



# Efektivitas Pelatihan *Peer Counselor* untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Praktik Konseling Dasar Siswa

Jati Fatmawiyati\*, Dwi Nikmah Puspitasari, Ayu Dyah Hapsari, Lhulu An-Nisa,  
Sholichatud Devytta Artha, Sri Andayani  
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Malang, Indonesia  
\*Penulis korespondensi: jati.fatmawiyati.fppsi@um.ac.id

Paper received: 07-11-2025; revised: 16-03-2026; accepted: 30-03-2026

## Abstract

The imbalance between school counsellors and students limits the effectiveness of psychosocial services, requiring preventive student-empowerment approaches. This study aimed to examine the effectiveness of peer counsellor training in improving students' knowledge and basic counselling practice skills. A quasi-experimental one-group pretest-posttest design was conducted with 26 vocational high school students selected through purposive sampling. Instruments consisted of a basic counselling knowledge questionnaire and practice observation sheets, and data were analysed using a paired sample t-test. Results indicated a significant post-training improvement ( $p < .001$ ;  $d = 1.135$ ), with mean scores increasing from 119.6 to 151.9. The findings suggest that integrating counselling concepts, ethics, empathic communication, role-play simulation, and structured feedback facilitates the transformation of declarative knowledge into procedural competence and enhances self-efficacy. The training also strengthened interpersonal readiness to provide peer support as an extension of school counselling services. In conclusion, peer counsellor training effectively improves students' basic counselling competencies and offers a collaborative strategy to expand access to school mental-health services, although further controlled and longitudinal studies are recommended to strengthen external validity.

**Keywords:** basic counselling practice; peer counsellor; skills

## Abstrak

Keterbatasan rasio guru bimbingan dan konseling dengan jumlah siswa menyebabkan layanan psikososial di sekolah belum optimal, sehingga diperlukan pendekatan preventif berbasis pemberdayaan siswa. Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas pelatihan *peer counselor* dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktik konseling dasar siswa. Metode penelitian menggunakan kuasi eksperimen dengan desain *one-group pretest post-test* pada 26 siswa sekolah menengah kejuruan yang dipilih secara *purposive*. Instrumen berupa kuesioner pengetahuan konseling dasar dan lembar observasi praktik, sedangkan analisis data menggunakan *paired sample t-test*. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan skor pasca pelatihan ( $p < 0,001$ ;  $d = 1,135$ ) dengan kenaikan *mean* dari 119,6 menjadi 151,9. Pembahasan mengindikasikan bahwa kombinasi psikoedukasi konsep konseling, etika, empati, *role-play*, dan umpan balik reflektif memfasilitasi transformasi pengetahuan deklaratif menjadi keterampilan prosedural serta meningkatkan efikasi diri peserta. Pelatihan juga memperkuat kesiapan interpersonal dalam memberikan dukungan sebaya sebagai perpanjangan layanan konselor sekolah. Sehingga, pelatihan *peer counselor* efektif meningkatkan kompetensi konseling dasar siswa dan berpotensi menjadi strategi kolaboratif untuk memperluas akses layanan

kesehatan mental di sekolah, meskipun penelitian lanjutan dengan kelompok kontrol dan *follow-up* diperlukan untuk memperkuat validitas eksternal.

**Kata kunci:** praktik konseling dasar; peer counselor; keterampilan

## 1. Pendahuluan

Pelayanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh, mencakup aspek akademik, pribadi, sosial, dan karier (Sa'adah et al., 2025). Efektivitas layanan BK sangat dipengaruhi oleh rasio antara guru BK dan jumlah siswa. Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) merekomendasikan rasio ideal 1:150 agar konselor dapat memberikan pendampingan yang optimal (Bahri, 2020). Rasio yang proporsional memungkinkan guru BK memberikan perhatian individual secara memadai, sedangkan rasio yang terlalu besar sering mengakibatkan keterbatasan waktu dan intensitas layanan (Aprianti et al., 2025).

Realitas di SMK Negeri 1 Turen, Kabupaten Malang, menunjukkan bahwa rasio guru BK adalah 1:530, dengan hanya empat guru BK untuk 2.122 siswa. Ketidakeimbangan ini menyebabkan keterbatasan waktu dan perhatian guru konselor dalam memberikan layanan konseling yang memadai kepada seluruh siswa. Akibatnya, beberapa permasalahan mendasar seperti pengelolaan emosi, manajemen stres, dan keterampilan sosial kerap tidak tertangani. Kondisi ini sejalan dengan temuan Aprianti et al. (2025) bahwa masalah mendasar yang tidak tertangani dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis siswa serta iklim belajar di sekolah.

Untuk mengatasi keterbatasan tersebut, diperlukan inovasi layanan yang bersifat kolaboratif dan preventif. Salah satu alternatif yang direkomendasikan adalah program *peer counseling*, yaitu pemberdayaan siswa sebagai konselor sebaya untuk membantu teman-temannya dalam menghadapi masalah sederhana (Ridha, 2019; Fuadi & Dewantara, 2021). Penelitian menunjukkan bahwa konseling sebaya efektif dalam meningkatkan interaksi sosial, mengurangi stres akademik, dan memperkuat kesehatan mental siswa (Desi, 2022; Nisrina et al., 2023). *Peer counselor* berperan sebagai perpanjangan tangan guru BK untuk memberikan dukungan emosional, mendengarkan keluhan, dan membantu teman sebaya mengidentifikasi langkah awal penyelesaian masalah (Rifani et al., 2023). Program pelatihan *peer counseling* umumnya difokuskan pada pengembangan keterampilan komunikasi efektif, empati, pengelolaan emosi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (Rifani et al., 2023; Maimurni et al., 2023). Dengan pendekatan ini, *peer counselor* diharapkan mampu meringankan beban

guru BK, menciptakan ekosistem sekolah yang lebih suportif, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa (Fuadi & Dewantara, 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, jelas bahwa ketidakseimbangan rasio guru BK dan siswa di SMK Negeri 1 Turen menimbulkan tantangan serius dalam pemberian layanan konseling yang optimal. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada keterbatasan pendampingan individual, tetapi juga berpotensi mengabaikan masalah-masalah mendasar yang memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa dan iklim belajar di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan strategi inovatif yang mampu melibatkan peran aktif siswa dalam mendukung layanan konseling. Salah satu solusi yang relevan adalah pelaksanaan program pelatihan *peer counselor*, yang terbukti efektif sebagai pendekatan preventif dan kolaboratif dalam membantu siswa mengatasi permasalahan sederhana (Fuadi & Dewantara, 2021; Rifani et al., 2023). Melalui pengembangan keterampilan komunikasi, empati, dan pengelolaan emosi, *peer counselor* diharapkan dapat menjadi mitra guru BK dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih suportif dan kondusif bagi kesehatan mental peserta didik. Hipotesis dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah calon konselor sebaya yang telah mengikuti pelatihan konseling dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan konseling dasarnya. Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji efektivitas program pelatihan *peer counselor* sebagai upaya meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuasi-eksperimen. Sebagaimana dijelaskan oleh Latipun (2006), penelitian eksperimen pada hakikatnya dirancang untuk menyelidiki hubungan kausal suatu fenomena, di mana peneliti memberikan suatu intervensi atau perlakuan kepada subjek dan kemudian mengamati dampak yang timbul. Desain yang diterapkan dalam studi ini adalah *one-group pretest-posttest*, yang melibatkan satu kelompok subjek dari suatu populasi. Menurut Azwar (2017), desain ini memungkinkan peneliti untuk membandingkan hasil pengukuran sebelum (*pretest*) dan sesudah (*post-test*) pemberian perlakuan pada kelompok yang sama.

Populasi dapat dipahami sebagai keseluruhan subjek atau objek dengan karakteristik khusus yang menjadi fokus penelitian untuk kemudian ditarik suatu generalisasi (Sugiyono, 2012). Dalam studi ini, populasi yang ditetapkan adalah seluruh siswa kelas XI dan XII SMKN 1 Turen, Kabupaten Malang. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara non-random di mana peneliti menyeleksi peserta berdasarkan tujuan penelitian yang spesifik. Sampel dipilih secara sengaja karena dianggap memiliki kualitas dan karakteristik yang paling informatif untuk

menjawab permasalahan studi (Azwar, 2017). Adapun kriteria sampel pada penelitian ini yaitu: siswa bersedia menjadi sukarelawan konselor sebaya atau ditunjuk oleh guru, bertanggung jawab dan dapat dipercaya oleh guru maupun teman, tidak menyebarkan rahasia atau informasi sensitif, memiliki kepedulian sosial dengan bersedia membantu teman, memiliki reputasi yang baik di sekolah, disukai oleh teman-teman serta tidak terlibat dalam perundungan, kekerasan, atau pelanggaran tata tertib dan nilai akademik cukup baik. Sebanyak 26 siswa terpilih menjadi sampel penelitian, dan seluruhnya memperoleh intervensi yang serupa berupa program pelatihan *peer counsellor*.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat pengukuran atau instrumen. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner yang berisi pengetahuan konseling dasar. Kuesioner ini menggunakan tipe pilihan ganda dengan empat opsi jawaban untuk mengukur pemahaman dari partisipan penelitian. Pertanyaan yang diajukan adalah dasar-dasar konseling, sikap dan praktik sederhana yang dimiliki oleh konselor sebaya, dan komunikasi efektif. Setelah penyusunan butir pertanyaan kuesioner, dilakukan evaluasi kelayakan melalui *expert judgement* dari para ahli. Pada aspek kelayakan isi memuat 7 butir penilaian dan hasil validasi oleh ahli materi mendapatkan rata-rata skor 90. Maka, pada aspek kelayakan isi pada kuesioner berada di rentang kategori kelayakan sangat layak.

Selanjutnya, peneliti melakukan penelitian tersebut dengan membagi dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahapan pertama: Pra-Eksperimen

Tahapan ini memuat hal-hal yang dipersiapkan sebelum eksperimen berlangsung, seperti rancangan kegiatan eksperimen, lokasi kegiatan, kelompok eksperimen, kuesioner dan media eksperimen. Sebelum memulai pelatihan, partisipan diberikan kuesioner yang memuat pertanyaan terkait hal-hal dasar dalam konseling sebaya. Setiap jawaban yang diberikan akan menjadi skor awal pretest.

2. Tahapan kedua: Eksperimen

Inti penelitian ini terletak pada tahapan eksperimen dimana kelompok eksperimen diberikan pelatihan. Materi pelatihan yang berupa Pengenalan Konseling Sebaya, Etika dan Batasan Konseling Sebaya, Mendengarkan Aktif & Komunikasi Empatik, dan Roleplay: Simulasi Konseling Sebaya.

3. Tahapan ketiga: Post-Eksperimen

Akhir tahapan eksperimen adalah post-eksperimen yang mana peneliti akan membagikan kembali kuesioner kepada partisipan. Tujuan pemberian kuesioner ini untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman dan keterampilan dari

sampel penelitian setelah diberikan eksperimen. Selain itu, diberikan juga umpan balik simulasi konseling sebaya, refleksi, evaluasi, dan penutupan dari tim peneliti. Adanya kegiatan post-eksperimen menjadi referensi perbaikan untuk eksperimen berikutnya.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik, yaitu *paired t-test*. Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu diadakan uji deskriptif dan uji normalitas menggunakan bantuan program komputer JASP 95.4 di Windows.

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1 Hasil

##### 3.1.1 Deskriptif Data

Pelatihan ini diikuti oleh 26 orang peserta yang berada dalam rentang usia 15-17 tahun. Peserta diberikan perlakuan pelatihan konseling untuk menyiapkan pengetahuan dasar dan praktik konseling sederhana.

**Tabel 1**

*Hasil Uji Deskriptif*

	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
<i>Pre-test</i> pelatihan	26	119,6	19,90	3,902	0,166
<i>Post-test</i> pelatihan	26	151,9	28,43	5,575	0,187

Berdasarkan hasil deskriptif statistik menunjukkan sebelum perlakuan, nilai mean *pre-test* berada di 119,6 sedangkan *post-test* naik menjadi 151,9. Hal ini juga menunjukkan variasi pengetahuan setelah pelatihan lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum pelatihan.

##### 3.1.2 Uji Normalitas

**Tabel 2**

*Uji Normalitas*

	W	p
Pre-test pelatihan - Post-test pelatihan	0,935	0,102

Hasil *p-value* menggunakan analisis *Shapiro-wilk* menunjukkan 0,102, yang artinya lebih besar dari 0,05, sehingga normalitas data pretest dan *post-test* terpenuhi atau data terdistribusi normal.

##### 3.1.3 Uji Hipotesis dengan Paired Sample t-Test

Desain eksperimen *one group pre-post test* ini dilakukan analisa statistik dengan *paired sample t-test* berbantuan JASP.

**Tabel 3**

*Uji Hipotesis*

Measure 1	Measure 2	T	df	p	Cohen's d	SE Cohen's d
Pre-test pelatihan	- Post-test pelatihan	0,935	0,102	<0,001	-1,135	0,287

Berdasarkan hasil uji *paired sample t-test*,  $p$ -value < 0,001 menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara hasil *pretest* dan *post-test*. Artinya bahwa setelah diberi pelatihan konseling, responden memiliki pengetahuan dan teknik praktik konseling dasar lebih baik dibandingkan sebelum pelatihan. Sehingga, hipotesis utama penelitian ini diterima.

### 3.2 Pembahasan

Hipotesis dalam penelitian ini adalah mengetahui ada atau tidak peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktik konseling dasar calon konselor sebaya yang diberikan pelatihan konseling. Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pada 26 siswa setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan konseling bagi konselor sebaya. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian terdahulu bahwa proses transfer pengetahuan teoritis ke pemahaman prosedural lebih aplikatif melalui praktik, umpan balik terstruktur dan integrasi reflektif (Berning et al., 2024; Maurya, 2024; Branch, 2009; Gladeana, 1998). Pelatihan yang menggabungkan antara simulasi, studi kasus, dan umpan balik reflektif membuktikan bagaimana keterampilan interpersonal dan rasa percaya diri dari para peserta untuk menjadi seorang konselor (Giusto et al., 2023).

Perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *post-test* ( $t = -5,787$ ;  $p < 0,001$ ) menunjukkan bahwa pemahaman peserta tentang konseling meningkat setelah pelatihan, berdasarkan hasil uji statistik. Hal ini menunjukkan efektivitas pelatihan konselor sebaya dalam meningkatkan pemahaman tentang konsep dasar konseling melalui praktik langsung dan pendekatan partisipatif. Hasil ini konsisten dengan studi Saputri (2024), yang menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman tentang teknik konseling dasar setelah mengikuti pelatihan singkat berbasis praktik.

Analisis ukuran efek juga menunjukkan dampak yang kuat dari pelatihan terhadap peningkatan pemahaman konseling. Perhitungan *Cohen's d* sebesar 1.135 (kategori efek besar) memperkuat bukti bahwa pelatihan memberikan perubahan substansial terhadap tingkat pemahaman peserta. Temuan ini mendukung hasil studi Simmons et al. (2023) yang menegaskan efektivitas pelatihan sebaya dalam meningkatkan literasi emosional dan kapasitas konseling, terutama jika pelatihan difasilitasi dengan pendekatan berbasis pengalaman (*experiential-based training*). Selain peningkatan pengetahuan, peserta juga

menunjukkan peningkatan motivasi dan kesiapan menerapkan teknik konseling di lingkungan sekolah, sesuai dengan konsep *self-efficacy* yang dijelaskan dalam teori Bandura.

Pada pelaksanaan pelatihan peer counsellor, peserta pelatihan dikenalkan dengan konsep konseling. Pengenalan konsep konseling sebaya penting untuk membentuk pemahaman yang benar tentang peran konselor sebaya. Konseling sebaya didefinisikan sebagai bantuan interpersonal yang diberikan oleh individu non-profesional kepada teman sebaya untuk mendukung kesejahteraan emosional dan sosial (Gray & Tindall, 1985). Studi sistematis menunjukkan bahwa *peer support* dapat meningkatkan rasa keterhubungan, mengurangi stigma, dan mendukung pemulihan psikologis (Cooper et al., 2024). Perbedaan mendasar antara konselor sebaya dan konselor profesional ditegaskan di pemaparan materi agar peserta memahami batasan peran mereka, sehingga tidak terjadi *role confusion* yang dapat menurunkan efektivitas intervensi (Gillard & Holley, 2014). Peserta mempelajari perbedaan antara konselor profesional dan konselor sebaya, serta memahami bahwa peran mereka adalah mendukung, bukan memberikan solusi langsung. Diskusi dan lembar kerja digunakan untuk memperkuat pemahaman.

Peserta pelatihan diajarkan terkait etika dan batasan konseling. Etika merupakan pilar utama dalam praktik konseling, termasuk konseling sebaya. Prinsip-prinsip seperti kerahasiaan, otonomi, keadilan, dan *non-maleficence* harus dijaga untuk melindungi hak dan martabat konseli (Beauchamp & Childress, 2012). Penelitian menegaskan bahwa pelanggaran etika dapat merusak kepercayaan dan menghambat proses konseling (Thompson & Henderson, 2007). Dalam konteks konseling sebaya, kesadaran terhadap batasan peran sangat penting agar konselor sebaya tidak mencoba memberikan diagnosis atau menangani masalah kompleks yang memerlukan profesional (White, 2006). Pada sesi etika dan batasan konseling sebaya, sesi ini mengajarkan peserta untuk menerapkan prinsip-prinsip etika seperti menjaga kerahasiaan, menghormati otonomi konseli, bersikap adil, dan tidak menghakimi. Peserta juga dilatih mengenali situasi pelanggaran etika melalui studi kasus dan refleksi individu.

Peserta pelatihan diajarkan tentang bagaimana mendengarkan aktif dan empati. Mendengarkan aktif dan empati merupakan keterampilan inti dalam konseling. Carl Rogers menekankan bahwa empati dan penerimaan tanpa syarat adalah kondisi esensial untuk hubungan terapeutik yang efektif (Rogers, 1957). Penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan aktif meningkatkan kepercayaan dan keterbukaan konseli, sementara empati memperkuat aliansi terapeutik dan hasil konseling (Watson, 2016; Afshan, 2023). Teknik seperti parafrase, refleksi perasaan, dan klarifikasi membantu konselor sebaya memahami masalah konseli secara mendalam (Comstock, 2024). Pada sesi mendengarkan

aktif dan komunikasi empatik, peserta diajarkan pada keterampilan mendengarkan aktif, termasuk teknik parafrase, refleksi dan klarifikasi serta pengembangan empati kognitif, emosional, dan kompasional. Peserta dilatih untuk memberikan respon verbal dan nonverbal yang mendukung.

Setelah mendapatkan berbagai materi, peserta dilatih mempraktikkan keterampilan konseling dalam situasi yang menyerupai kondisi nyata melalui *role play*. Penelitian menunjukkan bahwa *role play* meningkatkan keterampilan interpersonal dan kepercayaan diri *counsellor-in-training* (Miller, 1980). Selain itu, simulasi berbasis skenario membantu peserta menginternalisasi prinsip etika dan keterampilan mendengarkan aktif (Maurya, 2024). Setelah mempraktikkan keterampilan konseling melalui *roleplay* tersebut, diberikan umpan balik terkait proses belajar peserta. Umpan balik merupakan komponen penting dalam proses pembelajaran keterampilan konseling. Studi menunjukkan bahwa umpan balik yang terstruktur dapat meningkatkan keterampilan interpersonal dan efektivitas konseling (Berning et al., 2024). *Peer feedback* dalam kelompok tersupervisi juga terbukti memperkuat pemahaman konsep dan meningkatkan kemampuan refleksi diri (Wahesh et al., 2017). Dalam pelatihan konselor sebaya, umpan balik membantu peserta mengenali kekuatan dan area yang perlu diperbaiki, sehingga mendukung pengembangan profesional. Dengan adanya pengamatan dan umpan balik, *role play* menjadi sarana pembelajaran yang bersifat reflektif dan aplikatif.

Di akhir pelatihan, peserta merefleksikan pengalaman *role play*, menerima umpan balik dari fasilitator dan teman sebaya, serta mendiskusikan kekuatan dan kelemahan keterampilan yang telah dipraktikkan. Hal ini untuk merefleksikan pengalaman mereka selama pelatihan serta membantu mereka memahami kekuatan dan kelemahan dalam keterampilan atau pengetahuan yang dipelajari. Selain itu, di sesi ini juga diberi apresiasi atas prestasi atau kemajuan yang telah dicapai peserta selama pelatihan, untuk memotivasi dan meningkatkan rasa percaya diri. Peserta juga didorong untuk bertanya dan berdiskusi tentang umpan balik yang diberikan, sehingga mereka dapat lebih memahami dan menginternalisasi informasi tersebut. Sesi ini diakhiri dengan *post-test* untuk mengukur peningkatan kompetensi

Keterbatasan penelitian ini terletak pada desain pra–pasca tanpa kelompok kontrol, sehingga variabel luar seperti motivasi pribadi atau pengalaman sebelumnya tidak sepenuhnya dapat dikendalikan. Selain itu, pengukuran masih terfokus pada dimensi kognitif (pemahaman) tanpa menilai dimensi afektif dan perilaku dalam praktik konseling nyata. Penggunaan desain kuasi-eksperimen dengan kelompok pembanding dan

pengukuran *follow-up* jangka menengah disarankan untuk penelitian berikutnya agar validitas eksternal lebih kuat.

Dari sisi implementasi, pelatihan konselor sebaya perlu diintegrasikan dalam program pembinaan berkelanjutan dengan supervisi rutin dari konselor profesional. Pendekatan berjenjang seperti *train-the-trainer* dapat memastikan keberlanjutan program dan konsistensi kualitas layanan sebaya. Selain itu, penggunaan media digital (e-modul dan simulasi daring) disarankan agar pelatihan dapat diakses secara lebih luas dan efisien.

Secara keseluruhan, hasil ini memperkuat argumen bahwa pelatihan konseling sebaya merupakan strategi efektif untuk memperluas kapasitas layanan psikososial di lingkungan sekolah dan komunitas. Peningkatan pemahaman yang signifikan menunjukkan potensi besar dalam memperkuat peran konselor sebaya sebagai agen perubahan di bidang kesehatan mental remaja, terutama jika disertai sistem pembinaan dan evaluasi berkelanjutan.

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil eksperimen, diketahui bahwa pelatihan *peer counselor* terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman konseling peserta. Keberhasilan pelatihan *peer counselor* tidak terlepas dari penekanan pada pemaparan terkait pengenalan konsep konseling, etika dan batasan konseling, keterampilan mendengarkan aktif dan empati, *role play* mempraktikkan keterampilan konseling dalam situasi yang menyerupai kondisi nyata yang disertai proses umpan balik dan refleksi. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah ketidakmampuan untuk mengontrol variabel luar seperti motivasi pribadi atau pengalaman yang tidak dapat dikendalikan. Diharapkan hasil pelatihan *peer counselor* ini dapat disupervisi oleh para guru BK sehingga peningkatan pascapelatihan terus dapat ditindaklanjuti dengan baik dan juga bisa mempertahankan kompetensi yang dimiliki oleh peserta.

#### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Universitas Negeri Malang yang telah memberikan bantuan pendanaan dan kepada siswa SMKN 1 Turen Kabupaten Malang yang telah bersedia menjadi peserta.

#### Daftar Rujukan

- Afshan, G. (2023). Active listening and empathy in counseling: A review of literature. *Journal of Counseling Psychology, 70*(2), 145–158.
- Aprianti, S. S., Lestari, D., Astuti, M. P., & Septian, M. R. (2025). Strategi mengatasi overwork guru BK dalam mendukung kesejahteraan siswa SMK. *Advice: Jurnal Bimbingan dan*

- Konseling*, 7(1), 36–43. Retrieved from <http://journal.univetbantara.ac.id/index.php/advice/article/view/6739/3511>
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi (Edisi ke-2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bahri, S. (2020). Studi evaluasi kinerja guru bimbingan dan konseling di sekolah. *Pencerahan*, 14(1), 39–61. Retrieved from <http://jurnalpencerahan.org/index.php/jp/article/view/43>
- Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2012). *Principles of biomedical ethics (7th ed.)*. New York, NY: Oxford University Press.
- Berning, A., et al. (2024). Effects of deliberate practice and structured feedback in psychotherapy training. *Psychotherapy Research*, 34(1), 12–25.
- Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. New York, NY: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-0-387-09506-6>
- Comstock, N. W. (2024). *Active listening research starter*. Salem Press Encyclopedia.
- Cooper, J., et al. (2024). The effectiveness, implementation, and experiences of peer support approaches for mental health: A systematic review. *Psychiatric Services*, 75(3), 245–259.
- Desi. (2022). *Efektivitas peer counseling untuk meningkatkan interaksi sosial antar siswa di SMP Negeri 16 Banda Aceh*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Retrieved from <https://repository.ar-raniry.ac.id/24876>
- Fuadi, M., & Dewantara, M. I. (2021). Program pelatihan peer counseling sebagai upaya layanan preventif di sekolah. *Al Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2), 45–53. Retrieved from <https://ejournal.iaidalwa.ac.id/index.php/almusyrif>
- Gillard, S., & Holley, J. (2014). Peer workers in mental health services: Literature overview. *Advances in Psychiatric Treatment*, 20(4), 286–292.
- Giusto, A., et al. (2023). *Adaptation for context and training of peer-counselors: problem-solving therapy for adolescents*. Springer.
- Gladeana, M. (1998). Reflective practice and self-evaluation in counseling. *Counseling Journal*, 9(3), 201–210.
- Gray, H. D., & Tindall, J. A. (1985). *Peer Counseling: In-depth Look at Training Peer Helpers*. Accelerated Development.
- Latipun. (2006). *Psikologi eksperimen (Edisi ke-2)*. Malang: UMM Press.
- Maimurni, A., Yoga, A. P., & Abrar, A. M. (2023). Pelatihan konseling teman sebaya pada anggota PIK-R di MTsS Thawalib Padang. *PUSAKO: Jurnal Pengabdian Psikologi*, 2(1), 22–27. Retrieved from <https://pusako.ppj.unp.ac.id/index.php/pusako/article/download/35/24/190>

- Maurya, R. K. (2024). Client simulation role-play for practising counselling skills. *International Journal of Counseling Education*, 12(2), 78–89.
- Miller, M. J. (1980). Role-playing as a therapeutic strategy. *Journal of Counseling & Development*, 58(9), 589–593.
- Nisrina, G., Hidayati, W., & Putri, R. A. (2023). Effectiveness of peer counseling as a strengthening effort mental health of adolescents. *Journal of Psychology Today*, 1(2), 74–80. Retrieved from <https://digamed.net/index.php/psychologytoday/article/view/164>
- Ridha, A. A. (2019). Penerapan konselor sebaya dalam mengoptimalkan fungsi layanan bimbingan konseling di sekolah. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 25–33. <https://doi.org/10.24014/jp.v15i1.6549>
- Rifani, E., Ummah, S., Maulina, N., Lestari, D., & Musrifah, U. (2023). Pelatihan peer counseling bagi siswa SMA Ya Bakii Kesugihan. Nanggroe: *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4), 103–109. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8141473>
- Rogers, C. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change
- Sa'adah, K., Wulandari, T., & Lesmana, G. (2025). Urgensi dan kedudukan bimbingan konseling (BK) di sekolah. *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 6(1), 237–244. <https://doi.org/10.31943/counselia.v6i1.186>
- Saputri, N. S. D. (2024). *Improving of "Basic Skill Counseling" for Peer counselor*. Atlantis Press.
- Simmons, M. B., et al. (2023). The effectiveness of peer support from a person with lived experience: A systematic review. *BMC Psychiatry*.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Thompson, C. L., & Henderson, D. A. (2007). *Counseling ethics: Foundations and applications*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Wahesh, E., Kemer, G., Willis, B. T., & Schmidt, C. D. (2017). An analysis of peer feedback exchanged in group supervision. *Counselor Education and Supervision*, 56(4), 274–288. <https://doi.org/10.1002/ceas.12085>
- Watson, J. C. (2016). The role of empathy in psychotherapy: Theory, research, and practice. In D. J. Cain, K. Keenan, & S. Rubin (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice* (2nd ed., pp. 115–145). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14775-005>
- White, V. E. (2006). *Becoming a peer helper*. Pearson Education.