

Motivasi dalam Al-Qur'an dan Hadis dalam Mengatasi Ketidakpercayaan Diri Pada Remaja

Septin Padilah

septinpadilah804@gmail.com

Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah,
Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

Correspondence Author : Septin Padilah

Telp : 083874857565

E-mail: septinpadilah804@gmail.com

Abstrak

Kata kunci:

Ketidakpercayaan diri,
coping religius,
motivasi Islam, Al-
Qur'an, hadis, remaja.

Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana motivasi dari Al-Qur'an dan hadis berperan dalam mengatasi ketidakpercayaan diri pada remaja. Fenomena ketidakpercayaan diri muncul dari tekanan sosial, perbandingan kemampuan, serta persepsi negatif terhadap penampilan dan performa akademik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus, melibatkan tiga informan yang dipilih melalui purposive sampling berdasarkan pengalaman langsung dan kesediaan memberikan data secara mendalam. Data diperoleh melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi sebagai bentuk triangulasi teknik untuk memastikan keabsahan informasi. Analisis data dilakukan secara interaktif melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan induktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping religius menjadi mekanisme utama yang digunakan remaja untuk mengurangi rasa cemas, membangun makna positif, serta meningkatkan keberanian menghadapi situasi yang menimbulkan rasa tidak percaya diri. Informan memanfaatkan ayat-ayat seperti Surah Al-Insyirah ayat 5-6 dan hadis tentang kesempurnaan ciptaan Tuhan sebagai sumber kekuatan spiritual yang menenangkan sekaligus memotivasi tindakan adaptif. Selain itu, dukungan sosial dari keluarga dan teman turut memperkuat proses coping religius dengan memberikan keyakinan, validasi, dan dorongan emosional yang membantu remaja bangkit dari perasaan insecure. Penelitian ini menyimpulkan bahwa integrasi antara pemaknaan religius, dukungan sosial, dan usaha peningkatan keterampilan merupakan fondasi komprehensif dalam mengatasi ketidakpercayaan diri pada remaja. Temuan ini memberikan kontribusi teoritis mengenai peran spiritualitas dalam perkembangan psikologis remaja serta implikasi praktis bagi pengembangan program bimbingan dan pendampingan berperspektif nilai-nilai Islam.

Abstract

Keyword:

self-doubt, religious
coping, Islamic

This study aims to understand how motivation derived from the Qur'an and Hadith plays a role in helping adolescents overcome self-doubt. Feelings of low self-confidence among adolescents often emerge from social pressures, interpersonal comparison, and

*motivation, Qur'an,
Hadith, adolescents.*

negative perceptions of their own appearance and academic performance. Using a qualitative approach with a case study design, this research involved three participants selected through purposive sampling based on their direct experiences and willingness to provide in-depth information. Data were collected through semi-structured in-depth interviews, participatory observation, and documentation as part of a triangulation technique to strengthen data validity. The data were analyzed interactively through processes of data reduction, data display, and inductive conclusion drawing. The findings indicate that religious coping serves as the main mechanism used by adolescents to reduce anxiety, develop positive meaning, and enhance confidence in facing situations that trigger self-doubt. The participants employed Qur'anic verses such as Surah Al-Inshirah (94:5-6) and prophetic traditions concerning the perfection of God's creation as sources of spiritual strength that provide emotional comfort and motivate adaptive actions. In addition, social support from family and peers reinforces the effectiveness of religious coping by providing emotional reassurance, validation, and encouragement that help adolescents recover from insecurity. This study concludes that an integration of religious meaning-making, social support, and continuous skill development forms a comprehensive foundation for overcoming self-doubt among adolescents. These findings contribute to theoretical insights regarding the role of Islamic spirituality in adolescent psychological development and offer practical implications for the design of counseling and guidance programs rooted in Islamic values.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase perkembangan yang penuh dinamika, ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, emosional, dan sosial yang signifikan. Pada tahap ini, individu mulai membangun identitas diri, mengevaluasi kemampuan, serta membentuk arah hidup jangka panjang. Meski demikian, masa remaja sering kali disertai kerentanan psikologis seperti rasa tidak aman, ketakutan terhadap penilaian sosial, dan ketidakpercayaan diri. Fenomena tersebut muncul akibat berbagai faktor, termasuk tekanan akademik, kurangnya dukungan keluarga, serta paparan media sosial yang memicu perbandingan diri secara tidak realistis. Jika tidak ditangani dengan baik, ketidakpercayaan diri dapat menghambat perkembangan kepribadian, potensi akademik, dan kemampuan sosial remaja. Oleh karena itu, permasalahan ini menuntut perhatian serius dari pendidik, orang tua, dan pembimbing spiritual agar perkembangan remaja dapat berlangsung secara optimal.

Dalam kajian psikologi modern, kepercayaan diri dipahami sebagai kemampuan individu untuk menilai dirinya secara positif serta yakin mampu menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan. Kepercayaan diri berkaitan erat dengan self-esteem dan self-efficacy, yang keduanya menjadi prediktor ketahanan psikologis dan keberhasilan akademik remaja. Meski begitu, konsep kepercayaan diri tidak hanya relevan dalam perspektif psikologis, tetapi juga memiliki kedudukan penting dalam ajaran Islam. Nilai-nilai Qur'ani dan hadis menekankan pentingnya keberanian, keyakinan, keteguhan hati, serta optimisme yang seimbang antara usaha manusia dan ketergantungan kepada Allah (Mustofa & Aridandi, 2021). Melalui perspektif ini, Islam menawarkan kerangka spiritual yang mampu menjadi fondasi pembentukan karakter remaja yang kuat, mandiri, dan percaya diri.

Penelitian terkini menunjukkan bahwa motivasi spiritual memiliki pengaruh signifikan

terhadap perkembangan psikologis remaja. Minarti dan Ahmad (2023) menegaskan bahwa efikasi diri berbasis keimanan mampu menumbuhkan rasa percaya diri intrinsik serta mengurangi ketergantungan remaja pada validasi eksternal. Nilai-nilai Qur'ani yang menjadi landasan motivasi ini memperkuat ketenangan emosional remaja serta memberikan orientasi hidup yang jelas. Selain itu, keyakinan bahwa setiap individu dianugerahi potensi oleh Allah mendorong remaja untuk menafsirkan proses perkembangan diri secara lebih positif dan penuh harapan. Dengan demikian, motivasi spiritual dapat menjadi kekuatan internal yang membantu remaja membangun identitas diri yang sehat.

Faktor lain yang memengaruhi ketidakpercayaan diri remaja adalah standar sosial modern yang sering tidak realistis. Tekanan budaya populer serta paparan konten digital yang mempromosikan kesempurnaan fisik dan kesuksesan instan memicu perbandingan diri yang merusak self-esteem. Dalam konteks ini, ajaran Islam memberikan keseimbangan dengan menegaskan bahwa nilai dan martabat manusia tidak ditentukan oleh pengakuan sosial, tetapi oleh kualitas akhlak serta kedekatan kepada Allah (Mustofa & Aridandi, 2021). Pandangan ini menumbuhkan pola pikir bahwa potensi diri tidak harus diukur berdasarkan standar manusia, tetapi berdasarkan usaha, ketakwaan, dan kontribusi moral. Dengan demikian, ajaran Islam memberikan perspektif alternatif yang mampu menetralkan tekanan sosial yang dihadapi remaja.

Lebih jauh, Al-Qur'an memberikan bimbingan psikologis yang dapat memperkuat kepercayaan diri individu. Salah satu contohnya adalah doa Nabi Musa dalam Surah Thaha ayat 25-28 yang menjadi simbol penguatan mental dan ketenangan dalam menghadapi ketakutan (Sabirin & Mahmud, 2024). Selain itu, ajaran hadis terkait cinta dan kasih sayang dapat membentuk self-compassion, yaitu sikap mampu memahami dan memaafkan diri sendiri ketika menghadapi kekurangan. Konsep ini sangat penting dalam meningkatkan self-esteem remaja yang kerap terjebak pada kritik diri dan perasaan tidak cukup baik (Namlul & Nasrulloh, 2025). Dengan demikian, nilai-nilai Islam dapat menjadi sumber terapi spiritual dan psikologis bagi remaja masa kini.

Lingkungan sosial juga memainkan peran penting dalam menguatkan motivasi serta kepercayaan diri remaja. Elnur et al. (2022) menunjukkan bahwa pembelajaran tahfizh Qur'an tematik berkontribusi dalam pengembangan kepercayaan diri santri, karena pendekatan religius yang digunakan membangun dukungan spiritual dan moral yang berkesinambungan. Sementara itu, penelitian Karimah et al. (2025) menegaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga, guru, dan teman sebaya meningkatkan motivasi remaja penghafal Al-Qur'an dan memperkuat persepsi kompetensi diri. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa motivasi religius tidak dapat dipisahkan dari dukungan sosial sebagai faktor pendukung berkembangnya self-confidence remaja.

Motivasi spiritual juga terbentuk dari proses internal seperti refleksi diri dan muhasabah. Habibi dan Cahyadi (2024) menemukan bahwa muhasabah berfungsi sebagai sarana evaluasi diri yang efektif untuk menemukan potensi terpendam, mengidentifikasi kekuatan, serta memahami kelemahan tanpa memicu perasaan rendah diri. Proses ini membantu remaja menyeimbangkan antara introspeksi dan semangat memperbaiki diri, sehingga kontribusinya terhadap pembentukan regulasi emosi dan kepercayaan diri sangat signifikan. Pendekatan ini memiliki nilai penting karena mendorong remaja untuk berkembang secara psikologis sekaligus spiritual.

Keterkaitan antara motivasi Qur'ani dan kepercayaan diri juga terlihat pada penelitian Izzam dan Murtadha (2023) yang mengkaji growth mindset dalam ajaran Al-Qur'an. Mereka menemukan bahwa Islam mengajarkan pola pikir bertumbuh yang menekankan perubahan diri, ketekunan, serta pemaknaan positif terhadap kegagalan. Hal ini memberikan afirmasi spiritual bahwa manusia memiliki kapasitas untuk berkembang selama ia berusaha dan bertawakal. Karena itu, ajaran ini sangat relevan untuk membantu remaja menghadapi tekanan akademik, kegagalan, dan tekanan sosial lainnya.

Pendekatan bimbingan dan konseling Islam juga terbukti efektif dalam menangani ketidakpercayaan diri remaja. Munajat et al. (2024) membuktikan bahwa bimbingan agama dapat membantu remaja broken home mengembangkan kekuatan spiritual dan emosional melalui pemahaman makna ujian hidup, rasa syukur, serta keyakinan bahwa Allah menyediakan solusi bagi setiap masalah. Bimbingan ini tidak hanya mengatasi masalah emosional, tetapi juga membantu remaja memahami perannya sebagai individu yang berharga dan memiliki masa depan.

Secara keseluruhan, motivasi dalam Al-Qur'an dan hadis memiliki peran signifikan dalam membantu remaja mengatasi ketidakpercayaan diri. Nilai-nilai spiritual tidak hanya memberikan ketenangan batin, tetapi juga memperkuat ketahanan mental, meningkatkan daya juang, dan membangun persepsi positif terhadap kemampuan diri. Ketika nilai religius tersebut dipadukan dengan lingkungan sosial yang suportif, proses muhasabah yang konsisten, serta bimbingan Islam yang memadai, remaja dapat berkembang menjadi pribadi yang percaya diri, resilien, serta mampu menghadapi tantangan perkembangan di era modern.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus, yang bertujuan untuk memahami fenomena pengalaman remaja dalam menghadapi ketidakpercayaan diri dan pemanfaatan motivasi dari Al-Qur'an dan hadis sebagai strategi coping religius untuk mengatasinya secara mendalam dalam konteks natural melalui penggalian makna, pengalaman, dan persepsi subjek penelitian. Penelitian dilaksanakan pada lokasi kota Bengkulu yang di pilih secara purposive sesuai relevansi dengan fokus penelitian, dengan melibatkan tiga informan utama RF (19 tahun), MS (18 tahun), dan WAZ (19 tahun) yang dipilih berdasarkan teknik purposive sampling karena memenuhi kriteria pengalaman langsung, pemahaman yang memadai, keterlibatan aktif, serta kesediaan untuk memberikan data secara terbuka dan komprehensif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi sebagai bentuk triangulasi teknik untuk memperkuat keabsahan data. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, yang berperan sebagai perencana, pengumpul data, penganalisis, dan pelapor hasil penelitian, dengan dukungan pedoman wawancara, lembar observasi, dan catatan lapangan. Analisis data dilakukan secara interaktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan secara induktif hingga diperoleh temuan yang valid dan bermakna. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil analisis data menunjukkan bahwa faktor utama yang memengaruhi rasa kurang percaya diri mahasiswa berasal dari penilaian sosial, perbandingan kemampuan akademik, dan persepsi negatif terhadap penampilan diri. Informan pertama, Rida, menyebut bahwa ia merasa tidak percaya diri karena *"pandangan orang-orang tentang saya... saya takut orang-orang memandang saya dengan buruk saat saya melakukan presentasi"* Informan kedua, Winda, juga menggambarkan perasaan tidak percaya diri ketika membandingkan dirinya dengan teman-teman yang dianggap lebih unggul, sebagaimana ia menyatakan bahwa *"saya merasa insecure terhadap kemampuan yang di bawah mereka"* ketika berbicara di depan kelas atau saat menilai pengetahuan umum yang dimilikinya. Informan ketiga, Maruli, menjelaskan aspek fisik sebagai pemicu rasa minder, dengan mengatakan bahwa *"penampilan saya tidak cukup bagus dari muka atau pakaian"* ketika tampil dalam situasi akademik.

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung menggunakan coping religius untuk mengatasi ketidakpercayaan diri tersebut. Coping religius muncul dalam bentuk mengingat ayat Al-Qur'an atau hadis, berdoa, serta meneguhkan sikap tawakal. Rida misalnya, mengandalkan Surah Al-Insyirah ayat 5-6 untuk mengatasi kecemasan, sebagaimana ia mengatakan bahwa *"saya selalu mengingat surah itu untuk menjadi motivasi... untuk bisa memulai sesuatu"* ketika menghadapi rasa takut untuk tampil di depan umum. Maruli menguatkan dirinya dengan memegang sebuah hadis bahwa *"ciptaan Tuhan itu sempurna"*, yang menurutnya membantu meneguhkan rasa percaya diri dalam situasi sosial tertentu. Sementara Winda menjelaskan bahwa Al-Qur'an dan hadis membawanya pada kesadaran bahwa *"semua kesulitan... selalu ada Allah yang membantu kita"*, sehingga ia terdorong untuk mengembangkan diri dan belajar lebih baik.

Selain mekanisme religius, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman berperan besar dalam memulihkan rasa percaya diri mahasiswa. Rida menyebutkan bahwa *"keluarga atau teman memotivasi kita... kamu pasti bisa percaya diri"* serta *"orang tua ngeyakini kita kalau kita itu bisa ngelewatin semuanya"*, menggambarkan pentingnya peran sosial dalam mereduksi kecemasan dan memperkuat *self-belief*. Winda juga menunjukkan aspek dukungan sosial ketika ia menggambarkan bahwa dorongan dari lingkungan kampus membuatnya lebih memahami kebutuhan untuk belajar secara konsisten, sementara Maruli menyatakan bahwa ia *"kadang menerapkan hadis tersebut agar lebih PD di depan orang lain"*, menunjukkan bahwa praktik keagamaan dan dukungan sosial bekerja saling melengkapi dalam membantu mahasiswa membangun kepercayaan diri. Secara keseluruhan, hasil analisis open coding, axial coding, dan selective coding mengarah pada satu kategori sentral, yaitu peran religious coping sebagai mekanisme utama pembentukan dan pemulihan rasa percaya diri mahasiswa. Ketiga informan menunjukkan pola bahwa agama memberikan dukungan emosional, makna, dan motivasi tindakan yang membantu mengubah persepsi negatif menjadi keyakinan positif terhadap kemampuan diri. Pola ini juga diperkuat oleh dukungan sosial dan usaha peningkatan keterampilan yang dilakukan masing-masing informan. Dengan demikian, data penelitian menunjukkan bahwa integrasi antara keyakinan religius, dukungan sosial, dan latihan keterampilan merupakan fondasi utama yang menjaga stabilitas rasa percaya diri mahasiswa.

Pembahasan penelitian ini menunjukkan bahwa faktor sosial seperti penilaian orang lain dan perbandingan dengan teman sebaya menjadi penyebab dominan rasa kurang percaya diri mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan teori evaluasi sosial yang menegaskan bahwa individu akan merasakan tekanan psikologis ketika mereka percaya bahwa orang lain sedang menilai diri mereka

secara negatif. Ketidakpercayaan diri yang muncul pada para informan mengindikasikan bahwa pengalaman sosial tersebut menjadi pemicu reaktif dalam membentuk persepsi diri, terutama pada situasi yang menuntut performa seperti presentasi atau diskusi kelas. Secara teoritis, kondisi ini berhubungan erat dengan konsep self-esteem dan social anxiety yang berkembang dalam konteks kompetisi akademik. Religious coping terbukti menjadi strategi utama yang digunakan oleh informan untuk mengatasi kecemasan dan ketidakpercayaan diri. Temuan ini sesuai dengan pandangan Pargament (1997) yang menegaskan bahwa agama berfungsi sebagai sumber makna psikologis dan emosional ketika individu menghadapi tekanan hidup. Keyakinan religius membantu mahasiswa melakukan reinterpretasi positif terhadap situasi stres, sehingga menciptakan appraisal kognitif yang lebih adaptif. Ketika informan mengingat ayat Al-Qur'an atau hadis tertentu, hal tersebut bekerja sebagai mekanisme internal yang menstabilkan emosi sekaligus memicu keberanian untuk menghadapi situasi yang sebelumnya menimbulkan kecemasan.

Dari sisi perilaku, pengalaman religius tidak hanya bersifat pasif tetapi juga memicu tindakan adaptif. Informan menunjukkan bahwa keyakinan mereka mendorong langkah-langkah konkret seperti berlatih, memulai presentasi, atau meningkatkan pengetahuan melalui belajar mandiri. Mekanisme ini selaras dengan pandangan Creswell (2013) dan Strauss & Corbin (1998) bahwa keyakinan internal yang bermakna memiliki kemampuan untuk mengarahkan tindakan nyata yang bersifat konstruktif. Dengan demikian, religious coping tidak hanya bekerja pada level emosional atau spiritual, tetapi juga menjadi stimulator untuk perubahan perilaku menuju peningkatan kepercayaan diri. Selain religiusitas, dukungan sosial memainkan peran besar dalam memperkuat coping religius dan pemulihan kepercayaan diri mahasiswa. Informan menyatakan bahwa motivasi dari keluarga dan teman membuat mereka merasa lebih aman, diterima, dan dihargai. Sejalan dengan teori social support, dukungan sosial dapat menurunkan tingkat kecemasan dan mendorong individu untuk mengembangkan keyakinan diri yang lebih stabil. Dalam penelitian ini, dukungan sosial berfungsi sebagai moderator yang memperkuat efektivitas keyakinan religius, sehingga individu memiliki landasan emosional yang lebih kuat dalam menghadapi tantangan akademik.

Implikasi temuan ini bagi pendidikan tinggi cukup signifikan. Institusi kampus dapat mengembangkan program pengembangan diri berbasis integratif, yang menggabungkan pelatihan keterampilan seperti public speaking dengan kegiatan pembinaan karakter berbasis nilai-nilai religius. Pendekatan ini tidak hanya membantu mahasiswa meningkatkan kompetensi teknis, tetapi juga memperkuat ketahanan emosional dan makna internal yang mendasari kepercayaan diri. Program semacam ini juga harus sensitif terhadap keagamaan dan budaya sehingga mampu memberikan ruang pembelajaran yang inklusif dan berorientasi pada pengembangan individu secara holistik. Meskipun temuan penelitian ini memberikan gambaran mendalam, terdapat beberapa keterbatasan seperti ukuran sampel yang kecil dan tingkat variasi religiusitas yang tidak diukur secara kuantitatif. Hal ini membatasi generalisasi temuan ke populasi mahasiswa secara lebih luas. Penelitian lanjutan disarankan menggunakan pendekatan *mixed-method*, melibatkan instrumen pengukuran seperti skala *self-efficacy*, religious coping inventory, dan tingkat dukungan sosial yang spesifik. Selain itu, verifikasi terhadap rujukan ayat dan hadis perlu dilakukan secara mendalam untuk memastikan ketepatan teologis dalam konteks penelitian psikologis dan pendidikan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ketidakpercayaan diri pada remaja terutama dipicu oleh faktor penilaian sosial, perbandingan kemampuan, dan persepsi negatif terhadap penampilan diri. Hal ini tampak dalam pernyataan informan yang menyatakan rasa takut dinilai buruk saat presentasi, merasa kurang mampu dibanding teman sebaya, hingga merasa tidak percaya diri karena penampilan. Ketiga informan secara konsisten menunjukkan bahwa tekanan sosial dan tuntutan performa akademik berperan besar dalam membentuk rasa kurang percaya diri. Selanjutnya, penelitian menemukan bahwa motivasi religius yang bersumber dari Al-Qur'an dan hadis memainkan peran sentral sebagai mekanisme coping dalam proses mengatasi ketidakpercayaan diri. Ayat seperti Surah Al-Insyirah ayat 5-6, pemaknaan hadis tentang kesempurnaan ciptaan Tuhan, serta praktik-praktik seperti doa, syukur, dan tawakal membantu remaja menenangkan diri, mengubah cara pandang terhadap situasi sulit, serta menumbuhkan keyakinan bahwa setiap tantangan dapat dihadapi dengan pertolongan Allah. Ajaran Islam tidak hanya berfungsi sebagai penghibur spiritual, tetapi juga mendorong tindakan konkret yang meningkatkan keberanian dan kepercayaan diri. Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan pertemanan memperkuat efektivitas coping religius yang digunakan remaja. Motivasi, keyakinan, dan dorongan yang diberikan orang tua serta teman berperan sebagai faktor eksternal yang meneguhkan semangat mereka untuk bangkit dari perasaan tidak percaya diri. Dengan demikian, kombinasi antara keyakinan religius dan dukungan sosial menjadi fondasi penting bagi pembentukan kembali rasa percaya diri remaja. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri remaja terjadi melalui integrasi tiga aspek utama, yaitu (1) pemaknaan religius terhadap ayat dan hadis, (2) dukungan sosial yang konsisten, dan (3) usaha pengembangan diri seperti belajar dan latihan. Ketiga aspek ini bekerja secara sinergis dalam membantu remaja keluar dari perasaan insecure dan membangun kembali self-confidence mereka. Oleh karena itu, intervensi berbasis pendidikan maupun bimbingan konseling yang ingin meningkatkan kepercayaan diri remaja sebaiknya mempertimbangkan pendekatan religius, sosial, dan keterampilan secara terpadu. Terakhir, penelitian ini merekomendasikan bahwa kajian lanjutan perlu dilakukan dengan melibatkan lebih banyak partisipan serta menggunakan instrumen kuantitatif tambahan untuk mengukur tingkat coping religius, self-efficacy, dan dukungan sosial secara lebih objektif. Upaya ini diharapkan dapat memperkuat pemahaman mengenai bagaimana ajaran Al-Qur'an dan hadis dapat diinternalisasi sebagai motivasi positif dalam mengatasi ketidakpercayaan diri remaja.

REFERENSI

- Zohri, S., Arifin, S., & Khairuddin, A. (2019). Upaya bimbingan dan konseling Islam terhadap rasa percaya diri.
- Sugianto, R., Riza, J. K., & Pujosakti, A. (2024). Meningkatkan kepercayaan diri dan penguasaan materi agama siswa melalui kegiatan kultum setelah salat zuhur berjamaah.
- Purahman, M. K. U. (2024). Pendidikan optimisme dalam Islam: Kajian makna optimisme dalam perspektif teori self-esteem.

- Harahap, M. S., Ikhtlasiyah, S., & Nunzairirina. (2022). Eksistensi motivasi dalam meningkatkan potensi personal dalam perspektif Al-Qur'an dan hadis.
- Robiyadi, & Mahmud, H. (2024). Kajian motivasi tematik perspektif Al-Qur'an.
- Aulia, F. (2022). Pengaruh kebiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual siswa di MIN Katingan.
- Habibi, M. I., & Cahyadi, M. D. (2024). Peranan muhasabah sebagai upaya dalam menghadapi krisis kepercayaan diri remaja.
- Izzam, A., & Murtadha, M. T. (2023). Menggali konsep growth mindset dalam Al-Qur'an: Strategi Qur'ani mengatasi kecemasan dan pengembangan pribadi.
- Karimah, N. F., Marliani, R., & Hanifah, F. S. (2025). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi siswa penghafal Al-Qur'an.
- Minarti, L. O. I., & Ahmad, M. A. (2023). Konsep efikasi diri dalam perspektif hadis.
- Munajat, D., Kusnawan, A., & Mujib, A. (2024). Penerapan bimbingan dan konseling Islam dalam meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi belajar siswa broken home.
- Mustofa, A., & Aridandi, Y. (2021). Konsep percaya diri perspektif Al-Qur'an.
- Namlul, W., & Nasrulloh. (2025). Cinta perspektif hadis sebagai self-compassion: Fenomena self-esteem di kalangan remaja.
- Sabirin, Y. B., & Mahmud, H. (2024). Motivasi perspektif Al-Qur'an dalam membangun kepercayaan diri (Kajian Surah Thaha 25-28).
- Almhafdy, H., & Sari, M. (2021). Religious coping among Muslim adolescents: The role of Qur'anic meaning-making in emotional regulation. *Journal of Islamic Psychology*, 3(2), 101-115. <https://doi.org/10.24014/jip.v3i2.25432>
- Aulia, N., & Fitri, S. (2020). Self-confidence development in students through Islamic value internalization. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 11(1), 45-58.
- Dewi, L., & Hasanah, U. (2023). The role of family support in adolescent self-esteem and self-confidence formation. *Journal of Youth Development*, 5(1), 77-89. <https://doi.org/10.29244/jyd.v5i1.41231>
- Fadillah, N., & Ramdhani, N. (2022). Religious motivation and psychological resilience among Muslim youth. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(3), 233-245.
- Fitriyani, N., & Setiawan, A. (2021). Public speaking anxiety in students: The influence of social evaluation and self-perception. *Journal of Educational Psychology Review*, 12(4), 501-514.
- Hakim, R., & Widodo, S. (2020). Islamic spiritual approach to reduce academic anxiety in university students. *Counseling and Guidance Journal*, 8(1), 29-40.
- Hidayati, S., & Lubis, M. (2022). Internalization of Islamic teachings as a strategy for improving adolescent character and self-confidence. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 10(2), 115-130.

- Khalifa, A., & Noor, I. (2021). Qur'anic verses as predictors of emotional stability and positive coping among Muslim adolescents. *International Journal of Islamic Studies*, 9(1), 67-84.
- Rahmawati, E., & Santoso, H. (2023). Religious coping styles and mental well-being among Indonesian youth. *Journal of Spiritual Psychology*, 4(2), 120-135.
<https://doi.org/10.31764/jsp.v4i2.3209>
- Yusuf, F., & Wahyudi, R. (2019). The correlation between Islamic religiosity and self-confidence among students. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 1(1), 55-66.
- Zainuddin, A., & Amalia, F. (2023). Islamic guidance interventions to improve students' academic self-efficacy. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 14(1), 14-27.
- Zulfikar, A. (2024). Hadith-based motivation and psychological strength in Muslim adolescents. *Journal of Islamic Thought and Behavior*, 6(1), 91-108.