

## PELATIHAN KONSELOR SEBAYA UNTUK MENINGKATKAN SELF AWARENESS TERHADAP PERILAKU BERESIKO REMAJA

*Hesty Yuliasari*

Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi dan Sosial,  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta  
Email: *hestyuliasari.psi@yahoo.com*

### **Abstract**

*This study aims to determine the effectiveness of peer counselor training to increase self awareness of adolescent risk behavior. This research is an experimental study using one group pretest-posttest research design. Subjects in this study were 28 junior high school students in class VII and class VIII by using the sampling method purposive sampling because of the special characteristics of the subject. Measuring instruments used are adaptations from the Self Awareness Scale Arabsharhangi and Noroozi (2014) which refers to the theory of Self Awareness (Goleman, 1998). Data analysis using paired sample t-test. The results showed that peer counselor training increased self-awareness of risk behaviors in adolescents,  $t = - 8,482$  and  $p = 0.011$  ( $p < 0.05$ ). Increased self-awareness is found in aspects of emotional self awareness and self-assessment.*

**Key words:** *Peer counsellor training, self awareness, adolescent risk behavior*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan *self awareness* terhadap perilaku beresiko remaja. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan desain penelitian *one group pretes-posttest design*. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 28 orang siswa SMP kelas VII dan Kelas VIII dengan pemilihan smpling menggunakan metode purposive sampling. Hal ini dilakukan karena adanya karakteristik khusus terhadap subjek. Alat ukur yang digunakan adaptasi dari skala *Self Awareness* Arabsharhangi dan Noroozi (2014) yang mengacu pada teori *Self Awareness* (Goleman, 1998). Analisis data menggunakan *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan pelatihan konselor sebaya meningkatkan kesadaran diri atau *self awareness* terhadap perilaku beresiko pada remaja sebesar  $t = - 8,482$  dan  $p=0,011$  ( $p<0,05$ ). Peningkatan kesadaran diri atau *self awareness* terdapat pada aspek emotional *self awareness* dan penilaian diri yang akurat

**Kata kunci:** *Pelatihan Konselor sebaya, self awareness, perilaku beresiko remaja*

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa transisi kehidupan individu dari anak-anak hingga menjelang dewasa. Pada masa transisi ini sering kali disertai dengan adanya keinginan untuk bebas menjadi diri sendiri dengan mengembangkan identitas diri. Adanya perubahan-perubahan fisik pada tahap perkembangan yaitu perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial (Desmita, 2005). Perubahan-perubahan

fisik, kognitif dan sosial mengarah pada perilaku-perilaku yang muncul pada remaja yang akan terkait dengan fase kehidupan yang dijalaninya. Adanya perubahan-perubahan fisik, kognitif dan sosial tidak jarang akan menimbulkan permasalahan tersendiri pada remaja. Santrock (2002) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa-masa yang dipenuhi konflik dan perubahan suasana hati yang tidak menentu. Remaja yang tidak mampu mengatasi perubahan perilaku dan suasana hati akan mempengaruhi kesehatan mentalnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Savi-Çakar, Tagay dan Ikiz (2015) menyimpulkan perilaku beresiko pada remaja mencakup penggunaan tembakau, penyalahgunaan alkohol, penggunaan narkotika, mengemudi beresiko dan agresif, melakukan hubungan seks pranikah, agresi, kekerasan dalam pacaran dan pelecehan seksual, kegagalan sekolah dan putus sekolah serta menjadi pelaku kekerasan maupun kejahatan. Adanya perilaku beresiko merupakan bukti terhadap peningkatan permasalahan kesehatan mental pada remaja. Tingkat pendidikan dan perilaku beresiko berupa penggunaan obat-obatan, perilaku seksual dan reproduksi yang tidak sehat, depresi dan keinginan melukai diri, kriminalitas maupun kekerasan menjadi faktor resiko kesehatan mental remaja.

Data dari Global School Health Survey (GSHS) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada 2017, siswa SMP dan SMA/K laki-laki yang merokok tercatat sebanyak 22 persen, pernah mengonsumsi minuman beralkohol sebanyak 7,3 persen, pernah mengonsumsi narkoba 2,6 persen dan pernah menjadi korban perundungan 24 persen. Angka ini merupakan angka ril yang didapatkan ketika dilakukan skrining di sekolah. Data Kemendikbud pada 2018, dari sekitar 98 persen dari siswa SMP dan SMA/K, 6,3 persen di antaranya terkena adiksi pornografi ringan dan 0,07 persen terkena adiksi cukup berat (tempo.co).

Berdasarkan wawancara dengan salah satu Guru BK di SMP X mengatakan bahwa banyak siswanya yang memiliki permasalahan dengan orang tua dan teman sebaya. Siswa-siswa di SMP X sebagian besar berasal dari keluarga tidak harmonis. Banyak anak yang orang tuanya bercerai dan tidak mengetahui dimana keberadaan ayah atau ibu. Selain itu, beberapa siswa merupakan yatim piatu yang tinggal panti asuhan berlokasi di sekitar sekolah. Perilaku-perilaku negatif pada siswanya muncul karena permasalahan yang dibawa dari rumah tidak dapat diselesaikan sendiri. Perilaku-perilaku seperti merokok di warung depan sekolah, berbicara kasar dan kotor pada temannya, pergaulan dengan lawan jenis yang melebihi batasan, berpacaran tidak sehat, membolos dari pelajaran mempengaruhi tugas siswa sebagai peserta didik di sekolah. Selain itu ada kasus percobaan bunuh diri dengan meminum pil tidur, kehamilan diluar nikah dan kasus menonton video porno. Kasus-kasus tersebut sering terjadi setiap tahunnya.

Remaja bermasalah jika berkonsultasi pada temannya dapat memberikan efek positif namun bisa juga memberikan efek negatif. Efek positif jika teman yang dijadikan tempat berkonsultasi memiliki sikap dan perilaku positif. Sebaliknya efek negatif terjadi

jika siswa yang bermasalah berkonsultasi pada temannya yang juga bermasalah, sementara temannya tersebut selalu mencari penyelesaian masalah dengan sikap dan perilaku negative. Kehadiran teman sebaya secara negatif memotivasi remaja melalui perspektif remaja menuju perilaku berisiko dengan cara yang tidak biasa (Albert, Chein & Steinberg, 2013). Secara tidak langsung pun siswa akan berada pada masalah yang lebih berat. Oleh karena itu dibutuhkan teman sebaya yang dapat memberikan informasi mengenai perkembangan remaja.

Teman sebaya memberikan para remaja tempat untuk melakukan sosialisasi dalam suasana yang diciptakan sendiri. Salah satu fungsi terpenting dari kelompok teman sebaya adalah untuk memberikan sumber informasi dan komparasi tentang dunia di luar keluarga (Santrock, 2002). Melalui kelompok teman sebaya individu menerima umpan balik dari teman-temannya tentang kemampuan yang dimiliki. Selain itu, para remaja mampu mengekspresikan diri ketika berhadapan dengan teman sebaya. Dalam konseling sebaya terdapat konselor-konselor yang akan memiliki tugas untuk dapat membantu teman sebaya melakukan konseling.

Menurut penelitian Kamoroe dan Tigoe (2015), konselor sebaya memiliki peran untuk membantu siswa membentuk karakter diri, meningkatkan harga diri, meningkatkan kinerja akademis, membantu memperbaiki hubungan sosial dengan siswa lain, membantu siswa yang mengalami masalah emosi dan perilaku, mengarahkan siswa untuk memuat keputusan yang sesuai dan menjadi model peran sesama siswa lainnya secara positif. Konseling sebaya adalah hubungan interaktif dalam kelompok umur yang bertujuan mempengaruhi perubahan positif (Bette, 2013). Teman sebaya mendiskusikan masalah secara damai tanpa terlibat dalam perilaku buruk dan berpengaruh terhadap performansi akademis yang meningkat.

Karakteristik siswa yang menjadi konselor sebaya dapat dilihat melalui kualitas individu secara kepribadian, performansi akademik, kedisiplinan, kepopuleran di sekolah, rasa takut akan Tuhan dan jenis kelamin (Kamore & Tiego, 2015). Karakteristik konselor ini akan mampu memberikan tugas pada teman sebaya untuk menyebarkan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang telah mereka pelajari dan peroleh kepada rekan-rekan mereka di sekolah dan masyarakat. Lutomia dan Sikolia (2002) menyebutkan bahwa kualitas konselor sebaya yang baik adalah yang memiliki keterbukaan, memahami, memiliki komunikasi yang baik, kerendahan hati, sikap empati, rasa pengabdian yang tinggi, kedisiplinan dan pendengar yang baik.

Adanya keterbukaan dan kemampuan memahami oleh konselor sebaya harus dimulai dari diri sendiri sehingga dapat membantu teman sebaya lainnya yang memiliki masalah. Hal ini sesuai dengan keluhan Siswa SMP X tentang teman sebaya yang bertugas melakukan konseling di sekolahnya karena kurang peka terhadap permasalahan yang dialami teman-temannya. Keluhan yang disampaikan siswa menunjukkan bahwa kurangnya kesadaran diri dari teman-teman yang membantu guru BK melakukan konseling.

Goleman (1998) mendefinisikan kesadaran diri adalah ketika individu mengetahui apa yang dirasakan untuk membantunya mengarahkan pada pengambilan keputusan sendiri. Kesadaran diri membuat individu memahami apa yang dirasakannya sehingga mampu menilai diri sesuai dengan kemampuan dan kepercayaan dirinya. Berdasarkan definisinya, Goleman menyimpulkan tiga aspek dari kesadaran diri, yaitu kesadaran diri emosional dimana individu mampu mencerminkan pentingnya mengenali perasaan sendiri untuk dapat memahami kelemahan dan kelebihan diri, lalu adanya penilaian diri yang akurat agar individu dapat mengenali kelemahan dan kelebihan diri serta kepercayaan diri untuk memberikan keyakinan pada individu bahwa dirinya mampu melakukan sesuai dengan tugasnya (Goleman, 2007)

Remaja dengan *self awareness* rendah memiliki kesulitan dalam kehidupan sehari-harinya, sulit mengenali dan merefleksikan kekuatan, kelemahan, perasaan, kognitif, perilaku, sikap dan motivasi yang bisa menyebabkan kondisi psikologis dan ketidakseimbangan hidupnya (Kalaiyarasan & Solomon, 2016). Kesadaran emosional remaja akan mengeksplorasi keinginan kehidupannya, yaitu diakui keberadaannya (Yao, 2019). Remaja dengan kesadaran emosi ingin diakui perasaan tidak nyamannya terhadap masalah yang dialami. Proses konseling dengan melibatkan peran teman sebaya membuat konselor maupun teman sebaya belajar tentang dirinya sendiri dan orang lain melalui interaksi, penerimaan terhadap diri sendiri dan dunianya, serta disaat yang sama memfasilitasi emosi diri dengan mengelola dan mengekspresikan.

Kesadaran diri siswa akan membantu konselor sebaya. Dalam konseling, kesadaran diri dianggap penting dari pengetahuan pribadi untuk menghargai pandangan dunia klien dan untuk mengatasi bias negatif yang terkait dengan konseling dari sudut pandang konselor (Pieterse, Lee, Ritsmeester & Collins, 2013). Adanya keterampilan konseling pada siswa yang didasari dengan kesadaran diri yang baik dapat membantu siswa lain menghadapi permasalahan remaja sehingga terhindar dari perilaku beresiko. Kader konselor sebaya dapat menerapkan hubungan yang hangat, saling memahami dan kesamaan dalam pengalaman yang akan berperan penting dalam perubahan perilaku siswa lainnya. Oleh karena itu dibutuhkan pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan kesadaran diri pada remaja ataupun konselor sebaya agar lebih memahami mengenai perilaku beresiko.

## METODE

### *Partisipan*

Subjek dalam penelitian ini adalah 14 siswa SMP X kelas VII dan 14 siswa kelas VIII. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* karena subjek dipilih

berdasarkan kriteria tertentu yaitu siswa berprestasi dan mampu berkomunikasi baik dengan teman.

#### *Desain penelitian*

Penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design* karena menggunakan kelompok partisipan yang mendapat pretest sebelum diberi perlakuan, hasil perlakuan dapat diketahui dengan lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Latipun, 2017).

#### *Pengukuran*

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kesadaran diri (self awareness) diadaptasi dari skala *Self Awareness* Arabsharhangi dan Noroozi (2014). Instrumen ini mengacu pada teori *Self Awareness* (Goleman, 1998) yang mencakup tiga aspek yaitu mengenali emosi, penilaian diri yang akurat dan kepercayaan diri. Pengumpulan data menggunakan skala *Likert* dengan menggunakan empat alternatif pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Butir-butir pernyataan tersebut bergerak dengan rentang 4-1 untuk pernyataan *favorable* dan rentang 1-4 untuk pernyataan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* untuk sangat sesuai diberi skor 4, sesuai diberi skor 3, tidak sesuai diberi skor 2, dan sangat tidak sesuai diberi skor 1. Pernyataan *unfavorable* untuk sangat sesuai diberi skor 1, sesuai diberi skor 2, tidak sesuai diberi skor 3, dan sangat tidak sesuai diberi skor 4.

#### *Prosedur Intervensi*

Peneliti melakukan analisis kebutuhan dengan melakukan wawancara pada Kepala Sekolah, guru BK dan siswa yang ditunjuk untuk membantu guru melakukan konseling dengan teman. Setelah melakukan Analisis kebutuhan, peneliti melakukan penyusunan modul pelatihan konselor sebaya. Modul pelatihan ini terdiri dari tiga sesi materi utama yang dibagi dalam lima materi pengetahuan dan satu materi keterampilan. Materi sesi pertama mengenai Teknik konseling sebaya yang berisi Teknik konseling dan karakteristik konselor sebaya serta *role play* Teknik konseling, materi kedua mengenai perilaku remaja beresiko dan materi sesi ke tiga mengenai kesadaran diri yang terdiri dari mengenali diri, mengenali masalah saat ini, memahami dan mengakui emosi. Pelatihan dilakukan selama dua hari dengan durasi keseluruhan delapan jam. *Pretest* diberikan sebelum dilakukannya pelatihan dan *posttest* diberikan pada hari ke dua setelah semua materi diberikan. Satu minggu setelah pelatihan, peneliti melakukan *follow up* terhadap hasil pelatihan dengan menggunakan *self assesment* dan *log book* konselor.

## HASIL

Uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini menunjukkan skala prates kesadaran diri yang diperoleh *Shapiro Wilk* = 0,969 dan  $p = 0,559$  ( $p > 0,05$ ). Ini menunjukkan bahwa hasil prates subjek terdistribusi secara normal. Skala pasca es kesadaran diri yang diperoleh *Shapiro Wilk* = 0,964 dan  $p = 0,928$  ( $p > 0,05$ ). Hal tersebut memiliki arti bahwa hasil pascates skala kesadaran diri subjek terdistribusi secara normal.

Dari hasil analisis uji beda menggunakan *paired sample t-test* terhadap skala prates dan pascates, didapatkan  $t = -8,482$  dan  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan terhadap kesadaran diri subjek sebelum dan sesudah diberikan pelatihan konselor sebaya. Selain itu dilakukan pula uji beda terhadap peningkatan pemahaman dan keterampilan terhadap pengetahuan konseling dan perilaku beresiko prates dan pasca tes yaitu  $t = -8,768$  dan  $p = 0,02$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya ada perbedaan pengetahuan perilaku beresiko remaja dan keterampilan remaja setelah diberikan pelatihan.

Penelitian ini juga mengukur aspek dalam kesadaran diri yang mengalami peningkatan setelah diberikan pelatihan. Aspek mengenali emosi atau *emotional self-awareness* dan penilaian diri yang akurat merupakan aspek yang menunjukkan peningkatan setelah diberi pelatihan. Aspek mengenali emosi atau *emotional self-awareness* menunjukkan nilai  $t = -4,056$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Aspek penilaian diri yang akurat menunjukkan nilai  $t = -6,214$  dan  $p = 0,007$  ( $p < 0,05$ ).

Analisa secara kualitatif juga dilakukan untuk melihat efektifitas pelatihan terhadap pengetahuan dan keterampilan konselor sebaya. Sebelum diberikan pelatihan, Subjek belum mengetahui mengenai perilaku beresiko pada remaja. Perilaku beresiko pada remaja yang diketahui pada peserta hanya sebatas permasalahan cinta ataupun masalah dengan teman. Setelah diberikan pelatihan Subjek mengetahui perilaku beresiko pada remaja dan faktor-faktor yang menyebabkan munculnya perilaku beresiko pada remaja. Peserta mampu menyebutkan perilaku beresiko seperti seks bebas, merokok, minum-minuman keras, berkata kasar pada orang tua dan teman, narkoba, serta *bullying* teman.

Selain itu, sebelum diberikan pelatihan subjek tidak mengetahui dampak dari perilaku beresiko remaja, setelah pelatihan diberikan subjek memahami bahwa perilaku beresiko remaja berpengaruh terhadap perkembangan remaja. Remaja yang tidak memahami perilakunya sendiri akan terjerumus pada perilaku-perilaku negatif yang akan merugikan dirinya sendiri. Pada keterampilan konselor dalam melakukan konseling, sebelum pelatihan subjek belum memiliki keterampilan untuk menjadi konselor sebaya dan tidak mengetahui cara berkomunikasi antara konselor dan klien, namun setelah pelatihan ada peningkatan keterampilan untuk menjadi konselor sebaya dengan menerapkan sikap empati, kongruensi, dan penerimaan tanpa syarat. Subjek memiliki keterampilan dengan menerapkan langkah-langkah menjadi konselor sebaya sederhana.

*Follow up* yang dilakukan melalui *self assessment* secara kualitatif menunjukkan bahwa subjek yang mengikuti pelatihan dan menjadi konselor sebaya di Sekolah menjadi lebih aktif dalam berinteraksi dengan teman serta memiliki klien yang melakukan konseling. Hasil ini dilihat berdasarkan catatan di *log book* kegiatan konselor sebaya.

## PEMBAHASAN

Kesadaran diri terhadap perilaku beresiko melalui perannya sebagai konselor sebaya akan membentuk siswa menjadi *role model* bagi teman lainnya. *Role model* ini membantu siswa untuk dapat menceritakan masalah yang tidak menyenangkan dan menjadi hambatan siswa dalam aspek akademik, psikologis dan fisiologisnya. Adanya hubungan yang sehat antara persepsi dan kesehatan tubuh penting untuk mencapai keberhasilan bagi siswa dan sekolah dalam mencapai tujuan akademisnya (Mudis & Onyago, 2015). Kesadaran diri terhadap kondisi diri dan dunia luar dari hasil penelitian ini berkaitan dengan permasalahan terhadap perubahan bentuk tubuh, status mental dan pikiran sendiri berupa persepsi negatif dan perasaan curiga berlebihan dengan teman sebaya yang akhirnya mempengaruhi interaksi dan pencapaian nilai di sekolah.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap perilaku beresiko pada remaja dan pengaruh perilaku beresiko yang memberikan dampak negatif pada kehidupan personalnya. Pemahaman terhadap proses konseling sebaya membantu remaja memenuhi keutuhan psikologis dasarnya, memahami diri sendiri dan menerima orang lain melalui kesadaran diri, mengembangkan asosiasi dengan teman sebaya, menyeimbangkan antara permisif dan kontrol dalam lingkungan pendidikan, mewujudkan pencapaian yang sukses dan memberikan peluang untuk mendapatkan kemandirian (Owuor, Gori & Kimani, 2017).

Kesadaran diri terhadap permasalahan di usia remaja dalam pelatihan ini membuat siswa menyadari potensi dan keberadaan dirinya untuk membuka diri dan bertindak sesuai dengan kemampuan sehingga meningkatkan kemampuan membuat pilihan, secara terbuka dan bertanggung jawab untuk hidup siswa ke depan. Hal ini sesuai dengan penelitian Zahro, Pratiwi, Andriningrum dan Setya (2016) tentang peran teman sebaya terhadap kesadaran diri untuk tidak melakukan bunuh diri pada kasus remaja depresi. Teman sebaya mampu mempengaruhi secara positif temannya untuk lebih adaptif dalam menyelesaikan masalah. Kemampuan adaptif ini muncul karena remaja mengenali penyebab masalah dan mengenali emosi dirinya.

Kemampuan emosi diri pada remaja dilakukan dengan mengeluarkan pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan emosi diri dan mengakui emosi yang muncul. Dunn, Saville, Baker dan Marek (2013) menyimpulkan pendekatan berdasarkan pengalaman akan meningkatkan pengembangan kemampuan metakognisi diri. Pengalaman dan

*recall* emosi membuat remaja menjadi lebih peka pada permasalahan diri yang membuatnya lebih berempati sehingga memudahkan untuk menangani klien sebaya ketika melakukan konseling sebaya. Ini juga sesuai dengan hasil penelitian Mudis & Onyago (2015) bahwa pelatihan konseling sebaya membuat siswa maupun konselor menjadi lebih percaya diri dan cenderung lebih terampil, gaya bahasa persuasif ketika berinteraksi dengan siswa lainnya.

Proses interaksi yang dipahami oleh siswa setelah pelatihan terhadap konseling sebaya dan tugasnya menjadi konselor adalah membantu teman ketika teman tidak memiliki tempat untuk bercerita. Pemahaman yang dimiliki siswa sesuai dengan definisi konselor sebaya itu sendiri. Odirile (2012) menjelaskan bahwa konseling sebaya adalah proses membantu yang melibatkan dua orang atau sekelompok orang yang memiliki sejumlah kesamaan dengan melibatkan hal-hal yang berkaitan antara konselor dan klien. Tujuan dari konseling sebaya untuk mengeksplorasi perasaan, pikiran, masalah dan kekhawatiran dengan harapan mencapai pemahaman yang jelas untuk membuat keputusan. Penelitian Rodriguez, Lopez, Escolano, Garcia-grau, Fort, Lluch dan Pros (2018) membuktikan konseling sebaya dianggap lebih bermanfaat daripada psikodrama ataupun bermain peran untuk meningkatkan kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi serta mendapat keterampilan professional mendengarkan aktif dan empati.

Berdasarkan pembahasan, kesimpulan dari penelitian ini adalah pelatihan konselor sebaya efektif untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap perilaku beresiko pada remaja. Remaja merupakan strategi pertolongan pertama yang mendukung mengenai peran penting dalam membantu orang dewasa ataupun guru disekolah mengatasi permasalahan kesehatan mental ataupun perilaku beresiko di sekolah. Pada penelitian Hart, Morgan, Rosetto, Kelly, Mackinnon dan Jorm (2018), teman sebaya menjadi jalur efektif untuk dukungan sosial dan pencarian bantuan profesional terhadap kesehatan mental di usia remaja. Hal ini sesuai dengan hasil *follow up*, dimana terjadi peningkatan interaksi konseling yang dilakukan oleh konselor sebaya. Konseling sebaya mudah diakses dan relatif informal sehingga memungkinkan konselor untuk bertemu klien di zona yang nyaman dalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albert, D., Chein, J., & Steinberg, L. (2013). Peer influences on adolescent decision making. *Psychological Science*, Vol 22 (2), 114-120
- Arabsharhangi, M., & Noroozi, I. (2014). The Relationship between Self-awareness and Learners' Performance on Different Reading Comprehension Test Types among Iranian EFL Elementary Learners. *Theory and Practice in Language Studies*, Vol 4 (4), 675-685



- Bette, J. C (2013) Importance of Promoting the Value and Role of Peer Counselling Among Students in Secondary Schools, *International Journal of Economy, Management and Social Sciences*, Vol 2(6), 477–484
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dunn, D.S., Saville, B.K, Baker, S.C., & Marek, P. (2013). Evidence-based teaching: Tools and techniques that promote learning in the psychology classroom. *Australian Journal of Psychology*, Vol 65, 5-13.
- Goleman, D. (1998). The Emotionally Intelligent Workplace: An EI-Based Theory of Performance (Chapter Three). Cherniss C. & Goleman D. (Eds.). *Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations*. Di akses dari <http://www.eiconsortium.org>.
- Goleman, D. (2007). Kecerdasan emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Terjemahan. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Umum
- Hart, L. M., Morgan, A. J., Rossetto, A., Kelly, C. M., Mackinnon, A. & Jorm., A. F. (2018). Helping adolescents to better support their peers with a mental health problem: A cluster-randomised crossover trial of teen Mental Health First Aid. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, Vol 52 (7), 638-651.
- Kamoroe, S. K. & Tigoe, P. M. (2015). Four Pillars of Effectiveness of Peer Counselling Programs in Meru South District High Schools, Kenya. *International Journal of Humanities and Social Science*. 5 (2), 254-262.
- Kalaiyaran, M., & Solomon, D. M. (2016). Importance of self-awareness in adolescence – A thematic research paper. *Journal of Humanities and Social Science*, 21(1): 19-22
- Latipun. (2017). *Psikologi Eksperimen Edisi ketiga*. Malang: UMM Press
- Lutomia, G., & Sikolia, L. W. (2002). *Guidance and Counselling in Schools and Colleges*. Nairobi: Uzima Press.
- Mudis, P. A. & Onyago, Y., J., M., (2015). Role of Peer Counseling on the Relationship between Prefects and the Students' body in public Secondary schools in Migori Sub-county, Migori County, Kenya. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, Vol 4(4), 136-148.
- Odirile, L. (2012). The Role of Peer Counseling in a University Setting: The University of Botswana. *Proceedings of the 2012 Summit of the African Educational Research Network*, USA: 18 -20 Mei 2012. Hal 1-11.
- Owuor, M. E., Gori, J., & Kimani, M. (2017). Effect of Peer Counseling On Self Esteem of Learners with Behavioural and Emotional Difficulties in Primary Schools

- in Nakuru-Sub County. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science*, Vol 22 (7), 41-48.
- Pieterse, A. L., Lee, M., Ritmeester, a., & Collins, N. M. (2013). Towards a model of self-awareness development for counselling and psychotherapy training. *Counselling Psychology Quarterly*, Vol 26 (2), 190-207.
- Rodriguez, J. R., Lopez, A. B., Escolano, A. F., Garcia-Grau, E., Garcia, C. S., Fort, G. B., Lluch, T., & Pros, M. A. (2018). Peer Counselling Versus Role-Playing: Two Training Methods Of Therapeutic Skills In Clinical Psychology. *Psicothema*, Vol 30 (1), 21-26.
- Santrock, J.W. (2002). *Life-span development: perkembangan masa hidup* (jilid 2). Jakarta: Erlangga.
- Savi-Çakar, F., Tagay, O. & Ikiz, F. E. (2015). Risky Behaviors of Adolescents: Definitions And Prevention. *Advances in Psychology Research*, Vol 106 (2), 1-31.
- Tempo.co. (2019, 5 November). Nadiem Makarim: Perilaku Berisiko Remaja Masih Tinggi. Diakses pada 14 Desember 2019, dari <https://tekno.tempo.co/read/1268526/nadiem-makarim-perilaku-berisiko-remaja-masih-tinggi>
- Yao, W. (2019). The Application of Group Counseling in Psychological Work of College Peers. *Social Science, Education and Humanities Research*, Vol 310, 976-980.
- Zahro, Z. R., Pratiwi., C. I. S., Andriningrum, H., & Setya, N. W. N. (2019). Role of Peers in Case of Self Suicide Peer Counseling: Youth Self Awareness to Suicide Cases. *Social Science, Education and Humanities Research*, Vol 382, 51-52