pembentukan hubungan (*rapport*), identifikasi prasangka negatif, pemberian pemahaman psiko-spiritual, hingga penguatan perspektif positif dan evaluasi akhir. Hasil terapi menunjukkan perubahan signifikan pada cara pandang subjek terhadap diri, lingkungan, dan takdir; ditandai dengan meningkatnya kepercayaan diri, stabilitas emosi, serta kemampuan membangun relasi sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi husnudzon tidak hanya efektif secara psikologis, tetapi juga memperkuat ketahanan spiritual.

Kata Kunci: *Terapi Husnudzon, Rasa Rendah Diri, Mahasiswa Korban Broken home*

ABSTRACT

Eka Mutiatas Saadah, 04020321048, 2025.

Implementation of Islamic Counseling with Husnudzon Therapy in Overcoming Low Self-Esteem in Students Victims of Broken homes in Sidosermo Surabaya.

This study examines the process and results of applying husnudzon therapy within Islamic counseling to address low self-esteem in college students from *broken home* backgrounds. Using a qualitative approach with a case study method, this research focuses on a single subject exhibiting symptoms of low self-esteem, such as social withdrawal, negative self-perception, and emotional instability.

The husnudzon therapy was carried out through five stages, including rapport building, identification of negative assumptions, provision of psycho-spiritual understanding, strengthening of positive perspectives, and final evaluation. The results show a significant change in the subject's perspective on self, surroundings, and destiny, marked by increased self-confidence, emotional stability, and the ability to build social relationships. These findings suggest that husnudzon therapy is effective not only psychologically but also in strengthening spiritual resilience.

Keywords: *Husnudzon Therapy, Low Self-Esteem, College Students from Broken homes*

ABSTRAK

.إيكاموتياتوس سعادة، 04020321048، 2025

تطبيق الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالحسنودزون في التغلب على انخفاض احترام الذات لدى الطلاب ضحايا الأسر المفككة في سيدوسيرمو سورابايا

تهدف هذه الدراسة إلى تحليل عملية ونتائج تطبيق علاج حُسن الظنّ في إطار الإرشاد الإسلامي لمعالجة الشعور بالدونية لدى طلاب الجامعات الذين نشأوا في أسر مفككة. استخدمت الدراسة منهجًا نوعيًا بأسلوب دراسة الحالة، وركزت على طالب واحد تظهر عليه أعراض الشعور بالدونية، مثل الانسحاب الاجتماعي، والتصور السلبي للذات، وعدم الاستقرار العاطفي. تم تنفيذ العلاج من خلال خمس مراحل، تشمل بناء العلاقة، وتحديد الافتراضات السلبية، وتقديم الفهم النفسي الروحي، وتعزيز النظرة الإيجابية، والتقييم النهائي. أظهرت نتائج العلاج تغييرًا ملحوظًا في نظرة المستجيب إلى نفسه، وبيئته، وقدره، مما تجلّى في زيادة الثقة بالنفس، واستقرار المشاعر، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية. وتشير هذه النتائج إلى أن علاج حُسن الظنّ فعال نفسيًا، ويُعزّز كذلك الصمود الروحي. الكلمات المفتاحية: علاج حُسن الظنّ، الشعور بالدونية، طلاب الجامعات من أسر مفككة

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis.....	5
E. Definisi Konsep.....	6
F. Sistematika Pembahasan	10

BAB II KAJIAN TEORITS	12
A. Kerangka Perspektif Teoritik	12
1. Konseling Islam.....	12
2. Terapi Husnudzon	17
3. Rasa Rendah Diri.....	29
4. Mahasiswa Korban <i>Broken home</i>	38
B. Kajian Perspektif Dakwah Islam.....	50
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan	53
BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	56
B. Subjek dan Lokasi Penelitian.....	56
C. Jenis dan Sumber Data.....	57
D. Teknik Pengumpulan Data.....	57
E. Teknik Validitas Data	59
F. Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	60
A. Gambaran Umum dan Subjek Penelitian	60
B. Penyajian Data	64
C. Pembahasan Hasil Penelitian	79
1. Perspektif Teori	80
2. Perspektif Islam.....	88
BAB V PENUTUP.....	91
A. Simpulan	91

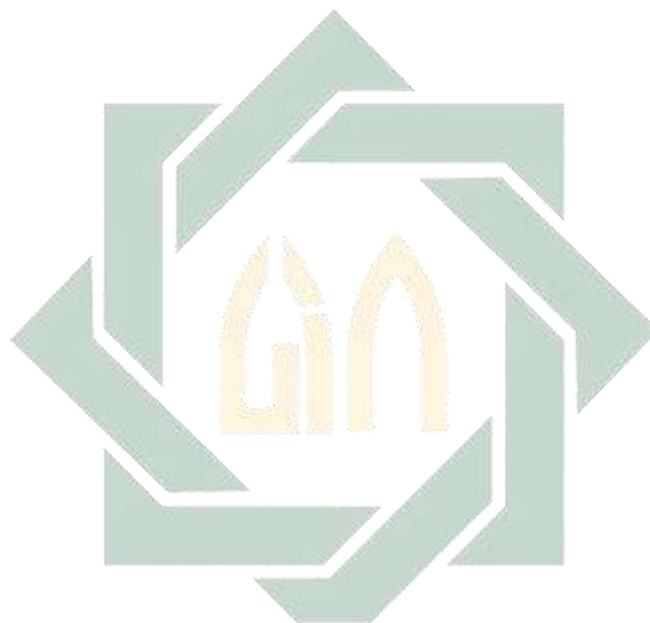
B. Rekomendasi.....	92
C. Keterbatasan Penelitian.....	93
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	99
PROFIL PENULIS	109



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Perilaku Sebelum Konseling.....	64
Tabel 4. 2 Perilaku Sesudah Konseling	79
Tabel 4. 3 Analisis Proses Konseling.....	85
Tabel 4. 4 Analisis Perbandingan Perilaku Sebelum dan Sesudah Konseling.....	88



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TRANSLITERASI

Di dalam naskah skripsi ini banyak dijumpai nama dan istilah teknis (*technical term*) yang berasal dari bahasa Arab yang ditulis dengan huruf latin. Pedoman transliterasi yang digunakan untuk penulisan tersebut adalah sebagai berikut.

Awal	Tengah	Akhir	Tunggal	Romanisasi
ا	ا	ا	ا	(Tidak ada)
ب	ب	ب	ب	b
ت	ت	ت	ت	t
ث	ث	ث	ث	th
ج	ج	ج	ج	j
ح	ح	ح	ح	h
خ	خ	خ	خ	kh
د	د	د	د	d
ذ	ذ	ذ	ذ	dh
ر	ر	ر	ر	r
ز	ز	ز	ز	z
س	س	س	س	s
ش	ش	ش	ش	sh
ص	ص	ص	ص	s
ض	ض	ض	ض	d
ط	ط	ط	ط	t
ظ	ظ	ظ	ظ	z
ع	ع	ع	ع	'
غ	غ	غ	غ	gh
ف	ف	ف	ف	f
ق	ق	ق	ق	q
ك	ك	ك	ك	k
ل	ل	ل	ل	l
م	م	م	م	m
ن	ن	ن	ن	n
ه	ه	ه ، ة	ه ، ة	h

Awal	Tengah	Akhir	Tunggal	Romanisasi
و	و	و	و	w
ي	ي	ي	ي	y

Bunyi Vokal and Diftong

اَ	a	اَ	ā	اِي	ī
اُ	u	اِي	á	اُو	aw
اِ	i	اُ	ū	اِي	ay



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Abdurrahman. "Fungsi dan Peran Konseling Islam Dalam Pendidikan." *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (27 Mei 2019). <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i1.799>.
- Adz-Dzaky, Hamdani Bakran. *psikoterapi dan konseling islam*. yogyakarta: fajar pustaka baru, 2001.
- Agustina, Ida. "Penerapan Strategi Reframing Untuk Mengurangi Perasaan Rendah Diri Siswa Kelas Vii-H Smp Negeri 1 Jogorogo Ngawi." *Jurnal BK* 04, no. 03 (2014).
- Al-Ghazali, Imam. *Minhajul Abidin*, Alih bahasa: abul hiyadh. surabaya: Mutiara ilmu, 2005.
- . *Mukasyafah Al-Qulub Bening Hati Dengan Ilmu Tassawuf*. Bandung: Marja, 2003.
- An-Naisaburi, al-Qusyairi. *Risalah Qusyairiyah*. Jakarta: Pustaka Amani, 2007.
- arifin, H.M. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: Golden Terayon Press, 1982.
- Ariyanto, Komang. "Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Anak." *Jayapangus Press Metta: Jurnal Ilmu Multidisiplin* 03, no. 01 (2023).
- Atailah, Syekh Ahmad. *Mutu Manikam Dari Kitab Alhikam*. surabaya: Mutiara ilmu, 1995.
- Bakri, Mubarak. "Prasangka Dalam Al-Qur'an." *Rausyan Fikr: Jurnal Studi Ilmu Ushuluddin dan Filsafat* 14, no. 1 (15 Agustus 2018). <https://doi.org/10.24239/rsy.v14i1.322>.
- Citra Ramadhanty. "Implementasi Qana'ah Terhadap Rasa Rendah Diri (Inferiority)." *Nathiqiyyah: Jurnal Psikologi Islam* 6, no. 1 (30 Juni 2023). <https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v6i1.743>.

- Elfiky, Ibrahim. *Terapi Berpikir Positif*. 1–10 ed. Jakarta: zaman, t.t.
- Faqih, A.R. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*. yogyakarta: ui press, 2001.
- Gudnanto, Gudnanto. “Peran Bimbingan Dan Konseling Islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia.” *Jurnal Konseling Gusjigang* 1, no. 1 (31 Agustus 2015). <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i1.287>.
- Hediansyah, Haris. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika., 2011.
- Imron Muttaqin, dan Bagus Sulistyo. “Analisis Faktor Penyebab Dan Dampak Keluarga Broken Home.” *Jurnal Studi gender dan anak* 6, no. 2 (29 Juni 2018). <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.1956>.
- Indonesia, Badan Pusat Statistik. “Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (perkara), 2024 - Tabel Statistik.” *Badan Pusat Statistik Indonesia*, 22 Februari 2024. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>.
- Kartono, Kartini. *Bimbingan Konseling Dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*. Jakarta: Cv Rajawali., 1985.
- Komalasari, Gantina, dan dkk. *Teori Dan Teknik Konseling*. jakarta: indeks, 2011.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM press, 2005.
- Mahendra, Juandra Prisma, Fitriani Rahayu, dan Baiq Suryati Ningsih. “Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Kasus Di Tk Sedesa Tegal Maja Lombok Utara).” *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala* 7, no. 2 (29 Juni 2022). <https://doi.org/10.58258/jupe.v7i2.3824>.

- Masrukhin, Akhmad Rudi, Puji Maulana, dan Muhammad Syarofi. "Terapi Husnudzon: Solusi dalam Membangun Keharmonisan Pertemanan Santri." *Pandalungan: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 1, no. 2 (6 September 2023). <https://doi.org/10.62097/pandalungan.v1i2.1417>.
- Mokhtar, Saifulazry, Mohd Nur Hidayat Hasbollah Hajimin, Abang Mohd Razif Abang Muis, Irma Wani Othman, Mohd Sohaimi Esa, Romzi Ationg, dan Siti Aida Lukin @ Lokin. "An Analysis Of Islamic Communication Principles In The Al-Quran." *International Journal of Law, Government and Communication* 6, no. 23 (30 April 2021). <https://doi.org/10.35631/IJLGC.6230010>.
- Muawanah, Elfi. *Bimbingan Dan Konseling Islam Sekolah Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara, 2012.
- Mulyadi, Mohammad. "Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya." *Jurnal Studi Komunikasi dan Media* 15, no. 1 (26 Agustus 2013). <https://doi.org/10.31445/jskm.2011.150106>.
- Mulyana, Deddy. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Mahasiswa Rosdakarya, 2002.
- Nawawi, Hadari, dan dkk. *Penelitian Terapan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press., 1996.
- Nilamsari, Natalina. "Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif." *Wacana* 13 (2014).
- Nugraheni, Hasri Wulan, dan Kamsih Astuti. "Intervensi Kelompok (Bimbingan dan Konseling) untuk Mengurangi Prasangka pada Peserta Didik: Kajian Literatur." *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 05, no. 02 (2023).
- Pinandito, Satrio. *Husnudzon Dan Sabar Kunci Sukses Meraih Kebahagaiaan Hidup, Kiat-Kiat Praktis Berpikir Positif Menyiasati Persoalan Hidup*. Jakarta: Elex Media Komputindo., 2011.

- Pohan, Annida Husna, Ahmaddin Ahmad Tohar, dan Zuriatul Khairi. "Husnudzon Dalam Psikologi Positif: Teori dan Implementasinya." *IJEDR: Indonesian Journal of Education and Development Research* 2, no. 2 (1 Juli 2024). <https://doi.org/10.57235/ijedr.v2i2.2573>.
- Rahmah, Mamluatur. "Husnuzan Dalam Perspektif Al-Qur'ân Serta Implementasinya Dalam Memaknai Hidup." *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 2, no. 2 (5 Januari 2022). <https://doi.org/10.22515/ajipp.v2i2.4550>.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah*. Jakarta: Lentera hati, 2007.
- Sigiro, Joy Sandra, Fransisco Alexander, dan Muhammad Avisena Al-Ghifari. "Dampak Keluarga Broken Home Pada Kondisi Mental Anak." *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)* 1 (2022).
- Soedarmadji, Hartono Boy. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana, 2014.
- Suarti, Ni Ketut Alit, Deni Kurniawan, dan Intan Kusuma Wardani. "Pengaruh Teknik Role Playing Terhadap Sikap Rendah Diri Pada Siswa Kelas Xi Ipa Di Sma Negeri 1 Gunungsari." *Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk)* 8, no. 1 (2023).
- Sudaryono. *Mindset Revolution To Becoming A Champion*. Jakarta: Lentera Ilmu Cendikia., 2015.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2010.
- Usman, Husaini, dan Purnomo setiady Akbar. *Metodologi Penelitian Sosial*. Bandung: Bumi Aksara, 1996.
- Willis, Sofyan S. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Winkel, W.S. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan Di Sekolah Menengah*. Jakarta: Gramedia, 1889.

Yucel, Salih. "Positive Thinking and Action in Islam: Case Studies from the Sirah of Prophet Muhammad." *International Journal of Humanities and Social Science* 5, no. 1 (2015).

zakaria, abi husain ahmad bin faris. *Maqayis al-lughah / Abi Husain Ahmad bin Faris Zakaria*. Kairo: Darul Hadits, 2008.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A