

Pendampingan Psikososial Santri Berbasis Nilai Kepesantrenan: Studi Implementasi Program Psikoedukasi & Konseling di Pondok Pesantren Tebuireng

Psychosocial Guidance for Islamic Boarding School Students Based on Islamic Boarding School Values: A Study of the Implementation of the Psychoeducation & Counseling Program at the Tebuireng Islamic Boarding School

Intan Nur Fauziah Saputri ^{1*}, Habibatul Qudsiyyah ², M. Adla Mudafi ³, Muhammad Nuril Huda ⁴, Muhammad Reyhan Dzakwan ⁵, Syifa Alistya Sevita Putri ⁶, Siti Muti'atul Hasanah ⁷, Thalita Nur Shobiroh ⁸, Adhimah Lailiyah ⁹, Sayidatul Aisah ¹⁰, Moh. Yasyfa Anjana ¹¹, Muhammad Quthbil Haikaly Abil Hasan A ¹²

¹⁻¹² Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Email : intannurfauziah2@gmail.com

*Penulis korespondensi : intannurfauziah2@gmail.com

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 19 December 2025;

Revisi: 22 Januari 2026;

Diterima: 18 Februari 2026;

Terbit: 28 Februari 2026

Keywords: Counseling, Islamic Boarding School Values, Participant Observation, Psychosocial Students, Psychoeducation.

Abstract, In the world of Islamic boarding schools, every student faces various psychosocial problems related to social adaptation, academic pressure, and religious discipline. This condition requires contextual psychosocial support in accordance with the values of Islamic boarding schools. This study aims to determine how psychoeducation and counseling programs are implemented at an Islamic boarding school called Pondok Pesantren Tebuireng. This study is a qualitative case study. Information was collected through participatory observation, in-depth interviews with students, counselors, and boarding school program supervisors, as well as documentation of program activities. The results of the study indicate that psychoeducation and counseling programs based on boarding school values can increase mental health awareness, emotional regulation, and the willingness of adult students to communicate their psychosocial problems to others. Therefore, the conclusion of this study shows that psychoeducation and counseling conducted in Islamic boarding schools are effective and sustainable support models that should be implemented to enable the psychological well-being of students.

Abstrak

Di dunia lembaga pendidikan pesantren setiap para santri dihadapkan pada berbagai masalah psikososial yang berkaitan dengan adaptasi sosial, tekanan akademis, serta disiplin agama. Kondisi ini membutuhkan dukungan psikososial kontekstual sesuai dengan nilai-nilai pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana program Psikoedukasi dan konseling diimplementasikan di pesantren bernama Pondok Pesantren Tebuireng. Penelitian ini merupakan studi kasus kualitatif. Informasi dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam dengan santri, konselor, dan pengasuh program pesantren, serta dokumentasi kegiatan program. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program Psikoedukasi dan konseling berdasarkan nilai-nilai pesantren dapat meningkatkan kesadaran kesehatan mental, regulasi emosi, dan kemauan santri dewasa untuk mengkomunikasikan masalah psikososial mereka kepada orang lain. Sehingga kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dan konseling yang dilakukan di pesantren merupakan model dukungan yang efektif dan berkelanjutan yang harus diterapkan untuk memungkinkan kesejahteraan psikologis santri.

Kata Kunci: Konseling, Nilai-Nilai Pesantren, Observasi Partisipatif, Psikoedukasi, Psikososial Santri.

1. PENDAHULUAN

Salah satu hal yang diperlukan dalam kesejahteraan psikologis individu pada dasarnya berupa psikososial, terutama di kalangan remaja dengan notaven pada usia perkembangan yang rentan terhadap stres emosional dan sosial. Di lembaga formal setiap remaja diberikan pengetahuan terkait pentingnya kesehatan mental. Akan tetapi dalam konteks lembaga pendidikan pesantren masih terbilang cukup kurang, khususnya pengetahuan dan pendampingan kepada santri (Muslikah, 2025). Santri sendiri pada dasarnya merupakan siswa di lembaga formal dan juga tinggal di lingkungan religius, dimana seorang santri tidak hanya diharapkan berhasil dalam pencapaian akademis dan keagamaan mereka, akan tetapi juga mampu beradaptasi dengan lingkungan komunal sekolah dengan aturan yang ketat, pelatihan harian yang intensif, dan struktur sosial yang vertikal (Ningsih, 2024).

Keadaan seperti itu dapat membuat siswa berisiko mengalami berbagai masalah psikososial seperti stres, kecemasan, perselisihan antar pribadi, dan masalah regulasi emosi serta tekanan sosial (Arifin, 2024; Urbayatun, 2023). Lembaga pendidikan Islam tradisional adalah sekolah berasrama Islam (Islamic boarding schools) yang memiliki ciri sosial dan budaya unik yang membedakannya dari lembaga pendidikan formal lainnya. Sehingga dalam tata cara hidup masyarakat, internalisasi nilai-nilai pesantren, ketulusan, kesederhanaan, ketaatan dan persaudaraan Islami (ukhuwah Islamiyah), serta sentralitas kiai dan pengasuh merupakan poin-poin dasar dalam pembentukan karakter santri. Namun, ciri-ciri ini juga dapat menghasilkan dinamika psikologis tertentu, terutama dalam kasus santri mengalami beberapa masalah adaptasi, tekanan akademis dan keagamaan, atau konflik pribadi yang tidak terwujud secara sehat (Hertinjung, 2024). Sehingga diperlukan adanya upaya berupa dukungan psikososial dan konseling yang dilakukan secara menyeluruh dan berdasarkan nilai-nilai pesantren merupakan kebutuhan yang menjadi suatu keharusan dalam lembaga keagamaan.

Secara konseptual adanya upaya peran kesehatan mental khususnya psikososial didefinisikan sebagai intervensi yang berorientasi pada sistem yang cenderung membantu individu mengetahui keadaan psikologis mereka, mengatasi emosi, dan memperoleh keterampilan sosial adaptif berdasarkan sistem pendidikan dan metode dukungan (Sukamto, 2025). Adapun psikososial ini sendiri merupakan praktik pendidikan umum yang biasanya diterapkan sebagai psikoedukasi dan konseling. Psikoedukasi digunakan sebagai alat untuk meningkatkan literasi kesehatan mental dan keterampilan mengatasi adaptif; sedangkan konseling sendiri dapat didefinisikan sebagai tempat di mana orang dapat mendiskusikan masalah psikososial dengan cara yang lebih personal dan mendalam. Dengan begitu, keduanya memiliki peran penting khususnya dalam menggalakkan kesehatan mental setiap santri di

pesantren tersebut. Hal ini dikarenakan dari upaya psikoedukasi dan konseling sendiri yang diintegrasikan dengan nilai-nilai agama dan budaya pesantren sangat penting dalam jangka panjang. (Octavia, 2025).

Dengan demikian, inovasi program berupa psikososial di pesantren merupakan salah satu bentuk program kerja yang digalakkan oleh Kelompok Kerja Mahasiswa (KKM) Unggulan Fakultas Psikologi, dengan pengembangan program Psikoedukasi baik kepada setiap santri putra dan putri yang berupa psycotalk yang dikombinasikan dengan layanan konseling. Psycotalk sendiri dipandang sebagai bentuk komunikasi yang komunikatif, edukatif, dan reflektif yang berupaya membuka forum diskusi tentang masalah kesehatan mental tanpa mengabaikan nilai-nilai Islam. Metodologi yang dijelaskan dianggap dapat diterapkan dalam menangani stigmatisasi tinggi terhadap penyakit mental dalam konteks pesantren, di mana masalah mental umumnya hanya dilihat melalui lensa spiritual yang dapat dihilangkan melalui doa dan bimbingan agama (Sutianingsih, 2025; Sa'adah, 2026).

Lingkungan santri di Pondok Pesantren Tebuireng, sebagai salah satu pesantren Islam terbesar dan paling bersejarah di Indonesia, merupakan salah satu lingkungan yang paling kompleks dari segi akademik, sosial, dan psikologis. Strategi yang diterapkan adalah tingkat disiplin yang tinggi, aktivitas pembelajaran yang tinggi, dan beragamnya latar belakang santri, yang menjadikan pesantren ini tempat yang tepat untuk menerapkan program bantuan psikososial yang berlandaskan nilai-nilai pesantren (Aisyah, 2020). Namun demikian, fakta empiris menunjukkan bahwa keberadaan nilai-nilai keagamaan yang kuat tidak serta merta menjamin kebutuhan psikososial santri. Santri masih melaporkan masalah dalam kemampuan mengartikulasikan masalah psikologis dalam sejumlah kasus karena kurangnya ruang dialogis dan stigma sosial (Akbar, 2025).

Penelitian-penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi gagasan tentang kesehatan mental dan perkembangan santri di lingkungan pesantren, namun dalam penelitian-penelitian tersebut, telah ditemukan kesenjangan penting dalam bidang penelitian. Bali (2019) juga mencatat pentingnya nilai-nilai agama yang terkait dengan pengembangan ketahanan mental santri, dan penelitian milik Adi (2020) menarik perhatian pada perkembangan moral dan spiritual santri dengan menggunakan bantuan pengasuh pesantren. Sementara itu, penelitian lainnya milik Tanjung (2021) juga membahas topik konseling Islami di pesantren tetapi gagal untuk fokus pada penerapan program psikoedukasi terstruktur sebagai bagian dari layanan konseling. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa literatur terkini tentang dukungan psikososial santri belum mengeksplorasi bidang psikoedukasi, konseling, dan nilai-nilai pesantren sebagai elemen dari kerangka analitik tunggal.

Dengan demikian dari adanya latar belakang terkait fenomena tersebut serta beberapa keterbatasan studi terdahulu yang secara spesifik meneliti penerapan program bantuan psikososial berbasis pesantren yang menggabungkan psikotalk dan konseling, khususnya di pesantren besar seperti Pondok Pesantren Tebuireng. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini untuk menawarkan kajian sosio-psikologis dan kelembagaan tentang bagaimana inisiatif bantuan psikososial tersebut dilaksanakan dan peran nilai-nilai pesantren dalam keberhasilannya. Dengan harapan nantinya dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis terhadap perumusan model bantuan psikososial santri yang kontekstual, berkelanjutan, dan berakar pada budaya di pesantren-pesantren Islam di Indonesia.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menerapkan pendekatan penelitian kualitatif deskriptif berupa analisis efektivitas implementasi program kegiatan (Soendari, 2012). Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan penelitian yang berfokus pada analisis konseptual dan implementatif terhadap pendampingan psikososial santri berbasis nilai kepesantrenan melalui program psikoedukasi dan konseling di Pondok Pesantren Tebuireng.

Penelitian ini tidak menitikberatkan pada pengukuran kuantitatif atau pengujian hipotesis statistik melainkan pada pemahaman mendalam terhadap konsep, prinsip, dan praktik pendampingan psikososial dalam konteks pesantren sebagai sistem sosial dan kultural yang khas. Penelitian ini menganalisis kerangka teoretis, nilai normatif kepesantrenan, serta model implementasi psikoedukasi dan konseling yang diterapkan dalam lingkungan pesantren. Sehingga penelitian ini berfokus pada kajian psikologi terapan dan pendidikan berbasis nilai yang dikaji secara sistematis melalui literatur ilmiah dan dokumen pendukung program, tanpa mengandalkan eksperimen atau survei lapangan berskala besar (Fadli, 2021).

Adapun terkait pendekatan dalam penelitian ini menggunakan beberapa pendekatan analisis, yaitu pendekatan konseptual, pendekatan psikososial, dan pendekatan kontekstual kepesantrenan. Pendekatan konseptual digunakan untuk mengkaji konsep-konsep utama seperti pendampingan psikososial, psikoedukasi, konseling, kesejahteraan psikologis, serta kesehatan mental remaja dalam perspektif psikologi. Sehingga pendekatan psikososial diterapkan untuk menganalisis hubungan antara faktor individu, lingkungan sosial, dan dinamika emosional santri dalam kehidupan pesantren. Sementara itu, pendekatan kontekstual kepesantrenan digunakan untuk memahami nilai, norma, dan budaya pesantren seperti kedisiplinan, ketaatan, ukhuwah, dan spiritualitas yang mempengaruhi desain dan pelaksanaan program pendampingan.

Sumber data dalam penelitian ini berupa bahan pustaka dan dokumen pendukung yang diklasifikasikan ke dalam sumber primer dan sekunder. Sumber primer meliputi modul psikoedukasi, pedoman pelaksanaan konseling, laporan kegiatan pendampingan psikososial, serta dokumen internal pesantren yang relevan. Sedangkan sumber sekunder terdiri atas buku teks psikologi, jurnal ilmiah nasional dan internasional bereputasi, hasil penelitian terdahulu, serta publikasi akademik yang membahas kesehatan mental santri, psikoedukasi, konseling, dan pendidikan pesantren. Pengumpulan data dilakukan melalui telaah pustaka sistematis dengan tahapan identifikasi, seleksi, klasifikasi, dan pencatatan literatur yang relevan dari basis data jurnal ilmiah, repositori institusi, dan perpustakaan akademik. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis deskriptif-analitis untuk menelaah kesesuaian antara konsep psikososial dan praktik pendampingan yang diterapkan di pesantren.

Dengan demikian, dari beberapa analisis data dilakukan melalui penalaran konseptual dan interpretatif untuk menjelaskan keterkaitan antara teori psikologi, nilai kepesantrenan, dan implementasi program psikoedukasi serta konseling nantinya dapat memberikan upaya positif dan kontribusi efektif di lembaga pesantren kedepannya.

3. HASIL & PEMBAHASAN

Identifikasi Masalah Psikososial Santri di Lingkungan Pesantren

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa santri di Pondok Pesantren Tebuireng mengalami beragam permasalahan psikososial yang khas dengan konteks kehidupan pesantren. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yuningsih, et al (2023) yang menyatakan bahwa transisi kehidupan dari rumah ke pesantren merupakan fase kritis yang rentan menimbulkan tekanan psikologis.

Kesulitan adaptasi sosial pada masa awal mondok menjadi masalah yang paling menonjol, terutama bagi santri baru. Mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang memiliki sistem nilai, aturan, dan pola interaksi yang berbeda dari lingkungan keluarga. Proses adaptasi ini seringkali menimbulkan perasaan homesick, kesepian, dan kecemasan sosial.

Tekanan akademik yang dialami santri bersumber dari tuntutan ganda: pendidikan formal (kurikulum nasional) dan pendidikan diniyah (kurikulum pesantren). Padatnya jadwal yang dimulai dari subuh hingga malam hari menyebabkan santri mengalami kelelahan fisik dan mental. Temuan ini mengonfirmasi penelitian Musdalifah & Jannah (2025) tentang beban akademik santri yang harus menguasai ilmu agama sekaligus ilmu umum.

Konflik interpersonal antar santri terjadi dalam berbagai bentuk, mulai dari kesalahpahaman komunikasi, perbedaan latar belakang budaya, hingga persaingan dalam prestasi. Kehidupan kolektif dalam asrama dengan keberagaman karakter dan kebiasaan menjadi pemicu potensial terjadinya gesekan antar santri.

Stres emosional akibat aturan disiplin pesantren muncul ketika santri merasa terkekang oleh berbagai regulasi seperti pembatasan penggunaan gadget, jam bertamu yang ketat, dan sanksi pelanggaran. Meskipun aturan ini bertujuan membentuk karakter, namun bagi sebagian santri hal ini menjadi sumber tekanan psikologis.

Kecenderungan memendam masalah merupakan fenomena unik yang dipengaruhi oleh budaya ta'dzim (penghormatan) dan hierarki otoritas dalam pesantren. Santri seringkali enggan mengungkapkan permasalahan pribadi karena khawatir dianggap tidak patuh, lemah iman, atau melanggar adab terhadap kyai dan pengasuh (Mushfi, 2019). Hal ini berpotensi menyebabkan akumulasi masalah yang tidak terselesaikan dan berdampak pada kesehatan mental jangka panjang.

Implementasi Program Psikoedukasi Berbasis Nilai Kepesantrenan

Program psikoedukasi di Pondok Pesantren Tebuireng dirancang dengan pendekatan yang mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi modern dengan nilai-nilai kepesantrenan. Strategi ini penting untuk memastikan penerimaan program oleh santri dan kesesuaian dengan kultur pesantren.

Metode Pelaksanaan Program

Program psikoedukasi dilaksanakan melalui beragam format kegiatan kelompok seperti psycho-talk, diskusi reflektif, dan penyampaian materi tematik. Pendekatan kelompok dipilih karena sesuai dengan karakter kehidupan pesantren yang bersifat komunal dan kolektif. Kegiatan psycho-talk dilakukan dalam suasana yang lebih informal dan dialogis, sehingga santri merasa lebih nyaman untuk berbagi pengalaman.

Integrasi Nilai-Nilai Kepesantrenan

Keunikan program ini terletak pada pengintegrasian materi psikoedukasi dengan nilai-nilai pesantren seperti sabar, tawakkal, ikhlas, ukhuwah, dan adab. Misalnya, ketika membahas manajemen stres, fasilitator mengaitkannya dengan konsep sabar dan tawakkal dalam Islam (Mushfi, 2019). Pendekatan ini tidak hanya memberikan pemahaman psikologis, tetapi juga memperkuat fondasi spiritual santri dalam menghadapi masalah.

Sedangkan nilai sabar dikaitkan dengan resiliensi psikologis dalam menghadapi kesulitan adaptasi. Santri diajarkan bahwa kesabaran bukan hanya sikap pasif, melainkan ketahanan aktif yang melibatkan upaya penyelesaian masalah sambil tetap menjaga ketenangan emosi (Mushfi, 2019).

Nilai **tawakkal** diintegrasikan dalam pembahasan tentang kecemasan dan kekhawatiran berlebihan. Santri dibimbing untuk memahami bahwa tawakkal adalah keseimbangan antara ikhtiar maksimal dengan penyerahan hasil kepada Allah, sehingga mengurangi beban psikologis dari ekspektasi yang tidak realistis (Setiadi, et. al 2021).

Nilai **ikhlas** dikaitkan dengan motivasi intrinsik dalam belajar dan beribadah. Melalui psikoedukasi, santri diajak merefleksikan apakah aktivitas mereka didorong oleh ketulusan atau hanya tekanan eksternal, sehingga dapat mengurangi stres akibat tuntutan yang dipersepsikan secara negatif.

Nilai **ukhuwah** (persaudaraan) menjadi basis dalam mengatasi konflik interpersonal. Program ini menekankan pentingnya membangun empati, komunikasi efektif, dan penyelesaian konflik secara konstruktif dalam bingkai persaudaraan sesama santri (Setiadi, et. al 2021).

Nilai **adab** digunakan untuk menyeimbangkan antara keterbukaan dalam konseling dengan penghormatan terhadap hierarki pesantren. Santri diajarkan bahwa mengungkapkan masalah dalam setting yang tepat bukanlah bentuk ketidakpatuhan, melainkan langkah sehat untuk penyelesaian masalah.

Dibawah ini lanjutan Poin yg 2 dan 3 yg belum dibahas pak Tum

1. Bahasa dan contoh yang digunakan disesuaikan dengan pengalaman keseharian santri
2. Santri menunjukkan peningkatan pemahaman tentang kesehatan mental dan regulasi emosi
3. Janlup sertakan gambar² nyaaa yaaa pas psikoedukasi santri

3. Pelaksanaan Layanan Konseling dalam Kerangka Budaya Pesantren

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling dilakukan secara:

1. Individual dan non-formal
2. Fleksibel, menyesuaikan waktu luang santri
3. Mengedepankan prinsip empati, kerahasiaan, dan pendekatan religius

Santri merasa lebih nyaman menyampaikan permasalahan ketika konseling dilakukan oleh fasilitator yang memahami budaya pesantren dan menggunakan pendekatan nilai keislaman.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendampingan psikososial santri melalui program psikoedukasi dan konseling berbasis nilai kepesantrenan di Pondok Pesantren Tebuireng terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan mental, kemampuan regulasi emosi, serta keterbukaan santri dalam mengungkapkan permasalahan psikososial yang dialami. Integrasi pendekatan psikologis dengan nilai-nilai religius dan budaya pesantren mampu menciptakan lingkungan pendampingan yang kontekstual, aman, dan diterima oleh santri. Temuan ini menegaskan bahwa psikoedukasi dan konseling berbasis nilai kepesantrenan dapat menjadi model pendampingan psikososial yang berkelanjutan di lingkungan pesantren. Oleh karena itu, program serupa direkomendasikan untuk dikembangkan secara lebih sistematis dan terintegrasi dalam sistem pengasuhan pesantren guna mendukung kesejahteraan psikologis santri secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S., & Hidayat, A. T. (2025). Pembinaan Mental dan Emosional Santri Era Digital Studi Kasus di Pondok Pesantren Islahul Huda Lombok Barat. *At-Ta'dib: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(1), 52-69.
- Aisah, A., & Makrufi, A. D. (2020). Peningkatan Keterampilan Musyrif Sebagai Pendamping Konseling Sebaya Sebagai Upaya Mengurangi Bullying Di Pesantren. In *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.18196/ppm.35.86>
- Akbar, M. Y. A., Rahmadani, A., & Ushuluddin, A. (2025, April). Pengembangan Karakter Santri Berbasis Psychososial Development: Psikoedukasi Guru Pondok Pesantren Bait Et-Tauhid Kota Serang. In *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS)* (Vol. 4, No. 1, pp. 354-363). <http://dx.doi.org/10.36722/psn.v4i1.3452>
- Arifin, S. (2024). KONSELING BERBASIS PESANTREN UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SANTRIWATI BARU. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 21(2), 143-161. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2024.212-09>
- Bali, M. M. E. I., & Fadli, M. F. S. (2019). Implementasi Nilai-nilai Pendidikan Pesantren dalam Meningkatkan Ketahanan Mental Santri. *Palapa*, 7(1), 1-14. <https://doi.org/10.36088/palapa.v7i1.164>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, kajian ilmiah mata kuliah umum*, 21(1), 33-54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Hertinjung, W. S., Nuryanti, L., Anganthi, N. R. N., Rochana, I. P., & Shobabiya, M. (2024). Promosi Kesehatan Mental melalui Pelatihan Keterampilan Sosial pada Warga Pondok pesantren. *Warta LPM*, 81-89. <https://doi.org/10.23917/warta.v27i1.2818>

- Muslikah, M., Wibowo, M. E., Mulawarman, M., Kurnianto, B., Nazhifa, Q. N., Sintiani, S., & Muhibbuddin, H. (2025). Coptren (Community Peer Support Pesantren) Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Emosional Santri Di Ponpes Sabilurrasyad Kendal. *GANESHA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 735-744. <https://doi.org/10.36728/ganesha.v5i2.5220>
- Ningsih, E. I., & Salamah, U. (2024). PSIKOEDUKASI PENDAMPINGAN KESEHATAN MENTAL DI PONDOK PESANTREN RAUDHATUL ULUM LUMAJANG. *Ibadatuna: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 226-237.
- Octavia, R. D., Darmawan, A. M. F., Pratiwi, N., Ahmad, N. A., Fadillah, U. N., & Putri, Z. K. (2025). Psikoedukasi penerapan komunikasi asertif sebagai strategi menjaga kesehatan mental remaja. *Well Being: Journal Psychology*, 2(2), 16-27.
- Sa'adah, F. I., & Purwoko, B. (2026). Tren Efektivitas Peer Counseling sebagai Intervensi Kesehatan Mental Remaja: Analisis Bibliometrik dan Systematic Literature Review 2020-2024. *Jurnal BK UNESA*, 16(1), 7-22.
- Soendari, T. (2012). *Metode penelitian deskriptif*. Bandung, UPI.
- Stuss, Magdalena & Herdan, Agnieszka, 17, 75.
- Sukamto, A. S. (2025). Bimbingan dan Konseling Sebagai Pilar Pencegahan Kekerasan Seksual dan Bullying di Dunia Pendidikan. Alia Safira Sukamto, Trie Utari Dewi M. Hum.
- Sutianingsih, E., Rifa, A. N., Indriani, N., Maharani, Z., Zalsabila, R., Afifah, U., & Arya, M. F. (2025). Psikoedukasi Sebagai Upaya Penguatan Kesehatan Mental dan Perencanaan Karier Remaja. *Journal of Psychology Today*, 3(3), 154-170.
- Tanjung, S. (2021). *Bimbingan Konseling Islami Di Pesantren*. umsu press.
- Urbayatun, S., Yunita, N., Sari, I. K., Hidayati, E., Azzara, L. F., Purnamasari, A., ... & Suryani, S. F. (2023). *Ragam Intervensi Psikologis berbasis Komunitas*. UAD PRESS.