



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**PENGEMBANGAN MEDIA *PLAY THERAPY* MELALUI  
PERMAINAN *PICK AND SPEAK* BERBASIS *COGNITIVE  
BEHAVIOR* ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN  
KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA IPNU-IPPNU RANTING  
SIDOMULYO MEGALUH JOMBANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana (S.sos)

**Oleh :**

**Kharismatur Rosyidah**

**NIM. 04020322061**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Kharismatur Rosyidah  
NIM : 040203222061  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Proposal : Pengembangan Media *Play Therapy*  
Melalui Permainan *Pick And Speak*  
Berbasis *Cognitive Behavior* Islami Untuk  
Meningkatkan Kepercayaan Diri Anggota  
Ippnu Ippnu Ranting Sidomulyo Megaluh  
Jombang.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 3 Desember 2025

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



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



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

**LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**  
**PEMBEMBANGAN MEDIA *PLAY THERAPY* MELALUI**  
**PERMAINAN *PICK AND SPEAK* BERBASIS *COGNITIVE***  
***BEHAVIOR* ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN**  
**KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA IPNU IPPNU SIDOMULYO**  
**MEGALUH JOMBANG**

**SKRIPSI**

Disusun Oleh

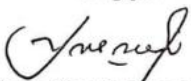
Kharismatur Rosyidah

04020322061

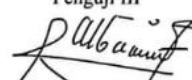
telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada  
tanggal 29 Desember 2025

Tim penguji

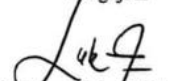
Penguji I

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

Penguji III

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

Penguji II

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

Penguji IV

  
Dr. H. Cholil, M.Pd.1  
NIP. 196506151993031005

Surabaya, 29 Desember 2025



Dr. Moch. Cholul Afif, S.Ag. M. Fil.I  
NIP. 197110171998031001

## LEMBAR PERNYATAAN ORIENTASI SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kharismatur Rosyidah  
Nim : 04020322061  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan ini sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengembangan Media *Play Therapy* Melalui Permainan *Pick And Speak* berbasis *Cognitive Behavior* Islami Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anggota IPNU IPPNU Sidomulyo Megaluh Jombang” adalah benar merupakan karya saya pribadi. Hal – hal yang bukan karya saya dalam skripsi tersebut di beri 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, 10 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



20  
METERAI  
TEMPEL  
CCANX192636800

**Kharismatur Rosyidah**

**Nim. 04020322061**

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Kharismatur Rosyidah  
NIM : 04020322061  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam  
E-mail address : [kharismatur@gmail.com](mailto:kharismatur@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 :

“PENGEMBANGAN MEDIA PLAY THERAPY MELALUI PERMAINAN PICK AND SPEAK BERBASIS  
COGNITIVE BEHAVIOR ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA IPNU-IPNU  
RANTING SIDOMULYO MEGALUH 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, 12 Januari 2026

Penulis



(Kharismatur Rosyidah)  
nama terang dan tanda tangan

## ABSTRAK

**Kharismatur Rosyidah (04020322061), 2025.** Pengembangan Media *Play Therapy* Melalui Permainan *Pick And Speak* Berbasis *Cognitive Behavior* Islami Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anggota Ippnu Ippnu Ranting Sidomulyo Megaluh Jombang.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat kepercayaan diri yang masih banyak dijumpai pada anggota IPNU–IPPNU Sidomulyo, khususnya dalam kegiatan organisasi yang menuntut kemampuan berbicara, berpendapat, dan tampil di depan umum. Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut, peneliti mengembangkan media *Play Therapy* berupa permainan *Pick and Speak* yang dirancang untuk melatih keberanian, kelancaran berbicara, serta keyakinan diri peserta. Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D) merupakan gabungan dari metode penelitian kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini dilakukan melalui Sembilan dari sepuluh tahap, yakni penemuan potensi dan masalah, pengumpulan data, desain produk awal, validasi desain produk, revisi desain, uji coba produk, revisi produk, uji coba pemakaian, revisi produk, dan produksi massal. Namun penelitian ini dilaksanakan sampai tahap evaluasi dan revisi produk akhir, tanpa melanjutkan ke produksi massal. Hasil validasi dari para ahli menunjukkan bahwa media *Pick and Speak* memiliki tingkat kelayakan yang tinggi dari aspek materi, tampilan, bahasa, dan kegunaan, sehingga dinilai sangat layak digunakan. Uji coba pemakaian juga menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap kepercayaan diri anggota IPNU–IPPNU Sidomulyo. Hasil pretest memperlihatkan persentase sebesar 57,2% dengan kategori sedang, sedangkan hasil posttest meningkat menjadi 90,9% dengan kategori tinggi. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa media permainan *Pick and Speak* efektif dan sesuai digunakan sebagai sarana media *play therapy* dalam meningkatkan kepercayaan diri anggota IPNU–IPPNU Sidomulyo.

**Kata Kunci :** Media *Play Therapy*, Permainan *Pick And Speak* Berbasis *Cognitive Behavior* Islami, Kepercayaan diri.

## ABSTRACT

Kharismatur Rosyidah (04020322061). 2025. Development of Play Therapy Media through the Pick and Speak Game Based on Islamic Cognitive Approaches to Improve the Self-Confidence of IPNU–IPPNU Members at the Sidomulyo Branch, Megaluh, Jombang.

This study was motivated by the low level of self-confidence often found among members of IPNU–IPPNU Sidomulyo, especially during organizational activities that require speaking, expressing opinions, and performing in front of others. To address this issue, the researcher developed a Play Therapy-based medium in the form of the Pick and Speak game, designed to train participants' courage, fluency in speaking, and self-assurance. The study employed a Research and Development (R&D) approach, which combines qualitative and quantitative methods. The development process followed nine out of the ten standard stages: identifying potentials and problems, data collection, initial product design, design validation, design revision, product testing, product revision, usage trials, and final product revision. The process stopped at the evaluation and final revision stage and did not proceed to mass production. The validation results from expert reviewers indicated that the Pick and Speak media met a high level of feasibility in terms of content, appearance, language, and practicality, making it highly suitable for use. The usage trial also showed a significant improvement in members' self-confidence. The pretest score was 57.2%, categorized as moderate, while the posttest score increased to 90.9%, categorized as high. Based on these findings, the Pick and Speak game can be concluded to be an effective and appropriate play therapy medium for enhancing the self-confidence of IPNU–IPPNU Sidomulyo members.

**Keywords:** Play Therapy Media, Pick and Speak Game Based on Islamic Cognitive Behavior , Self-Confidence.

## خُلاصَة

خَارِزْمَاتُور رُسَيْدَه (٠٤٠٢٠٣٢٢٠٦١)، ٢٠٢٥م تَطْوِيرُ وَسِيلَةِ الْعِلَاجِ بِاللَّعِبِ مِنْ خِلَالِ لُغْبَةِ بِيكْ أُنْدَ سَبِيكْ الْقَائِمَةِ عَلَى الْمَعْرِفَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ لِتَنْمِيَةِ الثِّقَّةِ بِالنَّفْسِ لِأَعْضَاءِ إِي بِنُو إِي بِنُو فَرَعِ سِيدُمُولِيُو، مِيعْلُوهُ، جُمْبَانِغْ.

بُحِثَتْ هَذِهِ الدِّرَاسَةُ انْطِلَاقًا مِنْ انْخِفَاضِ مُسْتَوَى الثِّقَّةِ بِالنَّفْسِ الَّذِي يَظْهَرُ لَدَى أَعْضَاءِ إِي بِنُو-إِي بِنُو سِيدُمُولِيُو، خَاصَّةً فِي الْأَنْشِطَةِ التَّنْظِيمِيَّةِ الَّتِي تَتَطَلَّبُ الْقُدْرَةَ عَلَى التَّحَدُّثِ، وَإِبْدَاءِ الرَّأْيِ، وَالْوُقُوفِ أَمَامَ الْجُمْهُورِ. وَسَعْيًا لِمُعَالَجَةِ هَذِهِ الْمَشْكِلَةِ، قَامَ الْبَاحِثُ بِتَطْوِيرِ وَسِيلَةِ الْعِلَاجِ اللَّعْبِيِّ عَلَى شَكْلِ لُغْبَةِ تُسَمَّى بِيكْ أُنْدَ سَبِيكْ (بِيكْ أُنْ سَبِيكْ)، وَقَدْ وُضِعَتْ لِتَدْرِيبِ الْمَشَارِكِينَ عَلَى الشَّجَاعَةِ، وَطَلَاقَةِ التَّحَدُّثِ، وَتَعْزِيزِ الثِّقَّةِ اِتَّبَعَتِ الدِّرَاسَةُ مَنَهْجَ الْبَحْثِ وَالتَّطْوِيرِ (أَر دِي)، وَهُوَ مَنَهْجٌ يَجْمَعُ بَيْنَ الْأَسَالِيبِ بِالنَّفْسِ النَّوعِيَّةِ وَالْكَوْنِيَّةِ. وَقَدْ تَمَّ تَنْفِيزُ تِسْعَةِ مَرَاكِحَ مِنْ أَصْلِ عَشْرِ، وَهِيَ: اِكْتِشَافُ الْإِمْكَانَاتِ وَالْمَشَاكِلِ، جَمْعُ الْبَيَانَاتِ، تَصْمِيمُ الْمُنْتَجِ الْأَوَّلِيِّ، تَحْقِيقُ صِحَّةِ التَّصْمِيمِ، مُرَاجَعَةُ التَّصْمِيمِ، تَجْرِبَةُ الْمُنْتَجِ، تَعْدِيلُ الْمُنْتَجِ، تَجْرِبَةُ الِاسْتِعْمَالِ، ثُمَّ الْمُرَاجَعَةُ النَّهَايِيَّةُ. أَمَّا مَرَحَلَةُ الْإِنْتِاجِ الْكُتُبِيِّ وَقَدْ أَشَارَتْ نَتَائِجُ التَّحْكِيمِ الَّذِي أَجْرَاهُ الْخَبْرَاءُ إِلَى أَنَّ وَسِيلَةَ (الْمَصْنَعِي) فَلَمْ تُسْتَكْمَلْ بِيكْ أُنْ سَبِيكْ تَتَمَتَّعُ بِدَرَجَةٍ عَالِيَةٍ مِنَ الْمَلَاءَمَةِ مِنْ حَيْثُ الْمَادَّةُ وَالْمُظْهَرُ وَاللُّغَةُ وَالْفَاعِلِيَّةُ، مِمَّا يَجْعَلُهَا صَالِحَةً لِلِاسْتِخْدَامِ بِدَرَجَةٍ كَبِيرَةٍ. كَمَا أَظْهَرَتِ التَّجَارِبُ الْعَمَلِيَّةُ وَجُودَ تَحْسُنٍ مَلْمُوسٍ فِي مُسْتَوَى الثِّقَّةِ بِالنَّفْسِ لَدَى أَعْضَاءِ إِي بِنُو-إِي بِنُو سِيدُمُولِيُو؛ فَقَدْ بَلَغَتْ نِسْبَةُ وَهِيَ فِي الْفَتَةِ الْمَتَوَسَّطَةِ، بَيْنَمَا ارْتَفَعَتِ النِّسْبَةُ فِي الْإِخْتِبَارِ ٥٧,٢٪ الْإِخْتِبَارِ الْقَبْلِيِّ وَبِنَاءً عَلَى هَذِهِ النَتَائِجِ، يُمَكِّنُ الْقَوْلُ إِنَّ لُغْبَةَ. وَهِيَ فِي الْفَتَةِ الْعَالِيَةِ ٩٠,٩٪ الْبَعْدِيِّ إِلَى بِيكْ أُنْ سَبِيكْ تُعَدُّ وَسِيلَةً فَعَّالَةً وَمُنَاسِبَةً فِي الْعِلَاجِ اللَّعْبِيِّ، وَقَادِرَةً عَلَى تَعْزِيزِ الثِّقَّةِ بِالنَّفْسِ لِإِي بِنُو سِيدُمُولِيُو لَدَى أَعْضَاءِ إِي بِنُو.

وسائل العلاج باللعب، لعبة الاختيار والتعبير القائمة على العلاج: الكلمات المفتاحية  
السلوكي المعرفي الإسلامي، الثقة بالنفس.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

|                                           |      |
|-------------------------------------------|------|
| LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....  | ii   |
| LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKripsi .....     | iii  |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....                | iv   |
| LEMBAR PERNYATAAN ORIENTASI SKripsi ..... | vi   |
| ABSTRAK .....                             | vii  |
| ABSTRACT .....                            | viii |
| خلاصة .....                               | ix   |
| KATA PENGANTAR.....                       | xi   |
| DAFTAR TRANSLITERASI.....                 | xiii |
| DAFTAR ISI .....                          | xv   |
| DAFTAR TABEL.....                         | xvii |
| DAFTAR GAMBAR.....                        | xix  |
| BAB I.....                                | 1    |
| PENDAHULUAN.....                          | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah.....            | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                  | 8    |
| C. Tujuan Karya Kreatif.....              | 8    |
| D. Manfaat Penelitian.....                | 9    |
| E. Definisi Konsep.....                   | 10   |
| F. Sistematika Pembahasan .....           | 15   |
| BAB II.....                               | 16   |
| KAJIAN TEORITIK .....                     | 16   |
| A. Kajian Perspektif Teoritik .....       | 16   |
| B. Kajian Perspektif Dakwah Islam .....   | 39   |

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| C.    Orisinalitas dan Pemosisian Karya .....       | 42  |
| BAB III .....                                       | 49  |
| METODE PERANCANGAN .....                            | 49  |
| A.    Konsep Karya Kreatif .....                    | 49  |
| B.    Desain Media Produk .....                     | 53  |
| C.    Tahapan Produksi .....                        | 55  |
| D.    Rencana Anggaran Biaya.....                   | 65  |
| BAB IV .....                                        | 66  |
| EKSEKUSI KARYA KREATIF DAN PEMBAHASAN.....          | 66  |
| A.    Deskripsi Produk Karya Kreatif .....          | 66  |
| B.    Pembahasan Karya Kreatif (Analisis Data)..... | 71  |
| BAB V .....                                         | 177 |
| PENUTUP.....                                        | 177 |
| A.    Simpulan .....                                | 177 |
| B.    Keterbatasan Karya Kreatif .....              | 178 |
| C.    Rekomendasi.....                              | 179 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                | 181 |
| LAMPIRAN.....                                       | 189 |
| BIOGRAFI PENULIS.....                               | 209 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 3. 1 Spesifikasi Penilaian Tim Uji Ahli.....                                              | 61  |
| Tabel 3. 2 Rencana Anggaran Biaya.....                                                          | 65  |
| Tabel 4. 1 Skor Nilai dengan Skala Likert.....                                                  | 92  |
| Tabel 4. 2 Perhitungan Skor Minimum, Maksimum, Rentang dan<br>Kriteria .....                    | 92  |
| Tabel 4. 3 Kriteria Penilaian Uji Ahli .....                                                    | 92  |
| Tabel 4. 4 Kriteria Penilaian Uji Ahli 1 .....                                                  | 94  |
| Tabel 4. 5 Hasil Penilaian Uji Ahli 2 .....                                                     | 96  |
| Tabel 4. 6 Hasil Penilaian Uji Ahli 3 .....                                                     | 98  |
| Tabel 4. 7 Akumulasi Penilaian Ahli .....                                                       | 98  |
| Tabel 4. 8 Skor Nilai Uji Coba Produk.....                                                      | 104 |
| Tabel 4. 9 Perhitungan Skor Maksimum, Minimum, Rentang, dan<br>Kriteria Uji Coba Produk .....   | 104 |
| Tabel 4. 10 Kriteria Penilaian Observasi Uji coba Produk.....                                   | 105 |
| Tabel 4. 11 Hasil Pretest Anggota 1.....                                                        | 107 |
| Tabel 4. 12 Hasil Posttest Uji Coba Produk Anggota 1 .....                                      | 110 |
| Tabel 4. 13 Hasil Pretest Uji Coba Produk Anggota 2.....                                        | 113 |
| Tabel 4. 14 Hasil Posttest Uji Coba Produk Anggota 2 .....                                      | 115 |
| Tabel 4. 15 Hasil Pretest Uji Coba Produk Anggota 3.....                                        | 118 |
| Tabel 4. 16 Hasil Posttest Uji Coba Produk Anggota 3 .....                                      | 121 |
| Tabel 4. 17 Rekapitulasi Hasil Pretest Uji Coba Produk.....                                     | 122 |
| Tabel 4. 18 Rekapitulasi Hasil Posttest Uji.....                                                | 123 |
| Tabel 4. 19 Skor Nilai Uji Coba Pemakaian.....                                                  | 125 |
| Tabel 4. 20 Perhitungan Skor Maksimum, Minimum, Rentang dan<br>Kriteria Uji Coba Pemakaian..... | 126 |
| Tabel 4. 21 Kriteria Penilaian Angket Uji Coba Pemakaian. ....                                  | 126 |
| Tabel 4. 22 Hasil Pretest Uji Coba Pemakaian Anggota 1. ....                                    | 129 |
| Tabel 4. 23 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 1.....                                    | 132 |
| Tabel 4. 24 Hasil Pretest Uji Coba Pemakaian Anggota 2. ....                                    | 135 |
| Tabel 4. 25 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 2.....                                    | 137 |
| Tabel 4. 26 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 3.....                                    | 143 |
| Tabel 4. 27 Hasil Pretest Uji Coba Pemakaian Anggota 4. ....                                    | 146 |
| Tabel 4. 28 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 4.....                                    | 148 |
| Tabel 4. 29 Hasil Pretest Uji Coba Pemakaian Anggota 5. ....                                    | 151 |
| Tabel 4. 30 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 5.....                                    | 154 |
| Tabel 4. 31 Hasil Pretest Uji Coba Pemakaian Anggota 6. ....                                    | 156 |

|                                                                   |     |
|-------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4. 32 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 6.....      | 159 |
| Tabel 4. 33 Hasil Pretest Uji Coba Pemakaian Anggota 7. ....      | 162 |
| Tabel 4. 34 Hasil Posttest Uji Coba Pemakaian Anggota 7.....      | 164 |
| Tabel 4. 35 Rekapitulasi Pretest Uji Coba Pemakaian Produk.....   | 166 |
| Tabel 4. 36 Rekapitulasi Posttest Uji Coba Pemakaian Produk. .... | 167 |



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                                                                   |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Gambar 3. 1 Tahapan Pembuatan Media .....                                                                         | 56  |
| Gambar 3. 1 Tahapan Pembuatan Media .....                                                                         | 56  |
| Gambar 4. 1 Kartu Literasi Tampak Depan .....                                                                     | 75  |
| Gambar 4. 2 Kartu Literasi Tampak Belakang.....                                                                   | 76  |
| Gambar 4. 3 Kartu Aksi Tampak Depan .....                                                                         | 77  |
| Gambar 4. 4 Kartu Aksi Tampak Belakang .....                                                                      | 78  |
| Gambar 4. 5 Kartu Refleksi Tampak Belakang .....                                                                  | 79  |
| Gambar 4. 6 Kartu Refleksi Tampak Depan .....                                                                     | 79  |
| Gambar 4. 7 Bagian Cover Depan dan Belakang Buku Paduan<br>Media Permainan <i>PICK AND SPEAK</i> .....            | 81  |
| Gambar 4. 8 Cover Kedua buku Panduan Penggunaan Media<br>Permainan <i>PICK AND SPEAK</i> .....                    | 82  |
| Gambar 4. 9 Kata Pengantar Buku Panduan Penggunaan Media<br>Permainan <i>PICK AND SPEAK</i> .....                 | 83  |
| Gambar 4. 10 4.10 Daftar Isi Buku Panduan Penggunaan Media<br>Permainan <i>PICK AND SPEAK</i> .....               | 84  |
| Gambar 4. 11 Bagian Pembahasan Kepercayaan Diri .....                                                             | 86  |
| Gambar 4. 12 4.12 Bagian Materi Buku Panduan Permainan <i>PICK<br/>AND SPEAK</i> .....                            | 86  |
| Gambar 4. 13 Bagian Gambaran Umum Permainan <i>PICK AND<br/>SPEAK</i> .....                                       | 87  |
| Gambar 4. 14 Bagian Integrasi Nilai Pengembangan Diri di Setiap<br>kartu .....                                    | 88  |
| Gambar 4. 15 Bagian Panduan Media Permainan <i>PICK AND<br/>SPEAK</i> .....                                       | 89  |
| Gambar 4. 16 Bagian Daftar Pustaka dan Profil Penulis Buku<br>Panduan Media Permainan <i>PICK AND SPEAK</i> ..... | 91  |
| Gambar 4. 17Revisi Cover dan Warna Pada Buku Panduan Media<br>Permainan Pick And Speak .....                      | 101 |
| Gambar 4. 18 Revisi Font pada Kartu literasi.....                                                                 | 101 |
| Gambar 4. 19 Revisi bab materi sub bab cara pembuatan serta alat<br>dan bahan .....                               | 102 |
| Gambar 4.20 Revisi Tulisan Asing Yang Belum Bercetak miring..                                                     | 102 |
| Gambar 4. 21 Revisi Awal Paragraf Yang Belum Menjorok.....                                                        | 103 |

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbasi, R., Chobtashani, S., Salehian, M. H., & Sarvari, S. (n.d.). *Comparing the effects of play therapy and selected sports exercises on self-confidence, physical self-efficacy, and mental toughness in children*. ResearchGate. [https://www.researchgate.net/publication/372286829\\_Comparing\\_the\\_Effects\\_of\\_Play\\_Therapy\\_and\\_Selected\\_Sports\\_Exercises\\_on\\_Self-Confidence\\_Physical\\_Self-Efficacy\\_and\\_Mental\\_Toughness\\_in\\_Children](https://www.researchgate.net/publication/372286829_Comparing_the_Effects_of_Play_Therapy_and_Selected_Sports_Exercises_on_Self-Confidence_Physical_Self-Efficacy_and_Mental_Toughness_in_Children)
- AECT. (1997). *The definition of educational technology: AECT task force on definition and terminology*. Association for Educational Communications and Technology.
- Ahmad, Z. A., Sabki, Z., Sa'ari, C. Z., Muhsin, S. B. S., Kheng, G. L., Sulaiman, A. H., & Koenig, H. G. (2019). Islamic integrated cognitive behavior therapy: A shari'ah-compliant intervention for Muslims with depression. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 28(1), 8–9.
- Rohmah, A., & Utami, S. (2021). Pengembangan media shock box untuk mengidentifikasi informasi surat pribadi dan surat dinas kelas VII. *Patria Educational Journal*, 1(1), 13–28. <https://doi.org/10.28926/pej.v1i1.64>
- Al Fidah Rif'atul, M., Saifudin, M., & Saifudin, M. (2023). Hubungan self-confidence dengan kecemasan berbicara di depan umum pada remaja kelas VII SMP Negeri 3 Baureno Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3). <https://doi.org/10.31004/prepotif.v7i3.20965>
- Aliansyah, M. U., Mubarak, H., Maimunah, S., & Hamdiah, M. (2021). Pengaruh media pembelajaran berbasis audio visual terhadap minat belajar siswa. *Jurnal Syntax Fusion*, 1(7), 122–123. <https://doi.org/10.54543/fusion.v1i07.28>

- Amanullah, A. S. R. (2019). Pendekatan konseling kognitif perilaku. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 3(1), 8–14. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v3i1.225>
- Apriyadi, A. (2022). Cognitive behavioral therapy spritualitas Islam untuk mengatasi kecemasan sosial remaja. *Counselle: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2(1), 70–83. <https://doi.org/10.32923/couns.v2i1.2304>
- Ardini, P. P., & Lestarinigrum, A. (2018). *Bermain dan permainan anak usia dini*. CV Adjie Media Nusantara.
- Arsyad, A. (2002). *Media pembelajaran* (Cet. III). PT Raja Grafindo Persada.
- Awang, A. (2022). *Peningkatan kepercayaan diri melalui kegiatan outbound giring balon* (Skripsi). UIN Alauddin Makassar.
- Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri remaja. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 6(2), 99–105. <https://doi.org/10.31289/analitika.v6i2.850>
- Bernardeau-Moreau, D., Oboeuf, A., & Nassif, N. (2025). Editorial: Stress in young people. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, Article 1599062. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1599062>
- Budi, F. S., & Sari, I. F. (2024). Terapi bermain sebagai media katarsis emosi pada anak-anak korban gempa bumi di Pulau Bawean, Jawa Timur. *Jurnal Warta Desa (JWD)*, 6(2), 79–95. <https://doi.org/10.29303/jwd.v6i2.292>
- Cahyo, A. N. (2011). *Game khusus penyeimbang otak kanan & kiri anak*. FlashBooks.
- Cantoia, M., Clegg, A., & Tinterri, A. (2024). Training teachers to design game-based learning activities: Evidence from a pilot

project. *Computers in the Schools*, 41(4), 425–447.  
<https://doi.org/10.1080/07380569.2023.2271462>

Chand, S. P. (2025). Methods of data collection in qualitative research: Interviews, focus groups, observations, and document analysis. *Advances in Educational Research and Evaluation*, 6(1), 303–317. <https://doi.org/10.25082/AERE.2025.01.001>

Darihastining, S., Aini, S. N., Maisaroh, S., & Mayasari, D. (2020). Penggunaan media audio visual berbasis kearifan budaya lokal pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1594–1602.  
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.923>

Bernardeau-Moreau, D., Oboeuf, A., & Nassif, N. (2025). Editorial: Stress in young people: Sports and relaxation techniques for self-management of stress. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, Article 1599062.  
<https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1599062>

Dhali Shonnareta, T. (2021). The effect of gestalt play therapy with drawing media on creativity. *Psikoeduko*, 1(1), 28–32.  
<https://doi.org/10.17509/psikoeduko.v1i1.32829>

Djamarah, S. B., & Zain, A. (2002). *Strategi belajar mengajar*. Rineka Cipta.

Fadilah, A., Nurzakiyah, K. R., Kanya, N. A., Hidayat, S. P., & Setiawan, U. (2023). Pengertian media, tujuan, fungsi, manfaat dan urgensi media pembelajaran. *Journal of Student Research (JSR)*, 1(2). <https://doi.org/10.55606/jsr.v1i2.938>

Fahmi, L. (2019). Prinsip komunikasi Islam dalam novel *Para Pencari Keadilan*. *Jurnal Komunikasi Islam*, 9(2), 342–360.  
<https://doi.org/10.15642/jki.2019.9.2>

Faiz, F., Puspitarini, I. Y. D., & Ratnawati, V. (2025). Upaya meningkatkan percaya diri siswa melalui media permainan

gasing kayu Guyon Paton. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara*, 4(1). <https://doi.org/10.29407/j0m7zd47>

Ghifani, A. (2004). *Percaya diri sepanjang hari*. Mujahid.

Ginanjari, A., Supriatna, E., & Annisa, D. F. (2023). Pengembangan permainan kartu *Truth or Dare* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP/MTs. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 6(5), 402–409. <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i5.12927>

Hamza, R., & Bioumy, A. (2021). Effectiveness of cognitive play in developing the self-confidence of the mentally handicapped who are able to learn during COVID-19 pandemic. *Technium Social Sciences Journal*, 15, 136–185. <https://doi.org/10.47577/tssj.v15i1.2486>

Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri remaja. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 6(2). <https://doi.org/10.31289/analitika.v6i2.850>

Hatifah, S., & Nirwana, D. (2014). Pemahaman hadis tentang optimisme. *Jurnal Studia Insania*, 2(2), 115–126. <https://doi.org/10.18592/jsi.v2i2.1096>

Hidayat, T., Istikomah, F., Andriani, S. A. T., & Trilisiana, N. (2022). *Self card*: Media edukasi untuk peningkatan rasa percaya diri remaja akhir. *JKTP: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 5(4), 390–398. <https://doi.org/10.17977/um038v5i42022p390>

Himawati, R. (2020). *Efektivitas konseling kelompok melalui teknik play therapy* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Magelang.

Ibnu Katsir. (1999). *Tafsir al-Qur'an al-'Azhim* (Juz 2). Dar al-Tayyibah.

- Indra, M. F., Saputra, A., & Haq, C. (2024). The influence of color and shape of teaching materials in visual design on primary school students' learning interest. *Widyagogik: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 12(1), 41–50. <https://doi.org/10.21107/widyagogik.v12i1.22061>
- Indreswari, H., Miftachul, A., & Bariyyah, K. (n.d.). Play therapy bermuatan permainan tradisional untuk melatih kemampuan interaksi sosial anak autis. *Jurnal Konseling Indonesia*, 7(2). Retrieved September 13, 2025, from <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI/article/view/8280>
- Kemph, J. P. (1969). Review of *Identity, youth and crisis* by E. H. Erikson. *Behavioral Science*, 14(2), 154–159. <https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Kusnadi, S. K., Irmayanti, N., Kusnadi, S. A., Anggoro, H., & Agustina, K. S. B. (2021). Pelatihan public speaking sebagai upaya untuk meningkatkan rasa percaya diri pada remaja komunitas Kappas Surabaya. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 4, 1093–1098. <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v4i0.1303>
- Kusumawardani, N. M. D. N., Yuliastini, N. K. S., Rahayu, D. S., & Sari, N. K. K. U. (2022). Pemanfaatan jenis-jenis media BK di sekolah pada pembelajaran daring. *Widyadari*, 23(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.6390878>
- Luthfi, M. N., et al. (2023). Pengembangan board game untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja. *Diversity Guidance and Counseling Journal*, 1(3), 52–60. <https://doi.org/10.30870/diversity.v1i3.44>
- Manshur, A., & Rodhi, A. (2022). Pengembangan media grafis dalam pembelajaran. *AL-AUFA: Jurnal Pendidikan dan Kajian*

- Martins, P. J., Manzano-Sánchez, D., Belando-Pedreño, N., Carlos-Vivas, J., & Gómez-López, M. (2025). Editorial: Physical education, health and education innovation, volume II. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1621248. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1621248>
- Maulana, A., & Widodo, A. (2022). Implementasi metode research and development (R&D). *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 26(1), 55–67.
- Mayasari, A., Pujasari, W., Ulfah, U., & Arifudin, O. (2021). Pengaruh media visual pada materi pembelajaran terhadap motivasi belajar peserta didik. *Jurnal Tahsinia*, 2(2), 173–179. <https://doi.org/10.57171/jt.v2i2.303>
- Hayatillah, M. (n.d.). *Penerapan media permainan truth and dare untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di MTsN 4 Pidie*. Repository UIN Ar-Raniry. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/20420>
- Ningsih, Y. (2018). *Kesehatan mental*. UINSA Surabaya.
- Nomleni, F. T., & Manu, T. S. N. (2018). Pengembangan media audio visual dan alat peraga dalam meningkatkan pemahaman konsep dan pemecahan masalah. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 8(3), 219–230. <https://doi.org/10.24246/j.js.2018.v8.i3.p219-230>
- Raharjo, A. D., Putri, A. A., & Budi, H. R. (2024). The use of game-based learning to increase student engagement. *Hipkin Journal of Educational Research*, 1(3), 299–310. <https://doi.org/10.64014/hipkin-jer.v1i3.30>
- Rambe, A. H., Parapat, H. F., & Hadinata, R. (2024). Pemanfaatan media berbasis game dalam meningkatkan aktivitas siswa

pada pembelajaran sekolah dasar. *ELSE (Elementary School Education Journal)*, 8(3), Article 132.  
<https://doi.org/10.30651/else.v8i3.24251>

Rohmah, A., & Utami, S. (2021). Pengembangan media shock box untuk mengidentifikasi informasi surat pribadi dan surat dinas kelas VII. *Patria Educational Journal (PEJ)*, 1(1).  
<https://doi.org/10.28926/pej.v1i1.64>

Sabki, Z. A., Sa'ari, C. Z., Muhsin, S. B. S., Kheng, G. L., Sulaiman, A. H., & Koenig, H. G. (2019). Islamic integrated cognitive behavior therapy: A shari'ah-compliant intervention for Muslims with depression. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 28(1), 1–9.

Sesar, K. (2022). The creative art therapies in work with children and adolescents with traumatic experiences. *The Central European Journal of Paediatrics*, 18(1), 63–74.  
<https://doi.org/10.5457/p2005-114.319>

Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-Misbah* (Vol. 2). Lentera Hati.

Shonnareta, T. D. (2021). The effect of gestalt play therapy with drawing media on creativity in high school students. *Psikoeduko: Jurnal Psikologi Edukasi dan Konseling*, 1(1), 26–34. <https://doi.org/10.17509/psikoeduko.v1i1.32829>

Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan permainan anak usia dini. *Generasi Emas*, 4(1), 52–64.  
[https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4\(1\).6985](https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4(1).6985)

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Suryawati, C. T., Kholili, M. I., Susilo, A. T., Asrowi, & Surur, N. (2024). Enhancing effectiveness of guidance and counseling services through web-based interactive media. *Ingénierie*

*des Systèmes d'Information*, 29(1), 37–48.  
<https://doi.org/10.18280/isi.290105>

Susanto, N. (2017). Hakikat dan signifikansi permainan. *Jendela Olahraga*, 2(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1287>

Aliansyah, M. U., Mubarak, H., Maimunah, S., & Hamdiah, M. (2021). Pengaruh media pembelajaran berbasis audio visual terhadap minat belajar siswa di Pesantren Ainul Hasan. *Jurnal Syntax Fusion*, 1(7), 119–124.  
<https://doi.org/10.54543/fusion.v1i07.28>

Widyastuti, C., Widha, L., & Aulia, A. R. (2019). Play therapy sebagai bentuk penanganan konseling trauma healing pada anak usia dini. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 16(1), 100–111.  
<https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.161-08>

Widyastuti, C., Widha, L., & Aulia, A. R. (2021). Bermain dan permainan anak usia dini. *Generasi Emas*, 4(1), 52–64.  
[https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4\(1\).6985](https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4(1).6985)

Hamza, R., & Bioumy, A. (2021). Effectiveness of cognitive play in developing the self-confidence of the mentally handicapped who are able to learn during COVID-19 pandemic. *Technium Social Sciences Journal*, 15, 136–185.  
<https://doi.org/10.47577/tssj.v15i1.2486>