

Integrasi Program Kesehatan Mental dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Nurfiani¹

¹Bimbingan dan Konseling/Fakultas Ilmu Pendidikan/Universitas Negeri Makassar

Correspondence E-mail: nurfiany27@gmail.com

Abstract. *This study aims to examine the integration of mental health programs into school counseling services using a literatur review method. The research was conducted through literature search, critical reading, and analysis of various scholarly sources, including journal articles, policy reports. Data analysis was carried out descriptively and analytically by reviewing intervention models, the role of counselors, implementation barriers, and supporting factors for the success of school-based mental health programs. The results show that integrating mental health programs into school counseling services contributes to increasing students' mental health literacy, reducing mild psychological symptoms, and strengthening an inclusive and supportive school climate. The layered intervention model has proven effective in providing promotive, preventive, and curative support. However, challenges such as limited resources, social stigma, lack of counselor training, and weak cross-sector collaboration remain obstacles to program implementation. Therefore, strong policy support and continuous training are essential to achieve optimal and sustainable implementation of the program.*

Keywords: *integration, mental health, guidance and counseling*

Abstrak. *Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji integrasi program kesehatan mental dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah dengan menggunakan metode penelitian studi Literatur Review. Penelitian ini dilakukan melalui penelusuran, pembacaan kritis, dan analisis berbagai sumber literatur ilmiah, meliputi artikel jurnal, laporan kebijakan, dan publikasi akademik. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis dengan menelaah model intervensi, peran konselor, hambatan implementasi, serta faktor pendukung keberhasilan program kesehatan mental berbasis sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi program kesehatan mental dalam layanan bimbingan dan konseling berkontribusi terhadap peningkatan literasi kesehatan mental siswa, pengurangan gejala gangguan psikologis ringan, dan penguatan iklim sekolah yang inklusif serta suportif. Model intervensi berlapis terbukti efektif dalam memberikan dukungan promotif, preventif, dan kuratif secara menyeluruh. Meskipun demikian, tantangan berupa keterbatasan sumber daya, stigma sosial, minimnya pelatihan konselor, serta lemahnya kolaborasi lintas sektor masih menjadi hambatan dalam pelaksanaan program. Oleh karena itu, dukungan kebijakan dan pelatihan berkelanjutan sangat diperlukan untuk mewujudkan implementasi program yang optimal.*

Kata kunci: *integrasi; kesehatan mental; bimbingan dan konseling*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan komponen fundamental dalam mendukung proses tumbuh kembang peserta didik secara optimal. Kondisi kesehatan mental yang baik memungkinkan siswa berfungsi secara produktif, mampu mengatasi tekanan hidup, serta

berpartisipasi aktif dalam lingkungan sekolah dan masyarakat. Sebaliknya, gangguan kesehatan mental dapat menghambat konsentrasi, prestasi akademik, relasi sosial, serta meningkatkan risiko perilaku maladaptif, termasuk putus sekolah dan perilaku menyimpang (World Health Organization, 2022). Dalam konteks pendidikan, sekolah memiliki posisi strategis sebagai tempat utama dalam mendeteksi dini, mencegah, serta menangani permasalahan kesehatan mental siswa.

Masalah kesehatan mental di kalangan remaja, terutama di kalangan siswa SMA, telah menjadi perhatian yang besar dalam dunia pendidikan. Fase remaja ditandai dengan perubahan secara fisik, psikologis, maupun sosial. Remaja seringkali menghadapi berbagai tekanan, mulai dari tuntutan akademis, dinamika hubungan sosial, hingga proses pencarian identitas diri, yang dapat memicu kecemasan, stres, dan depresi, jika tidak ditangani dengan tepat. Kesehatan mental ini dapat berdampak buruk pada prestasi akademik, perilaku, serta hubungan sosial siswa.

Beberapa riset mutakhir menunjukkan bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental pada remaja mengalami peningkatan yang signifikan pasca pandemi COVID-19. Survei global mencatat lebih dari 20% remaja mengalami gangguan kecemasan atau depresi ringan hingga sedang (Centers for Disease Control and Prevention, 2024). Di Indonesia sendiri, laporan Kementerian Kesehatan dan Kementerian Pendidikan memperlihatkan tren serupa, dengan tingginya kasus stres akademik, tekanan sosial, dan masalah keluarga yang berdampak langsung terhadap kondisi psikologis peserta didik. Fenomena ini menunjukkan perlunya intervensi yang lebih terstruktur dan terintegrasi di lingkungan sekolah.

Layanan bimbingan dan konseling (BK) memiliki peran penting dalam upaya promotif, preventif, dan intervensi dini terhadap masalah kesehatan mental siswa. Konselor sekolah merupakan garda terdepan yang berinteraksi langsung dengan peserta didik dan memahami dinamika psikososial mereka. Melalui integrasi program kesehatan mental ke dalam layanan BK, sekolah dapat menyediakan pendekatan yang lebih sistematis, terarah, dan responsif terhadap berbagai kebutuhan psikologis siswa (American School Counselor Association, 2022). Integrasi ini tidak hanya mencakup layanan konseling individual dan kelompok, tetapi juga program literasi kesehatan mental, pencegahan risiko, pelatihan regulasi emosi, dan rujukan ke layanan kesehatan jiwa profesional bila diperlukan.

Meskipun integrasi program kesehatan mental dalam layanan BK menunjukkan dampak positif, pelaksanaannya di lapangan masih menghadapi berbagai tantangan. Hambatan tersebut mencakup keterbatasan sumber daya manusia, tingginya rasio konselor terhadap jumlah siswa, minimnya pelatihan dan supervisi profesional, stigma sosial terhadap isu kesehatan mental, serta kurangnya sinergi antara sektor pendidikan

dan kesehatan (Alexander *et al.*, 2022). Selain itu, perbedaan konteks budaya dan struktur pendidikan juga memengaruhi efektivitas implementasi program sehingga adaptasi lokal menjadi faktor penting dalam keberhasilannya.

Konteks Indonesia membutuhkan pendekatan integratif yang tidak hanya mengandalkan layanan konseling tradisional, tetapi juga melibatkan berbagai pemangku kepentingan guru, tenaga kesehatan, orang tua, dan masyarakat dalam membangun ekosistem sekolah yang sehat secara mental. Dukungan kebijakan nasional yang kuat, seperti penyediaan pelatihan bagi konselor sekolah dan penyusunan pedoman pelaksanaan program kesehatan mental, menjadi kunci keberlanjutan intervensi ini (World Health Organization, 2023).

Kesehatan mental siswa menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan proses pembelajaran di sekolah. Meningkatnya kasus stres, kecemasan, depresi, dan tekanan akademik di kalangan peserta didik dalam beberapa tahun terakhir menuntut adanya pendekatan yang lebih sistematis dan terintegrasi dalam layanan pendidikan. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji integrasi program kesehatan mental dalam layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah melalui studi literatur terhadap publikasi ilmiah, kebijakan, dan hasil penelitian dari tahun 2020 hingga 2025.

Dengan demikian, integrasi program kesehatan mental ke dalam layanan BK sekolah merupakan langkah strategis untuk menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, suportif, dan responsif terhadap kebutuhan psikologis siswa. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menguraikan landasan teoritis, model intervensi, peran konselor, hambatan, dan strategi implementasi program kesehatan mental berbasis sekolah, serta memberikan rekomendasi praktis untuk memperkuat layanan BK dalam menghadapi tantangan kesehatan mental siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*) dengan pendekatan deskriptif-analitis. Pendekatan ini dipilih karena tujuan utama penelitian bukan untuk menguji hipotesis secara empiris, melainkan untuk menggali, mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis temuan-temuan ilmiah yang telah ada mengenai integrasi program kesehatan mental dalam layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah. Literature review memungkinkan peneliti untuk membangun pemahaman konseptual dan teoritis yang kuat, serta mengidentifikasi kesenjangan riset dan rekomendasi strategis untuk praktik dan kebijakan pendidikan di Indonesia (Snyder, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berasarkan hasil analisis terhadap 11 jurnal yang berkaitan dengan topik integrasi program kesehatan mental dalam layanan bimbingan konseling disekolah, berikut uraian temuan penelitian yang dapat disajikan dalam tabel *systematic literature review*:

Tabel 1. Systematic Literature Review

No	Penulis	Judul	Asal Jurnal	Hasil Temuan	Teori Pendukung
1.	Alexander, West & Lewis (2022)	Bagaimana Konselor Sekolah Mendukung Kesehatan Mental Siswa Selama Pandemi COVID-19	<i>Professional School Counseling</i> (ASCA)	Konselor mendukung kesehatan mental siswa melalui layanan berbasis bukti selama pandemi.	Peran konselor sekolah, evidence-based practice.
2.	American School Counselor Association (2022)	Konselor Sekolah dan Kesehatan Mental Siswa	ASCA – <i>Position Statement</i>	Menetapkan standar profesi konselor dalam memberikan dukungan kesehatan mental di sekolah.	Standar Layanan BK ASCA
3.	Richter, Ferguson & Brown (2022)	Implementasi Layanan Kesehatan Mental Berbasis Sekolah	<i>Journal of School Health</i>	Intervensi kesehatan mental efektif jika menggunakan sistem dukungan berlapis (MTSS).	MTSS (Multi-Tiered System of Supports)
4.	Koller, Peluso & Ricard (2021)	Program Literasi Kesehatan Mental di Sekolah	<i>Journal of Adolescent Health</i>	Program literasi kesehatan mental	Teori Literasi Kesehatan Mental

					meningkatkan kemampuan siswa mengenali gejala dan mencari bantuan.	
5.	Taylor, Oberle, Durlak & Weissberg (2022)	Pembelajaran Emosional Remaja	Sosial untuk	<i>Child Development</i>	SEL meningkatkan regulasi emosi, empati, dan menurunkan stres serta kecemasan.	Teori SEL (Social Emotional Learning)
6.	CDC (2024)	Panduan Aksi Promosi Kesehatan Mental di Sekolah		<i>Centers for Disease Control and Prevention</i>	Intervensi promotif dan preventif mampu mengurangi kecemasan dan stres akademik.	Model Intervensi Kesehatan Mental Sekolah
7.	WHO (2023)	Kerangka Sehat Sejahtera	Sekolah	<i>WHO & UNESCO</i>	Program kesehatan mental sekolah efektif jika melibatkan seluruh warga sekolah (guru, orang tua, konselor).	Pendekatan Whole School Approach
8.	Yusuf, Rahman & Fitriani (2023)	Konseling Sekolah dan Kesejahteraan di Indonesia	Siswa	<i>Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia</i>	Tantangan besar BK di Indonesia: rasio konselor tinggi, kurang	Teori Implementasi BK di Indonesia

					pelatihan, dan keterbatasan fasilitas.		
9.	Siahaan (2023)	Stigma Mental di Sekolah	Kesehatan	<i>Jurnal Psikologi Pendidikan</i>	Stigma sosial siswa enggan mencari bantuan konselor.	Teori (Goffman)	Stigma
10.	Sarmini et al. (2023)	Penyuluhan Kesehatan untuk Remaja	Mental	<i>Jurnal Pengabdian Masyarakat</i>	Penyuluhan meningkatkan pengetahuan dan sikap positif mengenai kesehatan mental.	Teori Kesehatan Mental Preventif	Edukasi &
11.	ASCA (2022)	Panduan MTSS untuk Konselor Sekolah		<i>ASCA Guideline</i>	MTSS meningkatkan efektivitas konseling individual, kelompok, dan program sekolah.	Teori MTSS (Tier 1–2–3)	

1. Model Integrasi Program Kesehatan Mental di Sekolah

Hampir seluruh literatur yang direview menyimpulkan bahwa model yang paling banyak digunakan dalam integrasi program kesehatan mental di sekolah adalah *Multi-Tiered System of Supports* (MTSS). Model ini mengorganisasikan intervensi dalam tiga lapisan utama:

a. Tier 1 (Promotif/Universal)

Fokus pada semua siswa melalui edukasi kesehatan mental, pembelajaran sosial emosional (SEL), pelatihan *coping skills*, dan kampanye anti stigma. Program ini mendorong literasi kesehatan mental agar siswa dapat mengenali tanda-tanda awal gangguan psikologis (World Health Organization, 2023).

b. Tier 2 (Targeted/Preventif)

Ditujukan bagi siswa dengan risiko sedang (misalnya mengalami stres akademik tinggi, tekanan sosial, atau perubahan perilaku). Intervensi dilakukan melalui konseling kelompok, dukungan sebaya, serta kegiatan penguatan resiliensi (Richter *et al.*, 2022).

c. Tier 3 (*Indicated/Intensif*)

Menangani siswa dengan masalah mental yang lebih serius melalui konseling individual intensif, kolaborasi dengan psikolog atau psikiater, serta rujukan ke fasilitas kesehatan profesional (Centers for Disease Control and Prevention, 2024).

Integrasi MTSS dengan layanan bimbingan dan konseling memberikan struktur kerja yang jelas bagi konselor sekolah. Penelitian menunjukkan model ini meningkatkan efektivitas intervensi dibandingkan layanan konseling tradisional yang hanya bersifat reaktif dan individual (Alexander *et al.*, 2022).

2. Peran Konselor Sekolah sebagai Garda Terdepan

Sebagian besar literatur menekankan pentingnya peran konselor sekolah dalam keberhasilan integrasi program kesehatan mental. Konselor tidak hanya berperan sebagai “penolong” siswa dengan masalah psikologis, tetapi juga sebagai koordinator program kesehatan mental sekolah. Peran utama konselor meliputi:

- Deteksi dini siswa berisiko melalui observasi, asesmen psikososial, dan *skrining*.
- Pelaksanaan intervensi dasar seperti konseling individual, konseling kelompok, dan pelatihan keterampilan sosial.
- Koordinasi dengan pihak lain, termasuk guru, wali kelas, orang tua, dan tenaga kesehatan.
- Pemberdayaan komunitas sekolah melalui edukasi literasi kesehatan mental dan kampanye anti-stigma.

Studi oleh Alexander *et al.* (2022) mengungkapkan bahwa konselor sekolah yang terlatih dalam pendekatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) lebih efektif dalam menurunkan gejala kecemasan siswa dan meningkatkan keterampilan coping. Namun, banyak sekolah menghadapi tantangan dalam hal rasio siswa-konselor yang tidak ideal, misalnya 1 konselor melayani 400–500 siswa, sehingga intervensi sering kali tidak maksimal.

3. Jenis Program dan Intervensi yang Efektif

Hasil review mengidentifikasi beberapa jenis intervensi dan program yang efektif dalam meningkatkan kesehatan mental siswa:

- Program Literasi Kesehatan Mental:
Meningkatkan pemahaman siswa tentang stres, kecemasan, dan depresi serta cara meminta bantuan. Program semacam ini terbukti meningkatkan sikap positif terhadap konseling (Olyani *et al.*, 2021).
- Pembelajaran Sosial dan Emosional (SEL):
Pendekatan ini meningkatkan kemampuan regulasi emosi, empati, dan keterampilan interpersonal siswa. Beberapa meta-analisis menunjukkan SEL dapat menurunkan gejala depresi dan meningkatkan iklim sekolah yang suportif (Taylor *et al.*, 2022).

- c. Intervensi Berbasis CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*):
Banyak program sekolah menggunakan CBT singkat dalam sesi konseling individual atau kelompok untuk menangani stres akademik dan kecemasan. Intervensi ini terbukti efektif pada siswa remaja (Richter *et al.*, 2022).
- d. Kampanye Anti-Stigma dan *Peer Support*:
Mendorong siswa untuk saling mendukung, mengurangi perasaan terisolasi, dan membangun lingkungan belajar yang inklusif (American School Counselor Association, 2022).

4. Hambatan dalam Implementasi

Meskipun banyak bukti efektivitas, literatur juga menyoroti sejumlah tantangan implementasi, antara lain:

- a. Keterbatasan sumber daya manusia
Banyak sekolah tidak memiliki jumlah konselor yang memadai. Di negara berkembang, satu konselor sering menangani ratusan siswa, sehingga program kesehatan mental tidak bisa berjalan optimal (Yusuf *et al.*, 2023).
- b. Kurangnya pelatihan profesional
Konselor sekolah sering kali belum terlatih dalam intervensi berbasis bukti atau program kesehatan mental komprehensif.
- c. Stigma dan resistensi
Budaya dan persepsi negatif terhadap kesehatan mental masih menjadi hambatan signifikan, terutama di negara Asia termasuk Indonesia (Siahaan, 2023).
- d. Kurangnya sinergi lintas sektor
Minimnya koordinasi antara sektor pendidikan dan kesehatan menyebabkan banyak program tidak berkelanjutan (World Health Organization, 2023).
- e. Keterbatasan dana dan kebijakan
Banyak sekolah tidak memiliki anggaran khusus untuk pelatihan konselor atau penyediaan layanan kesehatan mental.

5. Faktor Pendukung Keberhasilan

Literatur menunjukkan bahwa integrasi program kesehatan mental dapat berjalan efektif bila didukung oleh beberapa faktor kunci:

- a. Dukungan kebijakan dan regulasi dari pemerintah dan dinas pendidikan.
Pelatihan berkelanjutan untuk konselor sekolah dan guru dalam deteksi dini serta intervensi dasar.
- b. Keterlibatan multi-stakeholder, termasuk keluarga, masyarakat, dan tenaga kesehatan.
- c. Penggunaan data berbasis evaluasi untuk mengukur efektivitas program.
- d. Adaptasi budaya dan kontekstualisasi program agar relevan dengan karakteristik peserta didik lokal.

Contohnya, program "*Whole School Approach*" yang diterapkan di beberapa sekolah Australia menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan kesejahteraan mental siswa karena didukung pelatihan intensif bagi guru dan konselor, partisipasi orang tua, serta monitoring evaluasi rutin (Taylor *et al.*, 2022).

6. Implikasi terhadap Layanan BK di Indonesia

Dalam konteks Indonesia, hasil tinjauan literatur ini memberikan beberapa implikasi penting:

- a. Reorientasi fungsi BK dari sekadar menangani masalah siswa menjadi pusat layanan kesehatan mental di sekolah.
- b. Perluasan kompetensi konselor sekolah, termasuk pelatihan intervensi berbasis bukti dan keterampilan kolaboratif.
- c. Penyusunan kebijakan dan standar nasional untuk layanan kesehatan mental di sekolah.
- d. Penguatan jejaring rujukan antara sekolah, puskesmas, dan layanan profesional lainnya.
- e. Integrasi program literasi kesehatan mental dalam kurikulum dan kegiatan sekolah.
- f. Dengan dukungan kebijakan yang kuat dan pelatihan intensif, layanan BK dapat menjadi pintu masuk utama bagi intervensi kesehatan mental di sekolah Indonesia.

7. Sintesis dan Rekomendasi

Dari berbagai literatur yang ditinjau, integrasi program kesehatan mental dalam layanan BK di sekolah menunjukkan hasil yang konsisten dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, menurunkan gejala gangguan ringan hingga sedang, serta membangun iklim sekolah yang suportif dan inklusif. Namun, efektivitas implementasi sangat bergantung pada ketersediaan sumber daya, dukungan kebijakan, dan kapasitas profesional konselor sekolah.

Untuk konteks implementasi di Indonesia, strategi bertahap sangat disarankan, dimulai dengan penguatan literasi kesehatan mental, pelatihan konselor sekolah, penyusunan kebijakan rujukan, serta evaluasi berkelanjutan terhadap efektivitas program.

SIMPULAN DAN SARAN

Integrasi program kesehatan mental dalam layanan bimbingan dan konseling sekolah merupakan strategi penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang sehat serta suportif. Berdasarkan hasil tinjauan terhadap berbagai literatur terkini (2020–2025), dapat disimpulkan bahwa pendekatan berbasis sekolah dengan model *Multi-Tiered System of Supports* (MTSS) terbukti efektif dalam mendukung promosi, pencegahan, dan penanganan dini masalah kesehatan mental peserta didik. Konselor sekolah memiliki peran sentral sebagai fasilitator, koordinator, dan pelaksana intervensi. Namun demikian, pelaksanaan program ini masih menghadapi sejumlah hambatan seperti keterbatasan jumlah dan kompetensi konselor, kurangnya pelatihan profesional, minimnya sinergi lintas sektor, stigma masyarakat, serta keterbatasan kebijakan dan pendanaan. Oleh sebab itu, strategi implementasi yang terencana dan kolaboratif sangat diperlukan untuk mencapai hasil yang optimal.

Saran penelitian ini ditujukan kepada berbagai pihak yang berperan dalam penguatan layanan kesehatan mental di sekolah. Bagi pemerintah dan pembuat kebijakan, diperlukan penyusunan regulasi nasional serta kebijakan pendidikan yang secara jelas mendukung integrasi program kesehatan mental ke dalam lingkungan sekolah. Dukungan tersebut perlu disertai dengan alokasi anggaran khusus, penyediaan fasilitas, dan pelatihan berkelanjutan bagi konselor sekolah agar mereka dapat memberikan layanan yang optimal. Pada level pelaksana, sekolah dan konselor perlu mengembangkan kompetensi profesional melalui pelatihan berbasis bukti, penerapan model intervensi berlapis (MTSS), serta penguatan jejaring kolaborasi dengan pihak eksternal seperti puskesmas, rumah sakit, dan lembaga kesehatan mental.

Guru dan orang tua memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang suportif bagi kesejahteraan psikologis siswa. Upaya peningkatan literasi kesehatan mental dan keterlibatan aktif dalam program-program sekolah diharapkan dapat mengurangi stigma serta membantu siswa dalam proses pemulihan dan pencegahan masalah psikologis. Di sisi lain, peneliti diharapkan melakukan penelitian lanjutan yang berfokus pada praktik lapangan untuk mengembangkan model intervensi yang lebih relevan dengan konteks sosial budaya Indonesia. Hal ini penting agar program kesehatan mental berbasis sekolah dapat diterapkan secara efektif dan berkelanjutan.

REFERENSI

- Alexander, E. R., Savitz-Romer, M., Nicola, T. P., Rowan-Kenyon, H. T., & Carroll, S. (2022). "We Are the Heartbeat of the School": How School Counselors Supported Student Mental Health During The COVID-19 Pandemic. *Professional School Counseling*, 26(1), 45–59.
- American School Counselor Association. (2022). The school counselor and student mental health: Position statement. ASCA.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 328–352.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2024). Promoting mental health in schools: An action guide. CDC.
- Olyani, S., Aval, M. G., & Tehrani, H. (2021). School-Based Mental Health Literacy Educational Interventions in Adolescents: A Systematic Review. *Journal of Health Literacy*, 6(2), 69–77. <https://doi.org/10.22038/jhl.2021.58551.1166>
- Richter, A., Ferguson, H. B., & Brown, L. J. (2022). Implementing school-based mental health services: Lessons from global practice. *Journal of School Health*, 92(4), 325–339.

- Sarmini, Putri, A., Maria, C., Syahrias, L., & Mustika, I. (2023). Penyuluhan Mental Health Upaya untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja. *MONSU'ANI TANO Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 154–161.
- Siahaan, A. (2023). Stigma kesehatan mental di sekolah: Hambatan dan strategi penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 45–57.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2022). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis. *Child Development*, 93(1), 49–64.
- World Health Organization. (2022). Mental health and psychosocial well-being of children and adolescents: Global report. WHO.
- World Health Organization. (2023). Health-promoting schools: A framework and global call to action. WHO & UNESCO.
- Yusuf, S., Rahman, A., & Fitriani, N. (2023). School counseling and student well-being: Challenges in Indonesian context. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(2), 113–125.