IRFANI
P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

PENGARUH *SOLUTION-FOCUSED BRIEF COUNSELING* DALAM MENINGKATKAN *SELF-ACCEPTANCE* SISWA DI MAKASSAR

Ananda Magfira [1]✉, Farida Aryani[2], Fitriana[3], Sinta Nurul Oktaviana Kasim[4]
[1,2,3,4] Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

✉ Corresponding author (anandamagfira22@gmail.com)
Received: April 17, 2026. Accepted: September 18, 2026. Published: October 30, 2026
This work is licensed under CC BY-SA 4.0

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-acceptance* siswa, penerapan *Solution-Focused Brief Counseling*, pengaruh pendekatan tersebut terhadap peningkatan *self-acceptance*, serta perbedaan pengaruh berdasarkan gender pada siswa SMA Negeri 8 Makassar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi-experimental* model *pretest–posttest nonequivalent control group*. Populasi penelitian adalah siswa kelas X yang teridentifikasi memiliki *self-acceptance* rendah, dengan sampel sebanyak 12 siswa yang dipilih secara random dan dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan angket skala *self-acceptance*, sedangkan analisis data dilakukan dengan uji t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-acceptance* siswa sebelum perlakuan berada pada kategori rendah. Penerapan *Solution-Focused Brief Counseling* melalui layanan konseling kelompok dilakukan melalui tahapan pembinaan hubungan, identifikasi masalah, penetapan tujuan, perancangan intervensi, pelaksanaan dan evaluasi intervensi, serta terminasi dan tindak lanjut. Setelah perlakuan, terjadi peningkatan *self-acceptance* pada kelompok eksperimen yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Peningkatan tersebut terjadi secara merata pada siswa laki-laki dan perempuan sehingga efektivitas pendekatan tidak dipengaruhi oleh perbedaan gender. Temuan ini menunjukkan bahwa *Solution-Focused Brief Counseling* efektif dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa dan dapat menjadi alternatif layanan bimbingan dan konseling di sekolah.
Kata Kunci: *Solution-Focused Brief Counseling; Self-Acceptance;* Konseling Kelompok; Siswa SMA.

ABSTRACT

This study aims to determine the level of students' self-acceptance, the implementation of Solution-Focused Brief Counseling, the effect of the approach on improving self-acceptance, and differences in its influence based on gender among students of SMA Negeri 8 Makassar. The research employed a quantitative approach using a quasi-experimental design with a pretest–posttest nonequivalent control group model. The population consisted of Grade X students identified as having low self-acceptance, with a sample of 12 students selected randomly and divided into experimental and control groups. Data were collected through observation and a self-acceptance scale questionnaire, while data analysis was conducted using a t-test. The results showed that students' self-acceptance before the treatment was in the low category. The implementation of Solution-Focused Brief Counseling through group counseling services was carried out through stages of relationship building, problem identification, goal setting, intervention planning, intervention implementation and evaluation, as well as termination and follow-up. After the treatment, there was a higher increase in self-acceptance in the experimental group compared to the control group. This improvement occurred evenly among male and female students, indicating that the effectiveness of the approach was not influenced by gender differences. These findings indicate that Solution-Focused Brief Counseling is effective in

improving students' self-acceptance and can serve as an alternative guidance and counseling service in schools.
***Keywords**: Solution-Focused Brief Counseling; Self-Acceptance; Group Counseling; Senior High School Students.*

PENDAHULUAN

Self-acceptance merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja karena kemampuan mengenali serta menerima kelebihan dan kekurangan diri menjadi dasar pembentukan identitas yang sehat. Pada siswa SMA, kurangnya penerimaan diri berdampak pada kepercayaan diri, prestasi akademik, serta kualitas hubungan interpersonal. Masa remaja sebagai periode kritis pembentukan identitas sering diwarnai tekanan dari keluarga, teman sebaya, dan tuntutan sosial yang kompleks sehingga memengaruhi cara remaja memandang dirinya. Penelitian Indriani dan Wibowo mengungkapkan bahwa banyak siswa SMA menghadapi tantangan akademik dan emosional yang berakar pada kurangnya penerimaan diri[1]. Laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 34,9% remaja atau 15,5 juta remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental[2]. Rendahnya *self-acceptance* menjadi salah satu penyebab tersebut karena berbeda dengan *self-esteem* yang menekankan penghargaan diri, *self-acceptance* menuntut individu menerima dirinya apa adanya. Dampaknya dapat berupa meningkatnya stres, kecemasan, konflik interpersonal, rendahnya motivasi belajar, hingga penurunan pencapaian akademik.

Secara teoretis, penelitian ini menggunakan konsep *self-acceptance* dari Hurlock; Islami dan Fitriyani yang menjelaskan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan individu mengenali kondisi dirinya serta menerima dan memahami apa yang terjadi pada dirinya sehingga individu dapat menghargai kelebihan dan kekurangannya[3][4]. Hurlock juga menegaskan bahwa penerimaan diri dapat mengarah pada perilaku yang disukai orang lain serta kemampuan menerima diri sendiri. Sejalan dengan pandangan tersebut, penerimaan diri juga diartikan sebagai sikap puas terhadap diri sendiri yang mencakup pengakuan atas kualitas, bakat, dan keterbatasan, serta kemampuan menerima kelebihan dan kekurangan dengan konsistensi terhadap standar pribadi tanpa bergantung pada

[1] Iftitah Indriani, Mungin Eddy Wibowo, and Mulawarman Mulawarman, "Keefektifan Solution-Focused Brief Counseling Dan Motivational Interviewing Untuk Meningkatkan Self-Disclosure Peserta Didik," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 2 (2022): 81–88, https://doi.org/10.17977/um001v7i22022p81-88.
[2] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Pentingnya Kesehatan Mental Bagi Remaja Dan Cara Menghadapinya," 2022, https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-kesehatan-mental-bagi-remaja.
[3] Elizabeth B Hurlock, *Psikologi-Perkembangan-Elizabeth-B-Hurlock*, 2012.
[4] Anisa Chelsea Islami and Hilma Fitriyani, "Gambaran Self-Acceptance (Penerimaan Diri) Pada Remaja Yang Tinggal Bersama Orang Tua Tunggal Ibu," *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling* 11, no. 2 (2022): 135–48, https://doi.org/10.21009/insight.112.02.

penilaian orang lain[5][6][7]. Dalam konteks fungsi psikologis positif siswa, Aryani dkk menjelaskan bahwa *self-acceptance* ditandai kemampuan mengevaluasi diri secara positif, mengenali kekuatan dan kelemahan, serta berkaitan dengan hubungan interpersonal yang hangat, kepercayaan, dan kedekatan dengan orang lain yang bermakna[8]. Hal ini menunjukkan bahwa *self-acceptance* tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga pada kualitas hubungan sosial siswa.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMA Negeri 8 Makassar, ditemukan bahwa tingkat *self-acceptance* siswa kelas X masih tergolong rendah. Wawancara dengan siswa serta guru Bimbingan dan Konseling (BK) menunjukkan adanya gejala seperti membenci diri sendiri, rasa cemburu terhadap orang lain, kurangnya harapan masa depan, rasa malu terhadap kondisi diri, serta ketidakmampuan merasa bangga terhadap diri sendiri. Hasil angket menunjukkan dari 55 siswa, sebanyak 47,27% atau 26 siswa berada pada kategori rendah, 40% atau 22 siswa pada kategori sedang, dan 12,73% atau 7 siswa pada kategori tinggi. Temuan tersebut menunjukkan perlunya intervensi terstruktur untuk membantu siswa meningkatkan penerimaan diri. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) yang berfokus pada kekuatan dan solusi individu. Penelitian Franklin dkk menunjukkan bahwa SFBC efektif meningkatkan *self-acceptance* siswa[9]. Hayati dan Aminah juga membuktikan efektivitas *Solution-Focused Brief Group Counseling* dalam meningkatkan penerimaan diri[10], sementara Febristi dan Suherlin menemukan bahwa pendekatan ini mampu meningkatkan kepercayaan diri dan penerimaan diri remaja[11]. Selain itu, Nugroho dkk menekankan pentingnya adaptasi pendekatan konseling dengan budaya lokal agar lebih relevan dalam konteks Indonesia[12].

Penelitian ini memiliki beberapa perbedaan dengan studi sebelumnya. Penelitian ini membandingkan hasil intervensi berdasarkan jenis kelamin untuk melihat dinamika

---

[5] Nur'aini Hasna Hamidah, "The Role of Self Acceptance on the Mental Health," *Psikoeduko: Jurnal Psikologi Edukasi Dan Konseling* 2, no. 1 (2022): 66–74.
[6] Ulin Nihayah, Ade Vinna Pandu Winata, and Titin Yulianti, "Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental," *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan* 5, no. 2 (2021): 48–55, https://doi.org/10.19109/ghaidan.v5i2.10567.
[7] Theresia Agnes Wijaya et al., "Penerimaan Diri Generasi Z Di Era Perkembangan Media Sosial," *Psiko Edukasi* 21, no. 1 (2023): 41–49, https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i1.4575.
[8] Farida Aryani et al., "Psychological Well-Being of Students in Undergoing Online Learning during Pandemi Covid-19," 2020, 1747–56.
[9] Cynthia Franklin et al., "Solution-Focused Brief Therapy for Students in Schools: A Comparative Meta-Analysis of the U.S. and Chinese Literature," *Journal of the Society for Social Work and Research* 13, no. 2 (2022): 381–407, https://doi.org/10.1086/712169.
[10] Sri Ayatina Hayati and Aminah Aminah, "Solution-Focused Brief Group Counseling (SFGC) Untuk Meningkatkan Self-Acceptance Pada Anak Korban Perceraian," *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan* 4, no. 2 (2020): 57–65, https://doi.org/10.19109/ghaidan.v4i2.6065.
[11] Anisa Febristi and Nicen Suherlin, "Implementation of Solution Focused Brief Therapy (SFBT) to Improve Self-Esteem in Adolescents at The Aisyah Orphanage Koto Tangah Timur Branch, Padang," *Proceeding International Conference Syedza Saintika*, no. 2012 (2021): 22–29.
[12] A. R. Nugroho et al., "Developing Junior High School Self-Esteem through the Solution Focused Brief Counseling Approach during the Covid-19 Pandemic," *Degres Article*, no. Query date: 2022-12-20 23:32:41 (2021): 1–10, http://repository.uki.ac.id/4285/.

self-acceptance siswa laki-laki dan perempuan. Selain itu, pendekatan SFBC diterapkan menggunakan teknik *scaling question, exception question,* dan *presession change question* pada siswa sekolah negeri dengan latar belakang umum. Konteks pelaksanaan di SMA Negeri serta adaptasi terhadap budaya lokal juga menjadi pembeda, mengingat kajian penerapan SFBC dalam setting tersebut masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar dengan mempertimbangkan perbedaan jenis kelamin serta konteks budaya lokal sebagai kontribusi baru dibandingkan penelitian sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, sebagaimana dinyatakan dalam A. Siroj dkk metode kuantitatif menguji teori melalui pengukuran variabel secara numerik dan analisis statistik[13]. Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimental *non-equivalent control group design* yang melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan intervensi *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan konseling, namun tetap mengikuti pengukuran *pretest* dan *posttest* untuk membandingkan perubahan yang terjadi secara alami tanpa intervensi. Populasi penelitian adalah 55 siswa kelas X SMA Negeri 8 Makassar. Suriani dkk menyatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu sebagai dasar penarikan kesimpulan[14]. Hasil screening skala *self-acceptance* yang diadaptasi dari Hurlock menunjukkan 26 siswa berada pada kategori rendah, sehingga dijadikan populasi sasaran[15]. Sampel penelitian berjumlah 12 siswa yang dipilih secara *random sampling* dan dibagi menjadi dua kelompok, masing-masing 6 siswa. Pengumpulan data menggunakan skala *self-acceptance* model Likert empat pilihan berdasarkan konsep Hurlock serta observasi. Instrumen memiliki reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,905. Analisis data menggunakan statistik deskriptif dan inferensial dengan uji prasyarat normalitas dan homogenitas. Pengujian perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dilakukan menggunakan *Paired Sample t-test* dengan bantuan IBM SPSS Statistics 23 pada taraf signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Gambaran *Self-Acceptance* Siswa SMA Negeri 8 Makassar

Hasil penelitian mengenai *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar diperoleh melalui pengukuran menggunakan skala *self-acceptance* yang diberikan

[13] Rusydi A. Siroj et al., "Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah Untuk Analisis Data," *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran* 7, no. 3 (2024): 1861–64.
[14] Nidia Suriani, Risnita, and M. Syahran Jailani, "Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan," *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2023): 24–36, https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55.
[15] Hurlock, *Psikologi-Perkembangan-Elizabeth-B-Hurlock*.

IRFANI
P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui kondisi awal siswa serta melihat perubahan yang terjadi setelah pemberian intervensi. Penelitian ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan intervensi *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Perbandingan hasil kedua kelompok dilakukan untuk mengetahui pengaruh intervensi terhadap peningkatan *self-acceptance* siswa.

a. Kelompok Eksperimen

Hasil *pretest* pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa dari 6 siswa, sebanyak 4 siswa (66,7%) berada pada kategori rendah dan 2 siswa (33,3%) berada pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa pada kelompok eksperimen memiliki tingkat *self-acceptance* yang belum optimal sebelum diberikan perlakuan. Setelah diberikan intervensi *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC), hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan. Sebanyak 2 siswa (33,3%) berada pada kategori sangat tinggi, 2 siswa (33,3%) berada pada kategori tinggi, dan 2 siswa (33,3%) berada pada kategori sedang. Pergeseran kategori dari rendah dan sangat rendah ke kategori sedang hingga sangat tinggi menunjukkan bahwa intervensi SFBC memberikan dampak positif terhadap peningkatan *self-acceptance* siswa. Hasil pengukuran *self-acceptance* siswa disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Data Tingkat *Self-Acceptance* Siswa Kelompok Eksperimen *Pretest* dan *Posttest*

Interval	Kategori	Eksperimen			
		Pretest		Posttest	
		F	P%	F	P%
95-108	Sangat Tinggi	-		2	33,3
78-94	Tinggi	-		2	33,3
61-77	Sedang	-		2	33,3
44-60	Rendah	4	66,7	-	
27-43	Sangat Rendah	2	33,3	-	
JUMLAH		**6**	**100**	**6**	**100**

b. Kelompok Kontrol

Hasil pretest pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa seluruh siswa (6 orang atau 100%) berada pada kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat *self-acceptance* siswa pada kelompok kontrol juga berada pada level yang belum optimal. Setelah dilakukan pengukuran *posttest* tanpa adanya pemberian intervensi, hasil yang diperoleh menunjukkan tidak adanya perubahan, di mana seluruh siswa tetap berada pada kategori rendah (100%). Hal ini mengindikasikan bahwa tanpa perlakuan khusus, tingkat *self-acceptance* siswa cenderung tidak mengalami peningkatan. Dengan demikian, perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa peningkatan *self-acceptance* hanya terjadi pada kelompok yang memperoleh intervensi *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC). Hasil pengukuran *self-acceptance* siswa disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Data Tingkat *Self-Acceptance* Siswa Kelompok Kontrol *Pretest* dan *Posttest*

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

Interval	Kategori	Kontrol			
		Pretest		Posttest	
		F	P%	F	P%
95-108	Sangat Tinggi	-		-	
78-94	Tinggi	-		-	
61-77	Sedang	-		-	
44-60	Rendah	6	100	6	100
27-43	Sangat Rendah	-		-	
JUMLAH		**6**	**100**	**6**	**100**

2. Gambaran Penerapan SFBC dalam meningkatkan *Self-Acceptance* Siswa SMA Negeri 8 Makassar

Pelaksanaan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar dilakukan melalui enam kali pertemuan pada kelompok eksperimen, diawali dengan pemberian *pretest* dan diakhiri dengan *posttest*. Tahapan yang dilalui meliputi pembinaan hubungan, identifikasi masalah yang dapat dipecahkan, penetapan tujuan, perancangan intervensi, pelaksanaan dan evaluasi intervensi, serta terminasi dan tindak lanjut. Sebelum pelaksanaan layanan, peneliti melakukan persiapan berupa penyusunan instrumen penelitian dalam bentuk skala *self-acceptance* melalui *google form*, penyusunan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL), serta Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD). Selain itu, peneliti juga menyiapkan setting ruang konseling kelompok di ruang BK SMA Negeri 8 Makassar agar kegiatan berlangsung kondusif dan nyaman. Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok berlangsung selama enam sesi dengan fokus bertahap sesuai tahapan SFBC. Pada pertemuan pertama, sebagian besar siswa menunjukkan indikator *self-acceptance* yang rendah, seperti kurang percaya diri, rasa malu terhadap kondisi diri, ketidakpuasan terhadap penampilan, serta kesulitan melihat kelebihan yang dimiliki. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil *pretest* kelompok eksperimen yang menunjukkan bahwa 4 siswa berada pada kategori rendah dan 2 siswa pada kategori sangat rendah. Pertemuan kedua difokuskan pada identifikasi masalah yang dapat dipecahkan, di mana siswa mulai menyadari aspek diri yang sulit diterima dan merumuskan langkah kecil untuk perubahan. Pada pertemuan ketiga, siswa menetapkan tujuan perubahan diri melalui penyusunan langkah-langkah kecil yang realistis menuju peningkatan penerimaan diri. Pertemuan keempat diarahkan pada perancangan intervensi dengan menyusun langkah konkret yang dapat dilakukan siswa berdasarkan kekuatan pribadi yang dimiliki. Pertemuan kelima berfokus pada pelaksanaan dan evaluasi intervensi, di mana siswa merefleksikan kemajuan diri melalui perbandingan skala serta mengidentifikasi faktor pendukung dan hambatan. Pada pertemuan keenam dilakukan terminasi dan refleksi akhir, siswa meninjau perubahan yang dialami selama proses konseling serta menyusun rencana tindak lanjut untuk mempertahankan peningkatan *self-acceptance*. Secara keseluruhan, rangkaian penerapan SFBC menunjukkan bahwa siswa mampu mengenali diri secara

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

lebih positif, meningkatkan penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangan diri, serta memiliki komitmen untuk terus mengembangkan *self-acceptance* secara berkelanjutan.

3. Pengaruh Pendekatan SFBC terhadap Peningkatan *Self-Acceptance* Siswa

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap peningkatan *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *Paired Sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Hasil analisis menggunakan IBM SPSS Statistics 23 menunjukkan bahwa rata-rata skor *self-acceptance* kelompok eksperimen meningkat dari 52,50 pada *pretest* menjadi 85,33 pada *posttest*, dengan peningkatan rata-rata sebesar 32,83. Berdasarkan hasil *Paired Sample t-test*, diperoleh *Mean Difference* sebesar -32,833, nilai t sebesar -15,047, dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Tanda negatif pada *Mean Difference* dan nilai t menunjukkan bahwa skor pretest lebih rendah dibandingkan skor posttest berdasarkan urutan perhitungan *pretest–posttest* dalam SPSS. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *self-acceptance* sebelum dan sesudah pemberian intervensi SFBC. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan SFBC memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan *self-acceptance* siswa pada kelompok eksperimen

Tabel 3. Hasil *Paired Sample t-test Pretest* dan *Posttest*

Kelompok Penelitian	Rata-rata (*Mean*)			Mean Difference	t	Sig	Keterangan
	Pretest	*Posttest*	*Gainscore*				
Eksperimen	52,50	85,33	32,83	-32,833	-15,047	0,000	H_0 ditolak H_1 diterima
Kontrol	56,50	57,17	0,67	-0,667	-0,652	0,543	H_0 diterima H_1 ditolak

4. Perbedaan Pengaruh SFBC terhadap *Self-Acceptance* antara Siswa Laki-laki dan Perempuan

Perbedaan pengaruh pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap *self-acceptance* siswa ditinjau berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa baik siswa laki-laki maupun perempuan mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi. Analisis dilakukan dengan membandingkan skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Hasil peningkatan *self-acceptance* siswa perempuan disajikan pada tabel 4, sedangkan peningkatan siswa laki-laki disajikan pada tabel 5 berikut:

Tabel 4. Skor *Self-Acceptance* Kelompok Eksperimen Siswa Perempuan

Responden	Jenis Kelamin	*Pretest*	Interval	*Posttest*	Interval	*Gainscore*
AEI	P	60	Rendah	95	Sangat Tinggi	35
AAS	P	43	Sangat Rendah	77	Sedang	34
AAP	P	52	Rendah	88	Tinggi	36

IRFANI
P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

Tabel 5. Skor *Self-Acceptance* Kelompok Eksperimen Siswa Laki-laki

Responden	Jenis Kelamin	*Pretest*	Interval	*Posttest*	Interval	*Gainscore*
MSS	L	40	Sangat Rendah	75	Sedang	35
MN	L	60	Rendah	82	Tinggi	22
RAGR	L	60	Rendah	95	Sangat Tinggi	35

Berdasarkan tabel tersebut, seluruh siswa perempuan mengalami peningkatan skor *self-acceptance* dari kategori sangat rendah dan rendah menjadi kategori sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Pola peningkatan pada kelompok perempuan cenderung konsisten dengan *gain score* yang relatif seragam. Pada siswa laki-laki, hasil *posttest* juga menunjukkan peningkatan pada seluruh responden, meskipun dengan variasi *gainscore* yang lebih beragam. Namun demikian, seluruh siswa laki-laki tetap menunjukkan perubahan ke arah yang lebih positif. Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan SFBC efektif meningkatkan *self-acceptance* baik pada siswa laki-laki maupun Perempuan

Pembahasan

1. Gambaran *Self-Acceptance* Siswa SMA Negeri 8 Makassar

Tingkat *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar yang berada pada kategori relatif rendah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mampu menilai diri secara positif dan objektif. Peningkatan tersebut dapat dipahami sebagai perubahan dalam cara siswa memaknai dirinya. Siswa dengan *self-acceptance* rendah cenderung memberikan perhatian lebih besar terhadap kekurangan diri sehingga pengalaman negatif menjadi lebih dominan dalam penilaian terhadap diri sendiri. Kondisi tersebut dapat membentuk pola penilaian yang bias, misalnya menganggap kekurangan tertentu sebagai gambaran keseluruhan dirinya dan mengabaikan pengalaman ketika dirinya mampu, diterima, atau berhasil. Dalam proses SFBC, perhatian siswa secara bertahap diarahkan untuk menemukan pengalaman yang berbeda dari pola tersebut. Ketika siswa mulai menyadari bahwa terdapat situasi tertentu ketika dirinya mampu menghadapi masalah, merasa nyaman dengan dirinya, atau mendapatkan penghargaan dari orang lain, muncul informasi baru yang dapat menantang penilaian negatif yang sebelumnya dianggap sebagai sesuatu yang tetap.

Proses tersebut membantu siswa membangun penilaian diri yang lebih seimbang. Perubahan tidak terjadi karena siswa diminta untuk langsung berpikir positif, tetapi melalui pengalaman konkret yang dapat diamati dan diakui oleh siswa sendiri. Dengan demikian, pengalaman keberhasilan kecil menjadi bukti bahwa kondisi dirinya tidak sepenuhnya ditentukan oleh kekurangan yang selama ini menjadi perhatian. Kesadaran terhadap pengalaman tersebut dapat memperkuat keyakinan bahwa siswa memiliki

kemampuan untuk melakukan perubahan, sehingga penerimaan terhadap diri berkembang secara bertahap.

Temuan ini dapat dijelaskan melalui karakteristik perkembangan remaja yang sensitif terhadap evaluasi sosial, sehingga siswa cenderung melakukan perbandingan diri, meragukan kemampuan pribadi, serta lebih fokus pada kekurangan yang dimiliki. Kondisi tersebut diperkuat oleh tekanan akademik, dinamika pergaulan, dan pengalaman psikososial yang memengaruhi pembentukan konsep diri. Secara teoritik, rendahnya *self-acceptance* pada remaja berkaitan dengan meningkatnya kecemasan sosial, di mana individu dengan penerimaan diri rendah menjadi lebih sensitif terhadap penilaian lingkungan[16]. Selain itu, pengalaman interaksi sosial, termasuk melalui media sosial, juga berperan dalam membentuk standar penilaian diri yang seringkali tidak realistis, sehingga memengaruhi penerimaan diri siswa[17]. Lebih lanjut, peningkatan *self-acceptance* pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi konseling kelompok berbasis *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dapat dijelaskan melalui prinsip pendekatan ini yang menekankan kekuatan individu, refleksi pengalaman positif, serta pembangunan solusi secara bertahap. Proses tersebut membantu siswa memaknai kemajuan kecil, meningkatkan kesadaran diri, dan mengembangkan penilaian diri yang lebih adaptif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hardianti dan Munjirin yang menunjukkan bahwa intervensi psikologis efektif dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa, sehingga menguatkan bahwa pendekatan SFBC merupakan strategi yang relevan untuk membantu siswa mengembangkan penerimaan diri secara lebih konstruktif[18].

2. Gambaran Penerapan SFBC dalam meningkatkan *Self-Acceptance* Siswa SMA Negeri 8 Makassar

Penerapan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar menunjukkan bahwa pendekatan yang berfokus pada kekuatan individu dan solusi masa depan membantu siswa mengembangkan penerimaan diri secara lebih konstruktif. Hal ini berkaitan dengan karakteristik SFBC yang menekankan perubahan melalui langkah kecil, identifikasi potensi, dan penetapan tujuan realistis melalui tahapan sistematis[19]. Penggunaan teknik seperti *scaling question* dan penetapan tujuan bertahap mendorong siswa merefleksikan kondisi diri secara konkret, sehingga mereka mulai mengalihkan fokus dari kekurangan

[16] Zulvana, Didik Susetiyanto, and Iva Milia Hani Rahmawati, "Efektivitas Psikoedukasi SI-CBT Terhadap Penerimaan Diri Dan Kecemasan Sosial Pada Remaja" 14, no. 1 (2025): 101–8, https://doi.org/https://doi.org/10.32831/jik.v14i1.925.
[17] Refnadi Refnadi, Marjohan Marjohan, and Yarmis Yarmis, "Self-Acceptance of High School Students in Indonesia" 6, no. 1 (2021): 15–23.
[18] Baiq Hardianti and Ahmad Munjirin, "Pengaruh Positive Thinking Dalam Meningkatkan Self Acceptance Pada Siswa," *Psychological Journal: Science and Practice* 4, no. 1 (2024): 227–30, https://doi.org/10.22219/pjsp.v4i1.33010.
[19] Serla Andrianti, Nefi Darmayanti, and Mohammad Al-Farabi, "Konseling Kelompok Dengan Teknik Berfokus Pada Solusi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di Mts Al-Uswah Kuala," *Journal of Student Research (JSR)* 1, no. 1 (2023).

menuju kemampuan yang dimiliki dan membangun persepsi diri yang lebih positif. Selain itu, dinamika konseling kelompok menciptakan lingkungan suportif yang mempercepat perkembangan penerimaan diri. Temuan ini sejalan dengan Levano dkk yang menyatakan bahwa SFBC mampu mengubah cara pandang siswa terhadap diri dan lingkungannya[20], serta didukung oleh Lombu dkk yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis solusi efektif meningkatkan *self-acceptance* melalui fokus pada kekuatan diri dan langkah perubahan bertahap[21].

Secara psikologis, proses tersebut bekerja melalui perubahan fokus perhatian siswa. Pada kondisi awal, siswa lebih banyak memusatkan perhatian pada bagian diri yang dianggap kurang sehingga pengalaman negatif menjadi dasar dalam menilai dirinya. Pertanyaan yang mengarahkan siswa pada skala, pengalaman pengecualian, dan perubahan yang telah terjadi membantu memperluas fokus tersebut. Siswa tidak hanya melihat "apa yang salah dengan diri saya", tetapi mulai mempertimbangkan "kapan saya mampu", "apa yang sudah berubah", dan "apa yang dapat saya lakukan berikutnya". Pergeseran fokus ini penting karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk memperoleh bukti pengalaman yang berlawanan dengan penilaian negatif terhadap dirinya.

Khususnya, pertanyaan mengenai pengalaman pengecualian membantu siswa menemukan keadaan ketika masalah atau perasaan negatif tidak muncul sekuat biasanya. Bagi siswa yang terbiasa melihat dirinya melalui kekurangan, pengalaman tersebut dapat menjadi bukti bahwa dirinya memiliki kemampuan, kualitas, atau kondisi positif yang sebelumnya kurang diperhatikan. Sementara itu, pertanyaan berskala membantu siswa melihat perubahan secara lebih konkret sehingga perkembangan yang kecil sekalipun menjadi sesuatu yang dapat dikenali. Dengan cara tersebut, perubahan *self-acceptance* tidak hanya berupa perasaan sesaat, tetapi berkembang melalui proses evaluasi diri yang lebih realistis dan berorientasi pada kemampuan.

3. Pengaruh Pendekatan SFBC terhadap Peningkatan *Self-Acceptance* Siswa

Penerapan SFBC menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan *self-acceptance* siswa. Secara psikologis, perubahan tersebut dapat dipahami sebagai proses pergeseran cara siswa mengonstruksi makna mengenai dirinya. Pada kondisi awal, siswa dengan *self-acceptance* rendah cenderung menilai dirinya berdasarkan kekurangan, pengalaman negatif, atau standar yang dirasakan belum mampu dicapai. Ketika proses konseling mengarahkan perhatian pada pengalaman keberhasilan, kemampuan yang masih dimiliki, serta perubahan yang telah terjadi, siswa memperoleh kesempatan untuk

[20] Mazda Levano, Rani Mega Putri, and Sukainah, "Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan SFBC (Solution-Focused Brief Counseling) Bagi Peserta Didik Kelas X-9 Di Sma Negeri 10 Palembang Tahun Pelajaran" 2, no. 1 (2025): 26–33.
[21] Juliani Lombu, Andreas Rian Nugroho, and Ronny Gunawan, "Keefektifan Konseling Kelompok SFBC Dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa," *Indonesian Journal of Educational Counseling* 7, no. 2 (2023): 322–31, https://doi.org/10.30653/001.202372.300.

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

membentuk informasi baru mengenai dirinya. Informasi tersebut kemudian dapat menjadi dasar bagi terbentuknya penilaian diri yang lebih seimbang.

Perubahan tersebut tidak berarti bahwa siswa langsung menghilangkan pandangan negatif terhadap dirinya, tetapi mulai memiliki alternatif cara dalam memahami diri. Pengalaman ketika siswa berhasil melakukan sesuatu, memperoleh penerimaan dari lingkungan, atau mampu menghadapi situasi yang sebelumnya dianggap sulit memberikan bukti bahwa dirinya memiliki kemampuan dan nilai positif. Ketika pengalaman tersebut dikenali dan dihubungkan dengan tujuan yang ingin dicapai, keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dapat berkembang. Dengan demikian, SFBC bekerja bukan sekadar melalui pemberian motivasi, tetapi melalui proses membantu siswa menemukan bukti perubahan dari pengalaman dirinya sendiri.

Temuan ini juga dapat menjelaskan mengapa peningkatan pada kelompok eksperimen jauh lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen memperoleh kesempatan untuk secara aktif mengevaluasi pengalaman dirinya, mengenali sumber daya pribadi, dan menetapkan perubahan yang dapat dilakukan. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak memperoleh proses konseling yang secara khusus mengarahkan perhatian pada kekuatan dan pengalaman keberhasilan tersebut. Oleh karena itu, peningkatan skor pada kelompok eksperimen dapat dipahami sebagai hasil dari proses perubahan kognitif dan perilaku yang difasilitasi melalui konseling berbasis solusi. Temuan ini sejalan dengan Habsy yang menyatakan bahwa teknik dalam SFBC efektif membantu remaja mengevaluasi diri dan meningkatkan penerimaan diri[22]. Selain itu, *gainscore* kelompok eksperimen yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol serta nilai signifikansi di bawah 0,05 menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi merupakan efek dari intervensi, sehingga SFBC terbukti efektif dan reliabel dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa.

4. Perbedaan Pengaruh SFBC terhadap *Self-Acceptance* antara Siswa Laki-laki dan Perempuan

Penerapan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) menunjukkan bahwa siswa laki-laki dan perempuan sama-sama mengalami peningkatan *self-acceptance* setelah intervensi. Perbedaan yang terlihat terletak pada pola peningkatannya, di mana siswa perempuan cenderung menunjukkan *gainscore* yang relatif konsisten, sedangkan siswa laki-laki menunjukkan variasi *gainscore* yang lebih dinamis. Kondisi tersebut tidak hanya berkaitan dengan perbedaan gaya komunikasi, tetapi juga dapat dipahami dari karakteristik perkembangan psikologis remaja laki-laki. Pada masa remaja, sebagian laki-laki masih menghadapi tuntutan sosial untuk menunjukkan kemandirian, ketangguhan, dan kemampuan mengendalikan emosi. Tuntutan tersebut dapat membuat keterbukaan mengenai perasaan dan kelemahan diri menjadi lebih sulit, terutama pada tahap awal konseling.

[22] Bakhrudin Al Habsy et al., "Pendekatan Solution Focused Brief Counseling Dalam Konseling Kelompok," *Jurnal Pendidikan Non Formal* 1, no. 4 (2024): 14, https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.515.

P-ISSN 1907-0969 E-ISSN 2442-8272
Volume 22 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman 617-631
http://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/ir

Dalam konseling, kondisi tersebut dapat memengaruhi cara siswa laki-laki merespons proses eksplorasi diri. Siswa yang belum terbiasa mengungkapkan pengalaman emosional mungkin membutuhkan waktu lebih lama untuk merasa aman sebelum menyampaikan pengalaman personal secara terbuka. Penelitian mengenai *self-disclosure* juga menunjukkan adanya perbedaan keterbukaan diri berdasarkan gender, sementara penelitian mengenai remaja laki-laki menunjukkan bahwa norma maskulinitas tertentu dapat berkaitan dengan pembatasan ekspresi emosi[23]. Dengan demikian, respons siswa laki-laki pada awal sesi tidak selalu langsung terlihat melalui keterbukaan verbal, tetapi dapat muncul melalui keterlibatan dalam aktivitas, jawaban yang lebih singkat, atau tindakan konkret yang disepakati selama konseling[24].

Karakteristik tersebut justru memiliki keterkaitan dengan prinsip SFBC yang berorientasi pada solusi dan perubahan konkret. Pendekatan ini tidak menuntut konseli untuk terus-menerus menguraikan masalah secara mendalam, tetapi mengarahkan konseli untuk mengenali kondisi yang diinginkan, menemukan pengalaman ketika masalah terasa lebih ringan, serta menentukan tindakan yang dapat dilakukan. Pola tersebut memberikan ruang bagi siswa laki-laki untuk terlibat melalui cara yang lebih praktis dan berorientasi pada tindakan. Oleh karena itu, keterlibatan mereka dapat berkembang secara bertahap seiring meningkatnya rasa aman dan kepercayaan terhadap proses konseling.

Variasi *gainscore* pada siswa laki-laki juga dapat dipahami sebagai dinamika individual dalam proses perubahan, bukan sebagai bukti bahwa SFBC kurang efektif bagi laki-laki. Pada penelitian ini, tiga siswa laki-laki memperoleh *gainscore* masing-masing 35, 22, dan 35. Variasi tersebut menunjukkan bahwa perubahan *self-acceptance* tidak berlangsung dengan kecepatan yang sama pada setiap individu. Perbedaan pengalaman awal, kemampuan mengenali emosi, kesiapan membuka diri, dan respons terhadap proses konseling dapat memengaruhi besarnya perubahan yang muncul setelah intervensi. Dengan demikian, hasil penelitian lebih tepat dipahami bahwa SFBC mampu memfasilitasi perubahan pada kedua kelompok gender, meskipun proses perubahan pada siswa laki-laki dapat menunjukkan dinamika yang lebih beragam.

Temuan tersebut sejalan dengan karakteristik SFBC yang menempatkan keterlibatan konseli dan pembangunan solusi sebagai bagian penting dari proses konseling. Habsy dkk. menjelaskan bahwa SFBC dalam konseling kelompok menekankan pencarian solusi, kekuatan konseli, serta perubahan yang dilakukan secara bertahap[25]. Dengan demikian, perbedaan pola respons berdasarkan gender tidak serta-merta menunjukkan perbedaan efektivitas pendekatan, tetapi dapat menggambarkan perbedaan cara siswa terlibat dalam proses perubahan.

KESIMPULAN

[23] Islam Sultan and Agung Semarang, "Essentia : Journal of Medical Practice and Research" 1, no. 2 (2025).
[24] Perbandingan Persepsi et al., "Perbandingan Persepsi Remaja Laki-Laki Dan Perempuan Terhadap" 2, no. 1 (2024): 1–12.
[25] Habsy et al., "Pendekatan Solution Focused Brief Counseling Dalam Konseling Kelompok."

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) efektif dalam meningkatkan *self-acceptance* siswa SMA Negeri 8 Makassar. Peningkatan terlihat dari perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Proses konseling kelompok melalui tahapan SFBC membantu siswa mengenali diri, menetapkan tujuan perubahan, serta menerapkan langkah-langkah konkret untuk meningkatkan penerimaan diri. Selain itu, peningkatan *self-acceptance* terjadi baik pada siswa laki-laki maupun perempuan, sehingga menunjukkan bahwa pendekatan SFBC memberikan pengaruh yang relatif setara tanpa dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin. Temuan ini mengindikasikan bahwa SFBC dapat digunakan sebagai alternatif layanan bimbingan dan konseling yang efektif untuk meningkatkan *self-acceptance* siswa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

A. Siroj, Rusydi, Win Afgani, Fatimah, Dian Septaria, Gabriella Zahira, and Salsabila. "Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah Untuk Analisis Data." *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran* 7, no. 3 (2024): 1861–64.

Andrianti, Serla, Nefi Darmayanti, and Mohammad Al-Farabi. "Konseling Kelompok Dengan Teknik Berfokus Pada Solusi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di Mts Al-Uswah Kuala." *Journal of Student Research (JSR)* 1, no. 1 (2023).

Aryani, Farida, Nur Fadhilah Umar, Sinta Nurul, and Oktaviana Kasim. "Psychological Well-Being of Students in Undergoing Online Learning during Pandemi Covid-19," 2020, 1747–56.

Febristi, Anisa, and Nicen Suherlin. "Implementation of Solution Focused Brief Therapy (SFBT) to Improve Self-Esteem in Adolescents at The Aisyah Orphanage Koto Tangah Timur Branch, Padang." *Proceeding International Conference Syedza Saintika*, no. 2012 (2021): 22–29.

Franklin, Cynthia, Samantha Guz, Anao Zhang, Johnny Kim, Haotian Zheng, Audrey Hang Hai, Yong Ju Cho, and Li Shen. "Solution-Focused Brief Therapy for Students in Schools: A Comparative Meta-Analysis of the U.S. and Chinese Literature." *Journal of the Society for Social Work and Research* 13, no. 2 (2022): 381–407. https://doi.org/10.1086/712169

Habsy, Bakhrudin Al, Alya Rahmawati, Dwi Wulan Ariyanti, Chintya Inayatus Zahro, and Hikmal Ramadhan Priyo Santoso. "Pendekatan Solution Focused Brief Counseling Dalam Konseling Kelompok." *Jurnal Pendidikan Non Formal* 1, no. 4 (2024): 1-14. https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.515.

Hamidah, Nur'aini Hasna. "The Role of Self Acceptance on the Mental Health." *Psikoeduko: Jurnal Psikologi Edukasi Dan Konseling* 2, no. 1 (2022): 66–74.

Hardianti, Baiq, and Ahmad Munjirin. "Pengaruh Positive Thinking Dalam Meningkatkan Self Acceptance Pada Siswa." *Psychological Journal: Science and Practice* 4, no. 1 (2024): 227–30. https://doi.org/10.22219/pjsp.v4i1.33010.

Hayati, Sri Ayatina, and Aminah Aminah. "Solution-Focused Brief Group Counseling

(SFGC) Untuk Meningkatkan Self-Acceptance Pada Anak Korban Perceraian." *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan* 4, no. 2 (2020): 57–65. https://doi.org/10.19109/ghaidan.v4i2.6065.

Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi-Perkembangan-Elizabeth-B-Hurlock*, 2012.

Indriani, Iftitah, Mungin Eddy Wibowo, and Mulawarman Mulawarman. "Keefektifan Solution-Focused Brief Counseling Dan Motivational Interviewing Untuk Meningkatkan Self-Disclosure Peserta Didik." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 2 (2022): 81–88. https://doi.org/10.17977/um001v7i22022p81-88.

Islami, Anisa Chelsea, and Hilma Fitriyani. "Gambaran Self-Acceptance (Penerimaan Diri) Pada Remaja Yang Tinggal Bersama Orang Tua Tunggal Ibu." *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling* 11, no. 2 (2022): 135–48. https://doi.org/10.21009/insight.112.02.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. "Pentingnya Kesehatan Mental Bagi Remaja Dan Cara Menghadapinya," 2022. https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-kesehatan-mental-bagi-remaja.

Levano, Mazda, Rani Mega Putri, and Sukainah. "Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan SFBC (Solution-Focused Brief Counseling) Bagi Peserta Didik Kelas X-9 Di Sma Negeri 10 Palembang Tahun Pelajaran" 2, no. 1 (2025): 26–33.

Lombu, Juliani, Andreas Rian Nugroho, and Ronny Gunawan. "Keefektifan Konseling Kelompok SFBC Dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa." *Indonesian Journal of Educational Counseling* 7, no. 2 (2023): 322–31. https://doi.org/10.30653/001.202372.300.

Nihayah, Ulin, Ade Vinna Pandu Winata, and Titin Yulianti. "Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental." *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan* 5, no. 2 (2021): 48–55. https://doi.org/10.19109/ghaidan.v5i2.10567.

Nugroho, A. R., T. Guswantoro, R. Gunawan, S. S. Lumbantobing, and E. Murniarti. "Developing Junior High School Self-Esteem through the Solution Focused Brief Counseling Approach during the Covid-19 Pandemic." *Degres Article*, no. Query date: 2022-12-20 23:32:41 (2021): 1–10. http://repository.uki.ac.id/4285/.

Persepsi, Perbandingan, Remaja Laki-laki Dan, Fakultas Ilmu, Ilmu Politik, and Universitas Pancasakti Makassar. "Perbandingan Persepsi Remaja Laki-Laki Dan Perempuan Terhadap" 2, no. 1 (2024): 1–12.

Refnadi, Refnadi, Marjohan Marjohan, and Yarmis Yarmis. "Self-Acceptance of High School Students in Indonesia" 6, no. 1 (2021): 15–23.

Sultan, Islam, and Agung Semarang. "Essentia : Journal of Medical Practice and Research" 1, no. 2 (2025).

Suriani, Nidia, Risnita, and M. Syahran Jailani. "Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan." *Jurnal IHSAN :*

Jurnal Pendidikan Islam 1, no. 2 (2023): 24–36. https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55.

Wijaya, Theresia Agnes, Nathania Pramendra Yaslim, Agnes Marcela Putri Permatasari, Grace Radeka Yosevina, and Henny Christine Mamahit. "Penerimaan Diri Generasi Z Di Era Perkembangan Media Sosial." *Psiko Edukasi* 21, no. 1 (2023): 41–49. https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i1.4575.

Zulvana, Didik Susetiyanto, and Iva Milia Hani Rahmawati. "Efektivitas Psikoedukasi SI-CBT Terhadap Penerimaan Diri Dan Kecemasan Sosial Pada Remaja" 14, no. 1 (2025): 101–8. https://doi.org/https://doi.org/10.32831/jik.v14i1.925.