

PENERIMAAN DIRI PASCA KEGAGALAN ANALISIS PESAN KOMUNIKASI AGAMA DALAM MENGATASI RASA BERSALAH DAN *SELF BLAME*

Nurul Faikah¹, Edrian², Qudratullah³

^{1,2,3}Institut Agama Islam Negeri Bone

¹nurulfaikah130305@gmail.com¹, edrianixg@gmail.com², qudratullah@iain-bone.ac.id³

Abstract

Failure is an inevitable part of life that often triggers feelings of guilt or self-blame, particularly when complicated by rigid religious belief—the view that failure reflects moral sin. This study aims to analyze the role of religious communication (through sermons, advice, prayer, and spiritual reflection) in the process of self-acceptance post-failure, focusing on mitigating guilt and self-blame. This qualitative research employed in-depth interviews with ten young adults who experienced significant failures (academic, occupational, social relationships) and content analysis of religious narratives from digital sources such as sermons and articles. The findings indicate that religious communication messages emphasizing God's forgiveness, the meaning of destiny, and spiritual reflection significantly facilitate self-acceptance. Individuals learn to release guilt by acknowledging their mistakes, seeking forgiveness, and understanding the essence of error. Self-acceptance, identified as the key to restoring Esteem Needs and continuing the path toward Self-Actualization (based on a humanistic framework), is influenced by profound religious understanding, community support, and emotional competence. The study concludes that effective religious communication serves as a powerful coping mechanism. The research contribution is a recommendation for religious leaders and spiritual counselors to integrate approaches from the psychology of religion into their outreach and spiritual counseling to promote healthy religious literacy. Further quantitative studies are needed to test religion-based interventions for self-acceptance.

Keywords: *Self-Acceptance, Self-Blame, Guilt, Religious Communication, Psychology Of Religion, Spiritual Counseling.*

Abstrak

Kegagalan adalah bagian dari kehidupan yang sering memicu perasaan bersalah atau menyalahkan diri sendiri, terutama ketika diperumit oleh keyakinan agama yang kaku pandangan bahwa kegagalan mencerminkan dosa moral. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran komunikasi agama (melalui ceramah, nasihat, doa, dan refleksi spiritual) dalam proses penerimaan diri pasca-kegagalan, dengan fokus pada mitigasi rasa bersalah dan menyalahkan diri. Penelitian kualitatif ini melibatkan wawancara mendalam dengan sepuluh dewasa muda yang mengalami kegagalan signifikan (akademik, pekerjaan, hubungan sosial) dan analisis konten cerita agama dari sumber digital seperti khotbah dan artikel dakwah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pesan komunikasi agama yang berfokus pada pengampunan Tuhan, makna takdir, dan refleksi spiritual secara signifikan mendorong penerimaan diri. Individu belajar melepaskan rasa bersalah melalui mengakui kesalahan, mencari pengampunan, dan memahami esensi kesalahan tersebut. Penerimaan diri, sebagai kunci pemulihan Kebutuhan Penghargaan dan kelanjutan menuju Aktualisasi Diri (berdasarkan kerangka humanistik), dipengaruhi oleh pemahaman agama yang mendalam, dukungan komunitas, dan kompetensi emosional. Penelitian ini menyimpulkan bahwa komunikasi agama yang efektif mampu menjadi mekanisme koping yang kuat. Kontribusi penelitian adalah merekomendasikan pemuka agama dan konselor spiritual untuk

Penerimaan Diri Pasca

Nurul Faikah¹, Edrian², Qudratullah³

mengintegrasikan pendekatan psikologi agama dalam dakwah dan konseling spiritual guna mempromosikan literasi agama yang sehat. Studi kuantitatif lebih lanjut diperlukan untuk menguji.

Kata Kunci: *Penerimaan Diri, Self-Blame, Rasa Bersalah, Komunikasi Agama, Psikologi Agama, Konseling Spiritual.*

A. Pendahuluan

Kegagalan adalah bagian dari kehidupan manusia setiap hari, baik dalam hal pendidikan, pekerjaan, hubungan, atau tujuan pribadi lainnya. Banyak orang yang merasa bersalah atau menyalahkan diri sendiri (self-blame), terutama jika mereka melihat kegagalan sebagai hasil dari kesalahan moral atau kekurangan pribadi mereka. Dalam banyak tradisi agama, rasa bersalah ini digabungkan dengan keyakinan bahwa Tuhan menilai tindakan manusia, yang menambah tekanan psikologis dan membuatnya lebih sulit untuk menerima diri sendiri. Sebaliknya, agama juga memberi kita makna dan cerita pemulihan: pesan tentang pengampunan dan rahmat Tuhan, dan bahwa kesalahan dapat menjadi bagian dari rencana ilahi dan cara untuk belajar. Membantu orang mengatasi rasa bersalah dan memperoleh penerimaan diri setelah kegagalan dapat sangat dibantu oleh komunikasi agama, yang dapat dilakukan melalui khutbah, ceramah, doa, refleksi spiritual, dan konseling keagamaan. Meskipun terdapat banyak praktik nasihat rohani dan dakwah, tidak banyak penelitian yang secara menyeluruh menyelidiki cara pesan agama membantu dalam proses penerimaan diri setelah kegagalan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab dua pertanyaan utama, Bagaimana pesan komunikasi agama diinternalisasi oleh orang yang mengalami perasaan bersalah dan kesalahan diri setelah kegagalan? Dan Sampai seberapa besar pesan-pesan tersebut membantu penerimaan diri? Penelitian ini diharapkan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan ini dan memberikan pengetahuan teoritis dan praktis bagi pemuka agama, konselor spiritual, dan praktisi kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini akan memperkuat hubungan antara psikologi agama dan pemulihan diri.

Berdasarkan fenomena psikologis diketahui ketika seseorang terbentur atau melakukan kegagalan mereka sering terjebak pada narasi internal yang ada pada dirinya sendiri yang destruktif tanpa adanya intervensi makna, rasa bersalah ini akan dan dapat berubah menjadi eksistensial yang dapat melumpuhkan produktivitas kesehatan mental seseorang, Maka disinilah agama dapat hadir bukan sekedar sebagai institusi ritual, melainkan sebagai system pendukung yang menawarkan perspektif baru terhadap penderitaan yang dialami manusia tersebut.

Proses internalisasi pesan agama dalam diri individu sering kali dimulai dari pergeseran sudut pandang terhadap Tuhan. Jika sebelumnya Tuhan dipandang sebagai "Hakim" yang kaku,

komunikasi agama yang efektif mampu memperkenalkan kembali sosok Pencipta sebagai sumber kasih sayang yang tanpa batas. Transformasi persepsi ini menjadi kunci utama bagi individu untuk mulai melepaskan penghakiman terhadap diri mereka sendiri yang terlalu berat.

Selain itu, pesan-pesan agama membantu kita melihat kegagalan dengan cara yang berbeda. Lewat konsep "hikmah", kesalahan tidak lagi dianggap sebagai kiamat atau akhir dari segalanya, melainkan sebagai proses untuk menjadi pribadi yang lebih dewasa. Cerita-cerita spiritual ini memberi harapan bahwa di balik setiap kesulitan, selalu ada pelajaran berharga yang sudah disiapkan oleh Tuhan untuk kehidupan kita ke depannya.

Komunikasi dengan Tuhan, seperti melalui doa dan refleksi diri, juga menjadi cara yang ampuh untuk menenangkan batin. Di saat sedang menyendiri dan berdoa, seseorang bisa lebih jujur pada dirinya sendiri. Di sinilah proses memaafkan diri sendiri dimulai; ketika kita yakin bahwa Tuhan sudah memaafkan kita, maka perlahan-lahan rasa sesak akibat kegagalan itu akan hilang tanpa meninggalkan luka batin yang dalam.

Penelitian ini juga ingin mengingatkan betapa pentingnya peran tokoh agama dalam menyampaikan pesan. Cara seorang penceramah atau konselor rohani berbicara sangat berpengaruh pada mental seseorang. Jika pesannya terlalu banyak menakut-nakuti atau menghakimi, orang yang gagal justru akan semakin terpuruk. Sebaliknya, jika pesan yang disampaikan penuh kasih dan dukungan, orang tersebut akan merasa punya kesempatan kedua untuk bangkit lagi.

Pada akhirnya, penelitian ini ingin menggabungkan sisi agama dan sisi psikologi untuk membantu kesehatan mental dengan lebih menyeluruh. Dengan memasukkan nilai-nilai spiritual ke dalam sesi konseling, kita bisa membantu banyak orang menemukan kembali harga diri mereka yang sempat hilang karena gagal. Harapannya, penelitian ini menjadi bukti nyata bahwa iman bukan sekadar soal ibadah, tapi juga sumber kekuatan untuk memulihkan diri dalam kehidupan sehari-hari.

B. Metode

Penelitian ini menerapkan metodologi kualitatif dengan menggabungkan analisis naratif pada konten pesan keagamaan serta teknik wawancara mendalam. Kami menggunakan proses *purposive sampling* untuk memilih sepuluh responden dewasa muda berusia 20 hingga 35 tahun yang pernah menghadapi kegagalan signifikan, baik dalam aspek akademik, pekerjaan, maupun hubungan. Para peserta tersebut wajib memiliki latar belakang spiritual, merasakan penyesalan mendalam atas kesalahan mereka, dan bersedia membagikan perjalanan batinnya secara terbuka.

Penerimaan Diri Pasca

Nurul Faikah¹, Edrian², Qudratullah³

Penelitian ini dilakukan dengan cara yang santai namun mendalam melalui pendekatan kualitatif. Kami ingin benar-benar memahami sisi kemanusiaan dari sebuah kegagalan, sehingga kami memilih untuk mengobrol langsung dan mendengarkan cerita hidup para peserta secara jujur. Untuk mendapatkan data yang pas, kami mengajak sepuluh anak muda berusia 20 sampai 35 tahun yang pernah merasakan pahitnya kegagalan besar, seperti tidak lulus ujian, kehilangan pekerjaan, atau putus hubungan. Kriteria utamanya adalah mereka memiliki sisi spiritualitas dalam hidupnya, sempat merasa sangat bersalah atas kegagalan tersebut, dan yang terpenting, mereka bersedia terbuka menceritakan perjalanan batinnya kepada kami. Proses pengumpulan informasinya dilakukan melalui sesi wawancara yang mengalir. Di sana, kami menggali banyak hal mulai dari bagaimana rasanya saat gagal, emosi negatif yang muncul seperti rasa benci pada diri sendiri, hingga pesan agama apa saja yang akhirnya membantu mereka untuk bisa menerima keadaan.

Selain mendengar cerita langsung, kami juga mempelajari teks-teks yang sering mereka baca atau dengar, seperti isi khutbah, artikel rohani, dan buku-buku agama. Hal ini bertujuan untuk melihat kecocokan antara pesan yang mereka konsumsi dengan perubahan cara pikir mereka. Terakhir, semua cerita dan data yang terkumpul akan kami bedah secara teliti. Mulai dari membaca ulang seluruh hasil wawancara, mengelompokkan poin-poin penting, hingga merangkainya menjadi sebuah narasi yang utuh. Dengan begitu, kita bisa melihat gambaran besar tentang bagaimana iman membantu seseorang untuk bangkit kembali.

C. Pembahasan

Hasil analisis data wawancara dan konten dakwah menghasilkan beberapa tema utama seputar bagaimana komunikasi agama membantu penerimaan diri setelah kegagalan.

Pertama itu adalah tema Pengakuan Kesalahan dan Permohonan Pengampunan, Mengakui bahwa Anda salah kepada Tuhan dan kepada diri sendiri adalah langkah pertama menuju penerimaan diri. Narasi tentang Tuhan Maha Pengampun mendukung doa taubat sebagai momen penting di mana beban moral (kebencian) mulai berkurang. Pengakuan ini selaras dengan temuan kontemporer tentang keterkaitan *spiritual attachment* dan *self-forgiveness* (Wardah DKK, 2024).

Banyak tulisan dan ceramah yang menekankan bahwa Tuhan adalah Maha Pengampun (al-Ghafūr, al-'Afūww), dan sifat pengampunan-Nya mencakup dosa besar dan kesalahan kecil manusia. Dalam literatur psikologi agama, pengampunan ilahi digunakan sebagai mekanisme untuk mengatasi rasa bersalah yang tidak sesuai.

Kedua adalah tema Makna Takdir dan Redefinisi Kegagalan, Kegagalan sering kali

dianggap sebagai bagian dari takdir atau rencana ilahi bukan sebagai hukuman. Redefinisi ini mengurangi rasa bersalah terhadap diri sendiri dan membantu mengintegrasikan kekurangan diri ke dalam jalan spiritual yang lebih besar. Proses ini adalah bentuk *coping* religius positif (Pankowski DKK, 2023), (Imran & Leng, 2024). Terdapat retorika dalam pesan agama (ceramah, artikel), yang menyatakan bahwa kesulitan memiliki hikmah dan bahwa kegagalan adalah ujian daripada kutukan. Individu melihat kegagalan sebagai bagian dari jalan spiritual yang lebih besar, sehingga mengurangi rasa bersalah dalam diri.

Selanjutnya yang ketiga ada tema Doa, Zikir, dan Praktik Spiritual sebagai Tools Emosional, Praktik spiritual seperti doa, zikir, dan bacaan Al-Qur'an digunakan sebagai sarana regulasi emosional. Saat *self-blame* muncul, membalikkan pikiran kepada Tuhan memberikan ketenangan dan petunjuk (Audira & Hariry, 2025).

Sebagian besar peserta menggunakan praktik spiritual seperti doa, zikir, dan bacaan Al-Qur'an sebagai sarana regulasi emosional. Ketika mereka merasa bersalah atau menyalahkan diri, mereka membalikkan pikiran mereka kepada Tuhan, memohon ketenangan dan petunjuk: "Saat saya zikir 'Hasbunallah wa ni'mal wakil', terasa seolah ada pegangan, ada kelegaan." Pesan dakwah yang mereka ikuti sering menginstruksikan refleksi spiritual dan praktik pengampunan rutin: bukan hanya taubat sekali, tetapi memelihara kesadaran spiritual agar tidak terus-terusan tenggelam dalam *self-blame*.

Selanjutnya yang keempat adalah tema Konseling Spiritual dan Intervensi Kognitif, Beberapa partisipan menjalani konseling keagamaan di mana mereka diajak menantang pikiran irasional. Teknik kognitif yang digabungkan dengan spiritualitas, seperti yang digunakan untuk mengurangi *self-blame* (Rofi'ah, 2024), dan *spiritual mindfulness* terbukti efektif dalam memfasilitasi penerimaan diri.

Proses penerimaan diri yang ditemukan sangat selaras dengan prinsip Aktualisasi Diri Maslow (Jacobus & Geor, 2024). Komunikasi agama memulihkan Kebutuhan Penghargaan yang rusak akibat kegagalan dengan menyediakan sumber nilai diri yang intrinsik. Redefinisi kegagalan Tema kedua adalah transisi humanistik dari fokus pada *deficit* menuju *growth* dan kematangan. Dukungan komunitas keagamaan (Salsabilla & Maryatmi, 2023), juga memenuhi Kebutuhan Rasa Memiliki Maslow, memperkuat fondasi psikologis untuk penerimaan diri yang berkelanjutan.

Berikutnya adalah tema kelima Dukungan Komunitas dan Literatur Agama, Dukungan sosial dari komunitas keagamaan penting untuk mendengarkan pengalaman kegagalan, berbagi kisah spiritual, dan mengingatkan tentang sifat Allah yang pengasih. Literatur agama dan dukungan

komunitas memperkuat proses pembelajaran spiritual. Selain itu, buku-buku agama dan literatur dakwah yang partisipan baca (misalnya buku tasawuf, makna takdir, dan pengampunan) sangat membantu menginternalisasi pesan penerimaan diri. Kombinasi dukungan komunitas dan literatur memperkuat proses pembelajaran spiritual.

Terakhir adalah tema yang membahas Hambatan dalam Proses Penerimaan Diri, Tidak semua orang yang berpartisipasi secara langsung merasakan penerimaan diri yang penuh. Ada beberapa tantangan yang muncul: Skrupulositas agama: Beberapa orang percaya bahwa kesalahan mereka terlalu besar atau mereka tidak pantas menerima pengampunan ilahi. Kedalaman pemahaman agama, Orang-orang yang memiliki pemahaman agama yang kurang merasa sulit untuk menafsirkan ulang kesalahan sebagai ujian atau takdir. Kapasitas emosional: Beberapa orang tidak dapat mengendalikan perasaan mereka dengan baik, beberapa orang masih mengalami penyesalan diri meskipun mereka telah berpikir dan berdoa. Keteadaan dukungan, Sebagian orang tidak memiliki komunitas keagamaan yang mendukung atau konselor spiritual yang berpengalaman, sehingga proses penerimaan diri terhambat.

Penelitian menghasilkan beberapa saran praktis, Pemuka Agama/Dai Dalam ceramah atau nasehat, penting untuk membahas tema seperti pengampunan Tuhan, arti takdir, dan bagaimana kegagalan adalah ujian. Hal ini dapat membantu jamaah yang merasa gagal untuk melepaskan rasa bersalah kepada diri mereka sendiri dan belajar menerima diri mereka sendiri. Konselor Spiritual Dalam sesi konseling, gabungkan pendekatan agama dan teknik psikologis, seperti terapi rasional-emotif, dapat sangat membantu klien menghadapi pikiran penyesalan diri dan menggantinya dengan pemahaman teologis. Fasilitasi Komunitas Menciptakan kelompok dukungan keagamaan atau kajian yang secara khusus membahas rasa bersalah, kegagalan, dan penerimaan diri. Kelompok seperti ini dapat berfungsi sebagai tempat aman untuk berbagi, berpikir, dan memulihkan diri. berbagi, memikirkan, dan memulihkan. Literasi Agama Sehat Pembuatan literatur agama, seperti buku, artikel, atau podcast, yang menceritakan tentang kegagalan sebagai bagian wajar dari perjalanan spiritual, bukan sebagai aib. Selain itu, literatur ini harus menekankan bahwa pengampunan ilahi adalah nyata dan dapat diakses. Pelatihan Psikologi Spiritual Pemuka dan guru agama dapat memperkuat kemampuan mereka dalam memberikan bimbingan yang mendukung kesejahteraan mental dengan mengikuti workshop atau pelatihan tentang psikologi kegagalan, penyesalan, dan penerimaan diri.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi agama dapat menjadi alat yang sangat efektif untuk membantu orang mengatasi rasa bersalah dan penyesalan diri mereka setelah kegagalan melalui proses penerimaan diri. Rekonstruksi identitas diri yang lebih baik dibantu oleh pesan agama yang menekankan pengampunan Tuhan, makna takdir, refleksi spiritual, dan dukungan komunitas. Namun, pemahaman agama, kemampuan emosional, dan dukungan sosial adalah komponen yang memengaruhi keefektifannya. Untuk memaksimalkan manfaatnya, pemuka agama dan konselor spiritual harus menggabungkan pendekatan teologis dan psikologis, mendirikan tempat dukungan komunitas, dan mendorong literasi agama yang sehat.

Keterbatasan utama penelitian ini terletak pada sifat kualitatif yang melibatkan jumlah partisipan terbatas (sepuluh orang dewasa muda) dan fokus pada konteks agama tertentu, sehingga temuan ini mungkin belum dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengevaluasi intervensi agama-psikologis secara kuantitatif dan jangka panjang, serta untuk membuat program dukungan yang ditujukan untuk mereka yang mengalami rasa bersalah atas diri mereka sendiri setelah kegagalan. Rencana ke depan adalah mengembangkan dan menguji coba secara kuantitatif model intervensi konseling spiritual berbasis bukti yang terintegrasi untuk diterapkan di lembaga keagamaan dan layanan bimbingan rohani. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada seluruh partisipan yang telah berbagi pengalaman berharga mereka. Penghargaan tertinggi disampaikan kepada Qudratullah, selaku dosen pengampuh yang telah membimbing kami dengan saran dan arahan konstruktif selama proses penulisan artikel ini.

Daftar Pustaka

- Aldyafigama, N. S., Baihaqi, M. I. F., & Pujasari, Y. (2024). Self-Compassion pada Tunanetra Dewasa: Efek Coping Religius dan Rasa Syukur. *Jurnal Psikologi Insight*.
- Audira, P., & Hariry, S. (2025). Peran Psikologi Agama Islam terhadap Kesehatan Mental Remaja Usia 16-21 Tahun. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(02), 548–556.
- Harahap, D. F., & Nurhasanah, L. (2021). Peran psikologi agama Islam terhadap kesehatan mental anak remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*.
- Imran, H., & Leng, C. H. (2024). Religious Coping Strategies during COVID-19: A Review. *Jurnal Ilmiah Indonesia*.
- Islam, D. N., & Hidayat, A. (2023). Kesabaran terhadap Self Acceptance pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*.
- Jacobus, S., & Geor, S. (2024). Perkembangan Kebutuhan Aktualisasi Diri dalam Pendidikan. *UMS, Jurnal Serambi Mekkah*.

Penerimaan Diri Pasca

Nurul Faikah¹, Edrian², Qudratullah³

- Kurniasari, C. P. N. (2025). *Relevansi Penerimaan Diri dalam Mengatasi Perasaan Insecurities: Kajian Ma'ani al-Hadith Sunan Ibnu Majah 4168 dalam Perspektif Psikologi*.
- Nikma, N. I., & Rozak, A. (2023). Teori Humanistik dan Aplikasinya dalam Pembelajaran di Sekolah. *TAJDID: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Ilmu Pendidikan*.
- Nurhamidah, N. (2023). Uji Validitas Konstruk Skala Religious and Spiritual Struggles. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 8(2).
- Pankowski, M., & DKK. (2023). The protective function of positive religious coping against psychological distress: A meta-analysis. *Psychology of Religion and Spirituality*.
- Rofi'ah, R. (2024). Konseling Individu Teknik Disputing Sebagai Upaya dalam Mengatasi Self Blaming pada Remaja. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(1).
- Salsabilla, R. F., & Maryatmi, A. S. (2023). Implementation of Self-Acceptance in the PukPuk Station Mental Health Community Support Group through Group Communication. *Jurnal Informasi*.
- Sapitri, N., & Ariani, L. (2023). Religiosity Behind Bars: A Study on Guilt in Class IIA Martapura Women's Correctional Facility. *Jurnal Psikologi Terapan*, 6(2).
- Septiana, V. D., & Muhid, A. (2022). Mindfulness-Based Spiritual Therapy: Its Role in Increasing Self-Acceptance Among Adolescents. *Jurnal Pendidikan Indonesia*.
- Suharyanto, F. A., & Kristianingsih, S. A. (2023). Hubungan Antara Religiusitas dengan Feel Guilty pada Narapidana di Rutan Kelas IIB Salatiga. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(2).
- Szyncer, D., & DKK. (2021). Neurocomputational Mechanisms of Guilt-Driven and Shame-Driven Altruistic Behavior. *ELife*.
- Tresnani, L. D., & Casmini. (2021). Penerimaan Diri dari Kegagalan Akademik pada Perempuan Perfeksionis. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 18(2).
- Umar, F., & DKK. (2023). The Role of Spiritual Mindfulness Therapy in Increasing Self-Acceptance Among Adolescent. *Jurnal Pendidikan Indonesia*.
- Vismaya, A., Gopi, A., Romate, J., & Rajkumar, E. (2024). Psychological interventions to promote self-forgiveness: A systematic review. *BMC Psychology*, 12.
- Wardah, S., & DKK. (2024). Does attachment to God matter? Role of spiritual attachment in mental health through self-forgiveness: lessons from Turkish college sample. *Frontiers in Psychology*.
- Widjanarko, M. (2023). Hubungan Sikap Religius dengan Rasa Bersalah pada Remaja Akhir yang Beragama Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 2(3).
- Yosephin, M., & Suci, E. S. T. (2022). Proses Penerimaan Diri pada Individu yang Mengalami Survivor's Guilt Akibat Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 11(2).