

Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri

Julia Wijayanti¹, Sumarwiyah², Sucipto³
Universitas Muria Kudus^{1,2,3}
e-mail: sucipto@umk.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 30 Maret 2020

Revisi: 27 Mei 2020

Disetujui: 17 Juni 2019

Dipublikasikan: 31 Juni 2020

Keyword

Bimbingan Kelompok

Self Management

Penerimaan Diri

Abstract

Tujuan penelitian ini adalah: 1. Mendiskripsikan bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk meningkatkan penerimaan diri anak Panti Asuhan Nurul Jannah, 2. Memperoleh peningkatan penerimaan diri anak Panti Asuhan Nurul Jannah melalui bimbingan kelompok teknik self management. Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling dengan menggunakan dua siklus. Simpulan hasil penelitian ini adalah Terjadinya peningkatan pada penerimaan diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik self management mengalami peningkatan dalam setiap pertemuan. Pada pra siklus diperoleh rata-rata 24 (48%) termasuk dalam kategori sangat kurang. Pada siklus I hasil observasi pertemuan pertama memperoleh hasil 54% dengan kategori cukup, pertemuan kedua memperoleh hasil 56% dengan kategori cukup, pertemuan ketiga memperoleh hasil 58% dengan kategori cukup. Pada observasi siklus II pertemuan pertama memperoleh hasil 68% dengan kategori baik, pertemuan kedua memperoleh hasil 72% dengan kategori baik, dan pertemuan ketiga memperoleh hasil 84% dengan kategori sangat baik. Oleh karena itu, terjadi peningkatan sebesar 36% dari tahap pra siklus, siklus I, dan siklus II. Hasil penelitian dalam menerapkan bimbingan kelompok teknik self management yang telah dilakukan oleh peneliti untuk meningkatkan penerimaan diri anak panti asuhan Pada siklus I pertemuan ketiga memperoleh hasil 71% dengan kategori baik, dan siklus II pertemuan ketiga memperoleh hasil 93% dengan kategori sangat baik. Oleh karena itu, terjadi peningkatan sebesar 34% dari tahap siklus I, dan siklus II. Dengan demikian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management dapat Meningkatkan Penerimaan Diri Anak Panti Asuhan Nurul Jannah.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani. Orang yang memiliki penerimaan diri akan mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri maupun yang dihadapinya. Menurut Hurlock (2006), penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Berdasarkan fenomena yang ada, banyak ditemukan anak yang belum dapat memahami dirinya sendiri secara realistis, menyadari siapa dirinya, kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri, dan potensi yang dimiliki dalam menjalani hidup sehingga akan mengakibatkan penerimaan diri rendah dan kurang memahami dirinya sendiri. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mencapai penerimaan diri salah satunya yaitu dengan menerapkan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk menambah wawasan, pengetahuan dan membantu permasalahan anak secara berkelompok.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan kepada anak panti asuhan nurul jannah dan wawancara kepada pengurus panti asuhan dan anak panti asuhan nurul jannah pada 29 November 2018 terdapat 8 anak panti asuhan yang memiliki penerimaan diri yang rendah, ditunjukkan dengan belum percaya diri dan menghargai diri sendiri, belum bersedia menerima kritikan dari orang lain, belum menilai diri dan mengoreksi kelemahan, tidak jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, belum menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, belum memanfaatkan kemampuan dengan efektif, belum mandiri dan berpendirian, belum bangga menjadi diri sendiri, belum bertanggungjawab atas perbuatannya, dan belum mengikuti standard pola hidupnya dan ikut-ikutan.

Untuk menunjang data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara peneliti melaksanakan pra penelitian dengan menggunakan skala penilaian penerimaan diri. Pra penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria penerimaan diri yang rendah. Instrumen yang digunakan peneliti sudah memasuki uji validitas, dan reabilitas. Dasar pengambilan keputusan dalam uji reabilitas adalah jika nilai Cronbach's Alpha " $>$ " r tabel maka kuesioner dinyatakan reliabel. Jika nilai Cronbach's Alpha " $<$ " r tabel maka kuesioner dinyatakan tidak reliabel. Berdasarkan hasil output Reliability Statistics yang telah peneliti dapatkan, diketahui nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,950. R tabel dengan jumlah responden 30 anak (df = 28) maka r tabel adalah 0,4629. Jadi dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan peneliti bersifat reliabel dikarenakan Cronbach's Alpha " $>$ " r tabel yaitu $0,950 > 0,4629$.

Dari hasil analisis data dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics versi 23 peneliti mendapatkan delapan dari 30 anak panti asuhan nurul jannah yang memiliki penerimaan diri yang rendah dengan jumlah persentase 46%- 50%, Sedangkan rata-rata persentase adalah 70% dengan kategori tinggi. Ada 17 responden yang dinyatakan dalam kategori tinggi dengan persentase 68%- 82%, dan 5 responden dinyatakan dalam kategori sangat tinggi yaitu dengan persentase 84%- 88%. Oleh karena itu, apabila hal tersebut dibiarkan, maka akan berdampak buruk pada dirinya sendiri maupun orang disekitarnya. Oleh karena itu, peneliti berusaha dan yakin mampu menerapkan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management untuk Meningkatkan Penerimaan Diri. Bimbingan dan konseling terdapat layanan yang dapat membantu anak berkaitan dengan peningkatan penerimaan diri di Panti Asuhan. Layanan yang dapat diberikan kepada anak di Panti Asuhan yaitu Bimbingan Kelompok. Wibowo (2005: 17), menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Berkaitan dengan hal tersebut, maka penggunaan teknik dalam bimbingan kelompok sangat penting dan memiliki banyak fungsi. Teknik dalam bimbingan kelompok dapat memfokuskan pada kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang akan dicapai, dan membuat suasana dalam kegiatan kelompok lebih menyenangkan, sehingga anggota kelompok tidak mudah jenuh serta bersemangat dalam mengikuti kegiatan kelompok. Sukadji (dalam Komalasari, Wahyuni, dan Karsih, 2014: 180) Pengelolaan diri atau self management adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu, menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Oleh karena itu, teknik self management dapat membantu anak untuk mengelola dirinya sendiri untuk menjadi lebih baik dalam meningkatkan penerimaan diri. Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management peneliti berkeyakinan dapat meningkatkan penerimaan diri anak panti asuhan. Berdasarkan latar belakang dan uraian diatas, maka peneliti memilih judul "Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Anak Panti Asuhan Nurul Jannah".

Metode Penelitian

Penelitian dilakukan di Panti Asuhan Nurul Jannah Kudus. Peneliti memilih lokasi tersebut karena, ada sebagian anak yang memiliki penerimaan diri rendah dengan belum percaya diri dan menghargai diri sendiri, belum bersedia menerima kritikan dari orang lain, belum menilai diri dan mengoreksi kelemahan, tidak jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, belum menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, belum memanfaatkan kemampuan dengan efektif, belum mandiri dan berpendirian, belum bangga menjadi diri sendiri, belum bertanggungjawab atas perbuatannya, dan belum mengikuti standard pola hidupnya dan ikut-ikutan, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Panti Asuhan untuk membantu anak meningkatkan penerimaan diri. Subjek penelitian ini terdiri dari delapan anak yang ada di Panti Asuhan Nurul Jannah. Peneliti dalam mengambil subjek berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan metode purposive sampling. Pada observasi peneliti menggunakan skala penilaian untuk menunjang hasil dari observasi dan wawancara untuk memperoleh subjek penelitian. Rachman, Maman (2015:86) purposive sampling merupakan pemilihan sekelompok subjek dalam purposive sampling, didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Dengan kata lain, unit sampel yang dihubungi disesuaikan dengan kriteria-kriteria tertentu yang diterapkan berdasarkan tujuan penelitian. Jadi, peneliti menentukan hasil purposive sampling berdasarkan pertimbangan dari hasil observasi dan wawancara untuk menentukan subjek penelitian.

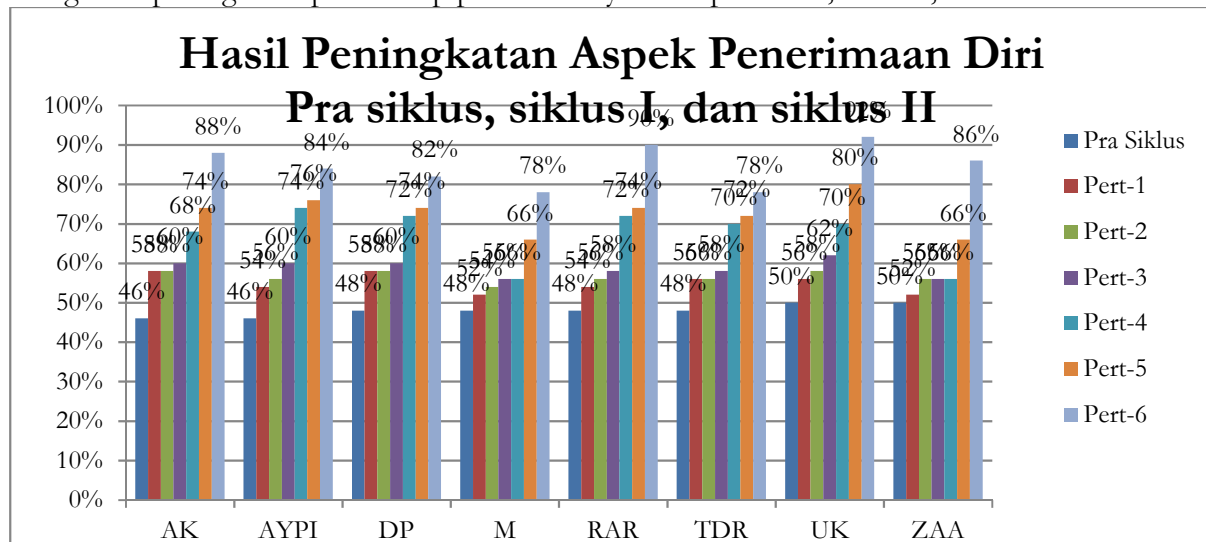
Rancangan penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang ditempuh dengan dua siklus. Menurut Natawidjaja (dalam Sukiman,2011:77) PTBK adalah pengkajian terhadap permasalahan praktis yang bersifat situasional dan konseptual yang ditujukan untuk menentukan tindakan yang tepat dalam rangka pemecahan masalah yang dihadapi. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif yaitu peneliti berusaha memberi gambaran tentang Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Anak Panti Asuhan Nurul Jannah. Menurut Arikunto (2010: 16) dalam PTBK terdapat empat prosedur yang menjadi tahapan dasar pelaksanaan yang saling terkait satu dengan yang lainnya, diantaranya adalah perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi. Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancarasehingga karakteristik data tersebut bisa dipahami dan bermanfaat untuk solusi permasalahan, terutama masalah yang berkaitan dengan penelitian. Menurut Sukiman (2011: 155) analisis data yaitu proses menyeleksi, menyederhanakan, memfokuskan, mengabstrakkan, mengorganisasikan, data secara sistematis dan rasional untuk menampilkan bahan-bahan yang dapat digunakan untuk menyusun jawaban terhadap tujuan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK).

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melakukan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK), peneliti terlebih dahulu melakukan kegiatan pra siklus yaitu dengan observasi, wawancara pada 29 November 2019, yang digunakan peneliti sebagai metode pengumpulan data untuk mengetahui kondisi awal anak Panti Asuhan Nurul Jannah. Hasil pra siklus menjadi acuan dalam pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk meningkatkan penerimaan diri. Penelitian awal yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan melakukan wawancara terhadap pengurus Panti Asuhan Nurul Jannah bahwa terdapat delapan anak yang memiliki penerimaan rendah. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Panti Asuhan menyebutkan delapan nama anak yang belum percaya diri dan menghargai diri sendiri, belum bersedia menerima kritikan dari orang lain, belum menilai diri dan mengoreksi kelemahan, tidak jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, belum menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, belum memanfaatkan kemampuan dengan

efektif, belum mandiri dan berpendirian, belum bangga menjadi diri sendiri, belum bertanggungjawab atas perbuatannya, dan belum mengikuti standard pola hidupnya dan ikut-ikutan. Dilanjutkan wawancara dengan anak untuk mengetahui secara pasti bahwa mereka mempunyai penerimaan diri yang rendah. Kemudian peneliti juga melakukan observasi dengan menggunakan instrumen skala penilaian yang sudah diisi oleh kedelapan anak tersebut.

Kondisi awal dari delapan anak yang menjadi anggota kelompok teknik *self management* mengalami peningkatan pada setiap pertemuannya. Dari pra siklus, siklus I, dan siklus II.



Grafik 1 Hasil Peningkatan Aspek Penerimaan Diri Anak Panti Asuhan Nurul Jannah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self Management* Dari Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II

Berdasarkan.17 diketahui bahwa aspek penerimaan diri mengalami peningkatan dalam setiap siklusnya. Pada tahap pra siklus mendapatkan rata-rata skor 24 (48%) dalam kategori sangat kurang. Kemudian peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk siklus I. Siklus I pertemuan ketiga diperoleh rata-rata 29 (58%) dengan kategori baik. Setelah siklus I, dilanjutkan pada tahap siklus II. Pada siklus pertemuan ketiga diperoleh rata-rata hasil sebanyak 42 (84%) dengan kategori sangat baik. Dengan demikian terjadi peningkatan aspek penerimaan diri sebesar 36% dari pra siklus, siklus I, hingga siklus II.

Setelah peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik *self management*, peneliti melakukan wawancara terhadap pengurus panti, dan kedelapan anak yang menjadi subjek penelitian untuk memperoleh informasi mengenai penerimaan diri setelah diberikan layanan. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *self management* dapat meningkatkan penerimaan diri anak panti asuhan nurul jannah. Kemudian, dari hasil wawancara pada kedelapan anak yang menjadi subjek penelitian dapat disimpulkan bahwa mereka sudah memahami pentingnya penerimaan diri, dan mampu menunjukkan aspek-aspek dari penerimaan diri seperti percaya diri dan menghargai diri sendiri, bersedia menerima kritikan dari orang lain, menilai diri dan mengoreksi kelemahan, jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, memanfaatkan kemampuan dengan efektif, mandiri dan berpendirian, bangga menjadi diri sendiri, bertanggungjawab atas perbuatannya, dan mengikuti standard pola hidupnya dan tidak ikut-ikutan.

Hasil penelitian tindakan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk meningkatkan penerimaan diri anak panti asuhan nurul jannah adalah hasil dari observasi menggunakan instrumen skala penilai aspek penerimaan diri sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok diperoleh hasil 48% dengan kategori sangat kurang, selanjutnya siklus I pertemuan ketiga memperoleh presentase sebesar 58% dengan kategori cukup, sehingga terjadi peningkatan sebesar 10% dari pra siklus. Pada siklus II pertemuan ketiga memperoleh hasil presentase 84% dengan kategori sangat baik sehingga terjadi peningkatan sebesar 26%. Jadi terjadi peningkatan sebesar 36% dari tahap pra siklus, siklus I, dan siklus II. Oleh karena itu, dengan adanya peningkatan dalam setiap pertemuan artinya anak sering percaya diri dan menghargai diri sendiri, sering bersedia menerima kritikan dari orang lain, sering menilai diri dan mengoreksi kelemahan, jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, sering menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, sering memanfaatkan kemampuan dengan efektif, sering mandiri dan berpendirian, sering bangga menjadi diri sendiri, selalu bertanggungjawab atas perbuatannya, dan sering mengikuti standard pola hidupnya dan tidak ikut-ikutan.

Penerimaan diri anak panti asuhan nurul jannah masih kurang sebelum diberikan penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan belum percaya diri dan menghargai diri sendiri, belum bersedia menerima kritikan dari orang lain, belum menilai diri dan mengoreksi kelemahan, tidak jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, belum menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, belum memanfaatkan kemampuan dengan efektif, belum mandiri dan berpendirian, belum bangga menjadi diri sendiri, belum bertanggungjawab atas perbuatannya, dan belum mengikuti standard pola hidupnya dan ikut-ikutan.

Penerimaan diri yang kurang pada anak panti asuhan nurul jannah disebabkan karena anak belum dapat memahami dirinya sendiri secara realistik, menyadari siapa dirinya, kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri, dan potensi yang dimiliki dalam menjalani hidup. Penerimaan diri sangat penting karena dengan penerimaan diri akan memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani. Melalui layanan bimbingan kelompok, anak panti asuhan mampu menambah wawasan, pengetahuan, saling berinteraksi, saling bertukar pikiran, sehingga akan memberikan dampak yang positif khususnya penerimaan diri.

Kaitannya dengan Tohirin, 2011: 172 secara umum pelayanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.

Sedangkan *self management* diharapkan anak mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya sendiri. Melalui teknik *self management* diharapkan anak mampu mengubah tingkah laku yang kurang sesuai, dengan percaya diri dan menghargai diri sendiri, bersedia menerima kritikan dari orang lain, menilai diri dan mengoreksi kelemahan, jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, memanfaatkan kemampuan dengan efektif, mandiri dan berpendirian, bangga menjadi diri sendiri, bertanggungjawab atas perbuatannya, dan mengikuti standard pola hidupnya dan tidak ikut-ikutan. Seperti yang dikemukakan oleh Purnamasari (2012: 48) teknik *self management* bertujuan untuk memberdayakan klien agar dapat menguasai dan mengelola perilaku mereka sendiri. Sama halnya dengan penerapan bimbingan kelompok teknik *self management*, setelah beberapa pertemuan anggota kelompok merasa senang dalam mengikuti kegiatan.

Penerapan bimbingan kelompok teknik *self management* dilaksanakan dalam dua siklus. Pada siklus I peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *self management* sebanyak tiga kali pertemuan, namun hasilnya belum maksimal, dikarenakan anggota kelompok belum terbiasa untuk melaksanakan bimbingan kelompok. Setelah mengetahui kondisi akhir dari siklus I peneliti melanjutkan pada siklus II. Pada siklus II peneliti juga memberikan layanan bimbingan kelompok sebanyak tiga kali pertemuan. Dari hasil siklus I dan siklus II dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan dalam setiap pertemuannya. Hal ini dapat dilihat bahwa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik *self management* penerimaan diri menjadi lebih baik.

Simpulan

Penerapan bimbingan kelompok teknik self management yang telah dilakukan oleh peneliti untuk meningkatkan penerimaan diri anak panti asuhan nurul jannah mengalami peningkatan dalam setiap pertemuan. Pada siklus I pertemuan ketiga memperoleh hasil 71% dengan kategori baik, dan siklus II pertemuan ketiga memperoleh hasil 93% dengan kategori sangat baik. Oleh karena itu, terjadi peningkatan sebesar 34% dari tahap siklus I, dan siklus II. Terjadinya peningkatan pada penerimaan diri setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik self management mengalami peningkatan dalam setiap pertemuan. Pada pra siklus diperoleh rata-rata 24 (48%) termasuk dalam kategori sangat kurang. Pada siklus I hasil observasi pertemuan pertama memperoleh hasil 54% dengan kategori cukup, pertemuan kedua memperoleh hasil 56% dengan kategori cukup, pertemuan ketiga memperoleh hasil 58% dengan kategori cukup. Pada observasi siklus II pertemuan pertama memperoleh hasil 68% dengan kategori baik, pertemuan kedua memperoleh hasil 72% dengan kategori baik, dan pertemuan ketiga memperoleh hasil 84% dengan kategori sangat baik. Oleh karena itu, terjadi peningkatan sebesar 36% dari tahap pra siklus, siklus I, dan siklus II. Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik self management. Maka dari itu, peneliti perlu meningkatkan kemampuan dalam mengaplikasikan layanan bimbingan kelompok supaya kedepannya akan lebih baik lagi.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2015. *Penelitian Tindakan Kelas Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2006. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J.P. 2003. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Gunawan, Imam. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hartono, dan Boy Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Hurlock, Elizabeth B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Heriyadi, Akbar. 2013. *Meningkatkan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Siswa Kelas VII Melalui Konseling Realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013*. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Negeri Semarang.
- Komalasari, Gantina. Eka Wahyuni. Dan Karsih. 2014. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.

Julia Wijayanti, dkk (Bimbingan Kelompok Teknik)

- Kurniawan, Dydik, dan Masnurrima Heriansyah. 2017. *Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa*. Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia (JPPI), (2), 1-5.
- Mugiharso, Heru, dkk. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT MKDK UNNES.
- Noviani, Laurensia Puji. 2016. *TINGKAT KEMAMPUAN PENERIMAAN DIRI REMAJA (Studi Deskriptif pada Remaja Kelas VIII di SMP Karitas Ngaglik Tahun Ajaran 2016/2017 dan Implikasinya Terhadap Usulan Topik-topik Bimbingan Pribadi-Sosial)*. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Nursalim, Muchammad. 2014. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Pitriani, Dewi. 2016. *Penerimaan diri dalam menghadapi pensiun ditinjau dari tipe kepribadian*. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prayitno, dan Erman Amti. 2008. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Univresitas Negeri Padang.
- , 2017. *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: PT. RAJAGRAFINDO PERSADA
- Purnamasari, Lilis Ratna. 2012. *Teknik-Teknik Konseling*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Purwaningrum, Riska Putri. 2013. *Penerimaan Diri Pada Wanita Penderita Kanker Nasofaring*. Undergraduate Thesis tidak diterbitkan. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Puspita, Restin Dwi. 2018. *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Penerimaan Diri Pada Pasien Penyakit Jantung*. Skripsi tidak diterbitkan: Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Rachman, Maman. 2015. *5 Pendekatan Penelitian Kuantitatif, kualitatif, Mixed, PTK, R&D*. Yogyakarta. Magnum Pustaka Utama.
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2013. *Pemahaman Individu Teknik Nontes Edisi Revisi*. Jakarta: KENCANA.
- Resty, Gahrnish Tiara. 2015. *Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatimputri Aisyiyah Yogyakarta*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 1 Tahun ke-5. 1-12. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan dan konseling kelompok (metode, teknik, dan aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Salahudin, Anas. 2010. *Bimbingan & Konseling*. Bandung: Pustaka Setia.
- Santrock, John W. 1996. *Adolescence: Perkembangan Remaja Edisi Keenam*. Terjemahan oleh Shinto B Adelar dan Sherly Saragih. 2003. Jakarta: Erlangga.
- Sari, Endang Puspita dan Sartini Nuryoto. 2002. *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*. Jurnal Psikologi. No. 2, 73-88.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- , 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung:

Alfabeta.

- Sukardi, Dewa Ketut dan Nila Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukiman. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru Pembimbing (Bimbingan dan Konseling)*. Yogyakarta: Paramitha Publishing.
- Tohirin. 2011. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah & Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Triwiyanto, Teguh. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- UU RI nomor 20 tahun 2003. pasal 1. *Sistem Pendidikan Nasional*.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Zamroni, E. (2016). Counseling Model Based on Gusjigang Culture: Conceptual Framework of Counseling Model Based on Local Wisdoms in Kudus. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 116-125.
- Zamroni, E. (2016). Urgensi career decision making skills dalam penentuan arah peminatan peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2).