

Hubungan *Irrational Belief* dan *Self Acceptance* Siswa Yang Memiliki Hasil Belajar Rendah

Nadiratul Amirah¹, Taufik Taufik^{2*}

¹Universitas Negeri Padang

²Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: taufik.bk.unp@gmail.com

Abstract

This research is motivated by the large number of students who obtain low learning outcomes. The low learning outcomes are influenced by a number of factors, including internal factors in the form of self-acceptance. Students who have low learning outcomes tend to be less able to accept themselves with their shortcomings. The low self-acceptance is caused by many who have irrational beliefs in a person. This study aims to describe the conditions of irrational belief and self-acceptance in students who have low learning outcomes and examine the relationship between irrational belief and self-acceptance in students who have low learning outcomes. This research is a quantitative research using a descriptive correlational approach. The population in this study were students of SMP Negeri 15 Padang who had low learning outcomes. The sample of this research was 85 students using random sampling technique. The instrument used in this study was a Likert scale model questionnaire. Data were analyzed using the Product Moment Correlation technique. The findings of this study are (1) as many as 64% of students with low learning outcomes have moderate irrational beliefs, (2) as many as 68% of students with low learning outcomes in moderate self-acceptance conditions and (3) there is a relationship between irrational beliefs and self-acceptance in students with low learning outcomes with a correlation coefficient of 0.289 which is classified as weak.

Keywords: Irrational Belief, Self Acceptance

Pendahuluan

Pendidikan berperan untuk mengembangkan potensi intelektual melalui kegiatan belajar (Syah, 2012 dalam Astuti, 2019). Pendidikan akan mempengaruhi perilaku dalam menghadapi masalah dalam kehidupan. Salah satu kunci kesuksesan pendidikan adalah dengan adanya pelaksanaan pendidikan berkualitas. Dalam dunia pendidikan, hasil belajar siswa sering menjadi tolak ukur kesuksesan hasil belajar. Untuk kesuksesan akademik individu dibutuhkan hasil belajar yang baik.

Hasil belajar yang dicapai oleh siswa dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal berasal dari diri, seperti kecerdasan, minat, perhatian, motivasi, sikap, kebiasaan, kondisi fisik dan kesehatan. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar diri seperti keluarga, sekolah dan

*Corresponding author, e-mail: taufik.bk.unp@gmail.com



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2021 by Author

masyarakat (Susanto, 2016). Tidak sedikit siswa yang belajar dapat mencapai keberhasilan dalam belajar, yang mengalami kegagalan dalam belajar ditandai dengan hasil belajar yang rendah.

Siswa yang memiliki hasil belajar rendah akan memiliki *self acceptance* yang rendah. Siswa yang memiliki *self acceptance* dengan hasil belajar rendah, akan merasa tertekan, mengalami kesulitan dalam konsentrasi, motivasi rendah serta daya juang lemah. Pada akhirnya siswa tidak dapat mengaktualisasikan kemampuannya dalam mengembangkan dirinya dengan baik. Faktor yang mempengaruhi peserta didik dalam belajar yaitu faktor eksternal dan faktor internal (Rogers dalam Yusuf, 2012). Faktor eksternal berupa lingkungan keluarga, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, iklim intelektual dan interaksi sosial. dan faktor internal berupa pemahaman wawasan diri (*self insight understanding*), penerimaan diri (*Self acceptance*) dan tanggung jawab diri sendiri (*self responsibility*)

Self acceptance termasuk kepada sifat dari kepribadian yang sehat, seseorang dapat menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki (Alport dalam Erlamsyah, et.al, 2013). *Self acceptance* adalah dasar ketika seseorang memilih dan mencapai suatu tujuan sebagai usaha untuk mencapai kebahagiaan dalam waktu yang lama maupun waktu yang sebentar Bernard (Lestiani, 2016). *Self acceptance* terbentuk ketika seseorang bisa menerima kenyataan daripada bersikap menyerah dengan tidak adanya pengharapan (Kubler Ross, dalam Dewi, et.al, 2018).

Mereka tidak akan takut dalam memandang dirinya, baik yang ada di dalam hati, pikiran dan perasaan serta penampilannya (Kellerher dalam Gamayanti, 2016). Namun jika *self acceptance* rendah mereka akan mudah putus asa, menyalahkan diri, malu, rendah diri, merasa tidak berarti, sulit untuk membangun hubungan positif dan tidak bahagia (Husniyanti, dalam Hartati, et.al, 2013). *Self acceptance* adalah penilaian yang tidak realistis terhadap adanya keterbatasan dan kelebihan diri dengan tidak menyalahkan diri sendiri dan orang lain (Firman & Khairani, 2000).

Individu yang tidak dapat menerima diri karena mereka memiliki *irrational belief* (Ellis dalam Bernard, 2013). *Irrational belief* adalah pikiran-pikiran evaluatif yang ada pada diri seseorang, orang lain maupun lingkungannya yang bersifat tidak logis, tidak berdasarkan dengan realita, pikiran, emosi, perilaku yang dapat merusak diri dan mengganggu kelangsungan hidup dan menghambat seseorang dalam mencapai tujuan yang diinginkan (Ellis, 2010). Seseorang yang memiliki *irrational belief* rendah akan memiliki *self acceptance* yang baik (Purnawati dalam Gamayanti, 2016). Sebaliknya, ketika *irrational belief* tinggi, akan memiliki sikap menyalahkan diri sendiri termasuk kepada orang lain, menyesali suatu perbuatan yang salah, tidak percaya diri dan tidak ingin mengaktualisasikan dirinya. *Irrational belief* dapat muncul dari pengalaman dan pembelajaran yang diperoleh dari lingkungan sekitar, di lingkungan keluarga ataupun masyarakat (Sasmita, 2015).

Berdasarkan hasil studi awal terlihat ciri-ciri rendahnya *self acceptance* yaitu, siswa merasa malu ketika proses belajar, takut untuk menjawab pertanyaan guru, tidak ingin bertanya dan tidak ada yang berpendapat, memiliki rasa percaya diri yang rendah, kurang motivasi dalam belajar, cenderung diam ketika di kelas dan takut untuk bertanya, tidak bisa menerima kondisi diri, berupa kondisi fisik atau keadaan keluarga. Siswa beranggapan bahwa guru selalu memberikan tugas yang membuat dirinya merasa keberatan dan beranggapan bahwa teman yang lain lebih dari dirinya.

Oleh karena itu, juga diperlukan adanya peran layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk menurunkan *irrational belief* dan meningkatkan *self acceptance* siswa. Yusuf (2009) menyebutkan bahwa peserta didik harus memiliki pemahaman dan *self acceptance*

secara objektif dan konstruktif yang berkaitan dengan kekuatan atau kelemahan fisik dan psikis.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian jenis deskriptif dengan metode kuantitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan *irrational belief* (X) dan *self acceptance* (Y). Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 15 Padang tahun ajaran 2022/2023, dengan sampel 85 orang dengan teknik random sampling. Data dikumpulkan menggunakan instrumen berupa kuesioner *irrational belief* dan *self acceptance* dengan model skala *likert*. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan statistika deskriptif dan teknik *product moment correlation*.

Hasil dan Pembahasan

Pada bagian ini akan diuraikan hasil penelitian dan pembahasannya sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu (1) mendeskripsikan kondisi *irrational belief* pada diri siswa yang memiliki hasil belajar rendah, (2) mendeskripsikan *self acceptance* siswa yang memiliki hasil belajar rendah, dan (3) menguji hubungan *irrational belief* dan *self acceptance* pada diri siswa yang memiliki hasil belajar rendah. Hasil penelitian dan pengolahan data pada bagian ini, yaitu sebagai berikut:

1. *Irrational Belief*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pencapaian *irrational belief* adalah 104,8 (64%). Hal ini berarti siswa yang memiliki *irrational belief* dengan hasil belajar rendah yang sedang. Gambaran hasil penelitian tentang *irrational belief* siswa ditampilkan pada table 1

Tabel 1. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) *Irrational Belief* Berdasarkan Sub Variabel (n=85)

Variabel	Ideal	Minimal	Skor		Mean	SD	%	Kat
			ST	SR				
<i>Demandignes</i>	45	9	38	20	28,91	3,62	64,24%	Sedang
<i>Catastrophizing</i>	40	8	35	18	26,39	3,30	65,97%	Sedang
<i>Self Deprection</i>	45	9	37	14	28,02	4,58	62,27%	Sedang
<i>Low Frustration Tolerance</i>	35	7	32	9	21,55	5,55	61,58%	Sedang
<i>Irrational Belief</i>	165	33	133	75	104,81	13,53	63,56%	Sedang

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat secara keseluruhan rata-rata skor capaian *irrational belief* yaitu 104,81 (63,56%) dengan kategori sedang. Hal ini diduga bahwa siswa dengan hasil belajar rendah memiliki tuntutan pada diri yang banyak dan menganggap bahwa itu adalah beban untuk mereka. Untuk aspek *demandignes* rata-rata skor pencapaian yaitu 28,91 (64,24%) termasuk sedang, sementara untuk aspek *catastrophizing* yaitu 26,39 (65,97%) termasuk sedang, aspek *self deprection* yaitu 28,02 (62,27%) termasuk sedang dan aspek *low frustration tolerance* yaitu 21,55 (61,58%) termasuk sedang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Presentase *Irrational Belief* Siswa untuk Semua Aspek (n=85)

No	Aspek	Kategori	Interval	f	%
1	<i>Demangdignes</i>	Sangat Tinggi	41-48	0	0,00
		Tinggi	33-40	13	15,29
		Sedang	25-32	63	74,12
		Rendah	17-24	9	10,59
		Sangat Rendah	9-16	0	0,00
2	<i>Catastrophizing</i>	Sangat Tinggi	36-42	0	0,00
		Tinggi	29-35	23	27,06
		Sedang	22-28	56	56,88
		Rendah	15-21	6	7,06
		Sangat Rendah	8-14	0	0,00
3	<i>Self Depreccion</i>	Sangat Tinggi	41-48	0	0,00
		Tinggi	33-40	12	14,12
		Sedang	25-32	57	67,06
		Rendah	17-24	14	16,47
		Sangat Rendah	9-16	2	2,35
4	<i>Low frustration tolerance</i>	Sangat Tinggi	31-36	6	7,06
		Tinggi	25-30	18	21,18
		Sedang	19-24	38	44,71
		Rendah	13-18	18	21,18
		Sangat Rendah	7-12	5	5,88
Keseluruhan		Sangat Tinggi	141-167	0	0,00
		Tinggi	114-140	20	23,53
		Sedang	86-113	58	68,24
		Rendah	60-85	7	8,24
		Sangat Rendah	33-59	0	0,00
Jumlah				85	100

Berdasarkan tabel 3 tersebut dapat diketahui bahwa sebanyak 68,24% siswa hasil belajar rendah memiliki *irrational belief* sedang dan 23,53% yang tinggi. Lebih banyak siswa memiliki *irrational belief* sedang dibandingkan dengan tinggi. Hal ini disebabkan karena siswa dengan hasil belajar rendah masih banyak memiliki tuntutan terhadap diri sendiri, masih menanggapi kejadian negatif dan tidak percaya diri sebagai beban dalam mencapai suatu yang diinginkan. *Irrational belief* yang tinggi perlu di kurangkan karena akan berpengaruh pada diri siswa termasuk pada hasil belajar untuk kedepannya.

Jika dilihat berdasarkan aspek *demandignes* ditemukan sebanyak 74,12% siswa hasil belajar rendah memiliki *irrational belief* yang sedang dan 15,29% tinggi. Hal ini diduga terjadi karena siswa masih memiliki tuntutan dalam dirinya, namun tuntutan tersebut membuat diri siswa merasa tidak senang dan menjadi beban. Menurut Ellis (2010) terdapat tiga jenis tuntutan yang dapat menimbulkan masalah, yaitu (1) tuntutan agar dapat bekerja dengan baik; (2) tuntutan agar orang lain bisa memperlakukan dengan baik, dan (3) tuntutan agar keadaan hidup harus bebas dari kesusahan. Oleh karena itu ketika tuntutan itu ada pada diri siswa, mereka harus bisa menerima dengan baik tanpa adanya paksaan.

Kemudian pada aspek *catastrophizing* ditemukan sebanyak 56,88% siswa hasil belajar rendah memiliki *irrational belief* sedang dan 27,06% tinggi. Hal ini diduga terjadi karena siswa masih berpikiran buruk atau secara berlebihan sehingga mengacu pada evaluasi

dikotomis dari peristiwa negatif yang lebih buruk pula. Hal ini disebabkan karena peristiwa terjadi di masa lalu, sekarang atau masa depan. Menurut Dryden (dalam Ellis, 2010) seseorang yang memiliki keyakinan tersebut tidak bisa menerima fakta terhadap hasil pada saat ini ataupun masa depan yang akan lebih buruk ketika mereka tidak mendapatkan apa yang diyakini sebagai hak nya, mereka akan beranggapan bahwa itu akan emnakutkan. Oleh karena itu siswa harus bisa menerima keadaan yang terjadi baik dimasa lalu, sekarang dan yang akan datang terhadap sesuatu.

Pada aspek *self deprecation* ditemukan sebanyak 67,06% siswa dengan hasil belajar rendah memiliki *irrational belief* sedang dan 14,12% tinggi. Hal ini diduga terjadi karena siswa belum bisa melihat dirinya sama dengan apayang dilihat oleh orang lain terhadap dirinya tersebut. Oleh karena itu siswa harus dapat menerima kenyataan, karena jika tidak dapat menimbulkan perasaan tidak puas dan akan adanya penolakan diri.

Kemudian pada aspek *Low frustration tolerance* ditemukan sebanyak 47,06% siswa hasil belajar rendah memiliki *irrational belief* yang sedang dan 21,18% tinggi. Hal ini diduga terjadi karena siswa belum bisa menerima kejadian yang membuat mereka tidak nyaman. Menurut Ellis (201) toleransi frustasi yang rendah berpengaruh terhadap penyesuaian sosial yang buruk. Oleh karena itu individu harus bisa bersikap dapat menerima keadaan dan bersikap senyaman mungkin terhadap keadaan yang mereka tidak senangi karena keadaan tersbeut tidak dapat diulang dikemudian hari.

2. Self Acceptance

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pencapaian *self acceptance* adalah 88,06 (68%). Hal ini berarti siswa yang memiliki *self acceptance* dengan hasil belajar rendah yang sedang. Gambaran hasil penelitian tentang *self acceptance* siswa ditampilkan pada tabel 2 dan 4.

Tabel 3. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Self Acceptance Berdasarkan Sub Variabel (n=85)

Variabel	Ideal	Minimal	Skor		Mean	SD	%	Ket
			ST	SR				
Kesadaran diri untuk menghargai sikap positif	50	10	48	17	34,20	4,34	68,4	Sedang
Menanggapi kejadian negatif dengan sikap dapat menerima diri tanpa syarat	80	16	68	38	53,86	4,79	41,43	Rendah
<i>Self Acceptance</i>	130	26	110	60	88,06	7,517	67,74	Sedang

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat secara keseluruhan bahwa rata-rata *self acceptance* siswa dengan hasil belajar rendah berada pada angka 67,74% termasuk kategori sedang. Hal ini dikarenakan siswa dengan hasil belajar rendah sudah mampu menerima dirinya dengan baik. Hasil pada aspek pencapaian kesadaran diri untuk menghargai sikap positif yaitu 34,20 (68,4%) termasuk sedang dan aspek menanggapi kejadian negatif dengan sikap dapat menerima diri tanpa syarat yaitu 53,86(41,43%) termasuk rendah.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Presentase *self acceptance* Siswa untuk Semua Aspek (n=85)

No	Aspek	Kategori	Skor Interval	f	%
1	Kesadaran diri untuk menghargai sikap positif	Sangat Tinggi	42-49	5	5,88
		Tinggi	34-41	47	55,29
		Sedang	26-33	31	36,47
		Rendah	18-25	1	1,18
2	Menanggapi kejadian negatif dengan sikap dapat menerima diri tanpa syarat	Sangat Rendah	10-17	1	1,18
		Sangat Tinggi	68-80	1	1,18
		Tinggi	55-67	40	47,06
		Sedang	42-54	43	50,59
	Keseluruhan	Rendah	29-41	1	1,18
		Sangat Rendah	16-28	0	0,00
		Sangat Tinggi	110-130	1	1,18
		Tinggi	89-109	45	52,94
		Sedang	68-88	37	43,53
		Rendah	47-67	2	2,35
		Sangat Rendah	26-46	0	0,00
Jumlah				85	100

Berdasarkan tabel 6 tersebut diketahui secara keseluruhan 2,35% siswa dengan hasil belajar rendah memiliki *self acceptance* yang rendah. Lebih banyak siswa memiliki *self acceptance* dengan kategori sedang dan tinggi karena sudah dapat memandang dirinya secara positif. *Self acceptance* yang rendah perlu di ditingkatkan karena akan berpengaruh pada hasil belajar untuk siswa nantinya.

Jika dilihat berdasarkan aspek kesadaran diri untuk menghargai sikap positif ditemukan sebanyak 1,18% siswa yang memiliki *self acceptance* yang rendah dan sangat rendah. Hal ini diduga terjadi karena siswa belum bisa menghargai sikap maupun kejadian positif dari orang lain dan lingkungan. Menurut Bernard (2013) kemampuan menanggapi kejadian dengan cara positif ditandai dengan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi kehidupan, menerima pujian dan dapat mengembangkan kelebihan diri dengan baik. Oleh karena itu siswa harus lebih bisa menghargai hal yang terjadi dan orang lain, agar siswa bisa saling menghargai.

Kemudian pada aspek menanggapi kejadian negatif dengan sikap dapat menerima diri tanpa syarat ditemukan sebanyak 1,18% memiliki *self acceptance* yang rendah. Hal ini terjadi karena siswa masih belum bisa menerima suatu keadaan negatif yang ada pada dirinya. siswa masih bergantung dengan apa yang dikatakan oleh orang lain dan harus baik dalam semua hal. Menurut Bernard (2013) mampu menerima kejadian dan menanggapi dengan baik serta rasa bahagia ditandai dengan sikap berani menanggung tanggung jawab terhadap apa yang dilakukan, menerima kritikan dari orang lain, tetap rendah diri dan diterima oleh orang lain. Oleh karena itu siswa harus lebih baik dan bijak dalam menyikap suatu hal dan kejadian.

3. Hubungan *Irrational Belief* dengan *Self Acceptance* Terhadap Siswa Yang Memiliki Hasil Belajar Rendah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *irrational belief* dengan *self acceptance* siswa yang memiliki hasil belajar rendah adalah sebesar 0,289 dengan nilai signifikan sebesar $0,007 \leq 0,05$. Oleh karena itu dapat dikatakan

bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Besar korelasi 0,289 menunjukkan hubungan irrational belief dan self acceptance dengan siswa yang memiliki hasil belajar rendah pada kategori lemah, terletak pada rentang 0,21 s/d 0,40.

Tabel 7. Korelasi *Irrational Belief* dengan *Self Acceptance* Siswa Yang Memiliki Hasil Belajar Rendah

CORRELATIONS			
		<i>Irrational Belief</i> (X)	<i>Self Acceptance</i> (Y)
<i>Irrational Belief</i> (X)	Pearson Correlation	1	.289**
	Sig. (2-tailed)		,007
	N	85	85
<i>Self Acceptance</i> (Y)	Pearson Correlation	.289**	1
	Sig. (2-tailed)	,007	
	N	85	85

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Bernard (2013) bahwa faktor yang mempengaruhi *self acceptance* adalah *irrational belief*. Davies (2008) juga mengungkapkan bahwa *irrational belief* memiliki hubungan yang signifikan dengan *self acceptance* namun berkorelasi negatif. *Irrational belief* yang mendasar akan menyebabkan penurunan dalam *self acceptance*. Siswa yang memiliki *irrational belief* rendah akan memiliki *self acceptance* yang baik. Lemahnya tingkat hubungan antara *irrational belief* dan *self acceptance* siswa, dikarenakan adanya pemikiran negatif terhadap masa depan, tingkat percaya diri yang kurang, dan kurang memiliki keyakinan terhadap prinsip diri sendiri karena adanya opini dari orang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (2008) bahwa *self acceptance* dipengaruhi oleh faktor (1) pemahaman diri; (2) harapan yang realistis; (3) tidak adanya hambatan dari lingkungan; (4) sikap sosial yang positif; (5) tidak ada stres berat; (6) pengaruh keberhasilan; (7) penyesuaian dengan orang lain; (8) perspektif diri yang kuat; (9) pola asuh; dan (10) konsep diri. *Self acceptance* pada diri seseorang dapat berubah tergantung pada situasi dan kondisi. Karena dalam masa-masa remaja siswa SMP banyak terjadi perubahan yang menuntut mereka untuk dapat bersikap lebih perhatian terhadap diri sendiri.

Oleh karena itu perlu dilakukannya konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Group Therapy* (REBGT) untuk mengubah pemikiran siswa yang merugikan diri sendiri serta dapat membantu anggota kelompok untuk melihat bagaimana keyakinan mereka mempengaruhi apa yang mereka rasakan dan apa yang dilakukan. Sehingga siswa dapat mengidentifikasi kelebihan dan kekurangannya, mampu memandang dirinya secara positif dengan adanya kelemahan yang dimiliki dan lebih bisa menghargai dirinya sendiri. Tujuan utama konseling pendekatan *Rational Emotive Behavioral Group Therapy* (REBGT) untuk memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan dan pandangan yang irasional menjadi rasional, tidak logis menjadi logis agar bisa meningkatkan aktualisasi diri dengan optimal melalui perilaku kognitif dan afektif yang positif. *Rational emotive behavior therapy* juga untuk menghilangkan gangguan emosional, seperti rasa benci, takut, cemas, marah yang berupa suatu akibat beripikir yang irasional dan melatih agar bisa menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai dan kemampuan diri (Khaira, et.al, dalam Harahap, 2022).

Kesimpulan

Hubungan *irrational belief* dengan *self acceptance* siswa yang memiliki hasil belajar rendah memiliki *irrational belief* dengan kategori sedang, yaitu dengan rata-rata skor pencapaian 104,8 (64%), yang pada umumnya siswa dengan hasil belajar rendah masih memiliki tuntutan terhadap diri sendiri, siswa masih menanggapi kejadian negatif sebagai beban dan tidak percaya diri dan berada pada kategori sedang, dengan rata-rata skor pencapaian yaitu 88,06 (68%), yang pada umumnya siswa dengan hasil belajar rendah memiliki tingkat penerimaan diri yang cukup baik karena sudah dapat memandang dirinya secara positif. Serta terdapat korelasi yang signifikan antara *irrational belief* dengan *self acceptance* siswa yang memiliki hasil belajar rendah, yaitu besar korelasi 0,289 menunjukkan hubungan *irrational belief* dan *self acceptance* dengan siswa yang memiliki hasil belajar rendah pada kategori lemah, terletak pada rentang 0,21 s/d 0,40. Artinya semakin tinggi *irrational belief* siswa yang memiliki hasil belajar rendah maka semakin rendah *self acceptance* siswa yang memiliki hasil belajar rendah. Beberapa saran kepada konselor untuk dapat memberikan layanan konseling individual dan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Group Therapy* (REBGT) untuk dapat meningkatkan kemampuan berpikir rasional dan meningkatkan *self acceptance*.

Daftar Rujukan

- Astuti, N. G. A. M. 2019. Meningkatkan Prestasi Belajar Bahasa Indonesia Melalui Penerapan Model Pembelajaran Explicit Instruction dengan Metode Bercerita dan Pemberian Tugas. *International Journal of Elementary Education*, 3(4), 447-454.
- Bernard, M. E. 2013. *The strength of self-acceptance: Theory, practice and research*. London: Springer Science & Business Media.
- Davies, M. F. (2008). Irrational beliefs and unconditional self-acceptance. II. Experimental evidence for a causal link between two key features of REBT. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 26, 89-101.
- Dewi, I. A. S., & Herdiyanto, Y. 2018. Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 434-443
- Elida Prayitno. 2006. *Buku Ajar: Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Ellis, A., David, D., & Lynn, S. J. 2010. *Rational and Irrational Beliefs: A Historical and Conceptual Perspective*. *Rational and Irrational Beliefs: Research, Theory, and Clinical Practice*. USA: Oxford University Press, 3–22.
- Fauziah, F., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. 2020. Modifikasi konseling kelompok untuk siswa dengan pendekatan rational emotive behavior therapy (REBT) di tengah pandemi covid-19. *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 7(2), 52-59.
- Firman, F., & Khairani, K. 2000. Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Pedagang wanita Pasar Pedesaan Minangkabau Dalam Memberdayakan Sumber Ekonomi Keluarga.
- Gamayanti, W. 2016. Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139–152.

-
- Harahap, M., Netrawati, N., Nirwana, H., Hariko, R. 2022. Efektivitas Konseling Kelompok dengan pendekatan REBT untuk mengurangi perilaku menyontek siswa. *Jurnal EDUCATIO*
- Hartati, J., Erlamsyah, E., & Syahniar, S. 2013. Hubungan Antara Perlakuan Orangtua dengan Penerimaan Diri Siswa. *Konselor*, 2(1).
- Hurlock, Elizabeth. B. 2008. *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Lestiani, I. 2017. Hubungan penerimaan diri dan kebahagiaan pada karyawan. *Jurnal Psikologi*, 9(2).
- Sasmita, P. E. 2015. "Irrational Beliefs" Dalam Konteks Kehidupan Seminari". *Jurnal Teologi*, 4(01), 25- 40.
- Susanto, A. 2016. *Manajemen peningkatan kinerja guru konsep, strategi, dan implementasinya*. Prenada Media.
- Taufik. 2023. *Pendekatan Dalam Konseling*. Solo: TAHTA MEDIA GROUP
- Yusuf, Syamsuf. 2012. *Teori Kepribadian*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Yusuf Syamsuf, Nurihsan, A. Juntika. 2009. *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.