

MODEL INTEGRATIF INTERVENSI KONSELING KESEHATAN MENTAL SISWA : KARAKTERISTIK, KOMPONEN, DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA: *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*

Nurul Jannati Salsabila¹, Defriyanto²

¹njsalsabila429@gmail.com, ²defriyanto@radenintan.ac.id

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Abstract

This research aims to identify and synthesize the characteristics, main components, and factors that influence the effectiveness of counseling interventions in improving students' mental health. The research uses a Systematic Literature Review (SLR) approach referring to the PRISMA flow to select relevant articles. A total of 21 scientific articles that met the inclusion criteria were systematically analyzed using data extraction and thematic analysis techniques. The research results show that effective counseling interventions have the main characteristics of a holistic approach, based on initial assessment, and supported by adequate counselor competence. In addition, interventions are also flexible in form and media, including the use of technology and culture-based approaches. Factors that influence the effectiveness of interventions include individual factors (self-compassion, coping, traumatic experiences), academic factors (learning involvement), socio-cultural factors (social support and stigma), and system factors (service access and monitoring). Overall, the research findings confirm that counseling interventions must be designed in an integrative and contextual manner to achieve optimal results. This research contributes to the development of more comprehensive and evidence-based counseling intervention models in educational contexts.

Keywords: *Counseling Interventions, Mental Health, Systematic Literature Review, Effectiveness Factors, Integrative Models*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mensintesis karakteristik, komponen utama, serta faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Penelitian menggunakan pendekatan ***Systematic Literature Review (SLR)*** dengan mengacu pada alur PRISMA untuk menyeleksi artikel yang relevan. Sebanyak 21 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis secara sistematis menggunakan teknik ekstraksi data dan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi konseling yang efektif memiliki karakteristik utama berupa pendekatan yang holistik, berbasis asesmen awal, serta didukung oleh kompetensi konselor yang memadai. Selain itu, intervensi juga bersifat fleksibel dalam bentuk dan media, termasuk penggunaan teknologi dan pendekatan berbasis budaya. Faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi meliputi faktor individu (self-compassion, coping, pengalaman traumatis), faktor akademik (keterlibatan belajar), faktor sosial-budaya (dukungan sosial dan stigma), serta faktor sistem (akses layanan dan monitoring). Secara keseluruhan, temuan penelitian menegaskan bahwa intervensi konseling harus dirancang secara integratif dan kontekstual untuk mencapai hasil yang optimal. Penelitian ini memberikan

kontribusi dalam pengembangan model intervensi konseling yang lebih komprehensif dan berbasis bukti dalam konteks pendidikan.

Kata Kunci: Intervensi Konseling, Kesehatan Mental, Systematic Literature Review, Faktor Efektivitas, Model Integratif

PENDAHULUAN

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya urgensi isu kesehatan mental pada siswa dan mahasiswa dalam sistem pendidikan global. Fase pendidikan, khususnya pada masa remaja hingga dewasa awal, ditandai oleh tekanan akademik, dinamika sosial, serta tuntutan perkembangan psikologis yang kompleks. Kondisi tersebut berkontribusi pada meningkatnya prevalensi gangguan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi yang berdampak pada kesejahteraan, kinerja akademik, relasi sosial, serta keberlanjutan studi. Dalam konteks ini, layanan bimbingan dan konseling dipandang sebagai intervensi strategis yang berfungsi secara preventif, kuratif, dan promotif. Namun, kompleksitas permasalahan menuntut pendekatan yang lebih komprehensif, adaptif, dan berbasis bukti. Oleh karena itu, diperlukan kajian mendalam untuk mengidentifikasi karakteristik dan faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling sebagai dasar pengembangan model integratif. Kajian literatur menunjukkan bahwa intervensi konseling efektif dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dan mahasiswa. Penelitian (Karin & Dongil et al., 2025) menegaskan pentingnya kompetensi multikultural konselor yang mencakup kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan dalam menangani keberagaman klien. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi konseling tidak dapat dilakukan secara seragam, melainkan harus disesuaikan dengan karakteristik individu. Sementara itu, (Greco et al., 2025) menemukan keterkaitan signifikan antara keterlibatan akademik dan kesehatan mental, sehingga intervensi konseling perlu mengintegrasikan aspek akademik dan psikologis. Temuan (Troncone et al., 2026) menunjukkan bahwa distress psikologis meningkatkan risiko putus studi, sehingga intervensi konseling memiliki peran strategis dalam menjaga keberlangsungan pendidikan. Selain itu, (Broglia et al., 2021) dan (Tinella et al., 2025) membuktikan bahwa layanan konseling mampu menurunkan gejala psikologis dan meningkatkan kesejahteraan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi konseling telah diakui sebagai pendekatan berbasis bukti yang efektif dalam

konteks pendidikan. Namun, efektivitas tersebut sangat bergantung pada desain intervensi, kompetensi konselor, serta konteks implementasi.

Perkembangan mutakhir menunjukkan adanya inovasi menuju pendekatan intervensi konseling yang lebih integratif dan multidimensional. Integrasi *Cognitive Behavioral Therapy* dan *Positive Psychology* terbukti efektif dalam menurunkan depresi dan stres (Kalamatianos & Kounenou, et al., 2025), mencerminkan pergeseran paradigma dari reduksi gejala menuju penguatan potensi individu. Selain itu, pemanfaatan teknologi melalui konseling virtual dan perangkat digital meningkatkan aksesibilitas layanan (Cohen et al., 2020; Renbarger et al., 2023). Pendekatan berbasis budaya juga terbukti meningkatkan efektivitas intervensi dengan mempertimbangkan latar belakang siswa (Martinez et al., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi konseling bersifat holistik, adaptif, dan kontekstual. Selain pendekatan, penelitian juga menunjukkan bahwa faktor individu memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan intervensi konseling. *Self-compassion* berperan sebagai faktor protektif yang kuat dalam kesehatan mental, sementara stigma kesehatan mental menjadi hambatan dalam pencarian bantuan (Kotera et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas intervensi tidak hanya bergantung pada program yang diberikan, tetapi juga pada kesiapan individu untuk menerima bantuan. Pengalaman traumatis masa lalu (Craig et al., 2023) serta strategi coping (Buizza et al., 2022) juga berpengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis. Dengan demikian, intervensi konseling yang efektif harus mampu mengintegrasikan pemahaman terhadap faktor-faktor individual tersebut. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan personal dan berbasis data menjadi kebutuhan utama dalam pengembangan intervensi konseling. Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas intervensi konseling, masih terdapat sejumlah kesenjangan penelitian yang perlu diperhatikan. Salah satu kesenjangan utama adalah dominasi penelitian yang berfokus pada mahasiswa di pendidikan tinggi, sementara penelitian pada siswa di tingkat sekolah masih relatif terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa hasil penelitian yang ada belum sepenuhnya dapat digeneralisasikan ke konteks siswa sekolah. Selain itu, banyak penelitian yang menggunakan desain jangka pendek, sehingga belum mampu menggambarkan efektivitas intervensi dalam jangka panjang. Keterbatasan ini menunjukkan perlunya penelitian yang lebih mendalam dan berkelanjutan dalam mengkaji intervensi konseling pada siswa.

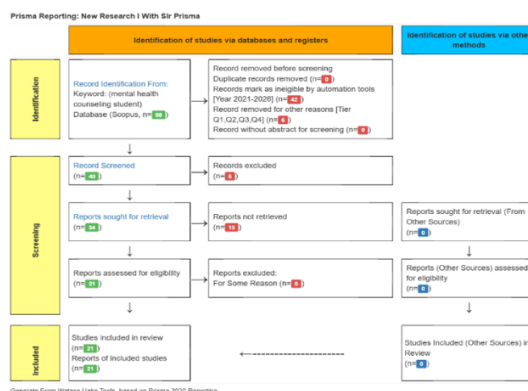
Selain itu, terdapat kesenjangan dalam integrasi berbagai komponen intervensi yang selama ini masih dikaji secara terpisah. Padahal, kesehatan mental merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu mengintegrasikan berbagai komponen tersebut dalam satu model yang komprehensif. Kesenjangan lain yang juga penting adalah berkaitan dengan implementasi dan aksesibilitas layanan konseling. Penelitian (Feeny et al., 2025) menunjukkan bahwa meningkatnya permintaan layanan konseling tidak diimbangi dengan ketersediaan layanan yang memadai, sehingga menyebabkan keterbatasan akses bagi siswa. Pendekatan proaktif berbasis data berpotensi meningkatkan keterlibatan siswa. Selain itu, penelitian (Ning et al., 2022) menunjukkan bahwa stigma dan rendahnya literasi kesehatan mental menjadi hambatan utama dalam pemanfaatan layanan konseling. Hal ini menunjukkan bahwa masalah dalam intervensi konseling tidak hanya terletak pada desain program, tetapi juga pada penerimaan dan aksesibilitas layanan. Penelitian (Newham et al., 2026) menunjukkan bahwa pendekatan proaktif berbasis data dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam layanan konseling, namun pendekatan ini masih terbatas dalam implementasinya. Dengan demikian, diperlukan model intervensi yang tidak hanya efektif secara teoritis, tetapi juga dapat diimplementasikan secara luas dan diterima oleh siswa. Hal ini menjadi penting dalam memastikan bahwa intervensi konseling dapat memberikan dampak yang nyata. Berdasarkan latar belakang dan kajian literatur tersebut. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis secara komprehensif karakteristik, komponen, dan faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Penelitian ini juga bertujuan mengintegrasikan temuan terdahulu dalam model intervensi yang lebih holistik dan aplikatif melalui pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) untuk menghasilkan sintesis berbasis bukti serta mengidentifikasi pola, tren, dan kesenjangan penelitian. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan model intervensi konseling yang lebih komprehensif. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga konstruktif dalam mengembangkan model baru. Sejalan dengan tujuan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini difokuskan pada dua pertanyaan utama yang menjadi dasar analisis dalam kajian ini. Pertanyaan pertama adalah bagaimana karakteristik dan komponen utama intervensi konseling yang efektif dalam

meningkatkan kesehatan mental siswa berdasarkan temuan penelitian terdahulu. Pertanyaan ini bertujuan untuk mengidentifikasi elemen-elemen kunci yang membentuk intervensi konseling yang efektif. Pertanyaan kedua adalah faktor-faktor apa saja yang memengaruhi keberhasilan atau efektivitas intervensi konseling dalam konteks kesehatan mental siswa. Pertanyaan ini bertujuan untuk memahami faktor-faktor yang berperan dalam menentukan keberhasilan intervensi. Kedua pertanyaan ini saling berkaitan dan membentuk kerangka analisis yang komprehensif dalam penelitian ini. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang cenderung mengkaji intervensi konseling secara parsial, seperti pendekatan coping, CBT, atau dukungan sosial secara terpisah, penelitian ini menawarkan sintesis integratif yang menghubungkan karakteristik intervensi, komponen utama, serta faktor-faktor efektivitas ke dalam satu kerangka konseptual yang komprehensif. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam pengembangan model intervensi konseling kesehatan mental yang lebih holistik, adaptif, dan berbasis bukti dalam konteks pendidikan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam mengenai intervensi konseling kesehatan mental siswa. Secara keseluruhan, penelitian ini memiliki relevansi tinggi dengan kebutuhan aktual dalam dunia pendidikan, khususnya dalam upaya meningkatkan kesehatan mental siswa. Dengan mengintegrasikan berbagai temuan penelitian terdahulu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan model intervensi konseling yang lebih efektif dan kontekstual. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan dan praktik bimbingan dan konseling di sekolah. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memiliki nilai akademik, tetapi juga memiliki implikasi praktis yang luas dalam meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa.

METODE

Metode penelitian dalam studi ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis secara sistematis berbagai penelitian terkait intervensi konseling dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengintegrasikan temuan-temuan empiris yang tersebar dalam berbagai studi menjadi suatu kesimpulan yang komprehensif dan berbasis bukti. Dalam konteks penelitian ini,

SLR digunakan untuk menjawab dua pertanyaan penelitian utama, yaitu terkait karakteristik dan komponen intervensi konseling yang efektif, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan intervensi tersebut. Proses SLR dilakukan secara terstruktur dan transparan agar dapat direplikasi oleh peneliti lain. Selain itu, pendekatan ini juga memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang masih ada dalam literatur. Dengan demikian, desain penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga analitis dan sintesis. Penggunaan SLR juga sejalan dengan kebutuhan untuk menghasilkan model intervensi konseling yang berbasis bukti dan relevan dengan konteks pendidikan. Oleh karena itu, desain penelitian ini dirancang secara sistematis mengikuti tahapan-tahapan yang jelas dan terukur.

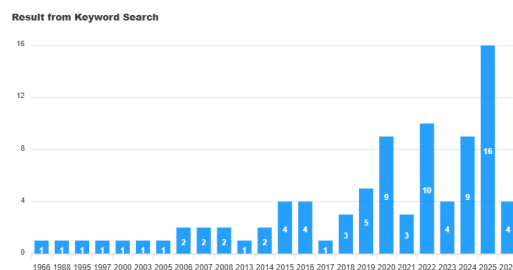


Gambar 1. Alur Prisma

Dalam proses identifikasi dan seleksi artikel, penelitian ini menggunakan alur *PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses)* sebagai panduan utama. Proses dimulai dengan pencarian literatur menggunakan kata kunci “mental health counseling student” pada database Scopus yang menghasilkan total 88 artikel awal. Selanjutnya, dilakukan proses penyaringan awal dengan menghapus artikel yang tidak memenuhi kriteria, seperti artikel di luar rentang tahun 2021–2026 sebanyak 42 artikel dan artikel yang tidak termasuk dalam kategori jurnal bereputasi (Q1–Q4) sebanyak 6 artikel. Setelah proses tersebut, diperoleh 40 artikel yang masuk tahap screening. Pada tahap screening, dilakukan peninjauan judul dan abstrak untuk menentukan relevansi dengan topik penelitian, sehingga diperoleh 34 artikel untuk tahap selanjutnya. Dari jumlah tersebut, sebanyak 13 artikel tidak dapat diakses secara penuh, sehingga hanya 21 artikel yang dianalisis lebih lanjut pada tahap eligibility. Seluruh artikel yang lolos tahap ini kemudian dimasukkan dalam analisis akhir sebagai sumber utama penelitian. Proses ini menunjukkan bahwa seleksi dilakukan secara ketat untuk

memastikan kualitas dan relevansi data yang digunakan. Dengan demikian, hasil sintesis yang diperoleh memiliki validitas yang tinggi dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Karakteristik sampel dalam penelitian ini bukan berupa individu, melainkan berupa artikel ilmiah yang relevan dengan topik intervensi konseling kesehatan mental. Sebanyak 21 artikel yang terpilih memiliki variasi dalam hal lokasi penelitian, metode penelitian, serta pendekatan teoritis yang digunakan. Artikel-artikel tersebut mencakup berbagai konteks, seperti pendidikan tinggi, layanan konseling, serta intervensi berbasis teknologi dan budaya. Meskipun sebagian besar penelitian dilakukan pada mahasiswa, temuan-temuan tersebut tetap relevan untuk dikaji dalam konteks siswa karena memiliki kesamaan dalam aspek perkembangan psikologis. Selain itu, artikel yang digunakan mencakup berbagai metode penelitian, seperti kuantitatif, kualitatif, eksperimen, dan mixed-methods, yang memberikan perspektif yang beragam. Hal ini memungkinkan peneliti untuk melakukan analisis yang lebih komprehensif terhadap berbagai aspek intervensi konseling. Dengan demikian, karakteristik sampel dalam penelitian ini bersifat heterogen namun tetap relevan dengan fokus kajian. Keberagaman ini justru menjadi kekuatan dalam menghasilkan sintesis yang lebih kaya dan mendalam. Oleh karena itu, pemilihan artikel dilakukan secara selektif untuk memastikan representativitas data.



Gambar 2. Diagram Batang Prisma

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar ekstraksi data (*data extraction form*) yang dirancang berdasarkan kebutuhan penelitian. Instrumen ini digunakan untuk mengumpulkan informasi penting dari setiap artikel yang dianalisis, seperti judul penelitian, penulis, tahun, lokasi, landasan teori, metode penelitian, temuan utama, serta keterbatasan penelitian. Selain itu, instrumen ini juga mencakup kategori khusus yang berkaitan dengan karakteristik intervensi konseling, komponen utama intervensi, serta faktor-faktor yang memengaruhi efektivitasnya. Proses ekstraksi data dilakukan secara sistematis untuk memastikan bahwa seluruh informasi yang relevan

dapat teridentifikasi dengan baik. Data yang diperoleh kemudian disusun dalam bentuk tabel untuk memudahkan analisis dan perbandingan antar studi. Dengan menggunakan instrumen ini, peneliti dapat mengorganisasi data secara terstruktur dan menghindari kehilangan informasi penting. Selain itu, penggunaan instrumen yang konsisten juga meningkatkan reliabilitas proses analisis. Dengan demikian, instrumen ini menjadi alat utama dalam proses pengumpulan dan pengolahan data dalam penelitian ini.

Tahapan pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa langkah yang sistematis dan berurutan. Tahap pertama adalah identifikasi literatur melalui pencarian database menggunakan kata kunci yang telah ditentukan. Tahap kedua adalah penyaringan awal berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, seperti tahun publikasi, jenis jurnal, dan relevansi topik. Tahap ketiga adalah screening judul dan abstrak untuk memastikan kesesuaian dengan fokus penelitian. Tahap keempat adalah pengambilan full-text artikel yang relevan untuk dianalisis lebih lanjut. Tahap kelima adalah proses ekstraksi data menggunakan instrumen yang telah disusun. Setiap tahap dilakukan secara teliti untuk memastikan kualitas data yang diperoleh. Selain itu, proses ini juga dilakukan secara transparan agar dapat direplikasi oleh peneliti lain. Dengan mengikuti tahapan ini, penelitian ini mampu menghasilkan data yang sistematis dan terstruktur. Oleh karena itu, proses pengumpulan data menjadi bagian penting dalam menjamin validitas penelitian.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan **analisis tematik (*thematic analysis*)** yang bertujuan untuk mengidentifikasi pola dan tema utama dari data yang telah dikumpulkan. Analisis dilakukan dengan cara mengelompokkan temuan-temuan penelitian ke dalam kategori yang relevan dengan pertanyaan penelitian. Untuk RQ1, analisis difokuskan pada identifikasi karakteristik dan komponen utama intervensi konseling, seperti pendekatan yang digunakan, format intervensi, serta tujuan intervensi. Sedangkan untuk RQ2, analisis difokuskan pada faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi, seperti faktor individu, sosial, akademik, dan sistem layanan. Proses analisis dilakukan secara iteratif dengan membandingkan temuan dari berbagai studi untuk menemukan pola yang konsisten. Selain itu, analisis juga mempertimbangkan konteks dan keterbatasan masing-masing penelitian. Dengan demikian, hasil analisis tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga interpretatif. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menghasilkan sintesis yang mendalam dan bermakna.

Secara keseluruhan, metode penelitian ini dirancang untuk memastikan bahwa proses penelitian dilakukan secara sistematis, transparan, dan dapat direplikasi. Penggunaan pendekatan SLR dengan panduan PRISMA memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi dan menyaring literatur secara objektif. Selain itu, penggunaan instrumen ekstraksi data dan analisis tematik memastikan bahwa data yang diperoleh dapat dianalisis secara komprehensif. Keberagaman sumber data yang digunakan juga memberikan perspektif yang luas dalam memahami intervensi konseling kesehatan mental. Dengan demikian, metode penelitian ini mampu menghasilkan temuan yang valid dan relevan dengan tujuan penelitian. Selain itu, metode ini juga memberikan kontribusi dalam pengembangan penelitian berbasis bukti dalam bidang bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji topik serupa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil sintesis penelitian ini disusun berdasarkan analisis terhadap 21 artikel yang telah melalui proses seleksi sistematis menggunakan pendekatan SLR. Secara umum, artikel-artikel yang dianalisis menunjukkan variasi dalam hal konteks penelitian, metode yang digunakan, serta fokus kajian, namun tetap berada dalam lingkup intervensi konseling dan kesehatan mental siswa atau mahasiswa. Temuan-temuan yang diperoleh menunjukkan bahwa intervensi konseling banyak dikaji dalam berbagai bentuk, seperti konseling individu, konseling kelompok, serta intervensi berbasis teknologi. Selain itu, penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi konseling diterapkan dalam berbagai konteks, termasuk pendidikan tinggi, layanan kesehatan mental, serta lingkungan sekolah. Variasi ini menunjukkan bahwa intervensi konseling merupakan pendekatan yang fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan serta kondisi individu. Dalam hal metode penelitian, sebagian besar studi menggunakan pendekatan kuantitatif, seperti survei dan eksperimen, sementara beberapa studi lainnya menggunakan pendekatan kualitatif dan mixed-methods.

Tabel 1. Hasil Ekstraksi Data

Judul penelitian	Lokasi Studi, Penulis & Tahun	Insight/ Temuan Utama	Keterbatasan Studi	Relevansi dengan Rencana Penelitian
<i>Multicultural counseling competence for addressing the mental health needs of international students in Korea.</i>	Korea, Penulis JeeEun Karin Nam & Dongil Kim (2025)	Konselor perlu kompetensi khusus untuk menangani mahasiswa internasional	Fokus hanya pada konteks Korea & konselor	Memberi dasar bahwa intervensi konseling harus disesuaikan dengan karakteristik klien (siswa)
<i>Assessing the Relationship Among Academic Engagement, Well-being, and Mental Health</i>	Italia, Penulis Greco et al.,(2025)	Engagement tinggi → kesehatan mental lebih baik	Hanya pada mahasiswa yang mencari bantuan	Menunjukkan pentingnya intervensi konseling untuk meningkatkan engagement siswa
<i>Culturally Responsive School Counseling</i>	Amerika Serikat (rural), Penulis Martinez, (2025)	Konseling berbasis budaya meningkatkan kesejahteraan dan prestasi siswa	Sampel kecil (5 siswa), konteks spesifik	Relevan untuk pengembangan intervensi konseling berbasis budaya siswa
<i>Blended Counseling Intervention in Undergraduate Students</i>	Yunani, Kalamatianos et al., (2025)	Intervensi kombinasi CBT & psikologi positif efektif menurunkan depresi & stres	Durasi pendek (5 minggu), sampel terbatas	Sangat relevan sebagai model intervensi konseling terstruktur
<i>Counselling Services and Mental Health for International Chinese College Students in Post-Pandemic Thailand</i>	Thailand, Cao, Lin, Chen (2022)	Konseling berpengaruh positif terhadap kesehatan mental mahasiswa internasional	Fokus pada mahasiswa China saja; konteks budaya spesifik Thailand	Sangat relevan menunjukkan efektivitas layanan konseling sebagai intervensi kesehatan mental

Dengan demikian, data yang diperoleh dalam kajian ini mencerminkan keragaman pendekatan dalam memahami intervensi konseling. Hal ini memberikan gambaran yang luas mengenai bagaimana intervensi konseling dikaji dalam berbagai konteks penelitian.

a. Model Intervensi Konseling

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi konseling memiliki berbagai bentuk implementasi yang berbeda. Beberapa penelitian menunjukkan penggunaan konseling individual sebagai bentuk intervensi utama, seperti yang ditemukan dalam penelitian (Feeny et al., 2025). Selain itu, terdapat juga intervensi dalam bentuk konseling kelompok, baik secara tatap muka maupun virtual, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Renbarger et al., 2023). Beberapa penelitian juga menunjukkan penggunaan pendekatan blended, yang menggabungkan berbagai metode dalam satu program intervensi, seperti dalam penelitian (Kalamatianos & Kounenou et al., 2025). Selain itu, terdapat pula intervensi berbasis teknologi yang memanfaatkan aplikasi digital untuk mendukung proses konseling, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Cohen et al., 2020). Variasi dalam bentuk implementasi ini menunjukkan bahwa intervensi konseling dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi individu. Hal ini juga menunjukkan bahwa tidak terdapat satu bentuk intervensi yang bersifat universal. Dengan demikian, fleksibilitas menjadi salah satu karakteristik utama dalam implementasi intervensi konseling. Dalam hal hasil temuan, berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi konseling memiliki dampak terhadap berbagai aspek kesehatan mental. Penelitian (Broglia et al., 2021) menunjukkan bahwa konseling dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan menurunkan gejala depresi dan kecemasan. Selain itu, penelitian (Tinella et al., 2025) menunjukkan bahwa intervensi konseling dapat meningkatkan regulasi emosi dan *self-efficacy*. Penelitian (Cao et al., 2022) juga menunjukkan bahwa layanan konseling memiliki hubungan positif dengan kesehatan mental mahasiswa internasional. Selain itu, penelitian (Troncone et al., 2026) menunjukkan bahwa distress psikologis memiliki hubungan dengan risiko dropout, yang menunjukkan bahwa intervensi konseling dapat berperan dalam mencegah dampak akademik. Penelitian (Greco et al., 2025) juga menunjukkan bahwa keterlibatan akademik memiliki hubungan dengan kesehatan mental. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi konseling memiliki dampak yang luas terhadap berbagai aspek kehidupan individu.

Selain itu, hasil sintesis juga menunjukkan adanya berbagai faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling. Faktor individu menjadi salah satu faktor utama, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian (Kotera et al., 2024) yang menyoroti peran self-compassion dan mental health shame. Selain itu, penelitian (Craig et al., 2023) menunjukkan bahwa pengalaman traumatis masa lalu (ACEs) juga memengaruhi kondisi kesehatan mental individu. Faktor lain yang juga ditemukan adalah strategi coping, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Buizza et al., 2022). Selain faktor individu, terdapat juga faktor sosial, seperti dukungan sosial dalam konseling kelompok yang ditunjukkan dalam penelitian (Renbarger et al., 2023). Selain itu, faktor budaya juga menjadi salah satu faktor penting, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Martinez et al., 2025). Dengan demikian, efektivitas intervensi konseling dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi.

b. Karakteristik dan Komponen Intervensi Konseling

Berdasarkan hasil ekstraksi data, karakteristik intervensi konseling yang ditemukan dalam berbagai penelitian menunjukkan adanya variasi dalam pendekatan yang digunakan. Beberapa penelitian menggunakan pendekatan berbasis teori psikologis tertentu, seperti *Cognitive Behavioral Therapy* dan *Positive Psychology*, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Kalamatianos & Kounenou, 2025). Pendekatan ini digunakan dalam bentuk intervensi terstruktur dengan durasi tertentu dan melibatkan kelompok kontrol untuk mengukur efektivitasnya. Selain itu, terdapat pula pendekatan yang berfokus pada penguatan dukungan sosial, seperti konseling kelompok virtual yang diteliti oleh (Renbarger et al., 2023). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa interaksi dalam kelompok dapat memberikan manfaat dalam bentuk dukungan emosional dan solusi praktis bagi peserta. Di sisi lain, terdapat juga pendekatan yang menekankan aspek budaya, seperti dalam penelitian (Martinez et al., 2025), yang menunjukkan bahwa konseling berbasis budaya dapat meningkatkan kesejahteraan siswa. Selain itu, beberapa penelitian juga mengintegrasikan teknologi dalam intervensi konseling, seperti penggunaan digital tools dalam penelitian (Cohen et al., 2020). Variasi pendekatan ini menunjukkan bahwa intervensi konseling dapat dikembangkan dalam berbagai bentuk sesuai dengan kebutuhan dan konteks. Selain pendekatan, hasil sintesis juga menunjukkan bahwa komponen utama dalam intervensi konseling melibatkan berbagai aspek yang saling berkaitan. Salah satu komponen yang sering muncul adalah kompetensi

konselor, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Karin & Dongil et al., 2025), yang mengidentifikasi enam klaster kompetensi konselor dalam konteks multikultural. Komponen lain yang juga penting adalah asesmen awal terhadap kondisi klien, yang ditunjukkan dalam penelitian (Nagib et al., 2026) dan (Craig et al., 2023). Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa pemahaman terhadap kondisi awal individu, termasuk faktor demografis dan pengalaman masa lalu, sangat penting dalam menentukan intervensi yang tepat. Selain itu, beberapa penelitian juga menekankan pentingnya pengembangan keterampilan coping, seperti dalam penelitian (Buizza et al., 2022), yang menunjukkan bahwa strategi coping memiliki hubungan dengan kesehatan mental. Komponen lain yang juga ditemukan adalah penguatan *self-compassion*, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Kotera et al., 2024). Selain itu, terdapat juga komponen yang berkaitan dengan monitoring dan evaluasi hasil intervensi, seperti dalam penelitian (Barkham et al., 2024). Dengan demikian, intervensi konseling terdiri dari berbagai komponen yang saling melengkapi.

c. Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas Intervensi Konseling

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat faktor sistem dan layanan yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling. Penelitian (Feeny et al., 2025) menunjukkan bahwa keterbatasan akses layanan menjadi salah satu kendala dalam implementasi konseling. Selain itu, penelitian (Ning et al., 2022) menunjukkan bahwa stigma dan rendahnya literasi kesehatan mental menjadi hambatan dalam pemanfaatan layanan konseling. Penelitian (Newham et al., 2026) menunjukkan bahwa pendekatan proaktif berbasis data dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam layanan konseling. Selain itu, penelitian (Barkham et al., 2024) menunjukkan bahwa monitoring hasil secara rutin dapat meningkatkan efektivitas terapi. Dengan demikian, faktor sistem dan layanan menjadi komponen penting dalam keberhasilan intervensi konseling. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas intervensi tidak hanya bergantung pada individu dan metode, tetapi juga pada sistem yang mendukungnya. Secara keseluruhan, hasil sintesis penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi konseling merupakan pendekatan yang kompleks dengan berbagai karakteristik, komponen, dan faktor yang memengaruhinya.

Data yang diperoleh menunjukkan adanya variasi dalam pendekatan, bentuk implementasi, serta hasil yang dicapai oleh intervensi konseling. Selain itu, temuan juga menunjukkan bahwa efektivitas intervensi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling

berkaitan, baik dari aspek individu, sosial, maupun sistem. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan gambaran yang komprehensif mengenai intervensi konseling dalam konteks kesehatan mental siswa. Penyajian hasil ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi analisis lebih lanjut dalam penelitian ini.

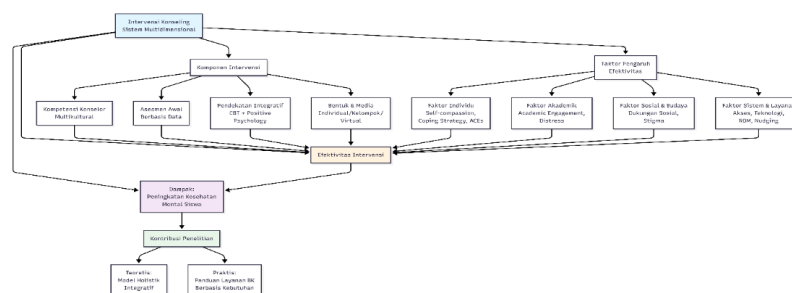
Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian ini difokuskan pada analisis mendalam terhadap temuan yang diperoleh dari sintesis literatur, dengan mengaitkannya secara langsung pada dua pertanyaan penelitian utama yang telah dirumuskan. Pertama, mengenai karakteristik dan komponen utama intervensi konseling yang efektif dalam meningkatkan kesehatan mental siswa, dan kedua, terkait faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan intervensi tersebut. Berdasarkan hasil sintesis, dapat dipahami bahwa intervensi konseling merupakan pendekatan yang kompleks dan multidimensional, yang tidak hanya bergantung pada metode yang digunakan, tetapi juga pada integrasi berbagai komponen yang saling berinteraksi. Penelitian menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki fungsi preventif, kuratif, dan pengembangan yang harus berjalan secara simultan. Hal ini menunjukkan bahwa karakteristik intervensi yang efektif tidak dapat dibatasi pada satu fungsi saja, melainkan harus mencakup berbagai dimensi perkembangan individu. Selain itu, hasil sintesis juga menunjukkan bahwa intervensi konseling yang efektif harus dirancang secara sistematis dan berbasis kebutuhan siswa. Dengan demikian, pembahasan ini akan menguraikan secara rinci bagaimana karakteristik dan komponen intervensi tersebut terbentuk berdasarkan temuan penelitian terdahulu. Dalam menjawab RQ1, salah satu temuan utama yang muncul adalah pentingnya kompetensi konselor sebagai komponen fundamental dalam intervensi konseling. Penelitian oleh (Karin & Dongil et al., 2025) menunjukkan bahwa kompetensi konseling multikultural, yang mencakup kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan, menjadi faktor kunci dalam menangani keberagaman kebutuhan klien. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi konseling yang efektif harus mampu menyesuaikan pendekatan dengan latar belakang budaya, sosial, dan psikologis individu. Hal ini menjadi signifikan karena siswa sebagai subjek pendidikan memiliki latar belakang yang heterogen, sehingga pendekatan yang seragam tidak akan mampu memenuhi kebutuhan mereka secara optimal. Selain itu, penelitian (Walker et al., 2022) menunjukkan bahwa

pengalaman dan pelatihan konselor berperan penting dalam meningkatkan kualitas layanan yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan intervensi tidak hanya bergantung pada desain program, tetapi juga pada kualitas pelaksana intervensi. Dengan demikian, kompetensi konselor tidak dapat dipisahkan dari karakteristik intervensi yang efektif. Temuan ini memberikan kontribusi teoretis dalam memperkuat peran konselor sebagai aktor utama dalam intervensi kesehatan mental.

Selain kompetensi konselor, komponen penting lainnya adalah asesmen awal yang komprehensif terhadap kondisi siswa. Penelitian (Nagib et al., 2026) menunjukkan bahwa terdapat variasi dalam karakteristik kesehatan mental berdasarkan faktor demografis seperti gender dan tingkat pendidikan. Hal ini menunjukkan bahwa setiap individu memiliki kebutuhan yang berbeda, sehingga intervensi harus didasarkan pada pemahaman yang mendalam terhadap kondisi awal klien. Penelitian (Craig et al., 2023) juga menegaskan bahwa pengalaman traumatis masa lalu (ACEs) memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis individu. Oleh karena itu, intervensi yang tidak mempertimbangkan faktor ini berpotensi tidak efektif. Temuan ini menunjukkan bahwa asesmen awal bukan hanya langkah administratif, tetapi merupakan fondasi dalam menentukan arah intervensi. Hal ini menjadi signifikan karena memungkinkan intervensi yang lebih tepat sasaran dan personal. Dengan demikian, asesmen awal menjadi salah satu karakteristik utama intervensi konseling yang efektif. Selanjutnya, pendekatan yang digunakan dalam intervensi konseling juga menjadi komponen penting yang memengaruhi efektivitasnya. Penelitian (Kalamatianos & Kounenou et al., 2025) menunjukkan bahwa integrasi antara *Cognitive Behavioral Therapy* dan *Positive Psychology* memberikan hasil yang signifikan dalam menurunkan depresi dan stres. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang integratif lebih efektif dibandingkan pendekatan tunggal. Selain itu, penelitian (Tinella et al., 2025) menunjukkan bahwa intervensi konseling dapat meningkatkan kesejahteraan, regulasi emosi, dan self-efficacy. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi yang efektif harus mampu mencakup berbagai aspek psikologis individu. Dengan demikian, pendekatan yang holistik menjadi karakteristik penting dalam intervensi konseling. Hal ini juga menunjukkan adanya pergeseran paradigma dari pendekatan yang berfokus pada masalah menuju pendekatan yang berfokus pada pengembangan potensi. Kontribusi dari temuan ini adalah memberikan dasar bagi pengembangan model intervensi yang lebih komprehensif. Selain

pendekatan, bentuk dan media intervensi juga menjadi bagian penting dalam karakteristik intervensi konseling. Penelitian (Renbarger et al., 2023) menunjukkan bahwa konseling kelompok virtual dapat meningkatkan dukungan sosial dan mengurangi gejala gangguan mental. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi tidak harus selalu dilakukan secara tatap muka, tetapi dapat memanfaatkan teknologi sebagai media alternatif. Penelitian (Cohen et al., 2020) juga menunjukkan bahwa penggunaan digital tools dapat membantu menjembatani kesenjangan antara kebutuhan dan layanan konseling. Temuan ini menjadi signifikan karena menunjukkan bahwa teknologi dapat meningkatkan aksesibilitas layanan konseling. Selain itu, penelitian (Martinez et al., 2025) menunjukkan bahwa pendekatan berbasis budaya dapat meningkatkan efektivitas intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang efektif harus bersifat kontekstual dan adaptif terhadap lingkungan sosial siswa. Dengan demikian, fleksibilitas dalam bentuk dan media intervensi menjadi karakteristik penting dalam konseling modern. Dalam menjawab RQ2, hasil sintesis menunjukkan bahwa terdapat berbagai faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling. Salah satu faktor utama adalah faktor individu, seperti self-compassion dan mental health shame, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian (Kotera et al., 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat self-compassion yang tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik dan lebih responsif terhadap intervensi. Sebaliknya, mental health shame menjadi penghambat dalam pencarian bantuan.



Gambar 3. Intervensi Konseling

Hal ini menjadi signifikan karena menunjukkan bahwa keberhasilan intervensi tidak hanya bergantung pada program yang diberikan, tetapi juga pada kondisi psikologis individu. Selain itu, penelitian (Buizza et al., 2022) menunjukkan bahwa strategi coping memiliki hubungan dengan kesehatan mental. Dengan demikian, faktor individu menjadi komponen penting dalam menentukan efektivitas intervensi.

Selain faktor individu, faktor akademik juga memiliki pengaruh terhadap efektivitas intervensi konseling. Penelitian (Greco et al., 2025) menunjukkan bahwa keterlibatan akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang lebih terlibat dalam kegiatan akademik cenderung memiliki kondisi mental yang lebih baik. Selain itu, penelitian (Troncone et al., 2026) menunjukkan bahwa distress psikologis memiliki hubungan dengan risiko dropout. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi konseling tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga pada aspek akademik. Dengan demikian, faktor akademik menjadi bagian penting dalam memahami efektivitas intervensi konseling. Hal ini juga menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan harus mampu mengintegrasikan aspek akademik dan psikologis.

Faktor sosial juga merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi efektivitas intervensi konseling. Penelitian (Renbarger et al., 2023) menunjukkan bahwa dukungan sosial dalam konseling kelompok dapat meningkatkan efektivitas intervensi. Selain itu, penelitian (Ning et al., 2022) menunjukkan bahwa stigma menjadi hambatan dalam pemanfaatan layanan konseling. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan intervensi. Selain itu, penelitian (Martinez et al., 2025) menunjukkan bahwa faktor budaya juga memengaruhi efektivitas intervensi. Dengan demikian, faktor sosial dan budaya menjadi komponen penting dalam menentukan keberhasilan intervensi konseling.

Faktor sistem dan layanan juga memiliki peran penting dalam efektivitas intervensi konseling. Penelitian (Feeny et al., 2025) menunjukkan bahwa keterbatasan akses layanan menjadi salah satu hambatan utama dalam implementasi konseling. Selain itu, penelitian (Newham et al., 2026) menunjukkan bahwa pendekatan proaktif berbasis data dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam layanan konseling. Penelitian (Barkham et al., 2024) juga menunjukkan bahwa monitoring hasil secara rutin dapat meningkatkan efektivitas terapi. Temuan ini menunjukkan bahwa sistem layanan memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan intervensi. Dengan demikian, efektivitas intervensi tidak hanya bergantung pada individu dan metode, tetapi juga pada sistem yang mendukungnya.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi konseling merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang

saling berinteraksi. Temuan ini memiliki implikasi teoretis dalam pengembangan model intervensi konseling yang lebih komprehensif dan integratif. Selain itu, penelitian ini juga memberikan implikasi praktis dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Namun, penelitian ini juga memiliki keterbatasan, seperti dominasi penelitian pada mahasiswa dan kurangnya penelitian longitudinal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu mengembangkan studi yang lebih spesifik pada siswa dan menggunakan desain penelitian yang lebih berkelanjutan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam konteks kesehatan mental siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil Systematic Literature Review terhadap 21 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi, penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi konseling kesehatan mental siswa yang efektif perlu dikembangkan melalui model integratif yang menghubungkan karakteristik intervensi, komponen utama, dan faktor-faktor pendukung efektivitas secara menyeluruh. Karakteristik utama intervensi yang efektif meliputi pendekatan holistik, berbasis asesmen awal, berorientasi pada kebutuhan individu, serta fleksibel dalam penggunaan metode dan media layanan, termasuk pemanfaatan teknologi dan pendekatan berbasis budaya. Hasil sintesis juga mengidentifikasi beberapa komponen utama model integratif intervensi konseling, yaitu kompetensi konselor, asesmen komprehensif, strategi pengembangan coping dan self-compassion, dukungan sosial, serta monitoring dan evaluasi berkelanjutan. Efektivitas model tersebut dipengaruhi oleh faktor individu, faktor akademik, faktor sosial-budaya, dan faktor sistem layanan yang saling berinteraksi dalam menentukan keberhasilan intervensi.

Dengan demikian, penelitian ini menyintesis kerangka konseptual model integratif intervensi konseling kesehatan mental siswa yang menempatkan intervensi konseling sebagai sistem yang holistik, kontekstual, adaptif, dan berbasis bukti. Temuan ini memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling serta menjadi dasar praktis bagi penyelenggaraan layanan konseling yang lebih efektif dalam mendukung kesehatan mental siswa. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena sebagian besar artikel yang direview berfokus pada mahasiswa dan masih terbatasnya penelitian longitudinal mengenai efektivitas intervensi dalam jangka panjang.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu menguji dan memvalidasi model integratif yang dihasilkan pada konteks siswa sekolah melalui penelitian empiris.

REFERENSI

- Barkham, M., Broglia, E., & Consortium, S. (2024). *Routine outcome monitoring (ROM) and feedback in university student counselling and mental health services : Considerations for practitioners and service leads. August 2023*, 459–471. <https://doi.org/10.1002/capr.12694>
- Broglia, E., Ryan, G., Williams, C., Fudge, M., Turner, A., Dufour, G., Percy, A., Barkham, M., Broglia, E., Ryan, G., Williams, C., Fudge, M., Turner, A., Dufour, G., Percy, A., & Barkham, M. (2021). *Profiling student mental health and counselling effectiveness : lessons from four UK services using complete data and different outcome measures behalf of the SCORE Consortium*. <https://doi.org/10.1080/03069885.2020.1860191>
- Buizza, C., Cela, H., Costa, A., & Ghilardi, A. (2022). *Coping strategies and mental health in a sample of students accessing a university counselling service. January*, 658–666. <https://doi.org/10.1002/capr.12519>
- Cao, H., Lin, W., & Chen, P. (2022). *education sciences Counselling Services and Mental Health for International Chinese College Students in Post-Pandemic Thailand*. 1–13. <https://doi.org/10.3390/educsci12120866>
- Cohen, K. A., Graham, A. K., Lattie, E. G., Cohen, K. A., Graham, A. K., & Aligned, E. G. L. (2020). Aligning students and counseling centers on student mental health needs and treatment resources. *Journal of American College Health*, 0(0), 1–9. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1762611>
- Craig, F., Servidio, R., Calomino, M. L., Candrea, F., Nardi, L., Palermo, A., Polito, A., Spina, M. F., Tenuta, F., & Costabile, A. (2023). *Adverse Childhood Experiences and Mental Health among Students Seeking Psychological Counseling Services*. <https://doi.org/10.3390/ijerph20105906>
- Feeny, A., Sousa, S., Musa, P., & Wessel, H. (2025). *University and college counselling services in Scotland : one counselling amid the student mental health crisis. July 2024*, 1–12. <https://doi.org/10.1002/capr.12858>
- Greco, C., Innamorato, F., Liccione, D., & Figini, S. (2025). Assessing The Relationship Among Academic Engagement , Well - being , And Mental Health : Featuring University Students Seeking Support at a Counseling Facility. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 47(3), 651–676. <https://doi.org/10.1007/s10447-025-09606-2>
- Kalamatianos, A., & Kounenou, K. (2025). *The Implementation of a Blended Counseling Intervention in Undergraduate Engineering Students : The Effect on Mental Health*. 1–18. <https://doi.org/10.3390/healthcare13050511>
- Karin, J., & Dongil, N. (2025). *Multicultural counseling competence for addressing the mental health needs of international students in Korea : a concept mapping study*. 2, 4634–4648. <https://doi.org/DOI: 10.1007/s12144-025-07468-w>

- Kotera, Y., Jackson, J. E., Kirkman, A., Marie, A., Colman, R., Underhill, A., Jackson, J. G., Baker, D., & Ozaki, A. (2024). Comparing the Mental Health of Healthcare Students: Mental Health Shame and Self - compassion in Counselling , Occupational Therapy , Nursing and Social Work Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 22(5), 2787–2804. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01018-w>
- Martinez, R. R. (2025). *Culturally Responsive School Counseling : Leveraging Cultural Assets to Support Rural Latine IB Students ' Academic and Mental Health Needs Culturally Responsive School Counseling : Leveraging Cultural Health Needs*. 8431. <https://doi.org/10.1080/15348431.2025.2538571>
- Nagib, N., Horita, R., Fukao, T., Imamura, N., & Tajirika, S. (2026). Acta Psychologica Mental health characteristics of Japanese students visiting a university counseling center : Comparison by sex and grade level. *Acta Psychologica*, 262(November 2025), 106037. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.106037>
- Newham, J., Foster, C., Newham, J., & Foster, C. (2026). Perspectives : Policy and Practice in Higher Education Nudging university students to counselling and mental health services : staff perspectives on the implementation of a proactive well-being analytics intervention analytics intervention. *Perspectives: Policy and Practice in Higher Education*, 30(1), 58–67. <https://doi.org/10.1080/13603108.2025.2565342>
- Ning, X., Wong, J. P., Huang, S., Fu, Y., Gong, X., Zhang, L., Hilario, C., Fung, K. P., Yu, M., Poon, M. K., Cheng, S., Gao, J., & Jia, C. (2022). *Chinese University Students ' Perspectives on Help-Seeking and Mental Health Counseling*. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148259>
- Renbarger, K. M., Place, J. M., Hess, C., & Burkhart, L. (2023). *Program for Maternal Mental Health During the COVID-19 Pandemic ABSTRACT*. <https://doi.org/10.3928/02793695-20250304-02>
- Tinella, L., Borrelli, P., Lanciano, T., Cristina, M., Alessandro, E., & Curci, A. (2025). *The effects of university psychological counseling on students ' mental health in the COVID- 19 pandemic era*. 11334–11347. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07781-4>
- Troncone, A., Affuso, G., Cosenza, M., Caldarelli, G., & Sacco, M. (2026). *Italian students seeking psychological assistance from the university counseling service : Mental health problems and intentions to drop out*. 1–12. <https://doi.org/DOI:10.1007/s12144-026-09096-4>
- Walker, D. M., Teles, J., & Lavelle, O. (2022). *The Lived Experiences of Clinical Mental Health Counseling Internship Students Providing Home-Based Therapy*. 1–19. <https://doi.org/10.1007/s10447-022-09464-2>