DAFTAR PUSTAKA

Angela, I., Tondok, M. S., & Kunci, K. (2021). *Efektivitas Penerapan Acceptance and Commitment Therapy (ACT):* Sebuah Tinjauan Sistematis *A Systematic Review: Effectiveness of the Implementation of Commitment Therapy (ACT)* (Vol. 9, Issue 2).

Anugra Jaya, M., & Puspitasari, R. (2024). Konseling Kelompok denganTeknik *Acceptance Commitment Therapy* (ACT) dalam Meningkatkan Kesejahteraan Spiritual Mahasiswa. *Tarbiyatuna: Kajian Pendidikan Islam*, *8*.

Awilson. (2019). *Psikologi Kepriadian Eisi Revisi*. UMM Press.

Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior therapy : Basics and Beyond*. *The Guilford Press.*

Birni, G., & Eryilmaz, A. (2024). *Conceptual and Theoretical Review of Self-Worth*. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *16*(2), 327–346. https://doi.org/10.18863/pgy.1336880

Chairunisya, M. A., Bhakti, C. P., & Iriastuti, M. E. (2022). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Metode *Cognitive Defusion* Pada Siswa Kelas Xi Di Smkn 1 Kalasan Tahun Pelajaran 2021/2022 (Vol. 4).

Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling* (Eighth). Brooks/Cole.

Covington, M. V. (1992). *Making the Grade: A Self-Worth Perspective on Motivation and School Reform* . Cambridge University Press.

Dahlan, U. A., Zakiah Zulva, S., & Pratisti, W. D. (2024). Hubungan *Self Worth*, *Self-Disclosure* dengan *Subjective Well-being* pada Mahasiswa Pengguna Instagram.

Da'i, M., & Cahyaningrum, V. D. (2023). Pengaruh *Self-efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Rugby Unugiri.

Eka Wahyuni, S. (2020). *Cognitive Behavior Therapy*. https://www.researchgate.net/publication/341774548

Fadhilah, F. N., & Barida, M. (2021). Kemanjuran Teknik *Acceptance Commitment Counseling* (ACT) untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Anjatan Kabupaten Indramayu. In *Kamis*.

Fitria, N. (2023). Proses Komunikasi Intrapersonal Untuk Meningkatkan *Self Worth* Setelah Mengalami *Toxic Relationship* Pada Perempuan Dewasa. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, *2*(1).

Gunawan, A., Ika, I., Oriza, D., Kampus Raya, J. L., Cina, P., & Beji, K. (2023). Fisibilitas *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) dalam Setting

Kelompok untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* pada Mahasiswa dengan Kecemasan Sosial. In *Jurnal Empati* (Vol. 12).

Habsy, B. A., Amali, A. N., Salsabila, D. M., & Kartikasari, D. D. (2024). Eksplorasi Layanan Konseling Kelompok dalam Mengembangkan Kreativitas Siswa: Tinjauan Literatur. *TSAQOFAH*, *4*(3), 1923–1934. https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i3.3036

Hafizh Rofi, F., & Aji Bagus Priyambodo, dan. (2022). *Penerapan Cognitive Behavior Therapy dalam Menurunkan Adiksi Game Online Remaja*.

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). *Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes outcomes Recommended Citation Recommended Citation*. https://scholarworks.gsu.edu/psych_facpub

Hayes, S. C., & Smith, S. (2005). *Get Out of Your Mind & Into Your LIfe: the New Acceptance & Commitment Therapy*.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Minful Change* (*second*). *The Guilford Press.*

Iba, Z., & Wardhana, A. (2023). *Metode Penelitian* (1st ed.). Eureka Media Aksara.

Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, Baharuddin, Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi Penelitian*. Gunadarma Ilmu.

Imaniar, S. A., & Pratisti, W. D. (2023a). Hubungan Antara *Self-worth, Self-Compassion* dengan *Subjective Well-being* pada Mahasiswa Pengguna Instagram.

Imaniar, S. A., & Pratisti, W. D. (2023b). Hubungan antara *Self-Worth,Self-Compassion* dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Pengguna Instagram. http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/113575

Ismoyowati, T. W. (2018). Pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy* terhadap Perubahan Kecemasan dan *Self-Efficacy* pada Pasien dengan Hemodialisa di RS Sint Carolus Jakarta.

Komang Sukendra, I., & Kadek Surya Atmaja, Mp. I. (2020). *Instrumen Penelitian*.

Kurniawan, I. S., Faghmilah, I., & Herawati, J. (2021). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Situasional, Disiplin dan Motivasi Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan PT. Pratama Sentosa Pemalang. *J-MAS (Jurnal Manajemen Dan Sains)*, *6*(2), 437. https://doi.org/10.33087/jmas.v6i2.262

Lestari, I. I., Masfia, I., & Ikhrom. (2025). Peran *Mindfulness* dalam Meningkatkan Regulasi Emosi pada Mahasiswa. *Jurnal Psimawa*.

Miftahul Janna, N. (2021). *Konsep Uji Validitas dan Reliabilitas dengan Menggunakan SPSS*.

Mirmohammad, F., Pourmohamadreza-Tajrishi, M., Dolatshasi, B., & Bakhshi, E. (2022). *The Effectiveness of Group Therapy based on Acceptance and Commitment on Self-Esteem of Female Students With Visual Impairment*. *4*. https://doi.org/https://doi.org/10.32598/rj.22.4.3261.

Moradi, F., Ghadiri-Anari, A., Dehghani, A., Vaziri, S. R., & Enjezab, B. (2020). *The effectiveness of counseling based on acceptance and commitment therapy on body image and self-esteem in polycystic ovary syndrome*: An RCT. *International Journal of Reproductive BioMedicine*, *18*(4), 243–252. https://doi.org/10.18502/ijrm.v13i4.6887

Mubarok, A. (2024). Pengaruh Pola Asuh Wali Peserta Didik Dan Lingkungan Belajar pada Motivasi Belajar Peserta Didik Sma Berbasis Pesantren. *Akademika Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, *6*(2), 253–265. https://doi.org/10.22216/jcc.v2i2.983

Ni'amulloh Ash Shidiqie, Nouval Fitra Akbar, & Andhita Risko Faristiana. (2023). Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja. *Simpati*, *1*(3), 98–112. https://doi.org/10.59024/simpati.v1i3.225

Ningtiyas, A., & Wahyudi. (2020). Layanan Konseling Kelompok dalam Upaya Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik. *IJoCe: Indonesian Journal Of Counseling and Education*.

Pennock, S. F., & Alberts, H. (2019). *3 Self-Compassion Exercises Pack*.

Prayitno. (2005). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Graha Indonesia.

Putri, F. D., Nurwianti, F., & Kunci, K. (2020). *Acceptance & Commitment Therapy (ACT)* Kelompok untuk Meningkatkan *Self-esteem* pada Mahasiswa yang Mengalami Adiksi Media *Sosial Group-Based Acceptance & Commitment Therapy (ACT) to Increase Self-esteem in University Students with Social Media Addiction* (Vol. 8, Issue 1).

Ramsyah, P. N. A., & Muhid, A. (2024). Efektivitas Terapi *Acceptance and Commitment* (ACT) dalam Menumbuhkan *Body Image* Positif pada Remaja Obesitas. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (JRbk)*.

Saputra, W. N. E., & Prasetiawan, H. (2024). Meningkatkan Percaya Diri Siswa melalui Teknik *Cognitive Defusion*. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *3*(1), 14–21. https://doi.org/10.17977/um001v3i12018p014

Sauran, A. R., & Salewa, W. (2022). Teknik *Cognitive Behavior Therapy(CBT)* dalam Gangguan Kepribadian Bipolar. *3*. https://scholar.google.co.id

Sharif Ara, B., Khosropour, F., & Molayi Zarandi, H. (2023). *Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on Emotional Processing, Irrational Beliefs and Rumination in Patients with Generalized Anxiety Disorder*. www.jayps.iranmehr.ac.ir

Shiri, S., Farshbaf-Khalili, A., Esmaeilpour, K., & Sattarzadeh, N. (2022). *The effect of counseling based on acceptance and commitment therapy on anxiety, depression, and quality of life among female adolescent students*. *Journal of Education and Health Promotion*, *11*(1). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1486_20

Srianturi, Y., & Dyahpalupi, E. P. (2023). Konseling Kelompok Inokulasi Stres untuk Mengurangi Kecemasan Akademik di Era Pandemi. *Indonesian Journal of EducationalCounseling*,*7*(1),139–145. https://doi.org/10.30653/001.202371.257

Sugiyono. (2024a). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (ke-30). CV. Alfabeta.

Sugiyono. (2024b). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (ke-30). CV. Alfabeta.

Sutanti, T., & Pd, M. (2024). *Modul Konseling Kelompok*.

Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora, *3*(2), 259–273. https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578

Utami, S. E. (2022). Efektifitas *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Remaja dari Keluarga Bercerai. *Psyche 165 Journal*, 99–104. https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.168

Vivianti, A., Maulidiyah, S., Santi, D. E., Magister,), & Psikologi, P. (2019). Hubungan Penerimaan Sosial Dengan Asertivitas Pada Mahasiswa Yang Merantau. *Seminar Nasional Multidisiplin*.

Wahyuningtyas, I., Fitriya Ayu, L., Rafidah, N., auranisha, W., Studi Bimbingan Konseling dan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Surabaya, P., & koresponden, P. (2021). Pelayanan Konseling Kelompok Dalam Menangani Kasus *Bullying*. In *Counseling As Syamil: Vol. I* (Issue 01). https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-

Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif*. *3*(2).

Yandri, H., Rahayu, G., Suhaili, N., & Netrawati, N. (2022). Kebermaknaan Konseling Kelompok dalam Menanggulangi Masalah Kehidupan. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, *4*(2), 59–69. https://doi.org/10.32939/ijcd.v4i2.1526

Zahra Syahputri, A., Della Fallenia, F., Syafitri, R., Lubis, R. N., Wulan, S., & Lubis. (2023). Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran. https://jurnal.diklinko.id/index.php/tarbiyah/https://jurnal.diklinko.id/index.php/tarbiyah/