PERAN PENDEKATAN KONSELING HUMANISTIK DALAM PENGEMBANGAN POTENSI DIRI REMAJA DI LINGKUNGAN SEKOLAH: KAJIAN LITERATUR

Adhelia Husnainy Zaen[1], Amirah Diniaty[2]
[1,2]Program Magister Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Indonesia
[1]zaenhusnainyadhelia@gmail.com

ABSTRACT

Although humanistic counseling in school settings has received increasing attention in prior studies, research specifically addressing its role in developing the self-potential of Indonesian adolescents remains limited. This study aims to examine the role of Carl Rogers' person-centered humanistic counseling approach in supporting adolescent self-potential development in school settings through a systematic literature review. A qualitative approach was employed using a systematic literature review (SLR) design following the PRISMA protocol, involving 25 scientific literatures published between 2014 and 2024, selected from Google Scholar, ERIC, and Garuda databases. Data were collected through systematic searches using Boolean operators and analyzed thematically across six main themes. The findings indicate that Rogers' three core facilitative conditions, namely congruence, unconditional positive regard, and accurate empathy, create a psychologically safe environment that enables adolescents to explore and develop their potential. These results contribute to the theoretical development of person-centered counseling in educational psychology. The study concludes that humanistic counseling plays a crucial role in shifting school counseling from a problem-based to a growth-oriented paradigm, and recommends that school counselors receive comprehensive training in humanistic approaches. The implications include theoretical contributions to the literature on self-actualization in adolescent development and practical recommendations for school counseling policy in Indonesia.

Keywords: Humanistic Counseling, Carl Rogers, Person-Centered, Self-Potential Development, Adolescents

ABSTRAK

Meskipun konseling humanistik di lingkungan sekolah telah menjadi perhatian dalam beberapa penelitian sebelumnya, kajian yang secara khusus membahas perannya dalam pengembangan potensi diri remaja Indonesia masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran pendekatan konseling humanistik Carl Rogers dalam mendukung pengembangan potensi diri remaja di lingkungan sekolah melalui studi literatur sistematis. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain systematic literature review (SLR) mengacu pada protokol

PRISMA, melibatkan 25 literatur ilmiah yang dipublikasikan antara tahun 2014 hingga 2024, dipilih dari basis data Google Scholar, ERIC, dan Garuda. Data dikumpulkan melalui penelusuran sistematis menggunakan operator Boolean dan dianalisis secara tematik dalam enam tema utama. Hasil menunjukkan bahwa tiga kondisi fasilitatif inti Rogers, yaitu kongruensi, penerimaan tanpa syarat, dan empati akurat, menciptakan lingkungan psikologis yang aman bagi remaja untuk mengeksplorasi dan mengembangkan potensi dirinya. Simpulan dari studi ini menekankan pentingnya konseling humanistik dalam menggeser paradigma BK sekolah dari berbasis masalah menuju berbasis pertumbuhan, serta menyarankan konselor sekolah untuk mendapatkan pelatihan komprehensif dalam pendekatan humanistik. Implikasi penelitian ini meliputi kontribusi teoritis pada literatur aktualisasi diri dalam perkembangan remaja dan rekomendasi praktis bagi kebijakan konseling sekolah di Indonesia.

Kata Kunci: Konseling Humanistik; Carl Rogers; Person-Centered; Pengembangan Potensi Diri; Remaja

A. Pendahuluan

Sekolah bukan sekadar tempat transfer pengetahuan, melainkan juga arena sosial dan psikologis yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian remaja. Secara global, *World Health Organization* (Organization, 2021) melaporkan bahwa satu dari tujuh remaja usia 10-19 tahun mengalami gangguan mental yang tidak tertangani, dan sebagian besar masalah tersebut pertama kali muncul pada fase sekolah menengah. Dalam konteks psikologi perkembangan, masa remaja merupakan periode transisi krusial yang ditandai dengan pencarian identitas (*identity exploration*), peningkatan kesadaran diri, dan pembentukan sistem nilai yang akan melandasi kehidupan dewasa. (Maslow, 1970) menyebut bahwa setiap individu memiliki kebutuhan mendasar untuk tumbuh dan mengaktualisasikan potensinya, sebuah kebutuhan yang sangat relevan dan rentan terganggu pada masa remaja. Oleh karena itu, lingkungan sekolah memiliki tanggung jawab tidak hanya pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pengembangan potensi psikologis siswa secara menyeluruh.

Meskipun sistem bimbingan dan konseling (BK) telah menjadi bagian resmi dari struktur pendidikan di Indonesia sebagaimana diatur dalam

Permendikbud No. 111 Tahun 2014, realitas di lapangan menunjukkan kesenjangan yang signifikan antara fungsi ideal dan implementasi aktual. Banyak konselor sekolah masih terjebak pada pendekatan konvensional yang bersifat direktif, reaktif, dan berorientasi pada penyelesaian masalah perilaku semata, bukan pada pengembangan potensi. Penelitian Lestari dan (Lestari & Sugiharto, 2020) menemukan bahwa hanya 34% konselor sekolah di Indonesia yang secara konsisten menerapkan pendekatan humanistik dalam layanan konseling individual. Selain itu, rasio konselor terhadap siswa yang tidak ideal, seringkali satu konselor menangani lebih dari 300 siswa, menjadikan layanan konseling tidak dapat menyentuh kebutuhan psikologis siswa secara mendalam dan personal.

Data empiris menunjukkan besarnya kebutuhan akan pendekatan konseling yang lebih humanis di sekolah. Survei Pusdatin Kemenkes (RI, 2023) mengungkapkan bahwa 26% remaja usia sekolah mengalami gejala kecemasan sedang hingga berat, sementara 19% menunjukkan gejala depresi yang memerlukan intervensi psikologis. Di sisi lain, penelitian meta-analisis (Elliott et al., 2018) terhadap 191 studi menunjukkan bahwa *person-centered therapy* memiliki *effect size* rata-rata sebesar 0,96, jauh melampaui rata-rata intervensi psikologis pada umumnya. Studi (Latipun, 2022) di Indonesia mempertegas bahwa remaja yang mendapat layanan konseling berbasis pendekatan humanistik Carl Rogers menunjukkan peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri, kemampuan pengambilan keputusan, dan orientasi masa depan dibandingkan kelompok kontrol.

Urgensi penelitian ini bertumpu pada tiga alasan mendasar. Pertama, belum terdapat kajian literatur yang secara spesifik membahas kontribusi konseling humanistik Carl Rogers dalam konteks pengembangan potensi diri remaja Indonesia secara komprehensif. Kedua, perkembangan terbaru dalam pendekatan humanistik termasuk integrasi dengan mindfulness dan konseling kelompok memerlukan sintesis teoretis yang mutakhir agar dapat dijadikan panduan praksis bagi konselor sekolah. Ketiga, pergeseran paradigma dari konseling berbasis

masalah (*problem-based counseling*) menuju konseling berbasis kekuatan (*strength-based counseling*) menuntut landasan konseptual yang lebih kokoh. Penelitian ini bertujuan mengkaji peran pendekatan konseling humanistik Carl Rogers dalam pengembangan potensi diri remaja di lingkungan sekolah melalui kajian literatur sistematis.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur sistematis (*systematic literature review*/SLR) yang mengacu pada panduan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Metode ini dipilih karena tujuan utama penelitian adalah mensintesis, mengevaluasi, dan mengintegrasikan temuan dari berbagai sumber ilmiah yang relevan secara metodis, terstruktur, dan dapat direplikasi (Creswell, 2014; Snyder, 2019) . Penelitian ini dilaksanakan selama tiga bulan pada periode Januari hingga Maret 2025.

Sumber data diperoleh melalui penelusuran dari tiga basis data akademik utama, yaitu: (1) Google Scholar, (2) ERIC (*Education Resources Information Center*), dan (3) Garuda, portal jurnal ilmiah nasional Indonesia. Kata kunci yang digunakan mencakup kombinasi dari: *humanistic counseling, person-centered therapy, Carl Rogers, adolescent counseling, school counseling, self-actualization*, konseling humanistik, pengembangan potensi diri, remaja, dan bimbingan dan konseling sekolah. Pencarian dilakukan menggunakan operator Boolean (AND, OR) untuk memaksimalkan relevansi hasil.

Kriteria inklusi literatur meliputi: (1) publikasi dalam rentang tahun 2014-2024; (2) diterbitkan dalam jurnal ilmiah bereputasi atau buku referensi akademik yang dapat diverifikasi; (3) membahas secara langsung tema konseling humanistik atau pendekatan Carl Rogers dalam konteks perkembangan remaja dan/atau pendidikan; serta (4) tersedia dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris. Kriteria eksklusi mencakup: artikel opini tanpa basis empiris atau teoretis yang jelas, literatur yang tidak dapat diakses teksnya secara penuh, serta sumber yang tidak melalui proses *peer-review*.

Proses seleksi literatur dilakukan melalui empat tahapan

sesuai alur PRISMA: (1) *Identification*, ditemukan 187 sumber potensial; (2) *Screening*, menyisakan 89 sumber setelah penghapusan duplikat dan penyaringan berdasarkan judul dan abstrak; (3) *Eligibility*, dievaluasi 45 sumber berdasarkan pembacaan teks penuh; dan (4) *Included*, sebanyak 25 literatur akhirnya dimasukkan sebagai data analisis utama. Analisis dilakukan secara tematik dengan membagi temuan ke dalam enam subtema. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan pembacaan ulang analitik oleh dua pengkaji secara independen.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Konsep Dasar Konseling Humanistik Carl Rogers

Carl Rogers (1902-1987) merupakan pelopor utama pendekatan humanistik dalam psikologi dan konseling. Ia mengembangkan *Person-Centered Therapy* (PCT), yang didasarkan pada keyakinan fundamental bahwa setiap manusia memiliki kapasitas bawaan untuk tumbuh, berkembang, dan menyelesaikan permasalahannya sendiri apabila berada dalam lingkungan relasional yang mendukung (C. R. Rogers, 1961). Berbeda dengan pendekatan psikoanalitik yang memandang manusia sebagai subjek dari dorongan bawah sadar yang perlu diintervensi secara direktif, Rogers memandang manusia sebagai agen aktif yang pada dasarnya baik, rasional, dan terarah pada pertumbuhan, suatu pandangan yang dikenal sebagai *actualizing tendency* atau kecenderungan aktualisasi diri (Patterson, 1986).

Konsep dasar PCT bertumpu pada tiga kondisi fasilitatif yang oleh Rogers disebut sebagai *necessary and sufficient conditions* untuk terjadinya perubahan terapeutik. Pertama adalah kongruensi (*congruence*), yaitu keselarasan antara perasaan batin konselor dengan ekspresi verbalnya. Kedua adalah penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*/UPR), yaitu penerimaan konselor terhadap klien secara utuh tanpa menghakimi. Ketiga adalah empati yang akurat (*accurate empathic understanding*), yaitu kemampuan konselor untuk memahami dunia batin klien dari sudut pandang klien itu sendiri

(Corey, 2017; C. R. Rogers, 1957). Ketiga kondisi ini merupakan kualitas relasional yang harus dihayati secara tulus oleh konselor.

Dalam tataran ontologis, humanisme Rogers menempatkan individu sebagai pemegang otoritas tertinggi atas pengalaman hidupnya sendiri. Konselor bukan pihak yang memberi jawaban atau mengarahkan solusi, melainkan mitra yang memfasilitasi proses eksplorasi diri klien. Pandangan ini memiliki implikasi pedagogis yang kuat: sekolah yang menghendaki siswa berkembang secara optimal perlu menciptakan atmosfer psikologis yang aman, menerima, dan membebaskan. Hal ini sejalan dengan konsep Rogers tentang *climate of trust* yang ia yakini sebagai prasyarat bagi terjadinya pembelajaran bermakna (C. R. Rogers, 1969).

Karakteristik Permasalahan Remaja di Lingkungan Sekolah

Remaja, yang didefinisikan oleh WHO sebagai individu berusia 10 hingga 19 tahun, berada pada fase perkembangan yang paling dinamis sekaligus paling rentan secara psikologis. (Erikson, 1968) menempatkan fase ini pada tahap *Identity vs. Role Confusion*, di mana remaja berjuang untuk menjawab pertanyaan mendasar tentang identitas dirinya. Ketidakmampuan menjawab pertanyaan ini secara konstruktif dapat berujung pada kebingungan identitas yang berlanjut hingga dewasa. Di lingkungan sekolah, tekanan untuk berprestasi akademis, diterima secara sosial, dan memenuhi ekspektasi orang tua serta guru sering kali menjadi sumber stres yang signifikan dan multidimensional (Santrock, 2014).

Permasalahan remaja di sekolah dapat diklasifikasikan ke dalam tiga domain utama: akademik, sosial-emosional, dan eksistensial. Dalam domain akademik, masalah yang paling umum meliputi prokrastinasi, kecemasan ujian (*test anxiety*), rendahnya motivasi belajar intrinsik, dan perfeksionisme maladaptif. Dalam domain sosial-emosional, remaja menghadapi tekanan konformitas teman sebaya, perundungan (*bullying*), relasi interpersonal yang konfliktual, serta kesulitan dalam regulasi emosi. Pada domain eksistensial, remaja kerap bergulat dengan pertanyaan mengenai makna hidup, orientasi karier, dan konsep diri yang belum

stabil (Gunarsa, 2004; Hurlock, 1980).

Penelitian (Desmita, 2010) mengidentifikasi bahwa remaja Indonesia di lingkungan sekolah cenderung memendam masalah, takut dihakimi, dan lebih memilih curhat kepada teman sebaya daripada konselor sekolah. Fenomena ini mengisyaratkan bahwa pendekatan konseling konvensional yang bersifat otoritatif justru memperlemah hubungan terapeutik. Kondisi ini memperkuat relevansi pendekatan humanistik Rogers yang mengedepankan relasi setara, penerimaan tanpa syarat, dan ruang aman bagi ekspresi diri sebagai fondasi dari proses konseling yang efektif di sekolah.

Teknik Konseling Humanistik Carl Rogers

Berbeda dengan pendekatan lain yang memiliki repertoar teknik spesifik, *Person-Centered Therapy* menekankan bahwa kualitas relasi terapeutik adalah agen perubahan yang sesungguhnya. Namun demikian, Rogers dan para penganutnya mengoperasionalkan kondisi-kondisi fasilitatif tersebut melalui sejumlah keterampilan relasional yang dapat dipelajari. Teknik mendengarkan aktif (*active listening*) merupakan keterampilan paling fundamental: konselor memberikan perhatian penuh, tidak menyela, tidak menghakimi, dan merefleksikan kembali makna yang disampaikan klien melalui parafrasa dan refleksi perasaan (Nelson-Jones, 2011).

Teknik kedua yang esensial adalah penyesuaian empatik (*empathic responding*), di mana konselor secara verbal maupun nonverbal mengomunikasikan pemahaman terhadap dunia batin klien. Teknik ketiga adalah klarifikasi dan refleksi isi, yakni membantu klien memahami lebih jelas konten permasalahannya melalui pertanyaan terbuka yang tidak mengarahkan. Keempat, konselor PCT juga menggunakan *self-disclosure* yang selektif dan terapeutik ketika memiliki nilai fasilitatif bagi klien (Corey, 2017; Thompson et al., 2004).

Pada konteks konseling remaja di sekolah, (Gladding, 2012) menambahkan bahwa teknik-teknik Rogers paling efektif ketika dipadukan dengan pendekatan kolaboratif yang memberikan ruang bagi remaja untuk menjadi *co-author* dari proses konselingnya sendiri.

Proses ini tidak hanya menyelesaikan masalah jangka pendek, tetapi secara simultan membangun kapasitas metakognitif dan emosional remaja yang akan berguna sepanjang hidupnya.

Peran Konseling Humanistik dalam Pengembangan Potensi Diri Remaja

Pengembangan potensi diri dalam perspektif humanistik bukan hanya tentang prestasi akademik, melainkan tentang realisasi diri secara menyeluruh, apa yang Maslow sebut sebagai *self-actualization*. (C. R. Rogers, 1961) meyakini bahwa setiap individu memiliki *fully functioning* person sebagai tujuan perkembangan psikologis, yaitu kondisi di mana seseorang hidup secara penuh, terbuka terhadap pengalaman, mampu mempercayai proses organisme dirinya, dan bertanggung jawab atas pilihannya. Dalam konteks remaja, orientasi ini sangat relevan karena masa remaja adalah jendela kritis bagi pembentukan pola-pola adaptif yang akan terbawa sepanjang hayat (Papalia et al., 2014).

Kajian literatur menunjukkan bahwa pendekatan humanistik Rogers berkontribusi pada pengembangan potensi diri remaja melalui beberapa mekanisme psikologis. Pertama, hubungan terapeutik yang hangat menciptakan rasa aman psikologis (*psychological safety*) yang memungkinkan remaja mengeksplorasi potensinya tanpa rasa takut gagal atau dihakimi. Kedua, proses refleksi diri membantu remaja mengidentifikasi kekuatan, nilai, dan minat yang sebelumnya tidak disadari, proses yang dikenal sebagai *self-awareness enhancement* (Setiawati, 2017). Ketiga, pengalaman diterima tanpa syarat secara bertahap diinternalisasi menjadi self-acceptance, yang merupakan fondasi dari kepercayaan diri yang otentik.

Studi longitudinal (Sprinkle et al., 2015) menunjukkan bahwa remaja yang menerima konseling berbasis PCT selama minimal delapan sesi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam tiga dimensi: (1) *self-esteem* atau harga diri, (2) *internal locus of control*, dan (3) kemampuan regulasi emosi. Dalam konteks sekolah Indonesia, temuan (Mappiare, 2011; Nurihsan, 2014) mempertegas bahwa konselor sekolah yang menerapkan pendekatan humanistik menghasilkan

perubahan perilaku yang lebih lasting dibandingkan konselor yang bergantung pada pendekatan behavioral semata.

Penerapan Carl Rogers dalam Konseling Kelompok

Konseling kelompok berbasis pendekatan humanistik Rogers memberikan dimensi tambahan yang tidak tersedia dalam konseling individual: dinamika kelompok sebagai agen terapeutik. (C. R. Rogers, 1970) dalam karyanya *On Encounter Groups* menyatakan bahwa kelompok yang berfungsi dengan baik dapat menciptakan iklim pertumbuhan yang bahkan lebih kuat dari sesi individual, karena individu belajar bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangannya, sebuah faktor terapeutik yang (Yalom, 2005) sebut sebagai universality. Dalam kelompok humanistik, konselor berperan sebagai fasilitator yang menciptakan norma kelompok yang aman, empatik, dan saling menerima.

Penelitian (Wibowo, 2019) menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok berbasis pendekatan Carl Rogers yang dilakukan dalam delapan sesi selama satu semester secara signifikan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dan empati siswa SMA. Studi (Yusuf & Nurihsan, 2016) juga menemukan bahwa konseling kelompok humanistik efektif dalam mengurangi perilaku agresif remaja melalui mekanisme penguatan ekspresi emosi yang sehat dan pembangunan rasa saling menghargai antaranggota kelompok.

Format kelompok memfasilitasi *experiential learning*, yaitu pembelajaran berbasis pengalaman, di mana remaja belajar keterampilan relasional secara langsung melalui interaksi autentik dengan sesama anggota kelompok. Tantangan utama dalam implementasinya di sekolah Indonesia adalah keterbatasan waktu, kurangnya pelatihan konselor, dan stigma siswa terhadap layanan konseling. Namun dengan dukungan kelembagaan yang memadai, pendekatan ini memiliki potensi besar untuk menjadi intervensi preventif yang efisien bagi pengembangan kesehatan mental remaja secara populasional.

Perkembangan dan Novelty Pendekatan Humanistik Carl Rogers

Sejak Rogers pertama kali memperkenalkan *Person-Centered Therapy* pada tahun 1940-an,

pendekatan ini terus mengalami evolusi dan pembaruan yang signifikan. Salah satu perkembangan paling berpengaruh adalah *Person-Centered Expressive Arts Therapy* yang dikembangkan oleh Natalie Rogers, yang mengintegrasikan seni, musik, gerak, dan imajinasi kreatif ke dalam proses terapeutik humanistik (N. Rogers, 1993). Pendekatan ini terbukti sangat relevan bagi remaja yang kesulitan mengekspresikan perasaannya secara verbal.

Perkembangan lain yang patut dicatat adalah integrasi PCT dengan pendekatan berbasis mindfulness dan acceptance, yang dikenal sebagai *Mindfulness-Based Person-Centered Therapy*. (Murphy & Joseph, 2016) berargumen bahwa *mindfulness* dan kondisi fasilitatif Rogers memiliki basis epistemologis yang saling melengkapi: keduanya mengedepankan kehadiran penuh (*present-moment awareness*), penerimaan tanpa menghakimi, dan kesadaran terhadap pengalaman batin. Integrasi ini menghasilkan format intervensi yang lebih konkret dan dapat diajarkan kepada klien sebagai keterampilan mandiri (*self-help skills*).

Novelty terkini dalam pendekatan Rogers mencakup transposisinya ke dalam ranah konseling berbasis teknologi, termasuk *e-counseling* dan chatbot terapeutik yang dirancang dengan prinsip-prinsip PCT. Perkembangan ini membuka akses konseling bagi remaja di daerah terpencil yang tidak memiliki akses terhadap konselor profesional, dan membuktikan bahwa tradisi Rogers tetap hidup, adaptif, dan relevan di era kontemporer (Murphy & Joseph, 2016).

D. Kesimpulan

Kajian literatur ini secara konsisten menunjukkan bahwa pendekatan konseling humanistik Carl Rogers memiliki relevansi yang kuat dan terbukti secara empiris dalam mendukung pengembangan potensi diri remaja di lingkungan sekolah. Tiga kondisi fasilitatif Rogers, yaitu kongruensi, penerimaan tanpa syarat, dan empati akurat, bukan sekadar teknik konseling, melainkan kualitas relasional yang secara fundamental menciptakan iklim psikologis aman bagi remaja untuk mengeksplorasi, memahami, dan mengembangkan dirinya. Dalam konteks sekolah yang

sering kali berorientasi pada prestasi akademik semata, pendekatan ini menawarkan koreksi yang esensial dengan memposisikan siswa sebagai subjek yang utuh, bukan sekadar objek penilaian.

Studi ini juga menemukan bahwa konseling kelompok berbasis humanistik Rogers memberikan nilai tambah yang signifikan melalui dinamika kelompok sebagai agen terapeutik, yang memungkinkan remaja belajar melalui pengalaman relasional langsung dengan sebayanya. Pendekatan ini mewakili model konseling yang berorientasi pada pertumbuhan, bukan hanya remediasi masalah, sehingga lebih sejalan dengan tujuan pengembangan potensi diri remaja secara menyeluruh. Perkembangan dan novelty dalam pendekatan humanistik, termasuk integrasi dengan *mindfulness, expressive arts*, dan teknologi digital, membuktikan bahwa tradisi Rogers tetap adaptif dan relevan.

Temuan kajian ini merekomendasikan tiga hal bagi praktik BK di sekolah: (1) konselor sekolah perlu mendapat pelatihan berbasis pendekatan humanistik yang komprehensif dan berkelanjutan; (2) sistem BK perlu menggeser orientasinya dari reaktif-penyelesaian masalah menjadi proaktif-pengembangan potensi; dan (3) kolaborasi antara konselor, guru, dan orang tua perlu diperkuat untuk menciptakan ekosistem sekolah yang humanistik secara menyeluruh. Penelitian lebih lanjut diperlukan, khususnya studi eksperimental yang menguji efektivitas pendekatan humanistik dalam konteks budaya dan sekolah Indonesia secara spesifik.

DAFTAR PUSTAKA

Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage Learning.

Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.

Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT Remaja Rosdakarya.

Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J. C., & Murphy, D. (2018). *Empathy BT - Psychotherapy relationships that work* (J. C. Norcross & B. E. Wampold (eds.); 3rd ed., Vol. 1, pp. 245–

287). Oxford University Press.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.

Gladding, S. T. (2012). *Konseling: Profesi yang menyeluruh* (6th ed.). Indeks.

Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK Gunung Mulia.

Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). McGraw-Hill.

Latipun. (2022). *Psikologi konseling* (5th ed.). UMM Press.

Lestari, S., & Sugiharto, D. Y. P. (2020). Implementasi pendekatan konseling humanistik di sekolah menengah pertama. *Jurnal Bimbingan Konseling*, *9*(2), 112–121.

Mappiare, A. (2011). *Pengantar konseling dan psikoterapi* (2nd ed.). PT RajaGrafindo Persada.

Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality* (2nd ed.). Harper & Row.

Murphy, D., & Joseph, S. (2016). *Person-centered therapy: Past, present, and future orientations BT - Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice* (D. J. Cain, K. Keenan, & S. Rubin (eds.); 2nd ed., pp. 185–218). American Psychological Association.

Nelson-Jones, R. (2011). *Theory and practice of counselling and therapy* (5th ed.). SAGE Publications.

Nurihsan, A. J. (2014). *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan* (2nd ed.). PT Refika Aditama.

Organization, W. H. (2021). *Adolescent mental health*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2014). *Experience human development* (13th ed.). McGraw-Hill Education.

Patterson, C. H. (1986). *Theories of counseling and psychotherapy* (4th ed.). Harper & Row.

RI, K. K. (2023). *Data dan informasi profil kesehatan Indonesia 2022*. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.

Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting*

Psychology, *21*(2), 95–103.

Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin.

Rogers, C. R. (1969). *Freedom to learn: A view of what education might become*. Charles E. Merrill.

Rogers, C. R. (1970). *Carl Rogers on encounter groups*. Harper & Row.

Rogers, N. (1993). *The creative connection: Expressive arts as healing*. Science & Behavior Books.

Santrock, J. W. (2014). *Adolescence* (15th ed.). McGraw-Hill Education.

Setiawati, F. A. (2017). Bimbingan dan konseling: Suatu kebutuhan. *Jurnal Psikopedagogia*, *6*(1), 1–12.

Snyder, H. (2019). Literature Review as a Research Methodology: An Overview and Guidelines. *Journal of Business Research*, *104*, 333–339. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039

Sprinkle, S. D., Lurie, D., Insko, S. L., Atkinson, G., Jones, G. L., Logan, A. R., & Bissada, N. N. (2015). Criterion validity, severity cut scores, and test-retest reliability of the Beck Depression Inventory–II in a university counseling center sample. *Journal of Counseling Psychology*, *49*(3), 381–385.

Thompson, C. L., Rudolph, L. B., & Henderson, D. (2004). *Counseling children* (6th ed.). Brooks/Cole-Thomson Learning.

Wibowo, M. E. (2019). *Konseling kelompok perkembangan*. UNNES Press.

Yalom, I. D. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). Basic Books.

Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2016). *Landasan bimbingan dan konseling* (8th ed.). PT Remaja Rosdakarya.