

**EFEKTIVITAS PELATIHAN KONSELOR SEBAYA TERHADAP KETERAMPILAN
SKRINING MASALAH KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA UNIVERSITY
RESIDENCE (UNIRES)**

Lukman Al Hakim^{1*}, Warih Andan Puspitosari²

¹⁻²Program Studi Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Email Korespondensi: irawadilukman@gmail.com

Disubmit: 20 September 2025 Diterima: 23 November 2025 Diterbitkan: 01 Desember 2025
Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i12.22778>

ABSTRACT

Students who live in dormitories are a vulnerable group experiencing mental health problems due to academic pressure and social adaptation challenges. Stigma and a lack of knowledge often act as barriers to seeking professional help. Peer counselor programs have emerged as a strategic solution for early detection, yet the effectiveness of their training in equipping screening skills requires evaluation. This study aimed to determine the effectiveness of peer counselor training in enhancing mental health problem screening skills (knowledge, attitude, and experience) among students of the University Residence (Unires). This study employed a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach. The sample consisted of 43 Unires residents selected through consecutive sampling. The intervention was a structured peer counselor training program. Data were collected using a questionnaire before and after the intervention and analyzed using the non-parametric Wilcoxon Signed-Rank Test. The analysis revealed a statistically significant increase in the mean scores for knowledge ($p<0.05$) and experience ($p<0.05$) following the training. The mean knowledge score increased from 3.48 to 4.09, while the mean experience score rose from 2.18 to 3.39. However, no significant change was found in the attitude scores of the respondents ($p>0.05$). The peer counselor training proved to be partially effective in enhancing conceptual understanding (knowledge) and practical capabilities (experience), but was not potent enough to significantly alter their affective disposition (attitude).

Keywords: Peer Counselor, Mental Health, Screening Skills, Training.

ABSTRAK

Mahasiswa yang tinggal di asrama merupakan kelompok rentan mengalami masalah kesehatan mental akibat tekanan akademik dan tantangan adaptasi sosial. Stigma dan kurangnya pengetahuan seringkali menjadi penghalang untuk mencari bantuan profesional. Program konselor sebaya menjadi solusi strategis untuk deteksi dini, namun efektivitas pelatihannya dalam membekali keterampilan skrining perlu dievaluasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas pelatihan konselor sebaya terhadap peningkatan keterampilan skrining masalah kesehatan mental (pengetahuan, sikap, dan pengalaman) pada mahasiswa Asrama University Residence (Unires). Penelitian ini menggunakan

desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan *pre-test and post-test design*. Sampel terdiri dari 43 mahasiswa penghuni Unires yang dipilih melalui *consecutive sampling*. Intervensi berupa program pelatihan konselor sebaya yang terstruktur. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi, lalu dianalisis menggunakan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan secara statistik pada skor rata-rata pengetahuan ($p<0,05$) dan pengalaman ($p<0,05$) setelah pelatihan. Skor rata-rata pengetahuan meningkat dari 3,48 menjadi 4,09, sementara skor pengalaman meningkat dari 2,18 menjadi 3,39. Namun, tidak ditemukan perubahan yang signifikan pada skor sikap responden ($p>0,05$). Pelatihan konselor sebaya terbukti efektif secara parsial dalam meningkatkan pemahaman konseptual (pengetahuan) dan kapabilitas praktis (pengalaman), namun belum cukup kuat untuk mengubah disposisi afektif (sikap) secara signifikan.

Kata Kunci: Konselor Sebaya, Kesehatan Mental, Keterampilan Skrining, Pelatihan.

PENDAHULUAN

Perhatian global terhadap isu kesehatan mental terus menunjukkan peningkatan dalam beberapa dekade terakhir. Kalangan remaja dan dewasa muda, khususnya mahasiswa yang merupakan salah satu kelompok populasi yang paling rentan mengalami tantangan psikologis (Meherali *et al.*, 2021). Menurut data dari World Health Organization pada tahun 2021, diperkirakan 14% remaja di seluruh dunia dengan rentang usia 10-19 tahun memiliki gangguan kesehatan mental, akan tetapi sebagian besar kasus tersebut tidak teridentifikasi dan tidak diobati. Tekanan akademik, adaptasi sosial, dan transisi menuju kemandirian seringkali menjadi pemicu stres emosional yang intens pada mahasiswa (Emiral *et al.*, 2024). Apabila tidak dikelola dengan baik, kondisi ini dapat berakibat pada menurunnya performa akademik dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Skala masalah ini diperburuk oleh adanya tantangan dalam penanganan, salah satunya adalah stigma yang mengakar kuat di lingkungan kampus (Abrams *et al.*, 2022). Stigma menciptakan

lingkungan di mana mahasiswa enggan mengakui kesulitan psikologis yang mereka alami karena takut akan penilaian negatif (Loreto, 2017). Selain itu, minimnya literasi kesehatan mental juga menjadi penghalang, di mana banyak mahasiswa tidak mampu mengenali tanda-tanda depresi atau kecemasan pada diri sendiri maupun temantemannya.

Sebagai respons terhadap tantangan ini, program konselor sebaya (*peer counselor*) menjadi salah satu solusi strategis di lingkungan pendidikan (Topping, 2022). Konselor sebaya dianggap sebagai sumber daya yang lebih mudah diakses dan kurang mengintimidasi dibandingkan konselor profesional (Qoyyimah *et al.*, 2021). Mereka dapat berperan penting dalam deteksi dini masalah kesehatan mental melalui keterampilan skrining, memberikan dukungan emosional awal, serta menjadi jembatan ke layanan profesional (Saputro *et al.*, 2023). Akan tetapi, permasalahan mendasar yang sering muncul adalah kurangnya keterampilan para konselor sebaya dalam melakukan

skrining secara sistematis dan efektif.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menguji efektivitas pelatihan konselor sebaya dengan fokus yang beragam, seperti peningkatan kualitas prososial (Fadkhurosi & Zamroni, 2024), literasi kesehatan mental pada siswa SMA (Syafitri & Rahmah, 2021), hingga peningkatan interaksi sosial (Sari *et al.*, 2020). Perbedaan mendasar penelitian ini dengan studi-studi tersebut adalah fokusnya yang spesifik pada pengukuran efektivitas pelatihan terhadap keterampilan skrining yang mencakup tiga domain yaitu pengetahuan, sikap, dan pengalaman dalam konteks mahasiswa yang tinggal di asrama.

Penelitian ini memiliki signifikansi penting untuk memberikan rekomendasi berbasis bukti bagi pengembangan program konseling sebaya yang terstruktur. Dengan adanya konselor sebaya yang terampil, diharapkan dapat tercipta lingkungan asrama yang lebih suportif dan memastikan mahasiswa mendapatkan bantuan lebih dini (Muflis & Iman, 2022).

TINJAUAN PUSTAKA

Konsep kesehatan menurut Undang-Undang RI Nomor 36 Tahun 2009 didefinisikan sebagai keadaan sehat komprehensif yang mencakup aspek fisik, mental, spiritual, dan sosial. Kesehatan mental merupakan komponen fundamental dari kesehatan secara keseluruhan, yang memungkinkan individu menyadari potensinya, mengelola stres, dan berkontribusi secara produktif bagi komunitasnya (Yulianti & Ariasti, 2020). Kondisi ini dipengaruhi oleh faktor kompleks yang mencakup aspek biologis, psikologis, dan sosial.

Konselor sebaya adalah individu yang telah menerima

pelatihan khusus untuk menawarkan dukungan emosional dan membantu rekan-rekannya (Kusumawaty *et al.*, 2020). Mereka tidak berfungsi sebagai pengganti tenaga profesional, melainkan sebagai jembatan yang menghubungkan mahasiswa dengan layanan dukungan yang lebih formal (Astuti, 2019). Peran ini sangat krusial karena teman sebaya seringkali menjadi orang pertama yang dicari ketika seorang mahasiswa mengalami kesulitan (Hotifah, 2014).

Dalam menjalankan perannya, konselor sebaya memerlukan keterampilan skrining, yaitu sebuah proses sistematis untuk deteksi dini masalah kesehatan mental (Costello, 2016). Keterampilan ini diukur dalam penelitian ini menggunakan kerangka *Knowledge-Attitude-Practice* (Andrade *et al.*, 2020). Model ini memberikan gambaran komprehensif mengenai perubahan kompetensi setelah intervensi (Julendra *et al.*, 2022). Pengetahuan (*knowledge*) adalah pemahaman konseptual mengenai kesehatan mental dan cara skrining. Sikap (*attitude*) adalah keyakinan dan motivasi untuk melakukan deteksi dini. Pengalaman (*practice*) adalah persepsi kapabilitas untuk menerapkan keterampilan tersebut, yang sangat dipengaruhi oleh pengalaman langsung sesuai teori pembelajaran eksperiensial dari Kolb (1984). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan konselor sebaya dalam meningkatkan keterampilan skrining masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa Asrama Unires.

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah diuraikan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas pelatihan konselor sebaya dalam meningkatkan keterampilan skrining masalah kesehatan mental yang mencakup pengetahuan, sikap, dan

pengalaman pada mahasiswa Asrama Unires?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimental, secara spesifik *one-group pre-test and post-test design* (Stratton, 2019). Desain ini digunakan untuk menilai efektivitas pelatihan konselor sebaya dengan membandingkan skor keterampilan skrining sebelum dan sesudah intervensi.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa penghuni Asrama Unires UMY. Sampel dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling* dengan besar sampel minimal 34 responden yang dihitung menggunakan rumus analitik (Dahlan, 2010). Pada pelaksanaannya, jumlah partisipan akhir adalah 43 orang. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif Asrama Unires yang bersedia berpartisipasi dalam pelatihan konselor sebaya, sementara kriteria eksklusi adalah partisipan yang tidak mengikuti seluruh rangkaian acara. Penelitian dilaksanakan di Asrama Unires UMY pada bulan Mei-Juni 2025 dan telah memperoleh persetujuan etik dari KEPK FKIK UMY dengan nomor 145/EC-KEPK FKIK UMY/V/2025.

Prosedur penelitian meliputi tahap persiapan, rekrutmen partisipan, pengisian *informed consent*, pelaksanaan *pre-test*, pemberian intervensi pelatihan, dan pelaksanaan *post-test*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner 15 item yang mengukur domain pengetahuan dengan skala nominal, sikap dengan skala Likert 4 poin, dan pengalaman dengan skala nominal. Uji validitas instrumen menggunakan korelasi *Pearson Product-Moment*

dan uji reliabilitas menggunakan *Spearman-Brown* serta *Cronbach's Alpha*.

Data dianalisis menggunakan perangkat lunak IBM SPSS versi 26. Setelah analisis univariat, dilakukan uji normalitas data dengan metode *Shapiro-Wilk* yang menunjukkan data tidak terdistribusi normal ($p<0,05$). Oleh karena itu, uji hipotesis untuk membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji statistik non-parametrik *Wilcoxon Signed-Rank Test*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 43 mahasiswa penghuni Asrama Unires yang berpartisipasi penuh dari awal hingga akhir. Analisis karakteristik responden (disajikan pada Tabel 1) menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berada pada rentang usia 19 hingga 20 tahun, yang secara kumulatif mencakup 74,4% dari total sampel. Responden berusia 19 tahun dan 20 tahun memiliki jumlah yang sama, masing-masing sebanyak 16 orang (37,2%). Dari segi jenis kelamin, responden didominasi oleh perempuan, yaitu sebanyak 23 orang (53,5%).

Terkait paparan terhadap isu kesehatan mental, hampir seluruh responden (95,3%) menyatakan pernah mendapatkan informasi atau edukasi mengenai kesehatan mental sebelumnya. Sebagian besar responden (81,4%) melaporkan memiliki pengalaman pribadi mendengarkan curahan hati dari teman terkait masalah psikologis. Tingkat ketertarikan untuk menjadi konselor sebaya juga sangat tinggi, di mana 97,7% responden menyatakan minatnya untuk berperan sebagai konselor sebaya jika diberikan pelatihan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=43)

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
18 tahun	8	18,6
19 tahun	16	37,2
20 tahun	16	37,2
21 tahun	1	2,3
22 tahun	2	4,7
Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	20	46,5
Perempuan	23	53,5
Paparan Informasi Kesehatan Mental	Frekuensi	Presentase (%)
Pernah	41	95,3
Tidak	2	4,7
Pengalaman Pribadi (Mendengarkan Curhat Teman)	Frekuensi	Presentase (%)
Ya	35	81,4
Tidak	8	18,6
Ketertarikan Menjadi Konselor Sebaya	Frekuensi	Presentase (%)
Ya	42	97,7
Tidak	1	2,3
Total	43	100,0

Tabel 2. Deskripsi Statistik Variabel Keterampilan Skrining (n=43)

Indikator	Waktu Pengukuran	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	1	5	3,48	1,03
	<i>Post-test</i>	3	5	4,09	0,60
Sikap	<i>Pre-test</i>	5	20	16,97	2,59
	<i>Post-test</i>	14	20	17,90	2,03
Pengalaman	<i>Pre-test</i>	0	4	2,18	0,98
	<i>Post-test</i>	2	4	3,39	0,69

Tabel 3. Efektivitas Pelatihan Konselor Sebaya Terhadap Keterampilan Skrining Masalah Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Asrama Unires (n=43)

Indikator	Mean Pre-test	Mean Post-test	Sig. (p)	Keterangan
Pengetahuan	3,34	3,86	0,002	Efektif (H_0 ditolak)
Sikap	16,97	17,90	0,065	Tidak Efektif (H_0 diterima)
Pengalaman	2,18	3,39	0,000	Efektif (H_0 ditolak)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menyajikan sebuah gambaran yang dualistik mengenai efektivitas pelatihan konselor sebaya. Pelatihan ini menunjukkan keberhasilan yang

signifikan dalam domain kognitif (pengetahuan) dan praktis (pengalaman), namun kurang berhasil dalam memberikan dampak signifikan pada domain afektif

(sikap).

Peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pelatihan sejalan dengan temuan dari penelitian lain yang juga melaporkan keberhasilan intervensi psikoedukasi dalam meningkatkan literasi kesehatan mental (Syafitri & Rahmah, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Baroroh & Amalia (2023), pada mahasiswa juga melaporkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi serupa. Keberhasilan transfer pengetahuan ini, tidak dapat dianggap sebagai hasil yang otomatis terjadi, karena tinjauan komprehensif oleh Cooper *et al.* (2024), menyoroti bahwa efektivitas program dukungan sebaya secara umum menunjukkan hasil yang sangat beragam. Hal ini mengimplikasikan bahwa keberhasilan yang dicapai dalam penelitian ini kemungkinan besar merupakan hasil dari modul pelatihan yang sistematis dan terfokus, seperti yang juga ditekankan dalam pengembangan modul oleh Hendrati & Ratnasari (2024). Keberhasilan ini dapat dijelaskan melalui Teori Kognitif Sosial, di mana pelatihan berhasil membangun *behavioral capability* atau pengetahuan fundamental melalui materi yang terstruktur dan proses *observational learning*.

Temuan paling menantang adalah tidak adanya perubahan sikap yang signifikan. Hal ini mengindikasikan adanya diskoneksi antara "tahu" dan "bersedia bertindak". Hasil ini didukung oleh studi Abrams *et al.* (2022), yang juga tidak menemukan perubahan signifikan pada stigma atau kemauan membantu setelah program dukungan sebaya. Fenomena ini kemungkinan dapat dijelaskan oleh dua faktor. Pertama, *ceiling effect* yang di mana partisipan sejak awal sudah memiliki sikap yang sangat

positif (seperti yang terlihat dari data karakteristik responden), sehingga ruang untuk peningkatan menjadi terbatas. Kedua, berdasarkan *Health Belief Model* (HBM), pelatihan ini mungkin belum cukup efektif mengatasi *perceived barriers* atau hambatan psikologis yang dirasakan calon konselor, seperti takut berbuat salah, beban emosional, dan tanggung jawab yang besar. Kompleksitas hubungan antara pengetahuan dan sikap ini juga ditunjukkan dalam penelitian oleh Loreto (2017), yang menemukan bahwa program literasi kesehatan mental dapat mengurangi stigma namun justru menurunkan niat untuk mencari bantuan.

Sebaliknya, peningkatan signifikan pada domain pengalaman menunjukkan keberhasilan komponen praktis pelatihan seperti simulasi dan *role-playing*. Temuan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Risnawaty *et al.* (2019) dan Wardaningsih *et al.* (2023), yang melaporkan bahwa latihan praktis berhasil meningkatkan efikasi diri peserta. Peningkatan ini dapat dijelaskan melalui Teori Pembelajaran Eksperiensial oleh Kolb (1984), di mana peserta melalui siklus pengalaman konkret (simulasi) dan observasi reflektif (umpan balik) membangun kepercayaan diri.

Pelatihan ini berfungsi sebagai *mastery experiences* yang meningkatkan *self-efficacy* peserta secara drastis, sebuah konsep sentral dalam Teori Kognitif Sosial. Meskipun demikian, penting untuk dicatat bahwa penelitian ini mengukur perolehan keterampilan dan kepercayaan diri sesaat setelah pelatihan. Temuan ini perlu dikontraskan dengan studi oleh Fitriana & Rosyidi (2021), yang menemukan bahwa efikasi diri dan keterampilan mendengarkan aktif pada konselor sebaya yang telah

dilatih tidak memiliki peran yang signifikan dalam mencegah masalah kesehatan mental dalam jangka panjang. Perbedaan ini menyoroti bahwa peningkatan kapabilitas yang dirasakan berupa pengalaman tidak secara otomatis menjamin efektivitas hasil akhir, yang menekankan perlunya penelitian lanjutan dengan desain longitudinal untuk melihat dampak jangka panjang dari pelatihan.

Temuan dualistik dalam penelitian ini menggarisbawahi perbedaan mendasar antara penguasaan kompetensi teknis dan adanya kesiapan afektif untuk bertindak. Berdasarkan temuan tersebut, dapat diinterpretasikan bahwa pelatihan ini berhasil membekali peserta dengan pengetahuan dan keterampilan praktis, namun belum cukup untuk mengatasi hambatan psikologis internal yang krusial. Hambatan seperti rasa takut berbuat salah dan kekhawatiran akan beban emosional tampaknya menjadi penghalang utama yang mencegah pengetahuan tersebut bertransformasi menjadi sebuah keyakinan diri untuk bertindak secara nyata. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas seorang konselor sebagai tidak hanya menuntut penguasaan teknis, tetapi juga kematangan emosional dan motivasi intrinsik yang kuat untuk dapat menerapkan keterampilannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, program pelatihan konselor sebagai bagi mahasiswa di Asrama Unires terbukti efektif secara parsial. Pelatihan ini secara signifikan berhasil meningkatkan domain pengetahuan dan pengalaman peserta dalam keterampilan skrining masalah kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi berhasil membekali peserta dengan

pemahaman konseptual dan kepercayaan diri praktis untuk menerapkan keterampilan skrining. Di sisi lain, pelatihan ini ditemukan tidak efektif dalam menghasilkan perubahan yang signifikan pada domain sikap. Hal ini menyiratkan bahwa meskipun peserta menjadi kompeten secara teknis, masih terdapat keraguan afektif yang kemungkinan disebabkan oleh hambatan psikologis yang belum teratas oleh modul pelatihan.

SARAN

Keberhasilan parsial dari pelatihan ini membuka peluang untuk pengembangan program yang lebih komprehensif dan penelitian lanjutan yang lebih mendalam. Dari sisi praktis, program ini disarankan untuk diinstitusionalisasikan dengan penambahan modul lanjutan mengenai resiliensi emosional dan manajemen krisis, serta didukung oleh sistem supervisi berkelanjutan bersama konselor profesional. Sementara itu, untuk penelitian selanjutnya, validitas temuan dapat diperkuat melalui penggunaan desain *Randomized Controlled Trial* (RCT) dengan sampel yang lebih besar. Studi longitudinal juga penting untuk melacak pengaplikasian keterampilan dari waktu ke waktu, serta dilengkapi dengan evaluasi dari sudut pandang penerima dukungan untuk mendapatkan pemahaman yang menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Abrams, M. P., Salzman, J., Rey, A. E., & Daly, K. (2022). Impact Of Providing Peer Support On Medical Students' Empathy, Self-Efficacy, And Mental Health Stigma. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*,

- 19(9), 5135.
<Https://Doi.Org/10.3390/Ijerph19095135>
- Andrade, C., Menon, V., Ameen, S., & Kumar Praharaj, S. (2020). Designing And Conducting Knowledge, Attitude, And Practice Surveys In Psychiatry: Practical Guidance. *Indian Journal Of Psychological Medicine*, 42(5), 478-481. <Https://Doi.Org/10.1177/0253717620946111>
- Astiti, S. P. (2019). Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa. *Indonesian Journal Of Islamic Psychology*, 1(2), 243-263. <Https://Doi.Org/10.18326/Iji.p.V1i2.243-263>
- Baroroh, E. Z., & Amalia, K. (2023). Peer Counseling Training To Improve The Competence Of Sophomore Peer Counselors. *Al-Balagh: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 8(1), 1-40. <Https://Doi.Org/10.22515/Albalagh.V8i1.5833>
- Cooper, R. E., Saunders, K. R. K., Greenburgh, A., Shah, P., Appleton, R., Machin, K., Jeynes, T., Barnett, P., Allan, S. M., Griffiths, J., Stuart, R., Mitchell, L., Chipp, B., Jeffreys, S., Lloyd-Evans, B., Simpson, A., & Johnson, S. (2024). The Effectiveness, Implementation, And Experiences Of Peer Support Approaches For Mental Health: A Systematic Umbrella Review. *Bmc Medicine*, 22(72), 1-45. <Https://Doi.Org/10.1186/S12916-024-03260-Y>
- Costello, E. J. (2016). Early Detection And Prevention Of Mental Health Problems: Developmental Epidemiology And Systems Of Support. *Journal Of Clinical Child And Adolescent Psychology*, 45(6), 710-717. <Https://Doi.Org/10.1080/15374416.2016.1236728>
- Dahlan, M. S. (2010). *Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan* (A. Suslia, Ed.; 3rd Ed.). Edward Tanujaya. <Http://Www.Penerbitsalemba.Com>
- Emiral, E., Ors, B., & Cantürk, N. (2024). Assessing Depression, Anxiety, Stress, And Occupational Decision Regret Levels Among Resident Physicians Working At Ankara University Faculty Of Medicine Hospital. *Turkish Journal Of Medical Sciences*, 54(5), 970-978. <Https://Doi.Org/10.55730/1300-0144.5875>
- Fadkhurosi, A., & Zamroni, E. (2024). Pelatihan Peer Counseling Bagi Mahasiswa Untuk Meningkatkan Kualitas Pro-Social Di Universitas Muria Kudus. *Swarna: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(8), 628-635. <Https://Doi.Org/10.55681/Swaruna.V3i8.1448>
- Fitriana, Q. A., & Rosyidi, H. (2021). Self-Efficacy Dan Kemampuan Mendengar Aktif Konselor Sebaya Terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(2), 74-80. <Https://Doi.Org/10.29080/Jp.p.V12i2.631>
- Hendrati, T. M. W., & Ratnasari, Y. (2024). Pengembangan Modul Pelatihan Konselor Sebaya Bagi Mahasiswa Di Usia Emerging Adulthood. *Psyche 165 Journal*, 17(3), 181-187. <Https://Doi.Org/10.35134/Jpsy165.V17i3.377>
- Hotifah, Y. (2014). Empowering Santri Dalam Mengatasi Permasalahan Pembelajaran

- Di Pesantren Melalui Model Peer Helping Berbasis Kearifan Lokal Pesantren. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 5(1), 20-42. <Https://Doi.Org/10.21107/Personifikasi.V5i1.6568>
- Julendra, A. K. M., Sholihah, N. H., & Zaida, A. N. (2022). Determinan Praktik Pengembangan Infaq/Sedekah Masjid Di Indonesia (Studi Knowledge, Attitude And Practice). *Asyafina Journal: Jurnal Akademik Pesantren*, 2(1), 27-51. <Https://Doi.Org/10.2896/Asyafina.V1i2.17>
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience As The Source Of Learning And Development*. Prentice Hall.
- Kusumawaty, I., Yunike, Elviani, Y., & Harmiyati, L. (2020). Penguatan Kapasitas Konselor Sebaya Di Sekolah. *Journal Of Community Engagement In Health*, 3(2), 140-146. <Https://Doi.Org/10.30994/Jch.V3i2.52>
- Loreto, N. (2017). *Reducing Stigma And Encouraging Help Seeking Intentions Through A Mental Health Literacy Program*. Walden Dissertations And Doctoral Studies. 4306. <Https://Scholarworks.Walden.U.Edu/Dissertations/4306>
- Meherali, S., Punjani, N., Louie-Poon, S., Rahim, K. A., Das, J. K., Salam, R. A., & Lassi, Z. S. (2021). Mental Health Of Children And Adolescents Amidst Covid-19 And Past Pandemics: A Rapid Systematic Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(7), 3432. <Https://Doi.Org/10.3390/Ijerph18073432>
- Mufligh, M. I., & Iman, M. (2022). Pengaruh Keaktifan Mengikuti Program Asrama, Kualitas Pergaulan Teman Sebaya, Dan Dukungan Orang Tua Terhadap Akhlak Mahasiswa Unires Umy. *Journal Of Islamic Education Guidance And Counseling*, 3(2), 70-81. <Https://Doi.Org/10.51875/Jieg.V3i2.169>
- Qoyyimah, N. R. H., Noorizki, R. D., Sa'id, M., Apriliana, J., & Isqy, T. T. (2021). Efektivitas Konseling Sebaya Sebagai Upaya Penguatan Kesehatan Mental Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (JP3k)*, 2(2), 166-173. <Https://Doi.Org/10.51849/JP3k.V2i2.114>
- Risnawaty, W., Kartasasmita, S., & Suryadi, D. (2019). Pelatihan Konselor Sebaya Pada Siswa Sma Di Jakarta Barat. *Jurnal Mitra*, 3(2), 108-119.
- Saputro, N. F. E., Isnaini, S. N., & Casmini, C. (2023). Meta Analisis Urgensi Konseling Teman Sebaya Di Pondok Pesantren. *Al-Ihath : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 1-10. <Https://Doi.Org/10.15575/Aiccrav3i1.286>
- Sari, R., Saleh, M. N. I., Rahman, D. N., & Aisah, A. (2020). Pemberdayaan Remaja Masjid Di Masa Pandemi Covid-19 Melalui Workshop Dan Simulasi Konseling Sebaya. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 190-203. <Https://Doi.Org/10.25273/Counsellia.V10i2.7789>
- Stratton, S. J. (2019). Quasi-Experimental Design (*Pre-Test And Post-Test Studies*) In Prehospital And Disaster Research. *Prehospital And Disaster Medicine*, 34(6), 573-

574.
<Https://Doi.Org/10.1017/S1049023x19005053>
- Syafitri, D. U., & Rahmah, L. (2021). Pelatihan Konselor Sebaya Daring Untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa Di Sma Islam Xy Semarang. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology (Gamajpp)*, 7(1), 39-54.
<Https://Doi.Org/10.22146/Gamajpp.62299>
- Topping, K. J. (2022). Peer Education And Peer Counselling For Health And Well-Being: A Review Of Reviews. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(10), 6064.
<Https://Doi.Org/10.3390/Ijerph19106064>
- Wardaningsih, S., Rizqi, M. A., Warastri, A., & Nurmaguphita, D. (2023). Pelatihan Peer Counselor Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Dalam Memberikan Konseling Peer Counselor Training To Improve Self Efficiency In Providing Counseling. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (Jpkmk)*, 3(4), 72-79.
<Https://Www.Jurnal.Stikes-Notokusumo.Ac.Id/Index.Php/Jpkmk/Article/View/279>
- Yulianti, T. S., & Ariasti, D. (2020). Analisis Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Emosional Masyarakat Di Dukuh Gumuk Sari Dan Gerjen, Pucangan, Kartasura. *Kosala: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 53-62.