

## MENINGKATKAN LITERASI KESEHATAN MENTAL REMAJA PANTI ASUHAN MELALUI PELATIHAN KONSELING TEMAN SEBAYA

Muhammad Rizky Nur Prakoso<sup>1\*</sup>, Sri Hartini<sup>2</sup>, Irfan Febrianto Nur Hidayat<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Bimbingan dan Konseling, Universitas Slamet Riyadi, Indonesia

[muh.rizkynp@gmail.com](mailto:muh.rizkynp@gmail.com)<sup>1</sup>, [ratupadi@gmail.com](mailto:ratupadi@gmail.com)<sup>2</sup>, [irfanfebrianto2017@gmail.com](mailto:irfanfebrianto2017@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**Abstrak:** Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema peningkatan *softskills* keterampilan konseling teman sebaya pada remaja panti asuhan dalam meningkatkan literasi kesehatan mental merupakan bentuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, melalui pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam rangka memberdayakan masyarakat, khususnya bagi remaja di PAKYM Surakarta. Tujuan dari pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan di PAKYM Surakarta adalah untuk mengembangkan dan mengolah keterampilan konseling teman sebaya dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja yang sehat dalam mencapai tugas perkembangan remaja, serta memiliki jiwa produktif dan humanis sebagai sesama manusia untuk menolong dan mengarahkan rekan-rekan melalui keterampilan konseling teman sebaya yang menjadi tema dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat. Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat dilakukan dengan metode *Brainstorming* diawali dengan penyampaian materi oleh Narasumber, diskusi, tanya jawab, dan simulasi singkat keterampilan konseling teman sebaya agar peserta dapat memahami dan mengikuti materi dan keterampilan yang disampaikan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam 4 kali pertemuan dengan jumlah total 50 anak dan 4 pengasuh, sehingga selain mendapatkan ilmu pengetahuan dan wawasan baru, tetapi peserta juga dapat belajar praktik konseling teman sebaya dalam kehidupan sehari-harinya. Peserta program mengalami peningkatan pemahaman terkait literasi kesehatan mental yang dilaksanakan melalui Konseling Teman Sebaya dengan rata-rata prosentase peningkatan sebesar 87,5%. Sistem evaluasi dan tindak lanjut dilaksanakan setelah sesi simulasi konseling teman sebaya dilaksanakan untuk meninjau kembali hasil akhir program.

**Kata Kunci:** Konseling Teman Sebaya; Literasi Kesehatan Mental; Tugas Perkembangan Remaja.

**Abstract:** *The Community Service with the theme of improving soft skills, peer counseling skills for teenagers in orphanages in increasing mental health literacy is a form of implementing the Tri Dharma of Higher Education, through the development of science and technology in order to empower the community, especially for teenagers at PAKYM Surakarta. The aim of implementing Community Service carried out at PAKYM Surakarta is to develop and cultivate peer counseling skills in increasing the mental health literacy of healthy teenagers in achieving adolescent development tasks, as well as having a productive and humanistic spirit as fellow human beings to help and direct their peers. Through peer counseling skills which is a theme in implementing Community Service. Implementation of Community Service is carried out using the Brainstorming method starting with the presentation of material by the resource person, discussion, questions and answers, and a short simulation of peer counseling skills so that participants can understand and follow the material and skills presented. The activities were carried out in 4 meetings with a total of 50 children and 4 caregivers, so that apart from gaining new knowledge and insight, participants could also learn the practice of peer counseling in their daily lives. Program participants experienced an increase in understanding regarding mental health literacy carried out through Peer Counseling with an average percentage increase of 87.5%. An evaluation and follow-up system is implemented after the Peer Counseling simulation session is carried out to review the final results of the program.*

**Keywords:** *Peer Counseling; Mental Health Literacy; Adolescent Development Tasks.*



#### Article History:

Received: 26-09-2023

Revised : 02-10-2023

Accepted: 06-11-2023

Online : 01-12-2023



*This is an open access article under the  
CC-BY-SA license*

## A. LATAR BELAKANG

Indonesia merupakan negara berkembang yang mengedepankan perkembangan infrastruktur modern untuk bersaing dengan negara-negara di ASEAN, salah satu hal yang mendasari perkembangan modernisasi suatu negara adalah pola pikir penduduknya (Brooks dkk., 2021). Penduduk yang mendiami suatu wilayah memiliki tingkat kesehatan yang beragam, bahkan sejak tahun 2018-2023 banyak ditemukan kasus kriminalitas dan angka kematian yang tinggi akibat kurangnya pemahaman akan kesehatan mental (Hartini dkk., 2018). Sejatinya kesehatan mental dapat mempengaruhi kehidupan individu apabila dibina dan dikembangkan dengan penuh tanggung jawab, dan akan menimbulkan masalah apabila kesehatan mental terganggu bahkan mengalami gangguan kesehatan mental (Bariyyah Hidayati, 2016).

Masa remaja dianggap sebagai periode tekanan dan gejolak yang mempengaruhi fisik dan psikis/mental, suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar dalam diri individu (Nakkula & Toshalis, 2020). Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, pelaksana kegiatan berupaya untuk memberikan yang terbaik terkait dengan kesehatan mental remaja yang berpusat pada salah satu lembaga binaan masyarakat, yaitu Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah (PAKYM) yang berlokasi di Surakarta.

Remaja panti memiliki kecenderungan untuk hidup disiplin dan mandiri dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya dalam bidang pribadi saja yang diasuh, namun remaja panti dituntut untuk bisa berkembang lebih baik dari segala aspek (Kawitri dkk., 2019). Pengasuh menerapkan pola asuh demokratis kepada remaja panti untuk menumbuhkan sikap kedewasaan dan berjiwa pemimpin, akan tetapi yang terjadi di PAKYM justru belum sepenuhnya terlaksana, karena beberapa remaja masih malu dan takut apabila menceritakan permasalahan mereka pada teman-teman sekamar mereka, bahkan kepada pengasuh yang seharusnya menjadi sosok yang sangat dekat dengan mereka (Abidin, 2019).

Perlu perhatian khusus terkait dengan kesehatan mental remaja putra PAKYM agar dapat mengelola diri mereka dalam menempuh tugas perkembangan remaja. Menurut hasil observasi awal (Jackson & Goossens, 2020), Tim Pelaksana merumuskan beberapa tugas perkembangan remaja dilihat dari literasi kesehatan mental dalam menunjang individu yang optimal, yang menjadi perhatian khusus dan perlu dilaksanakan oleh remaja putra PAKYM, antara lain: (1) Mampu menerima keadaan fisiknya; (2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa; (3) Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis; (4) Mencapai kemandirian emosional; (5) Mencapai kemandirian ekonomi; (6) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat; (7) Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua;

(8) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa; (9) Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan; dan (10) Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga. Berdasarkan 10 Tugas Perkembangan Remaja di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai perkembangan diri yang optimal, maka remaja dituntut untuk memenuhi segala kebutuhan dan kesiapan diri dalam menempuh kehidupan sehari-hari, yang berhubungan dengan aspek intelektual, emosional, spiritual dan faktor-faktor lain yang berasal dari luar (Octavia, 2020).

Remaja putra PAKYM memiliki kecenderungan untuk menghindari dari teman-teman sebayanya, sehingga menyebabkan kurangnya peran teman sejawat yang seharusnya memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan hubungan sosial remaja dan memahami peran mereka sebagai makhluk sosial (Syafrizaldi & Pratiwi, 2020). Hal tersebut merupakan salah satu permasalahan yang nampak dan sering terjadi karena dari awal mereka masuk ke panti, mereka kurang mendapatkan kesempatan untuk mencurahkan permasalahan yang mereka hadapi, khususnya di bidang sosial-masyarakat.

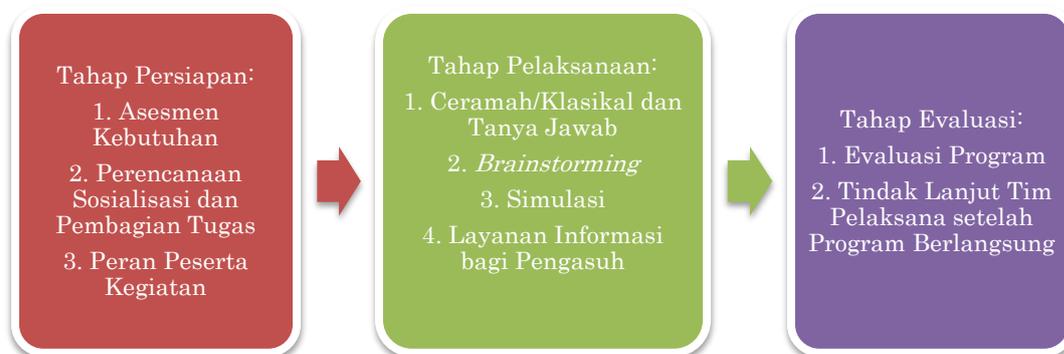
Sebagian besar permasalahan muncul karena remaja putra PAKYM belum memahami peran mereka sebagai individu yang memasuki masa remaja, terlebih kurangnya rasa kekeluargaan antar remaja putra menyebabkan kurangnya literasi antar remaja sehingga menghambat perkembangan psikis/mental remaja putra PAKYM. Selayaknya individu yang menuju perkembangan yang optimal, perlu pengelolaan yang baik dalam kesehatan mental (Asyanti & Karyani, 2018).

Literasi kesehatan mental sebagai wawasan/pengetahuan tentang gejala gangguan jiwa, upaya pencegahan, strategi menolong diri sendiri dalam permasalahan ringan, pencarian bantuan, dan keterampilan pertolongan pertama dalam membantu orang lain yang mengalami permasalahan jiwa/fisik (Praherso dkk., 2020). Beberapa hal yang dijabarkan di atas merupakan fenomena dan dijadikan sebagai analisis situasi yang terjadi pada remaja putra PAKYM. Atas dasar solusi yang ditawarkan tersebut, maka konseling sebaya menjadi alternatif yang dirasa tepat karena melibatkan remaja dan rekan-rekan sejawat mereka sebagai media mencurahkan isi hati mereka tanpa rasa malu dan takut apabila mendapat respon negatif dari pengasuh (Salmiati dkk., 2018).

Tujuan dari pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan di PAKYM Surakarta adalah untuk mengembangkan dan mengolah keterampilan konseling teman sebaya dalam meningkatkan literasi kesehatan mental remaja yang sehat dalam mencapai tugas perkembangan remaja, serta memiliki jiwa produktif dan humanis sebagai sesama manusia untuk menolong dan mengarahkan rekan-rekan melalui keterampilan konseling teman sebaya yang menjadi tema dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat.

## B. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah (PAKYM) Surakarta, yang bermitra dengan Muhammadiyah Children Center (MCC) dan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) yang dipimpin/kepala oleh Bapak H. Noor Yasin, S.E. Lokasi mitra berada di Jl. Slamet Riyadi No.441, Pajang, Kec. Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah (57146) dengan rincian peserta kegiatan sebanyak 50 remaja putra panti, dan 4 orang pengasuh, 1 Narasumber, 1 mahasiswa anggota Pengabdian, dan dihadiri oleh Kepala Panti. Pemilihan lokasi Pengabdian didasarkan pada permasalahan yang terjadi di mitra, dan bentuk kerjasama antar beberapa pihak dengan tujuan untuk mengembangkan potensi remaja sebagai pondasi pemimpin masa depan. Metode/pendekatan yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan mitra yang telah disepakati bersama adalah seperti terlihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Bagan Metode/Pendekatan Pelaksanaan Program

Dari bagan di atas, penjelasan secara rinci dapat disimak sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Tahap Persiapan terdiri dari penyiapan dokumen yang didasarkan atas asesmen kebutuhan yang dilaksanakan oleh Tim Pelaksana (wawancara kepada pengasuh dan remaja panti, serta observasi langsung di lapangan) untuk meninjau sejauh mana problem/permasalahan di lapangan. Selain itu, Tim Pelaksana membagi tugas dimana Dosen menjadi Narasumber, dibantu oleh Mahasiswa untuk mensimulasikan praktek Konseling Teman Sebaya kepada remaja panti. Tahap persiapan memerlukan persetujuan oleh mitra untuk menjaga keberlangsungan program baik saat dilaksanakan, maupun saat program berakhir (evaluasi dan tindak lanjut).

### 2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, Dosen/Narasumber bersama mahasiswa melaksanakan: (1) Ceramah dan Tanya Jawab kepada remaja panti dan pengasuh terkait dengan literasi kesehatan mental. Tujuannya adalah digunakan untuk menyampaikan tujuan dan materi Pengabdian Kepada Masyarakat, serta mengundang peserta/remaja panti untuk mengikuti kegiatan dengan

antusias melalui tanya jawab ringan; (2) Dilanjutkan dengan *Brainstorming* yang dilaksanakan untuk mengumpulkan dan saling bertukar pendapat remaja panti; dan (3) Simulasi konseling teman sebaya yang dilaksanakan untuk memberikan contoh keterampilan konseling teman sebaya, dengan meminta beberapa remaja putra untuk ikut berpartisipasi, dan tugas-tugas yang perlu dilakukan oleh pengasuh sebagai pengawas berlangsungnya layanan konseling teman sebaya oleh remaja Panti (Putro & Prakoso, 2023).

### 3. Tahap Evaluasi

Tahap terakhir yaitu evaluasi. Tidak hanya selesai pada simulasi dan *Test Performance* yang dilakukan oleh remaja Panti, tetapi program ini mengharuskan Tim Pelaksana dan pengasuh untuk bekerjasama dalam mengawasi perkembangan remaja panti selama beberapa minggu kedepan. Dengan tujuan untuk mengetahui keberhasilan program, dan pengaruh dari konseling teman sebaya ini terhadap literasi kesehatan mental remaja Panti. Bahan ajar yang digunakan adalah pemberian materi melalui media pembelajaran yang dapat dimanfaatkan dalam menunjang sosialisasi dan pelatihan, adapun materi yang disampaikan adalah sosialisasi literasi kesehatan mental anak dan remaja, serta pelatihan konseling teman sebaya (Pama dkk., 2023).

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesi I merupakan sesi pemaparan materi yang dilaksanakan oleh Narasumber 1 yaitu Muhammad Rizky Nur Prakoso, S.Pd, M.Pd. adapun materi yang dipaparkan yaitu Literasi Kesehatan Mental Anak dan Remaja, dengan menggunakan media Powerpoint yang didukung dengan kuis dan pertanyaan singkat untuk memancing keaktifan partisipan, khususnya pada anak-anak dan remaja Panti. Berdasarkan pengamatan (evaluasi proses) selama berlangsungnya program, anak-anak dan remaja Panti sangat antusias karena di sekolah mereka belum pernah mendapatkan edukasi tentang literasi kesehatan mental. Sehingga Narasumber kewalahan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan oleh para peserta. Namun, saat memasuki simulasi konseling, para peserta dengan sigap memerhatikan, mengamati, dan meniru apa yang dilakukan oleh Narasumber dan Mahasiswa lakukan (proses konseling).

Sosialisasi ini diikuti oleh 45 anak dan remaja Panti (semula 50 karena pada pertengahan program 5 anak (SD) mengalami kelelahan dan tertidur) dari 3 jenjang pendidikan, yakni SD, SMP dan SMA/SMK. Pada pemaparan informasi menemui kejanggalan dimana ada beberapa anak yang tidak mengerti penjelasan materi, sehingga pada pemaparan materi literasi kesehatan mental memakan waktu yang lama. Namun, narasumber dibantu dengan mahasiswa melakukan ice breaking dan pertanyaan-pertanyaan singkat berupa kuis untuk merangsang keaktifan anak dan remaja panti agar lebih bersemangat dan tidak bosan, sebagai bentuk *Reinforcement*

layanan (Prakoso & Farozin, 2020). Selain pemberian sosialisasi materi kesehatan mental anak dan remaja, pelatihan konseling teman sebaya juga dilaksanakan guna menindaklanjuti agar permasalahan yang dihadapi anak-anak dan remaja Panti dapat lebih mudah dipantau dan diatasi bersama dengan pengasuh. Berikut hasil pembagian kelompok konseling teman sebaya, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Pembagian Kelompok Konseling Teman Sebaya

No.	Jenjang Kelompok	Ketua Kelompok	Deskripsi Tugas	Penanggung Jawab (Pengasuh)
1	SD (15 orang)	A	Menjadi konselor (menerima cerita dan pengalaman khusus rekan-rekan SD)	Pengasuh 1
2	SMP (27 orang)	G dan B	Menjadi konselor dan bertanggung jawab sebagai ketua remaja Panti khusus rekan-rekan SMP (dibagi menjadi 2 kelompok)	Pengasuh 2 dan Pengasuh 3
3	SMA/SMK (8 orang)	S	Menjadi konselor dan bertanggung jawab sebagai ketua remaja Panti khusus rekan-rekan SMA/SMK	Pengasuh 4

Masing-masing ketua kelompok bertanggung jawab sesuai dengan tugas masing-masing. Khusus ketua kelompok, Narasumber dibantu mahasiswa memberikan materi dan simulasi praktik konseling teman sebaya untuk mengenalkan layanan dasar Konseling pada anak dan remaja Panti, sehingga bagi yang pernah mendapatkan pengalaman dengan guru BK di sekolah akan lebih mengenal bagaimana layanan konseling tersebut terlaksana sesuai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu memfasilitasi konseli/kliennya (Herfi Rahmawati dkk., 2019).

Pengasuh memiliki peran sebagai pembina, dimana dalam konsep konseling teman sebaya, para konselor (remaja yang ditunjuk sebagai konselor) melaporkan permasalahan yang dihadapi oleh masing-masing konseli, sebagai upaya untuk menindaklanjuti dan mendiskusikan bersama bagaimana alternatif yang dapat diambil untuk menyelesaikan permasalahan konseli secara menyeluruh. Sehingga bagi individu yang kurang percaya diri untuk menceritakan permasalahan kepada pengasuh, dapat menceritakan permasalahan mereka kepada konselor sebayanya (Permatasari & Suprayitno, 2020). Hal tersebut merupakan tujuan utama dari diberlangsungkannya pelatihan ini sebagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Sebagai upaya tindak lanjut pelatihan konseling teman sebaya di PAKYM Surakarta, penulis memberikan gagasan kepada pengelola panti untuk menciptakan pusat informasi dan konseling remaja sebagai bentuk upaya pembentukan kerukunan dan penyelesaian bersama melalui layanan

konseling oleh remaja panti, dalam merangkul seluruh anggota panti agar senantiasa rukun dan memahami antar satu sama lain, serta membantu sesama anggota panti ketika mengalami kesulitan. Gagasan tersebut muncul atas dasar tujuan sebuah unit yang disebut PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja), yang merupakan salah satu bentuk unit dalam pengelolaan permasalahan remaja yang dibentuk atas dasar tujuan bersama dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi anggotanya (Fadzilla & Djannah, 2018).

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, anak-anak dan remaja putra PAKYM menjadi lebih percaya diri dalam memahami kepribadian dirinya, serta lebih memahami bagaimana merawat diri baik secara fisik maupun psikis, sehingga dapat mencegah munculnya hal-hal yang berkaitan dengan terganggunya kesehatan mental (Fitriatun dkk., 2018). Dari kuesioner yang diberikan, didapatkan data seperti terlihat pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil Kuesioner Pengabdian

No.	Pernyataan	Persentase (%)			
		SS	S	KS	TS
1.	Saya merasa sangat tertarik dan ingin tahu tentang materi literasi kesehatan mental	100%	0%	0%	0%
2.	Saya merasa kegiatan pengabdian semacam ini memberikan manfaat bagi kehidupan sehari-hari saya	100%	0%	0%	0%
3.	Saya merasa senang karena materi yang disampaikan sangat saya butuhkan	80%	0%	20%	0%
4.	Saya merasa materi yang disampaikan terlalu sulit dimengerti	87,5%	12,5%	0%	0%
5.	Kegiatan pengabdian dilakukan dengan media yang menarik	100%	0%	0%	0%
6.	Saya merasa terpaksa mengikuti kegiatan pengabdian ini	0%	0%	37,5%	62,5%
7.	Saya merasa lebih mengerti tugas-tugas saya sendiri sesuai dengan jenjang pendidikan saya	80%	20%	0%	0%
8.	Di lokasi panti dan di sekolah tidak pernah membahas materi ini	72,5%	7,5%	0%	20%
9.	Saya ingin melaksanakan apa yang sudah disampaikan dalam materi pengabdian	100%	0%	0%	0%
10.	Saya berharap ingin dilibatkan kembali dengan kegiatan pengabdian dari kampus/universitas di Surakarta	100%	0%	0%	0%

Dari hasil prosentase kuesioner di atas, dapat disimpulkan bahwa pelatihan konseling teman sebaya sangat efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, yang ditunjukkan dalam survey kepuasan program. Selain itu, didukung dengan pelatihan konseling teman sebaya

memberikan manfaat signifikan apabila terdapat rekan yang memerlukan bantuan tetapi takut atau malu ketika melaporkan ke pengasuh mereka, sehingga konseling teman sebaya memberikan dampak yang signifikan dalam mengatasi permasalahan diri, khususnya dalam hal kesehatan mental anak-anak dan remaja putra PAKYM (Febrianti & Mulawarman, 2019).

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan di PAKYM merupakan upaya untuk mengembangkan keterampilan aktualisasi diri pada anak-anak dan remaja putra PAKYM tentang pentingnya memahami literasi kesehatan mental, sehingga menyebabkan anak-anak dan remaja putra PAKYM memahami kewajiban dan tugas perkembangannya masing-masing. Perlunya literasi kesehatan mental memberikan dampak yang signifikan bagi kesehatan, baik dari segi fisik maupun psikis individu (Muwakhidah, 2021).

Berdasarkan pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di PAKYM, diharapkan permasalahan khususnya dalam hal kesehatan mental anak dan remaja dapat mudah diatasi maupun dicegah kemunculannya agar tidak menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja. Bentuk pengabdian tersebut diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengembangkan layanan konseling maupun pengabdian terapan di bidang konseling maupun bidang terapan lain.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga pelaksanaan dan penulisan artikel Pengabdian Kepada Masyarakat dapat terselesaikan. Tidak lupa Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Universitas Slamet Riyadi dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) yang telah membina, mendanai, dan mengarahkan pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini sehingga terlaksana dengan baik. Penulisan artikel Pengabdian Kepada Masyarakat ini dapat terwujud dengan adanya bimbingan, dorongan, dan bantuan dari berbagai pihak.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Abidin, A. M. (2019). Peran Pengasuh Panti Asuhan Membentuk Karakter Disiplin dalam Meningkatkan Kecerdasan Intrapersonal Anak. *AN-NISA*, 11(1), 354–363. <https://doi.org/10.30863/an.v11i1.302>
- Asyanti, S., & Karyani, U. (2018). Mental Health Literacy Among Youth in Surakarta. *Proceedings of the 3rd ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2017)*, 17(24), 12-16. <https://doi.org/10.2991/acpch-17.2018.24>
- Bariyyah Hidayati, K., & . M. F. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02), 137-144. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>

- Brooks, H., Syarif, A. K., Pedley, R., Irmansyah, I., Prawira, B., Lovell, K., Opitasari, C., Ardisasmita, A., Tanjung, I. S., Renwick, L., Salim, S., & Bee, P. (2021). Improving mental health literacy among young people aged 11–15 years in Java, Indonesia: the co-development of a culturally-appropriate, user-centred resource (The IMPeTUs Intervention). *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *15*(1), 56. <https://doi.org/10.1186/s13034-021-00410-5>
- Fadzilla, V., & Djannah, S. N. (2018). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Pusat Informasi Dan Konseling Remaja (PIK-R) Pada Remaja Di SMA N 1 Sanden. *Jurnal Cakrawala Promkes*, *1*(1), 9. <https://doi.org/10.12928/promkes.v1i1.291>
- Febrianti, T., & Mulawarman, M. (2019). Peningkatan Perilaku Prosocial Siswa melalui Konseling Teman Sebaya Berbasis Kecakapan Hidup. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, *3*(3), 293–300. <https://doi.org/10.30653/001.201933.113>
- Fitriatun, E., Nopita, N., & Muliyani, S. E. M. (2018). Karakter Empati Dalam Konseling Teman Sebaya Pada Masa Remaja. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, *4*(1), 16. <https://doi.org/10.33394/jk.v4i1.897>
- Hartini, N., Fardana, N. A., Ariana, A. D., & Wardana, N. D. (2018). Stigma toward people with mental health problems in Indonesia. *Psychology Research and Behavior Management*, *11*(1), 535–541. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S175251>
- Herfi Rahmawati, A., Suwarjo, Dr., & Budi Utomo, H. (2019). The Effect of Basic Skills Counseling as Vital Skills in Peer Counseling to Indonesian Students. *Universal Journal of Educational Research*, *7*(9), 1874–1881. <https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070905>
- Jackson, S., & Goossens, L. (2020). *Handbook of Adolescent Development*.
- Kawitri, A. Z., Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Self-Compassion dan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan. *Journal Psikogenesis*, *7*(1), 76–83. <https://doi.org/10.24854/jps.v7i1.879>
- Muwakhidah, M. (2021). Keefektifan Peer-Counseling (Konseling Teman Sebaya) Untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja di Pondok Pesantren Bahrul Ulum Jombang. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, *8*(1), 52–64. <https://doi.org/10.29407/nor.v8i1.15663>
- Nakkula, M. J., & Toshalis, E. (2020). *Understanding Youth*. Psychology Press.
- Oktavia, S. A. (2020). *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pama, S. A., Purnama, D. S., Nurjanah, A. S., Adilah, N. A., Zatrachadi, M. F., & Roza, E. (2023). Community Counseling Strategies to Improve Mental Health Literacy. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, *11*(1), 12. <https://doi.org/10.29210/176400>
- Permatasari, D., & Suprayitno, E. (2020). Implementasi Kegiatan Pendidik Sebaya dan Konselor Sebaya dalam Upaya Pencegahan Triad KRR di Pusat Informasi dan Konseling Remaja. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, *7*(1), 143–150. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i1.ART.p143-150>
- Praharso, N. F., Pols, H., & Tiliopoulos, N. (2020). Mental health literacy of Indonesian health practitioners and implications for mental health system development. *Asian Journal of Psychiatry*, *54*(1), 15–33. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102168>
- Prakoso, M. R. N., & Farozin, M. (2020). Contribution of Emotional Intelligence to Peer Acceptance on Students at Public Junior High School 14 Surakarta. *Proceedings of the 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)*. *462*(1), 202–206 <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.043>
- Putro, E. A., & Prakoso, M. R. N. (2023). The Effectiveness of Group Guidance With the Teras Philosophy Approach to Reduce Overt Bullying in Students Guidance and Counseling Program Fkip Unisri Academic Year 2022/2023. *Texas Journal*

- of Multidisciplinary Studies*, 21(1), 58–62. Retrieved from <https://zienjournals.com/index.php/tjm/article/view/4143>
- Salmiati, S., Rosmawati, R., & Lestari, M. (2018). Peer Counselor Training Untuk Mencengah Perilaku Bullying. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 1(1), 62–69. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v1i1.37>
- Syafrizaldi, S., & Pratiwi, S. (2020). Hubungan antara Lingkungan Sosial dengan Harga Diri Remaja Panti Asuhan Al Jam'iyatul Washliyah Binjai. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(1), 193–199. <https://doi.org/10.34007/jehss.v3i1.254>