

**LITERATURE REVIEW: PENDEKATAN, STRATEGI DAN TEKNIK
BIMBINGAN KONSELING TERHADAP PSIKIS MAHASISWA**

Arfan Fathurahman

Universitas Pendidikan Indonesia

arfanfathurahman7@upi.edu

Dimas Santosa

Universitas Pendidikan Indonesia

dimasantosa24@upi.edu

Krisna Qori Rudiana

Universitas Pendidikan Indonesia

krisnaqorirudiana25@upi.edu

Syahrul Rahmansyah

Universitas Pendidikan Indonesia

sahrulrahmansyah@upi.edu

Abstrak

Studi literatur review ini dilatarbelakangi adanya fenomena mahasiswa yang mengalami gangguan psikis akibat tuntutan akademik. Fenomena seperti ini sangat sering terjadi hingga membuat mahasiswa mengakhiri hidupnya karena tidak sanggup dengan tuntutan. Literatur ini ditunjukkan untuk mencari solusi mengenai kasus tersebut. Dalam abstrak ini kami akan membahas berbagai pendekatan yang digunakan dalam bimbingan dan konseling, seperti pendekatan psikodinamik, kognitif, perilaku, humanistik, dan integratif. Kami juga akan menyentuh beberapa teknik yang umum digunakan, seperti terapi kognitif, terapi perilaku, terapi interpersonal, dan terapi berbasis Solusi. Bimbingan dan konseling merupakan disiplin yang beragam dan terus berkembang sehingga pemahaman yang baik tentang berbagai pendekatan dan teknik sangat penting bagi para profesional di bidang ini untuk memberikan pelayanan yang efektif dan berkelanjutan kepada mereka. Metode kajian literatur dilakukan terhadap 16 artikel yang diperoleh dari sejumlah tiga database, google scholar dan publish or perish. Kata kunci untuk pencarian artikel adalah “pendekatan” kemudian “strategi”, “teknik bimbingan konseling”, dan AND” sebagai Boolean operator. Hasil dari kajian literatur yaitu ditemukan adanya pengaruh bimbingan konseling terhadap psikis mahasiswa berupa perbaikan psikis pada mahasiswa, menurunkan tingkat stres yang terjadi pada mahasiswa, adanya strategi pengembangan value chain yang signifikan, orientasi karir pada mahasiswa yang bertujuan untuk memiliki kesadaran, eksplorasi, dan perencanaan karir yang cukup baik, pentingnya Pendidikan konseling pada masa covid-19 dan psikis mahasiswa yang tercermin dari peningkatan skor pretes dan postes dalam studi eksperimental. Hal ini menunjukkan pentingnya peran layanan

konseling dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa di masa-masa sulit.

Kata kunci: Pendekatan, Strategi, Teknik, Bimbingan

Abstract

This literature review study is motivated by the phenomenon of students experiencing psychological disorders due to academic demands. Phenomena like this occur very often to the point that students end their lives because they cannot cope with the demands. This literature is aimed at finding solutions to these cases. In this abstract we will discuss various approaches used in guidance and counseling, such as psychodynamic, cognitive, behavioral, humanistic, and integrative approaches. We will also touch on some of the commonly used techniques, such as cognitive therapy, behavioral therapy, interpersonal therapy, and solution-based therapy. Guidance and counseling is a discipline are diverse and constantly evolving so a good understanding of the various approaches and techniques is essential for professionals in this field to provide effective and sustainable services to them. The literature review method was carried out on 16 articles obtained from three databases, Google Scholar and Publish or Perish. The keywords for searching articles are "approach" then "strategy", "guidance counseling techniques", and AND" as a Boolean operator. The results of the literature review were that it was found that there was an influence of counseling on students' psychology in the form of improving students' psychology, reducing the level of stress that occurs in students, the existence of significant value chain development strategies, career orientation in students which aims to have awareness, exploration and career planning. which is quite good, the importance of counseling education during Covid-19 can increase students' motivation and psychology, which is reflected in the increase in pre-test and post-test scores in experimental studies. This shows the important role of counseling services in supporting students' well-being during difficult times.

Keywords: Approach, Strategy, technique, Guidance.

PENDAHULUAN

Perubahan kurikulum menjadikan mahasiswa melaksanakan pembelajaran semakin padat, mahasiswa tak hanya di fokuskan terhadap mata kuliah saja namun mereka juga harus berkecimpung dalam organisasi yang memberikan bekal pengalaman untuk meningkatkan jiwa leadership serta pengalaman berorganisasi. Hal ini memberikan efek tekanan terhadap psikologis maupun terhadap psikis mereka. Tingkat kestresan pada mahasiswa menunjukkan stres ringan sebanyak 35,6%, stres sedang 57.4 %, dan stres berat sebanyak 6,9 %. Tingkat stres tertinggi dialami oleh jenis kelamin perempuan dengan hasil stres sedang 33,6 %, dan tingkat stres berat 4,0%. (Ambarwati., 2017). Dalam terminologi Indonesia stres disebut cemas, sedangkan dari istilah Yunani yaitu merimno sebagai perpaduan antara dua kata, yaitu meriza (membelah, bercabang) dan naos (pikiran). Dari kedua istilah ini pengertian stress berarti membagi antara minat-minat yang layak dengan pemikiran yang merusak. Oleh karena itu orang yang mengalami stres pikiran, sebab

pikirannya bercabang antara minat-minaat yang layak dan pikiran yang merusak (Rahman, 2009). Penyebab munculnya stres dalam bahasa ilmu jiwa disebut dengan istilah stressor. Secara umum stressor dapat berupa faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyebab munculnya stres adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang. Faktor internal dapat berupa kualitas akhlak atau kepribadian dan kondisi emosi seseorang, perilaku, kebiasaan, dan lain-lain. Sedangkan faktor eksternal berupa faktor alam, lingkungan masyarakat, keluarga dan lain-lain (Amin dan Al-Fandi, 2007).

Melihat hal tersebut, bisa disimpulkan pentingnya peran dosen ataupun guru yang mampu memfasilitasi mahasiswa untuk mendapatkan wadah curahan hati, yaitu konseling rutin yang dilaksanakan secara berkala.

Stress sering terjadi pada mahasiswa bukan hanya karena masalah akademik, tetapi juga disebabkan oleh masalah manajemen waktu belajar dan kurangnya dukungan keluarga atau jarak geografis dari keluarga. Dukungan keluarga memiliki peran penting, membantu mahasiswa mencari dukungan dari orang di sekitarnya untuk mengatasi masalah, membangkitkan semangat, dan meningkatkan rasa percaya diri saat menghadapi kesulitan. (Hamzah B dkk., 2020).

Bagaimana tingkat kepedulian stakeholder Pendidikan terhadap pelaksana Pendidikan, Menurut Y. Hadijaya (2012), Lembaga pendidikan, seperti sekolah, berperan sebagai wadah organisasional di mana administrasi pendidikan memiliki peran penting dalam mengelola organisasi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Begitu juga dengan kebijakan sentralisasi atau desentralisasi dalam penyelenggaraan pendidikan. Desentralisasi secara politis memberikan peluang yang memadai untuk partisipasi dan optimalisasi masyarakat dalam pengelolaan pendidikan melalui dewan sekolah (boards of local schools) atau komite sekolah di tingkat sekolah, kabupaten/kota, maupun provinsi.

Pasal 3 Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa fungsi pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang memiliki martabat, dengan tujuan mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan ini ditujukan agar peserta didik dapat tumbuh menjadi individu yang beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dengan demikian, peran strategis sistem pendidikan nasional menjadi krusial dalam usaha meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia di masa depan,

mencerminkan kompleksitas dan skala besar dalam pengaturan dan pelaksanaannya.

(Y.Hadijaya.,2012).Seperti apa bentuk kestabilan akademik mahasiswa yang harus dijaga agar mencapai puncak prestasi, Motivasi, menurut Winkel (1997), adalah pendorong pada saat tertentu untuk mencapai tujuan dan membentuk kepribadian individu. Dalam konteks pendidikan, motivasi diartikan sebagai keinginan untuk mencapai tingkatan tertentu dalam prestasi akademik. Motivasi berprestasi akademik merupakan dorongan mental yang mendorong individu untuk mencapai kesuksesan atau melakukan suatu kegiatan dengan lebih baik, cepat, efektif, dan efisien daripada sebelumnya di perguruan tinggi. Pengukuran motivasi berprestasi dilakukan berdasarkan karakteristik individu yang memiliki motivasi tersebut, seperti memilih risiko yang sedang, membutuhkan umpan balik, menguasai tugas, memiliki tanggung jawab, dan bersifat inovatif. (Hidayati.,2014).

Penyebab stress yang terjadi pada mahasiswa. Setiap individu pasti mengalami stres, yang dapat timbul dari berbagai faktor baik eksternal maupun internal. Stres pada seseorang umumnya muncul akibat beban yang dihadapi, dan mahasiswa tidak terkecuali dari mengalami stres karena tanggung jawab yang banyak, termasuk tugas kuliah yang harus diselesaikan. Mahasiswa tingkat akhir cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi karena selain tugas mata kuliah, mereka juga harus menyelesaikan tugas akhir seperti skripsi dan KTI dalam waktu singkat. Kecepatan menyelesaikan tugas akhir berpengaruh pada waktu kelulusan dan kesempatan untuk mencari pekerjaan. Namun, menyelesaikan tugas akhir tidak sebanding dengan mengerjakan makalah atau tugas mata kuliah lainnya, karena banyak kendala yang dapat membuat mahasiswa merasa terbebani dan stres, dengan tingkat stres yang bervariasi dari ringan, sedang, hingga berat. Tingkat kepedulian terhadap Pendidikan. (Ambarwati dkk.,2017).

Tingkat perhatian terhadap Pendidikan mencerminkan aspek dalam diri seseorang yang menggambarkan sikap, tindakan, dan nilai-nilai tanggung jawab terhadap suatu objek tertentu (Mesarovic & Eduardus, 1974, p.47). Fakta yang terlihat di lapangan adalah bahwa sebagian besar anak tidak melanjutkan pendidikan karena diperkirakan orang tua mereka sering menggunakan tenaga anak-anak untuk membantu mencari nafkah di ladang dan sawah. Hal ini menyebabkan kurangnya minat anak-anak tersebut untuk melanjutkan sekolah. (Malik.,2016).

Stabilitas akademik mahasiswa, yang tercermin dalam keberhasilan, kesuksesan, dan pencapaian prestasi akademik, menjadi dambaan dan harapan bagi mereka. Keberhasilan

akademik dianggap sebagai indikator kualitas mahasiswa dalam hal kemampuan intelektual, ketekunan, dan adaptasi diri. Evaluasi keberhasilan akademik terlihat dari penilaian mahasiswa terhadap pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang tercermin dalam nilai-nilai, seperti UTS, UAS, dan tugas-tugas relevan dalam perkuliahan. Meskipun tidak semua mahasiswa mampu maksimal dalam memanfaatkan potensi mereka untuk mencapai keberhasilan akademik, hal ini dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal berasal dari lingkungan, sementara faktor internal melibatkan efikasi diri dan kestabilan emosi mahasiswa (Sukmawati dkk, 2013).

Efikasi diri dan kestabilan emosi, sebagai kondisi psikologis, menjadi faktor krusial bagi mahasiswa dalam mencapai keberhasilan dan mendapatkan pengalaman belajar yang berarti (Fitriyah, 2019). Pengembangan efikasi diri yang tinggi dan emosi yang stabil perlu ditanamkan pada mahasiswa untuk mencapai tingkat keberhasilan akademik yang optimal. Namun, masih banyak mahasiswa yang menghadapi tantangan dalam mempercayai potensi diri mereka. Beberapa mahasiswa kadang menganggap enteng beberapa mata kuliah, seperti Bahasa Indonesia, dengan anggapan bahwa materi tersebut mudah karena menggunakan bahasa sehari-hari. Namun, keberhasilan akademik yang diperoleh kadang tidak sebanding dengan persepsi tersebut (Sukmawati dkk, 2013) (Fitriyah.,2020)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian menggunakan metode studi kepustakaan atau studi literatur review. Pentingnya kajian pustaka juga dapat dilihat dari peranannya sebagai dasar penelitian, membantu peneliti dalam menentukan tema dan judul penelitian. Kajian pustaka menjadi fondasi untuk merumuskan permasalahan yang akan diselesaikan, menggambarkan teori, temuan, dan sumber informasi yang relevan. Kajian pustaka, pada dasarnya, menjadi landasan untuk menyusun kerangka pemikiran yang berkualitas terkait dengan penyelesaian suatu permasalahan yang diidentifikasi dalam perumusan masalah.

Tahapan awal penelitian melibatkan penelusuran data yang relevan dengan subjek penelitian, langkah yang perlu dilakukan dengan teliti karena dapat membantu peneliti menemukan informasi yang mendukung penelitiannya (Muanif Ridwan.,2021).

Identifikasi Topik Penelitian menentukan ruang lingkup dan topik penelitian yang akan dijelajahi Pencarian Literatur, Mengumpulkan literatur dari sumber-sumber terpercaya seperti basis data online, perpustakaan, dan repositori institusional.

Desain eksperimen digunakan untuk mengendalikan variabel dan mengukur efektivitas suatu intervensi. Penentuan Variabel Penelitian mengidentifikasi variabel yang akan diamati dan diukur. Pengembangan Desain Eksperimen menyusun rencana eksperimen yang mencakup pengendalian variabel dan pengumpulan data. Pengumpulan data melakukan pengumpulan data numerik melalui observasi, survei, atau pengukuran. Analisis tematik melakukan pemilihan artikel untuk analisis tematik dengan memilih artikel yang relevan dengan topik penelitian.

Pengelompokan temuan menjadi tema utama mengorganisir informasi menjadi kategori atau tema utama. Analisis tematik mengidentifikasi hubungan antar tema dan merumuskan temuan yang signifikan. Pemilihan operator boolean dan identifikasi kata kunci dengan menentukan kata kunci yang paling relevan dengan topik penelitian. Penggunaan operator boolean menggunakan operator seperti "AND" dan "OR" untuk menghubungkan kata kunci dan menyaring hasil pencarian. Pencarian literatur melakukan pencarian dengan menggunakan kombinasi kata kunci dan operator Boolean. Pencarian literatur komprehensif mengidentifikasi sumber-sumber literatur terkemuka dengan menentukan basis data atau sumber terpercaya. Pencarian aktif melibatkan pencarian intensif dengan menggunakan kata kunci yang sesuai. Pengumpulan artikel yang relevan, memilih artikel yang memenuhi kriteria relevansi dan kualitas. Analisis data pengumpulan data dengan menghimpun data dari berbagai sumber seperti survei, wawancara, atau observasi.

Pengolahan data menyederhanakan data dengan menggunakan metode analisis yang disederhanakan. Data dianalisis secara terstruktur dengan menggunakan metode *simplified approach*. Hasil pencarian melibatkan 16 artikel dari Google Scholar dan maksimum 200 artikel dari Publish or Perish yang membahas dampak tekanan akademik terhadap kesejahteraan psikis mahasiswa, dengan fokus selain dari bimbingan konseling. Untuk menemukan artikel-artikel tersebut, kata kunci yang digunakan adalah *Approach, Strategy, Technique, dan Guidance*. Peneliti mengaplikasikan operator "AND" dalam Boolean sebagai upaya untuk menggabungkan konsep dan aspek yang berbeda sebagai kata kunci pencarian, dengan tujuan untuk menyempitkan lingkup dokumen yang ditemukan.

HASIL LITERATURE REVIEW

Hasil dari literature review pada enam belas artikel, penulis menemukan adanya

pengaruh Pendekatan, Strategi Dan Teknik Bimbingan Konseling Terhadap Psikis Mahasiswa. Setiap hasil yang ditemukan menghasilkan enam tema besar, yaitu: pengembangan program studi, layanan program studi, pemahaman dan pengoptimalan keterampilan mahasiswa, psikologis mahasiswa, keperawatan kesehatan dan mental, motivasi belajar dan performa akademik.

Temuan pada tematik pertama adalah adanya Pengembangan Program Studi: Strategi Value Chain yang Holistik. Pentingnya value chain dalam konteks Program Studi Bimbingan Konseling dan Pendidikan Ekonomi ditelaah secara mendalam. Dengan menerapkan standar kompetensi yang ketat, memperbaiki fasilitas, meningkatkan manajemen, dan mengadopsi strategi pembiayaan yang inovatif, program studi dapat menjadi pusat pendidikan yang berkualitas dan relevan.

Temuan pada tematik kedua yaitu pentingnya layanan bimbingan konseling dalam menunjang kesejahteraan psikologis dan akademis mahasiswa pada tema ini membahas peran kritis layanan bimbingan konseling dalam meningkatkan motivasi dan psikis mahasiswa. Dengan fokus khusus pada mengatasi prokrastinasi, bimbingan konseling menjadi sarana untuk membantu mahasiswa mengatasi hambatan dan mencapai potensi penuh mereka.

Temuan pada tematik ketiga adalah pengoptimalan keterampilan mahasiswa dan peran penting layanan bimbingan dan konseling. Pemahaman mahasiswa terhadap pendekatan konseling dan bagaimana layanan bimbingan dapat dioptimalkan untuk meningkatkan keterampilan mereka menjadi sorotan dalam bagian ini. Bimbingan konseling tidak hanya berfungsi sebagai penyelesaian masalah tetapi juga sebagai alat pembentukan keterampilan yang berkelanjutan.

Temuan pada tematik keempat adalah aspek psikologis mahasiswa serta tantangan dan solusi menghadapi psikis mahasiswa. Analisis mendalam terhadap dinamika psikologis mahasiswa yang mengalami prokrastinasi memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu, hubungan antara self-efficacy dan tingkat kecemasan menjadi fokus untuk memberikan strategi khusus dalam mengatasi tantangan ini.

Temuan pada tematik kelima adalah keperawatan dan kesehatan mental mahasiswa dan peran profesionalisme dalam pemeliharaan kesehatan mental. Melalui implementasi strategi keperawatan untuk mengatasi halusinasi pada pasien dan penelitian mengenai

kesehatan mental mahasiswa keperawatan, hal ini menyoroiti peran penting konselor dan bimbingan konseling bagi mahasiswa dalam aspek kesehatan mental, menanggapi tuntutan kontemporer yang semakin kompleks.

Temuan pada tematik keenam adalah motivasi dan performa akademik dalamchal ini motivasi belajar dan motivasi mental merupakan kunci keberhasilan pendidikan tinggi. Pada tematik ini menganalisis pengaruh motivasi belajar, thinking style, dan persepsi terhadap performa akademik mahasiswa. Menunjukkan bahwa melibatkan mahasiswa secara holistik, baik dari segi akademik maupun psikologis, adalah kunci untuk mencapai keberhasilan dalam pendidikan tinggi.

Tabel 1. Matrik analisa data pada artikel yang digunakan dalam literature review

Author/ Title/Journal	metodhe	Results
"Strategi Pengembangan Value Chain Program Studi Bimbingan Konseling Dan Program Studi Pendidikan Ekonomi (Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana)"	Metode penelitian yang digunakan adalah kepustakaan atau literature review	support sytem Program Studi Bimbingan Konseling dan Program Studi Pendidikan Ekonomi memiliki kesamaan atribut, karena studi support system merupakan wewenang dari universitas
Khazanah Pendidikan Jurnal Ilmiah Kependidikan, Volume Xiii, Nomor 2, Maret 2020	metode deskriptif dengan penelitian survey	antasi karir termasuk kategori cukup. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa kesadaran karir, eksplorasi karir, dan perencanaan karir siswa cukup baik.
JMKSP(Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan)	observasi partisipan, wawancara mendalam studi dokumentasi.	Dalam upaya mengimplementasikan standar kompetensi untuk meningkatkan prestasi akademik dan non-akademik, semangat dan kewirausahaan ditanamkan melalui unit produksi dan pelatihan industri. Selain itu, peningkatan kompetensi guru dan staf dilakukan dalam rangka memenuhi standar pendidikan dan kepemimpinan melalui program pelatihan. Penerapan standar fasilitas melibatkan perencanaan, pengadaan, pemeliharaan, dan inventarisasi fasilitas sekolah. Dalam menerapkan standar manajemen, program sekolah (RKS) dan program kegiatan anggaran sekolah (RKAS) diatur, sementara visi dan misi sekolah dirumuskan dan disosialisasikan. Dalam hal pembiayaan, perencanaan, pengelolaan, dan pelaporan pendanaan sekolah diatur sesuai standar. Dalam implementasi standar penilaian, Teknologi dan Informasi (TI) digunakan.
Layanan Bimbingan konseling untuk meningkatkan motivasi dan psikis mahasiswa dalam proses pembelajaran di masa covid 19 Vitria Larseman Dela, Nurhasanah Pardede, Sukatno, Anas Munandar Matondang, Harun Arrasyd, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan Tahun 2022	Metode penelitian yang digunakan adalah True experimental design, bentuk posttest Group Design.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada pretest, kelompok eksperimen mencapai skor 892 dengan rata-rata 89,2, sementara kelompok kontrol mencapai skor 604 dengan rata-rata 60,4. Setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, posttest kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan menjadi 911, dengan rata-rata 91,1. Dengan selisih antara pretest (89,2) dan posttest (91,1), terlihat peningkatan sebesar 1,9, yang menghasilkan kesimpulan bahwa hipotesis dapat diterima.
Ragam Pendekatan Bimbingan Konseling Universitas Islam Nusantara.	Metode penelitian yang digunakan adalah studi kepustakaan atau literature review	Hasil pembahasan menunjukkan bahwa terdapat 11 pendekatan bimbingan konseling yang dapat membantu konselor dalam memberikan bantuan, salah satunya adalah pendekatan behavioral yang banyak digunakan di sekolah. Beberapa teknik konseling dalam pendekatan behavioral antara lain self management, pekerjaan rumah, dan funishment.

Dinamika Psikologis Mahasiswa Yang Mengalami Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi	Penelitian ini menggunakan metode fenomenologis	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika psikologis mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Yogyakarta, yang terlibat dalam perilaku prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi, dengan mempertimbangkan aspek jenis, proses, penyebab, akibat, dan strategi penanganan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami dua jenis prokrastinasi, yaitu fungsional dan disfungsional, dengan proses prokrastinasi yang dimulai dari bab 1 hingga bab 5. Penyebab prokrastinasi melibatkan faktor-faktor seperti rasa malas, kecenderungan perfeksionis, aktivitas berlebihan, pekerjaan, kurang motivasi, dan kesulitan berinteraksi dengan dosen. Akibat dari perilaku prokrastinasi ini meliputi perasaan kecewa, menyesal, tertekan, malu, dan bersalah. Selain itu, berbagai strategi penanganan digunakan oleh mahasiswa, dengan TO, EN, IR, dan DR menggunakan pendekatan penanganan yang adaptif, sementara SN cenderung menggunakan strategi penanganan yang kurang adaptif
Pemahaman Pendekatan Konseling Mahasiswa Bk Fip Uny Sebagai Calon Konselor	Metode pengumpulan data yang digunakan adalah tes pemahaman. Analisis menggunakan analisis stik deskriptif.	Tujuan penelitian ini adalah menganalisis psikologis mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Yogyakarta, yang terlibat dalam perilaku prokrastinasi saat menyelesaikan skripsi. Faktor-faktor yang diperhatikan melibatkan jenis, proses, penyebab, akibat, dan strategi penanganan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami dua jenis prokrastinasi, yaitu fungsional dan disfungsional, dengan proses prokrastinasi yang dimulai dari bab 1 hingga bab 5. Faktor-faktor penyebab melibatkan rasa malas, kecenderungan perfeksionis, aktivitas berlebihan, pekerjaan, kurang motivasi, dan kesulitan berinteraksi dengan dosen. Dampak perilaku prokrastinasi meliputi perasaan kecewa, penyesalan, tekanan, malu, dan rasa bersalah. Mahasiswa juga menggunakan berbagai strategi penanganan, di mana TO, EN, IR, dan DR menerapkan pendekatan yang adaptif, sementara SN cenderung menggunakan strategi yang kurang adaptif.
Pemanfaatan bimbingan dan konseling dalam pengoptimalan keterampilan mengingat mahasiswa Romi Fajar Tanjung Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar	Teknik analisis data menggunakan bantuan microsoft excel.	Temuan penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengingat (memory) mahasiswa program studi bimbingan konseling masih belum mencapai perkembangan optimal. Mahasiswa disarankan untuk melakukan eksplorasi dan memperoleh pengetahuan tentang metode atau teknik yang efektif dalam meningkatkan keterampilan mengingat (memory). Upaya ini bertujuan agar setiap informasi yang diterima dapat diolah, disimpan, dan dapat diakses kembali saat diperlukan. Pelayanan bimbingan dan konseling diidentifikasi sebagai sarana yang dapat membantu mahasiswa dalam mengoptimalkan keterampilan mengingat (memory).
Ramadirga Thio (2018) Hubungan Self-Efficacy Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Universitas Lampung, Fakultas Kedokteran.	Saba, 141801172 Penelitian ini adalah penelitian cross-sectional yang menggunakan teknik total sampling.	Dalam hasil penelitian, ditemukan bahwa tingkat self-efficacy rendah mencapai 23%, sedangkan tingkat self-efficacy sedang mencapai 36,9%, dan tingkat self-efficacy tinggi mencapai 40,1%. Sementara itu, responden yang mengalami kecemasan tinggi sebesar 23,4%, dan yang mengalami kecemasan sedang sebesar 76,6%. Melalui uji chi-square, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat self-efficacy dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat pertama, dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$).

Individual Therapy (Counseling) For Changes In Self-Esteem Of Parents Who Have Children With Special Needs	penelitian yang digunakan adalah penelitian tinjauan pustaka	Ditemukan enam artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan relevan dengan topik mengenai dampak terapi individu (konseling) terhadap peningkatan harga diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Terapi individu menggunakan teknik CBT (Cognitive Behavior Therapy) terbukti berpengaruh positif dalam meningkatkan harga diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Rekomendasi: Artikel-artikel ini dapat digunakan sebagai referensi untuk memperluas pemahaman, mengembangkan pengetahuan, dan menjadi bahan pembelajaran dalam proses pengajaran.
Pelaksanaan Layanan Advokasi Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Yayasan Cahaya Perempuan Women's Crisis Center Kota Bengkulu Skripsi Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Dalam Bidang Bimbingan Dan Konseling Islam Oleh: Yuni Oktaviani 1416323215	Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian lapangan (Field Research) dengan pendekatan kualitatif.	Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pelayanan advokasi bagi perempuan yang menjadi korban Kekerasan Rumah Tangga dilaksanakan melalui serangkaian tahap, meliputi Pra Pelayanan, Pelayanan, dan Pasca Pelayanan. Materi yang disampaikan di WCC mencakup hak-hak perempuan, isu KDRT, kesehatan reproduksi, dan peraturan perundang-undangan. Metode yang digunakan mencakup wawancara dan diskusi. Hambatan yang dihadapi dalam memberikan layanan advokasi bagi korban KDRT meliputi kurangnya kepercayaan diri klien, kurangnya dukungan keluarga, dan jarak antara konselor dan korban yang cukup jauh, menjadi kendala dalam memberikan layanan advokasi. Secara keseluruhan, pelaksanaan layanan advokasi di Yayasan Cahaya Perempuan dinilai berjalan dengan baik dan memenuhi standar yang ada dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh korban.
Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi, Dan Ilmu Sosial	Penelitian ini menggunakan learning theory, social pressure theory dan teori kognitif	Dari hasil penelitian, disimpulkan bahwa motivasi belajar dan gaya berpikir memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja akademik mahasiswa. Meskipun demikian, penelitian ini tidak menemukan dampak signifikan dari peran orang tua terhadap performa akademik mahasiswa.
Hubungan Persepsi Pembelajaran Online dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif korelasi	Hasil penelitian mengungkapkan bahwa sebagian besar mahasiswa memberikan penilaian positif terhadap pembelajaran online, metode penelitian mencapai 56,5%, sementara prestasi akademik mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara menunjukkan tingkat kepuasan yang signifikan, yakni 60,0%. Dalam uji korelasi Pearson dengan tingkat signifikansi α 0,05, ditemukan koefisien korelasi sebesar ($r = 0,109$), yang mengindikasikan bahwa hipotesis (H_a) dapat diterima
Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia Vol.2No. 2Desember 2023https://journal-mandiracendikia.com/jkmc	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa data yang diperoleh dari mayoritas persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran online adalah metode penelitian baik (56,5%), sedangkan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara sangat memuaskan (60,0%). Berdasarkan hasil uji korelasi pearson dengan α 0,05 didapatkan hasil koefisien korelasi ($r =0,109$), sehingga H_a dapat diterima.
Implementasi Strategi Pelaksanaan(Sp I-Iv) Keperawatan Dalam Membantu Mengontrol Halusinasi Pada Pasien Halusinasi : Studi Literature	Metode: Penulisan ini dilakukan dengan metode telaah literature menggunakan strategi yang komprehensif melalui database Balai pustaka	Peranan strategi pelaksanaan keperawatan (SP I -IV) memiliki perannya yang efektif membantu pasien halusinasi mengontrol halusinasi untuk menuju kesembuhan.
Google Meet Pada Mata Kuliah Metodologi Penelitian Kualitatif	digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen	Normalitas menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) untuk data pretest hasil belajar mahasiswa sebesar 0,108, sementara untuk data posttest hasil belajar mahasiswa sebesar 0,583. Dari hasil uji Shapiro-Wilk, ditemukan bahwa semua data, baik pretest maupun posttest hasil belajar mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam IAIN Pontianak kelas VB, memiliki nilai di atas 0,05, menyiratkan bahwa data penelitian hasil belajar mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam IAIN Pontianak kelas VB bersifat normal.

DISKUSI

Tinjauan literatur yang disajikan dalam makalah ini mencakup berbagai topik yang berkaitan dengan manajemen pendidikan, kepemimpinan, dan pengawasan, dengan fokus khusus pada penerapan standar kompetensi, layanan konseling, dan dinamika psikologis siswa. Metode penelitian yang digunakan meliputi observasi, wawancara mendalam, studi dokumenter, dan analisis statistik, yang memberikan pendekatan komprehensif untuk memahami berbagai aspek konseling pendidikan dan psikologi siswa.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan adanya korelasi positif antara layanan konseling dan peningkatan prestasi akademik mahasiswa, serta hubungan antara persepsi terhadap pembelajaran online dan prestasi akademik. Hal ini menggarisbawahi pentingnya konseling dalam mengatasi tantangan akademik dan meningkatkan hasil belajar siswa.

Selain itu, tinjauan ini juga mempelajari tingkat stres, kekhawatiran pendidikan, dan stabilitas akademik di antara para siswa, menyoroti dampak pendekatan, strategi, dan teknik konseling terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Analisis data yang sistematis dengan menggunakan pendekatan yang disederhanakan berkontribusi pada pemahaman yang bernuansa tentang sifat multifaset dari psikologi siswa dan peran konseling dalam mengatasi kompleksitas ini.

Tinjauan literatur juga menekankan pentingnya motivasi dan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres di kalangan mahasiswa, yang menjelaskan peran penting layanan konseling dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa selama periode akademik yang menantang. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah menyoroti pengaruh positif dari konseling terhadap kesehatan psikologis siswa, pengurangan stres, orientasi karir, dan motivasi.

Sebagai kesimpulan, tinjauan literatur memberikan wawasan yang berharga tentang dampak konseling yang beragam terhadap kesejahteraan psikologis dan kinerja akademik siswa. Hal ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan konseling yang efektif dan pemahaman yang komprehensif tentang metode konseling untuk mencapai hasil yang optimal. Temuan ini juga menekankan peran penting konseling dalam meningkatkan motivasi, efikasi diri, orientasi karier, dan keterampilan akademik mahasiswa, yang berkontribusi pada pendekatan holistik terhadap dukungan dan kesejahteraan mahasiswa.

Diskusi ini menyoroti pentingnya penelitian ini dalam memberikan kontribusi terhadap pemahaman dampak konseling terhadap psikologi siswa dan kinerja akademik, memberikan wawasan yang berharga bagi para praktisi pendidikan dan pembuat kebijakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan literature review yang dilakukan dengan tujuan menganalisis Pendekatan, Strategi, dan Teknik Bimbingan Konseling terhadap Psikis Mahasiswa, ditemukan bahwa dalam enam belas artikel terdapat indikasi bahwa bimbingan konseling memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan psikis mahasiswa dengan memperbaiki kondisi psikis mereka., menurunkan tingkat stres yang terjadi pada mahasiswa, adanya strategi pengembangan value chain yang signifikan, orientasi karir pada mahasiswa yang bertujuan untuk memiliki kesadaran, eksplorasi, dan perencanaan karir yang cukup baik, pentingnya pendidikan konseling pada masa Covid-19 dapat meningkatkan motivasi dan psikis mahasiswa, yang tercermin dari peningkatan skor pretest dan posttest dalam studi eksperimental. Ini menunjukkan peran penting layanan konseling dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa selama masa sulit. Penelitian lain menunjukkan berbagai pendekatan dalam bimbingan konseling, seperti pendekatan behavioral, yang efektif dalam konteks pendidikan. Mahasiswa Bimbingan Konseling juga menghadapi tantangan seperti prokrastinasi, yang memerlukan pemahaman mendalam mengenai dinamika psikologis.

Kesimpulan umum: Bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam meningkatkan berbagai aspek pendidikan dan psikologis mahasiswa, termasuk motivasi, self-efficacy, orientasi karir, dan keterampilan akademik. Pendekatan konseling yang efektif dan pemahaman yang baik terhadap berbagai metode konseling penting untuk mencapai hasil yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- 13 April 2019 dari <https://boviekawulusan.blogspot.com/2018/03/analisis-kekerasan-terhadap-anak-di.html>
- A. (2012). A randomized trial of cognitive behaviour therapy and cognitive therapy for children with posttraumatic stress disorder following single-incident trauma. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(3), 327– 337.
- A. (2014). Child abuse in Iran: A systematic review and meta- analysis. *Iranian Journal of Psychiatry*, 9(3), 118-124. Diakses pada 13 April 2019 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4277799>, PMID: 25561950

- Endaryono. (2017). Dampak Kekerasan Terhadap Anak (Pahami, ambil sikap dan action). Diakses 15 April 2019 dari [https:// perludiketahui.wordpress.com/dampak-kekerasan-terhadap-anak/](https://perludiketahui.wordpress.com/dampak-kekerasan-terhadap-anak/)[26-9-2017; 10:46]
- [http:// doi.org/10.1007/s10802- 011-9566-7](http://doi.org/10.1007/s10802-011-9566-7)
- Kawulusan, Bovie (2018). Analisis Kekerasan terhadap Anak di Provinsi Lampung. Diakses
- Komisi Nasional Hak Asasi Manusia (Komnas HAM). (2014). Data Mohammadi, M. R., Zarafshan, H., & Khaleghi,
- National Center for PTSD. (2015).
- Nixon, R. D. V., Sterk, J., & Pearce, perilaku Kekerasan pada anak dan Kejahatan seksual terhadap anak. Suar, 1, 13. Diakses pada 13 April 2019 dari [http:// www.komnasham.go.id/sites/default/files/dokumen/SUAR%20EDISI%201-2014.pdf](http://www.komnasham.go.id/sites/default/files/dokumen/SUAR%20EDISI%201-2014.pdf)
- Prasetyo, Yehezkiel E. (2016). Pengaruh Cognitive Behavior Therapy terhadap Penanganan Posttraumatic Stress Disorder Akibat Kekerasan pada Anak. Laporan Tugas akhir 2016
- PTSD in children and teens.
- Randolph, J. J. (2009). A guide to writing the dissertation literature review. peer-reviewed electronic journal, 14(13). Diakses pada 15 April 2019 dari <http://doi.org/10.1306/>
- U.S. Department Veterans of Affairs. Diakses pada 13 April 2019 dari [http://www.ptsd.va.gov/public/family/ptsd- children- adolescents.asp](http://www.ptsd.va.gov/public/family/ptsd-children-adolescents.asp)