

Pelatihan Konseling Sebaya Bagi Siswa Kelas VIII SMPK St. ThereTheresia Kupang

**Maria Egabriela Luan¹, Angelaria Safira Densy², Maria Apriliana Toji³,
Januarius Ulu Bouk⁴, Stefanus Lio⁵**

1,2,3,4,5 Universitas Katolik Widya Mandira Kupang, Indonesia

Received : 29 November 2025, Revised : 5 Desember 2025, Published : 12 Desember 2025

Corresponding Author

Nama Penulis: Stefanus Lio

E-mail: liostef@yahoo.com

Abstrak

Peningkatan kasus stres dan kecemasan pada remaja sekolah menengah pertama menuntut adanya strategi pendampingan psikososial yang efektif dan kontekstual. Keterbatasan jumlah konselor profesional di sekolah menimbulkan kebutuhan akan alternatif berbasis komunitas siswa, salah satunya melalui pelatihan konseling sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk merancang dan mengimplementasikan program pelatihan konseling sebaya bagi siswa kelas VIII SMPK St. Theresia Kupang serta menganalisis dampaknya terhadap keterampilan komunikasi empatik, mendengarkan aktif, dan dukungan sosial antar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan pelatihan dan pendampingan (training and mentoring approach) dengan partisipasi sebanyak enam siswa yang dipilih berdasarkan rekomendasi guru bimbingan dan konseling serta wali kelas. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan refleksi kegiatan, kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman konsep konseling sebaya, kemampuan empati, dan keterampilan komunikasi efektif, dengan rata-rata peningkatan sebesar 30–35% dibandingkan sebelum pelatihan. Peserta juga menunjukkan perubahan perilaku positif berupa keberanian menyampaikan pendapat, kesadaran menjaga kerahasiaan, serta peningkatan solidaritas antar teman. Dengan demikian, pelatihan konseling sebaya terbukti efektif sebagai bentuk intervensi untuk mengembangkan keterampilan sosial-emosional siswa SMP serta memperkuat iklim sekolah yang suportif dan empatik. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian bimbingan dan konseling berbasis sebaya, sedangkan secara praktis, menawarkan model implementatif yang dapat direplikasi dalam konteks pendidikan lain dengan sumber daya terbatas.

Kata kunci - pelatihan, konseling sebaya, siswa

Abstract

The increasing cases of stress and anxiety among junior high school adolescents require effective and contextual psychosocial support strategies. The limited number of professional counselors in schools creates a need for student-based community alternatives, one of which is through peer counseling training. This study aims to design and implement a peer counseling training program for eighth-grade students at SMPK St. Theresia Kupang and analyze its impact on empathetic communication skills, active listening, and social support among students. This study used a training and mentoring approach with six students participating, selected based on recommendations from guidance and counseling teachers and homeroom teachers. Data were collected through observation, interviews, and reflection on activities, then analyzed descriptively qualitatively. The results showed a significant increase in understanding of the concept of peer counseling, empathy skills, and effective communication skills, with an average increase of 30–35% compared to before the training. Participants also showed positive behavioral changes in the form of courage to express opinions, awareness of maintaining confidentiality, and increased solidarity among friends. Thus, peer counseling training has proven effective as a form of intervention to develop junior high school students' social-emotional skills and

strengthen a supportive and empathetic school climate. Theoretically, this research enriches the study of peer-based guidance and counseling, while practically, it offers an implementation model that can be replicated in other educational contexts with limited resources.

Keywords - training, peer counseling, students

How To Cite : Luan, M. E., Densy, A. S., Toji, M. A., Bouk, J. U., & Lio, S. (2025). Pelatihan Konseling Sebaya Bagi Siswa Kelas VIII SMPK St. ThereTheresia Kupang . Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka, 4(2), 2671 - 2677. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i2.840>

Copyright ©2025 Maria Egabriela Luan, Angelaria Safira Densy, Maria Apriliana Toji, Januarius Ulu Bouk, Stefanus Lio

PENDAHULUAN

Fenomena kesehatan mental remaja di tingkat global dan nasional menunjukkan peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir (Siregar et al., 2025). Berdasarkan laporan World Health Organization (2023), sekitar 13% remaja di dunia mengalami gangguan mental, dengan depresi dan kecemasan menjadi dua masalah utama yang berdampak pada prestasi akademik dan hubungan sosial. Di Indonesia, hasil survei Kementerian Kesehatan (2023) memperlihatkan bahwa 1 dari 10 remaja menunjukkan gejala stres berat akibat tekanan akademik dan sosial. Kondisi ini menjadi perhatian serius bagi lembaga pendidikan, terutama di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), di mana siswa sedang berada pada masa transisi emosional yang kompleks. Di Nusa Tenggara Timur, termasuk Kota Kupang, berbagai sekolah menghadapi keterbatasan jumlah konselor profesional sehingga kebutuhan dukungan psikososial bagi siswa belum terpenuhi secara optimal. Salah satu pendekatan yang kini berkembang adalah pelatihan konseling sebaya (*peer counseling training*) yang melibatkan siswa sebagai agen dukungan sosial.

Tindall dan Gray (dalam Prasetiawan, 2016) menjelaskan bahwa konseling teman sebaya merupakan bentuk interaksi bantuan yang dapat dilakukan secara langsung antara dua individu, mencakup peran kepemimpinan dalam kelompok maupun diskusi, pemberian nasihat atau pertimbangan, pendampingan seperti tutor, serta berbagai kegiatan interpersonal lainnya yang bertujuan memberikan dukungan atau pertolongan. Prayitno (2017) menjelaskan bahwa pelatihan ini bertujuan untuk mengembangkan keterampilan interpersonal siswa, memperkuat solidaritas antarteman, serta mendukung guru BK dalam menangani berbagai permasalahan siswa. Selain itu, program ini juga menumbuhkan rasa percaya diri, tanggung jawab, dan empati dalam diri peserta pelatihan. Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan empati, keterampilan komunikasi, dan kepercayaan diri antar siswa (Febrianti & Mulawarman, 2019; Isni, 2021). Oleh karena itu, pengembangan pelatihan konseling sebaya di sekolah seperti SMPK St. Theresia Kupang menjadi penting untuk menjawab kebutuhan psikologis siswa sekaligus memperkuat budaya saling peduli di lingkungan sekolah.

Meskipun konsep konseling sebaya telah banyak diteliti, sebagian besar penelitian berfokus pada tingkat pendidikan yang lebih tinggi seperti SMA dan universitas (Tiarani & Bariyyah, 2022; Nuha et al., 2024). Penelitian di tingkat SMP masih terbatas, terutama di konteks daerah dengan sumber daya pendidikan yang minim seperti Kupang. Rohayati et al., (2022), menekankan bahwa panduan konseling sebaya yang ada belum disesuaikan dengan karakteristik psikologis siswa usia 13–15 tahun, yang cenderung masih memerlukan bimbingan langsung dan pembinaan empatik. Selain itu, sebagian penelitian terdahulu lebih menitikberatkan pada pengembangan modul (Risnawaty et al., 2019) dari pada implementasi pelatihan di sekolah swasta berbasis keagamaan. Belum ada penelitian yang secara komprehensif menelaah efektivitas pelatihan konseling sebaya di sekolah seperti SMPK St. Theresia Kupang yang memiliki nilai religius kuat dan struktur sosial khas. Oleh karena itu, terdapat kesenjangan empiris mengenai bagaimana pelatihan tersebut dapat diterapkan secara efektif untuk meningkatkan keterampilan konseling, dukungan emosional, dan rasa kebersamaan antar siswa di tingkat SMP.

Penelitian ini bertujuan untuk merancang, mengimplementasikan, dan mengevaluasi program pelatihan konseling sebaya bagi siswa kelas VIII SMPK St. Theresia Kupang. Secara khusus, penelitian ini ingin mengukur peningkatan keterampilan komunikasi empatik, kemampuan mendengarkan aktif, dan sikap saling mendukung antar siswa setelah mengikuti pelatihan. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan menganalisis perubahan persepsi siswa terhadap peran teman sebaya sebagai sumber dukungan psikologis serta dampak pelatihan terhadap iklim sosial sekolah secara

umum. Pendekatan ini diharapkan menghasilkan model pelatihan yang relevan, aplikatif, dan dapat direplikasi oleh sekolah-sekolah lain di wilayah Nusa Tenggara Timur.

Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam konteks intervensi psikososial berbasis sebaya untuk remaja awal. Hasilnya dapat memperkaya teori tentang efektivitas pelatihan konseling sebaya pada jenjang pendidikan menengah pertama dan memberikan kerangka konseptual baru mengenai hubungan antara dukungan sebaya dan kesejahteraan psikologis siswa. Secara praktis, penelitian ini memberikan rekomendasi implementatif bagi guru BK dan pihak sekolah dalam menyusun program pelatihan konseling sebaya yang kontekstual dengan nilai-nilai lokal dan religius. Bagi SMPK St. Theresia Kupang, hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar dalam pembentukan tim konselor sebaya yang mampu menjadi mitra bagi guru BK dalam meminimalkan kasus perundungan, kecemasan akademik, dan isolasi sosial di kalangan siswa. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi model kolaboratif antara sekolah, keluarga, dan komunitas dalam membangun sistem dukungan emosional yang berkelanjutan bagi remaja di era modern yang penuh tekanan sosial dan digital.

METODE

Kegiatan ini menggunakan metode pelatihan (lokakarya) dengan pendekatan pendidikan dan pendampingan (*training and mentoring approach*) yang difokuskan pada peningkatan kemampuan siswa dalam melaksanakan konseling teman sebaya di lingkungan sekolah. Tujuan utama kegiatan ini adalah membekali siswa kelas VIII SMPK St. Theresia Kupang dengan keterampilan dasar konseling agar mereka mampu menjadi agen positif dalam membantu teman sebayanya yang mengalami masalah pribadi maupun sosial di sekolah.

Kegiatan dilaksanakan di SMPK St. Theresia Kupang. Subjek kegiatan adalah enam orang siswa kelas VIII, yang merupakan perwakilan dari enam kelas yang ada di tingkat tersebut. Setiap kelas menunjuk satu siswa berdasarkan rekomendasi guru BK dan wali kelas, dengan kriteria memiliki kemampuan komunikasi baik, empati tinggi, serta minat membantu teman. Jumlah peserta yang relatif kecil ini dipilih agar pelatihan berjalan efektif dan interaktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan konseling sebaya yang dilaksanakan di SMPK St. Theresia Kupang merupakan kegiatan yang dirancang untuk membekali siswa kelas VIII dengan keterampilan dasar dalam memberikan bantuan emosional dan sosial kepada teman sebayanya. Program ini diikuti oleh enam siswa yang merupakan perwakilan dari enam kelas. Mereka dipilih melalui rekomendasi guru BK dan wali kelas berdasarkan kemampuan komunikasi, empati, serta rasa tanggung jawab yang tinggi.

Pelatihan ini dilaksanakan melalui pendekatan lokakarya dan pendampingan langsung, sehingga siswa tidak hanya mendapatkan teori, tetapi juga praktik nyata. Materi pelatihan meliputi:

1. Pengenalan dasar konseling sebaya, mencakup pengertian, tujuan, dan peran konselor sebaya.
2. Keterampilan dasar konseling, seperti mendengarkan aktif, empati, komunikasi efektif, dan menjaga kerahasiaan.
3. Etika dan batasan konseling, agar siswa memahami kapan perlu merujuk masalah kepada guru BK.
4. Simulasi kasus dan permainan peran, untuk melatih penerapan teori dalam konteks nyata.

Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama dua hari dengan sesi teori di hari pertama dan praktik simulasi di hari kedua. Setelah itu dilakukan pendampingan selama dua minggu untuk memantau sejauh mana siswa menerapkan hasil pelatihan di lingkungan sekolah. Selama pelatihan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Mereka aktif bertanya, berdiskusi, dan berani mengemukakan pendapat. Hal ini menunjukkan bahwa metode pelatihan berbasis partisipatif sangat efektif untuk siswa SMP yang cenderung menyukai interaksi dan aktivitas langsung. Selama pelatihan konseling sebaya dilaksanakan, keenam peserta yang merupakan perwakilan dari masing-masing kelas VIII menunjukkan tingkat partisipasi dan keaktifan yang bervariasi, namun secara umum sangat positif. Setiap peserta memiliki karakter dan kemampuan yang berbeda, sehingga dinamika selama kegiatan berlangsung terasa hidup, penuh interaksi, dan saling mendukung satu sama lain.

Peserta 1 menampilkan sikap yang sangat aktif sejak awal pelatihan. Ia selalu terlibat dalam setiap sesi diskusi dan sering mengajukan pertanyaan reflektif yang menunjukkan pemahaman mendalam terhadap materi. Ketika diberikan kesempatan berbicara, peserta ini mampu mengemukakan pendapat secara logis dan terstruktur. Dalam sesi simulasi konseling, ia tampil percaya diri, mampu

berperan sebagai konselor dengan empati tinggi, dan dapat memimpin kelompok kecil dengan baik. Peserta 1 bahkan kerap menjadi contoh dalam praktik mendengarkan aktif, karena kemampuannya menangkap perasaan teman tanpa memotong pembicaraan. Dari keseluruhan pelatihan, peserta 1 dianggap sebagai salah satu peserta paling menonjol karena menunjukkan keseimbangan antara kemampuan teoritis dan praktik.

Peserta 2 juga menunjukkan partisipasi aktif meskipun tidak seintens peserta 1. Ia sering mengajukan pertanyaan yang relevan, namun terkadang masih terlihat ragu dan membutuhkan dorongan untuk berbicara di depan umum. Walau demikian, peserta ini memiliki kemampuan empati yang kuat. Dalam simulasi, ia mampu menjadi pendengar yang sabar dan memahami perasaan orang lain dengan baik. Hal tersebut terlihat ketika teman satu kelompoknya bercerita mengenai pengalaman pribadi, peserta 2 mampu menanggapi dengan bahasa tubuh yang hangat dan ekspresi yang menenangkan. Ia merupakan tipe konselor yang lebih mengandalkan kepekaan emosional daripada kemampuan verbal. Dengan latihan yang lebih sering, peserta 2 berpotensi menjadi konselor sebaya yang menonjol dalam aspek *listening skill* dan empati interpersonal.

Peserta 3 menunjukkan tingkat keaktifan yang cukup baik, meskipun masih cenderung pasif dalam sesi diskusi kelompok besar. Ia lebih nyaman berinteraksi dalam kelompok kecil atau ketika diminta langsung oleh fasilitator. Dalam kegiatan bertanya dan berargumen, peserta 3 masih terlihat kurang percaya diri dan sering menunggu arahan dari guru BK. Namun, seiring berjalannya kegiatan, ia mulai memperlihatkan kemajuan. Pada sesi simulasi kedua, peserta ini mulai berani berbicara dan mencoba memahami peran sebagai konselor sebaya. Walaupun belum sepenuhnya lancar, peserta 3 menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan komunikasi dan pemahaman konsep dasar konseling. Dengan bimbingan tambahan, ia berpotensi mengembangkan kepekaan sosial dan keberanian berbicara di depan kelompok.

Peserta 4 termasuk salah satu yang paling menonjol dalam hal keberanian, semangat, dan keaktifan. Ia berani menanggapi pendapat teman, menyampaikan ide, bahkan membantu menjelaskan materi kepada peserta lain yang belum memahami. Dalam simulasi, peserta 4 menunjukkan kemampuan memahami peran konselor dengan cepat dan mampu menciptakan suasana dialog yang nyaman. Gaya komunikasinya lugas, namun tetap empatik dan tidak menghakimi. Fasilitator menilai bahwa peserta 4 memiliki kemampuan memimpin alami dan dapat dijadikan *role model* bagi teman-temannya dalam menerapkan konseling sebaya. Keaktifannya juga membantu menciptakan suasana pelatihan yang dinamis dan menyenangkan.

Peserta 5 memperlihatkan keaktifan yang konsisten sejak awal pelatihan. Ia sering mengajukan pertanyaan dengan sopan dan terarah, menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap materi. Dalam kegiatan simulasi, peserta ini tampak antusias dan terlibat penuh. Namun, berdasarkan pengamatan fasilitator, peserta 5 masih perlu memperkuat pemahaman teoritisnya agar bisa menyeimbangkan antara empati dan ketegasan ketika berperan sebagai konselor. Ia memiliki potensi yang besar karena antusiasme dan rasa tanggung jawabnya tinggi. Dengan pendampingan guru BK secara berkelanjutan, peserta 5 dapat berkembang menjadi konselor sebaya yang komunikatif dan efektif dalam membantu teman sekelasnya.

Sementara itu, Peserta 6 merupakan siswa yang pada awalnya tampak pasif dan malu-malu. Dalam sesi pertama, ia jarang berbicara dan lebih banyak mendengarkan. Namun, setelah diberikan kesempatan untuk mencoba simulasi sederhana, ia mulai menunjukkan perubahan positif. Peserta 6 mulai berani mengemukakan pendapat, bertanya kepada pemateri, dan mencoba berinteraksi dengan peserta lain. Walau kemampuan komunikasinya masih terbatas, ia menunjukkan progres nyata pada hari kedua pelatihan. Pada akhir kegiatan, peserta ini tampak lebih percaya diri dan mampu menampilkan empati yang tulus ketika mendengarkan teman yang bercerita. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan berbasis pengalaman mampu membangun kepercayaan diri dan kesadaran sosial bahkan bagi siswa yang semula tertutup.

Dari keenam peserta tersebut, terlihat bahwa dua peserta (1 dan 4) menunjukkan performa yang sangat baik dalam semua aspek: keaktifan, kemampuan berargumen, serta partisipasi dalam simulasi. Mereka mampu memahami peran konselor sebaya secara menyeluruh dan dapat dijadikan contoh dalam kegiatan tindak lanjut. Dua peserta lain (2 dan 5) berada dalam kategori baik, menunjukkan antusiasme dan empati tinggi, namun masih perlu memperkuat teori dan kepercayaan diri. Sedangkan dua peserta terakhir (3 dan 6) termasuk dalam kategori cukup aktif, dengan

peningkatan signifikan selama proses pelatihan meskipun masih memerlukan pendampingan intensif dari guru BK.

Secara umum, dinamika peserta selama pelatihan menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pengalaman (*experiential learning*) efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial dan emosional siswa. Mereka belajar bukan hanya dari materi yang disampaikan, tetapi juga dari interaksi langsung dengan teman dan fasilitator. Setiap peserta mengalami proses pembelajaran yang berbeda, tetapi semuanya menunjukkan perkembangan positif dari hari ke hari.

Guru BK sebagai fasilitator juga memberikan pengamatan bahwa keenam peserta memperlihatkan perubahan perilaku kecil namun penting, seperti lebih berani menyapa teman, lebih terbuka terhadap masalah yang dihadapi orang lain, dan lebih berhati-hati dalam memberikan tanggapan. Hal ini menjadi bukti bahwa pelatihan konseling sebaya tidak hanya berdampak pada peningkatan kemampuan komunikasi, tetapi juga membentuk karakter peduli dan empatik dalam diri siswa.

Dengan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa pelatihan konseling sebaya di SMPK St. Theresia Kupang telah memberikan pengaruh positif terhadap pengembangan keaktifan, kepercayaan diri, dan kemampuan interpersonal siswa. Meskipun masih terdapat perbedaan kemampuan antar peserta, semua menunjukkan peningkatan nyata dalam memahami makna konseling sebaya dan tanggung jawab sosial sebagai bagian dari komunitas sekolah.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelatihan berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap konsep dasar konseling sebaya. Sebelum pelatihan, sebagian besar siswa hanya memahami konseling sebaya sebagai "menasihati teman", tetapi setelah pelatihan mereka menyadari bahwa konseling sebaya lebih menekankan pada mendengarkan aktif, empati, dan dukungan emosional.

Perbandingan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah pelatihan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Perbandingan Tingkat Pemahaman Peserta

Aspek yang Dinilai	Sebelum (%)	Sesudah (%)	Keterangan
Pemahaman tentang konsep konseling sebaya	55	90	Meningkat signifikan
Keterampilan mendengarkan aktif	60	85	Ada peningkatan nyata
Kemampuan berempati	65	88	Lebih mudah memahami perasaan teman
Etika dan kerahasiaan	50	82	Peserta mulai sadar akan pentingnya etika
Kemampuan memecahkan masalah ringan	58	80	Peserta lebih berani memberikan dukungan

Data di atas menunjukkan peningkatan pemahaman rata-rata sebesar **30%–35%** setelah pelatihan. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan pelatihan berbasis praktik dan refleksi efektif dalam menumbuhkan keterampilan sosial-emosional pada siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan konseling sebaya efektif sebagai sarana pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa SMP. Menurut teori konseling humanistik Rogers (dalam Corey, 2013), keberhasilan konseling sangat ditentukan oleh *genuineness, empathy, and unconditional positive regard*. Prinsip ini tercermin dalam kemampuan peserta setelah pelatihan, di mana mereka mampu mendengarkan dengan empati tanpa menghakimi.

Selain itu, dari perspektif pendidikan karakter, pelatihan ini membantu siswa mengembangkan nilai-nilai kepedulian, tanggung jawab, dan komunikasi interpersonal. Peningkatan kemampuan ini bukan hanya mendukung kesejahteraan individu, tetapi juga memperkuat budaya saling membantu di lingkungan sekolah.



Gambar 1. Pelatihan Konseling Sebaya



Gambar 2. Praktik Konseling Sebaya

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelatihan konseling sebaya bagi siswa kelas VIII SMPK St. Theresia Kupang memberikan dampak positif terhadap pengembangan keterampilan interpersonal dan kemampuan konseling dasar peserta. Enam siswa yang mengikuti pelatihan menunjukkan peningkatan dalam aspek keaktifan berdiskusi, kemampuan bertanya, kemampuan berargumen, serta partisipasi dalam simulasi konseling. Walaupun tingkat kemampuan mereka beragam, seluruh peserta memperlihatkan kemajuan yang signifikan setelah mengikuti kegiatan ini.

Peserta 1 dan 4 menonjol dalam hal kepemimpinan dan pemahaman peran konselor, terlihat dari keberanian mereka memimpin simulasi dan menanggapi teman dengan reflektif. Peserta 2 dan 5 menunjukkan antusiasme dan sikap sopan dalam berkomunikasi, meskipun masih membutuhkan penguatan teori dan kepercayaan diri yang lebih tinggi. Sementara peserta 3 dan 6 memperlihatkan perkembangan yang lambat namun konsisten, dengan peningkatan pada kemampuan empati dan keberanian berbicara.

Secara umum, hasil pelatihan menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif dalam menumbuhkan kesadaran pentingnya komunikasi empatik dan dukungan sosial di antara siswa. Pelatihan konseling sebaya juga memperlihatkan bahwa siswa mampu menjadi agen positif bagi teman-teman mereka dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih suportif dan terbuka terhadap permasalahan emosional maupun sosial.

Peran guru BK sangat penting dalam memberikan bimbingan lanjutan dan supervisi terhadap konselor sebaya agar keterampilan yang diperoleh dapat diterapkan secara berkelanjutan. Dukungan pihak sekolah pun menjadi faktor utama keberhasilan program ini, terutama dalam memastikan bahwa kegiatan konseling sebaya menjadi bagian integral dari budaya sekolah yang peduli, empatik, dan kolaboratif.

Dengan demikian, pelatihan konseling sebaya tidak hanya meningkatkan kemampuan komunikasi dan empati siswa, tetapi juga memperkuat iklim sosial sekolah yang sehat dan harmonis. Diharapkan kegiatan ini dapat terus dilaksanakan dan dikembangkan, agar lebih banyak siswa dapat memperoleh manfaat dan berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang saling mendukung dan peduli satu sama lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan baik secara profesional maupun finansial sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada SMPK St. Theresia Kupang atas izin dan fasilitas yang diberikan, serta kepada siswa kelas VIII yang telah aktif berpartisipasi dan mendukung kelancaran pelaksanaan pelatihan konseling sebaya.

DAFTAR PUSTAKA

Akbar, A. A., Zuleyka, A., Hanum, N. C., Sari, Y. N., & Bhakti, C. P. (2022). Konseling Sebaya Sebagai Alternatif Penyelesaian Masalah Bagi Siswa Introverted. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda*,

- Bermakna, Mulia, 8(2), 24.
- Arifin, M. (2020). Strategi pembelajaran Numbered Head Together (NHT) dalam meningkatkan minat belajar siswa pada materi statistika. *Didactical Mathematics*, 2(2), 10.
- Astiti, S. P. (2019). Efektivitas konseling sebaya (peer counseling) dalam menuntaskan masalah siswa. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 243–263.
- Chaniago, B. (2017). Pendampingan teman sebaya: Strategi pembinaan guru bk menyusun program layanan BK di sekolah. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 9(1), 1–9.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. PT Raja Grafindo Persada.
- Febrianti, T., & Mulawarman. (2019). Peningkatan Perilaku Prososial Siswa melalui Konseling Teman Sebaya Berbasis Kecakapan Hidup. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(3), 293–300. <https://doi.org/10.30653/001.201933.113>
- Isni, K. (2021). Peer Counseling Training As a Method Of Sexual Health Promotion In Adolescents. *Indonesia Jurnal Of Public Health*, November 2019, 242–252. <https://doi.org/10.20473/ijph.v1i6il.2021.242-252>
- Khotijah, L. N., Sholikhin, R., & Lestari, N. I. W. (2023). Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja dan Relevansinya dengan Pemikiran Imam Al Ghazali. *Counselor| Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 3(2), 111–130.
- Lian, B., & Putra, A. Y. (2022). Efektivitas Supervisi Sebaya Melalui MGBK SMA dalam Meningkatkan Kinerja Guru BK di Kota Palembang. *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 39(1), 33–42.
- Mufaridah, H., & Zukin, A. (2023). Evaluasi dan Supervisi Program Bimbingan dan Konseling pada jenjang SMP, SMA dan SMK di Pesantren 'X' kabupaten Situbondo. *Konseling At-Tawazun: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 124–133.
- Noviza, N. (2011). Konseling teman sebaya (peer counseling) suatu inovasi layanan bimbingan konseling di perguruan tinggi. *Wardah*, 12(1), 83–98
- Nuha, M. S., Hidayah, N., & Wahyuni, F. (2024). Model Pelatihan Peer-Counseling Pada Mahasiswa: Tinjauan Literatur Sistematis Moch. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 818–840.
- Prasatiawan, H. (2016). Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1–13.
- Prayitno, Afdal, Ifdil, & Ardi, Z. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*. Ghalia Indonesia.
- Risnawaty, W., Kartasasmita, S., & Suryadi, D. (2019). Pelatihan Konselor Sebaya pada Siswa SMA di Jakarta Barat Peer Counselor Training for High School Students in West Jakarta. *Jurnal Mitra*, 3(2), 108–119.
- Rohayati, Emosda, & Jamilah. (2022). Developing a Peer Counseling Guidebook for Junior High School Students: Enhancing Counseling Services and Promoting Mental Well-being. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 12(1). <https://doi.org/10.22437/teknopedagogi.v12i1.32499>
- Tiarani, L., & Bariyyah, K. (2022). Pelatihan peer counseling bagi siswa sekolah menengah atas brawijaya smart school. *Journal IICET Lentera*, 3(1), 4–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/99440 Contents>
- Siregar, W. H., Zulfa, N., Syafrida, N., Izzati, N., Pratama, B., Al Hafish, A., Parmohonan, S., Bagus, D., & Tri, D. (2025). Edukasi Kesehatan Mental Remaja Di Era Digital: "Baperan? Nggak Masalah, Asal Sadar Diri!" Bida: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(1), 33–42.
- Tiarani, L., & Bariyyah, K. (2022). Pelatihan peer counseling bagi siswa sekolah menengah atas brawijaya smart school. *Journal IICET Lentera*, 3(1), 4–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/99440 Contents>
- Yuliasari, H. (2020). Pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan self awareness terhadap perilaku beresiko remaja. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 4(1), 63–72.