



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**PENGARUH *ISLAMIC BIBLIOTHERAPY* MELALUI BUKU
“MUSLIMAH PERCAYA DIRI” TERHADAP
PENINGKATAN *SELF-ESTEEM* SEORANG MAHASISWI
SURABAYA**

SKRIPSI

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

Oleh:
Fauziyah Annisa Hajidah
NIM. 04020321051

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

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fauziyah Annisa Hajidah

NIM : 04020321051

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sepenuhnya bahwa skripsi berjudul **Pengaruh *Islamic Bibliotherapy* Melalui Buku “Muslimah Percaya Diri” Terhadap Peningkatan *Self-esteem* Seorang Mahasiswa Surabaya** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya, dalam skripsi tersebut diberi tanda rujukan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian 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, 22 Mei 2025..

Yang membuat pernyataan,



Fauziyah Annisa Hajidah

NIM. 04020321051

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Fauziyah Annisa Hajidah
NIM : 04020321051
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pengaruh *Islamic Bibliotherapy* Melalui
Buku “Muslimah Percaya Diri” Terhadap
Peningkatan *Self-esteem* Seorang
Mahasiswa Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing
untuk diujikan.

Surabaya, 22 Mei 2025.
Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



(Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes)
197605182007012022



(Dr. H. Cholil, M.Pd.I)
196506181993031005

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Pengaruh *Islamic Bibliotherapy* Melalui Buku “Muslimah Percaya Diri” Terhadap Peningkatan *Self-esteem* Seorang Mahasiswi Surabaya

SKRIPSI

Disusun oleh:
Fauziyah Annisa Hajidah
04020321051

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal 10 JUNI 2025

Tim Penguji

Penguji I

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

Penguji II

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

Penguji III

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

Penguji IV

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



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



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 : Fauziyah Annisa' Hajidah
NIM : 04020321051
Fakultas/Jurusan : Dakwah - Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : Fauziyahann99@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 :

Pengaruh Islamic Bibliotherapy Melalui Buku "Muslimah Percaya diri" Terhadap Peningkatan Self-Esteem Seorang Mahasiswa Surabaya.

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Januari 2026

Penulis


(Fauziyah Annisa' Hajidah)
namu terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Fauziyah Annisa Hajidah, NIM. 04020321051, 2025. Pengaruh *Islamic Bibliotherapy* Melalui Buku “Muslimah Percaya Diri” Terhadap Peningkatan *Self-esteem* Seorang Mahasiswi Surabaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Islamic Bibliotherapy* melalui buku “Muslimah Percaya Diri” terhadap peningkatan *self-esteem* dan untuk mengetahui seberapa signifikan pengaruh yang terjadi pada seorang mahasiswi di Surabaya.

Untuk menjawab pertanyaan diatas, peneliti menggunakan sebuah pendekatan kuantitatif (*single-subject research*) dengan desain A-B-A-B, yang melibatkan satu mahasiswi dengan *self-esteem* rendah sebagai subjek. Intervensi dilakukan dalam dua fase menggunakan buku islami yang dipilih khusus oleh peneliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Islamic Bibliotherapy* melalui buku “Muslimah Percaya Diri” berpengaruh terhadap peningkatan *self-esteem* seorang mahasiswi. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan penemuan pada kondisi baseline pertama (A1), skor *Self-esteem* bersifat statis tanpa perubahan di angka 19, dengan stabilitas 100%. Setelah diberikan perlakuan (B1), terjadi peningkatan signifikan dari angka 19 menjadi 30 dengan perubahan level sebesar +11 poin, menunjukkan adanya peningkatan skor hasil dari intervensi. Pada baseline kedua (A2), meskipun intervensi dihentikan sementara, skor tetap menunjukkan kecenderungan meningkat dengan rata-rata 34,5. Hasil analisis antar kondisi juga memperkuat temuan ini, dengan perubahan level antar kondisi yang signifikan (+11 dan +5) serta persentase *overlap* 0%, menandakan bahwa peningkatan yang terjadi bukan merupakan variasi acak, melainkan perubahan nyata dan konsisten.

Kata Kunci: Biblioterapi Islam, Buku “Muslimah Percaya Diri”, Penghargaan Diri

ABSTRACT

Fauziyah Annisa Hajidah, NIM. 04020321051, 2025. The Influence of Islamic Bibliotherapy Through the Book “Muslimah Percaya Diri” on Increasing Self-esteem of a Surabaya Student.

This study aims to determine the influence of Islamic Bibliotherapy through the book “Muslimah Percaya Diri” on increasing self-esteem and to determine how significant the influence is on a student in Surabaya.

To answer the above questions, the researcher used a quantitative approach (single-subject design) with an A-B-A-B design, involving one student with low self-esteem as the subject. The intervention was carried out in two phases using books specifically selected by the researcher. The book contains Islamic values to help the subject reflect and understand his/her specialness as a creature of Allah.

The results of the study indicate that Islamic Bibliotherapy through the book “Muslimah Percaya Diri” has an effect on increasing the self-esteem of a female student. This can be proven based on the findings in the first baseline condition (A1), the Self-esteem score is static without changing at 19, with 100% stability. After being given treatment (B1), there was a significant increase from 19 to 30 with a level change of +11 points, indicating an increase in the score from the intervention. In the second baseline (A2), although the intervention was temporarily stopped, the score still showed an increasing trend with an average of 34.5. The results of the analysis between conditions also strengthen this finding, with significant changes in levels between conditions (+11 and +5) and an overlap percentage of 0%, indicating that the increase that occurred was not a random variation, but a real and consistent change.

Keywords: Islamic Bibliotherapy, The Book "Muslimah Percaya Diri", Self-Esteem

خلاصة

فوزية أنيسة حاجدة، الرقم الجامعي 04020321051، 2025. تأثير العلاج بالكتب الإسلامية من خلال كتاب "مسلمة واثقة بنفسها" على زيادة احترام الذات تهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثير العلاج بالكتب الإسلامية . لدى طالبة في سورابايا من خلال كتاب "مسلمة واثقة بنفسها" على زيادة احترام الذات، ومعرفة مدى أهمية هذا التأثير لدى طالبة في مدينة سورابايا .

للإجابة على هذه الأسئلة، استخدمت الباحثة منهجًا كميًا (تصميم الحالة ، حيث شملت الدراسة طالبة واحدة تعاني من تدنٍ في **A-B-A-B** الواحدة) بنمط احترام الذات كعينة للبحث. وقد تم تنفيذ التدخل في مرحلتين باستخدام كتاب أظهرت نتائج الدراسة أن العلاج بالكتب . إسلامي تم اختياره خصيصًا من قبل الباحثة الإسلامية من خلال كتاب "مسلمة واثقة بنفسها" له تأثير على رفع مستوى احترام الذات لدى الطالبة. ويتضح ذلك من خلال النتائج في المرحلة الأولى من الخط ، حيث بقيت درجات احترام الذات ثابتة عند الرقم 19 بنسبة استقرار (**A1**) الأساسي ، حدثت زيادة ملحوظة في الدرجات من 19 إلى (**B1**) 100%. وبعد تطبيق التدخل 30، مع تغير في المستوى بمقدار +11 نقطة، مما يدل على تحسن واضح نتيجة ، ورغم توقف التدخل مؤقتًا، إلا أن الدرجات (**A2**) التدخل. وفي الخط الأساسي الثاني ، كما عزز تحليل الفروقات بين المراحل هذه . واصلت الارتفاع بمتوسط بلغ 34.5 النتائج، حيث أظهر تغيرًا ملحوظًا في المستوى بين الحالات (+11 و +5)، مع نسبة تدخل بلغت 0%، مما يدل على أن الزيادة في الدرجات لم تكن نتيجة لتقلبات عشوائية، بل كانت تغيرًا حقيقيًا وثابتًا.

DAFTAR ISI

Contents

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI	ii
MOTTO	ii
PERSEMBAHAN	iii
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
خلاصة.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
PEDOMAN PENULISAN TRANSLITERASI	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	1
BAB I PENDAHULUAN	3
A. Latar Belakang Masalah	3
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Definisi Operasional	12
F. Hipotesis	13
G. Sistematika Pembahasan.....	14
BAB II KAJIAN TEORETIK	15

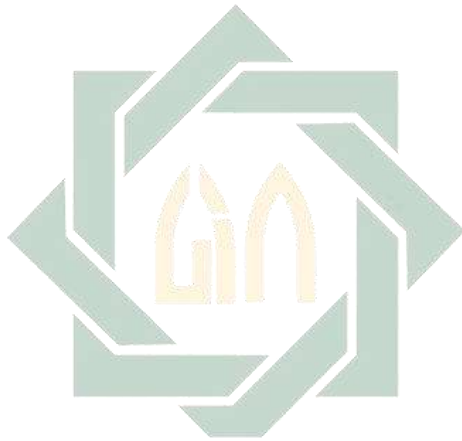
A. Landasan Teori	15
B. Kajian Perspektif Dakwah Islam	22
C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	23
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	31
B. Lokasi Penelitian	31
C. Sample dan Teknik Sampling	32
D. Variabel dan Indikator Variabel	32
E. Teknik Pengumpulan Data	33
F. Instrumen Penelitian	34
G. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	38
B. Penyajian Data	43
C. Analisis Data	74
D. Pembahasan Hasil Penelitian	77
BAB V PENUTUP	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran	80
C. Keterbatasan Penelitian	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN	85

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi - Kisi Instrumen	34
Tabel 4. 1 Komponen dan Fokus Penelitian.....	43
Tabel 4. 2 Rincian Nilai Alat Ukur <i>Self-esteem</i>	45
Tabel 4. 3 Perhitungan Skor Maksimum, Minimum, Rentang, Kriteria, dan Panjang Kelas	45
Tabel 4. 4 Kriteria Penilaian Alat Ukur <i>Self-esteem</i>	46
Tabel 4. 5 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> pada Sesi 1 Baseline A1	47
Tabel 4. 6 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> pada Sesi 2 Baseline A1	49
Tabel 4. 7 Perbandingan Skor Hasil Baseline A1.....	49
Tabel 4. 8 Inkubasi dan Diskusi sesi 1	54
Tabel 4. 9 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> Sesi 1 Intervensi 1	57
Tabel 4. 10 Inkubasi dan Diskusi sesi 2	60
Tabel 4. 11 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> sesi 2 intervensi 1	62
Tabel 4. 12 Inkubasi dan Diskusi sesi 3	65
Tabel 4. 13 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> sesi 3 Intervensi 1	66
Tabel 4. 14 Perbandingan Skor Hasil Intervensi	67
Tabel 4. 15 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> sesi 1 baseline A2	69
Tabel 4. 16 Rincian Perhitungan Nilai <i>Self-esteem</i> sesi 2 baseline A2	71
Tabel 4. 17 Perbandingan Skor Hasil Baseline A2.....	72

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Data Hasil Keseluruhan Baseline A1	50
Grafik 4. 2 Data Hasil Perhitungan Intervensi 1.....	68
Grafik 4. 3 Perubahan <i>Self-esteem</i> Baseline A2	72



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Ardo Trihartono, Dede Rahmat Hidayat, & Indira Chanum, 'Pengaruh Teknik Biblioterapi Untuk Mengubah Konsep Diri Siswa', *Jurnal Bimbingan Konseling* 5 (1) (2016)
- Branden, Nathaniel. *The Psychology of Self-Esteem*, San Francisco: Jossey-Bass, (2001)
- Cash, Thomas F. & Pruzinsky, T. *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, New York: Guilford Press (2002)
- Diah Ekowati, "Affective Bibliotherapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Anak Slow Learner di SD Inklusi", *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi* (2021) 3(1)
- Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV Ilmu, 1975)
- Fatinah L, Muslimah Percaya Diri (Cianjur: Merakit Hikmah Publishing, 2023)
- Febriyanti Alfarendra & Budi Purwoko, "Konseling Individu Teknik Bibliotherapy Untuk Meningkatkan Self-esteem Pada Peserta Didik Kelas VIII Smpn 1 Maduran Lamongan", *Jurnal Bimbingan Konseling Unesa* (2020) Vol. 11 No. 2
- Inggriane Puspita Dewi, Redita Aida Suryadi, & Siti Ulfah Rifa'atulfitri, 'Pengaruh Terapi Bacaan Al-Qur'an (TBQ) sebagai Biblioterapi Islami pada Kesehatan Mental Narapidana Lesbian', *Faletehan Health Journal*, 7 (2) (2020)
- John E. Kurtz, "Test-Retest Reliability," dalam *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, disunting oleh Virgil Zeigler-Hill dan Todd K. Shackelford (Cham: Springer, 2020)
- Laily Nur Rohmah, "Islamic Bibliotherapy Sebagai Pendekatan Spiritual dalam Konseling," *Jurnal Konseling Religi*, Vol. 11 No. 1 (2020)
- Mangesthiningtyas Adi Pratiwi, Hartanti, & Ktut Dianovinina, 'Bibliotherapy dan Forgiveness Therapy untuk Meningkatkan Self-esteem pada Korban Bullying', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* (2016)

- Martín-Albo, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G., & Grijalvo, F. 'Self-determination theory and physical education: A preliminary validation of the Rosenberg Self-esteem Scale in Spanish adolescents'. *Journal of Psychology*, (2007) 141(5)
- Mruk, Christopher J. *Self-Esteem and Positive Psychology*, 4th ed., New York: Springer Publishing Company, (2013)
- Orth, U., Erol, R. Y., & Luciano, E. C. (2018). 'Development of self-esteem from age 4 to 94 years: A meta-analysis of longitudinal studies.' *Psychological Bulletin*, 144(10) <https://doi.org/10.1037/bul0000161>
- Orth, Ulrich & Robins, Richard W. "Understanding the Link Between Low Self-Esteem and Depression," *Current Directions in Psychological Science*, Vol. 22, No. 6, (2013)
- Rosenberg, M. "Rosenberg Self-esteem Scale (RSE)." *Acceptance and commitment therapy Measures package* (1965)
- Roy F. Baumeister, Jennifer D. Campbell, Joachim I. Krueger, & Kathleen D. Vohs, "Does High Self-esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, Or Healthier Lifestyles?" *Psychological Science In The Public Interest*.
- Rully Charitas Indra Prahmana, Single Subject Research: Teori dan Salsabila Nasution & Firman, "*Bibliotherapy Utilizing Electronic Publications to Increase The Self-Confidence of Teenagers Victims of Bullying*", *Jurnal Mimbar Ilmu* (2023) 28 (3)
- Santrock, John W. *Adolescence*, 14th ed., New York: McGraw-Hill, (2011)
- Sara Ahmadi, Keyvan Salehi, Soheila Khoeini, Siamian, & Alireza Noruzi, "*Building Self-esteem in Elementary School Students: The Promising Benefits of Bibliotherapy*", *Informology*, Vol.3, Issue.1, (2024)
- Schmitt, D. P., & Allik, J. 'Simultaneous administration of the Rosenberg Self-esteem Scale in 53 nations: Exploring the universal and culture-specific features of global self-esteem.' *Journal of Personality and Social Psychology*, (2005). 89(4)
- Sepideh Salimi, Firoozeh Zare-Farashbandi, Ahmad Papi, Rahele Samouei, & Akbar Hassanzadeh, "The effect of group Bibliotherapy on the self-esteem of female students living in

- dormitory” *Journal of Education and Health Promotion* (2014) vol.3
- Silber, E., & Tippet, J. S. ‘Self-esteem: Clinical assessment and measurement validation.’ *Psychological Reports*, (1965) 16(3).
- Susanti Niman, Maria Yunita, & Rosalia Melik Handayani, “The Effect of Bibliotherapy on the Self Esteem among Early Adolescents”, in Selection and Peer-review under the responsibility of the ICHT Conference Committee, KnE Life Sciences (2019) DOI 10.18502/cls.v4i13.532
- Susanti Niman, Maria Yunita, & Rosalia Melik Handayani, “The Effect of Bibliotherapy on the Self Esteem among Early Adolescents”, in Selection and Peer-review under the responsibility of the ICHT Conference Committee, KnE Life Sciences (2019) 681-687 DOI 10.18502/cls.v4i13.532
- Toha Yahya Oemar, *Ilmu Dakwah* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2000)
- Umberto Eco dalam Jean-Claude Carrière & Umberto Eco, ‘*This Is Not the End of the Book*’, terj. Polly McLean (London: Vintage, 2012)
- Vivik Shofiah, ‘Metode Biblioterapi Islam Untuk Pengembangan Karakter Tanggung Jawab Pada Mahasiswa’, *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 2 (1) (2019)

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A