

Empowering Stories: Tinjauan Sistematis Konseling Naratif Berbasis Kekuatan dalam Setting di Sekolah

Mulawarman^{1*}, Najma Sana Nadhirah Hilman²

¹Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Semarang

²Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Semarang

Correspondence E-mail: mulawarman@mail.unnes.ac.id*

Abstract. *Strengths-Based Narrative Counseling is an approach that emphasizes the use of individual strengths and the ability to rebuild their life stories positively. This article aims to provide an initial understanding of the effectiveness of strengths-based narrative counseling in improving students' psychological well-being in schools, cultural and contextual adaptations, and implementation challenges for Guidance and Counseling teachers. A literature review and contextual analysis approach using the PRISMA stages was used with a search of international and national databases using keywords related to narrative counseling and strengths-based approaches. Included articles were empirical research, reviews, or protocols published between 2010 and 2025 and were relevant. Of the 78 initial articles, 13 articles finally met the criteria. The findings confirmed that this approach is able to empower students, increase self-esteem, resilience, emotional regulation, and meaning in life. This study concludes that strengths-based narrative counseling is a humanistic, contextual, and empowering approach that is relevant for school services, requiring cultural adaptation, challenges in implementation, training of Guidance and Counseling teachers, multi-stakeholder collaboration, and technology integration for effective implementation.*

Keywords: narrative counseling, strength, students. school

Abstrak. *Konseling Naratif Berbasis Kekuatan merupakan pendekatan yang menekankan pada pemanfaatan kekuatan individu dan kemampuan untuk membangun kembali cerita hidupnya secara positif. Artikel ini bertujuan untuk memberikan pemahaman awal mengenai efektivitas konseling naratif berbasis kekuatan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah, adaptasi budaya dan kontekstual, serta tantangan implementasi bagi guru Bimbingan dan Konseling. Pendekatan kajian literatur dan analisis kontekstual dengan menggunakan tahapan PRISMA digunakan dengan pencarian pada basis data internasional dan nasional menggunakan kata kunci terkait konseling naratif dan pendekatan berbasis kekuatan. Artikel yang disertakan berupa penelitian empiris, review, atau protokol yang diterbitkan antara tahun 2010 sampai 2025 dan relevan. Dari 78 artikel awal, akhirnya didapatkan 13 artikel memenuhi kriteria. Temuan menegaskan bahwa pendekatan ini mampu memberdayakan siswa, meningkatkan harga diri, resiliensi, regulasi emosi, dan makna hidup. Penelitian ini menyimpulkan bahwa konseling naratif berbasis kekuatan merupakan pendekatan humanistik, kontekstual, dan memberdayakan yang relevan untuk layanan sekolah, memerlukan adaptasi budaya, tantangan dalam implementasi, pelatihan guru Bimbingan dan Konseling, kolaborasi multipihak, serta integrasi teknologi untuk implementasi yang efektif.*

Keywords: konseling naratif, kekuatan, siswa. Sekolah.

PENDAHULUAN

Konseling naratif berakar dari konstruksionisme sosial yang menekankan bahwa identitas individu terbentuk melalui cerita yang mereka ciptakan dan bagikan (White & Epston, 1990). Dalam pandangan ini, manusia dipahami sebagai makhluk yang menafsirkan dunia melalui bahasa dan narasi. Konseling naratif berupaya membantu individu memisahkan diri dari masalah (*externalizing the problem*) dan menulis ulang kisah hidupnya menuju makna dan kekuatan baru (*re-authoring*) (White, 2007; Freedman & Combs, 1996). Pendekatan ini telah berkembang menjadi model konseling yang humanistik, kontekstual, dan memberdayakan, karena menempatkan klien sebagai penulis utama kehidupannya.

Sementara itu, pendekatan berbasis kekuatan (*strength-based counseling*) menekankan pengenalan potensi, keberhasilan, serta sumber daya internal dan eksternal individu sebagai dasar perubahan positif (Wong, 2020). Dalam konteks pendidikan, pendekatan ini memberikan ruang bagi individu untuk melihat diri secara lebih positif, meningkatkan efikasi diri, serta memperkuat resiliensi (Joseph & Linley, 2017; Biswas-Diener, 2021). Integrasi kedua pendekatan ini kemudian melahirkan Konseling Naratif Berbasis Kekuatan (*Strength-Based Narrative Counseling*), yang berfokus pada penguatan kisah positif dan pembentukan identitas yang sehat melalui proses rekonstruksi naratif (Strashny et al., 2023).

Sejumlah penelitian terbaru menunjukkan efektivitas pendekatan naratif dan berbasis kekuatan dalam berbagai konteks intervensi. Konseling naratif berbasis kekuatan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi gejala depresi pada remaja (Hu et al, 2024; Fu et al, 2025). Studi lain juga menegaskan bahwa pendekatan ini efektif menumbuhkan harapan dan kebermaknaan hidup pada individu dengan masalah emosi (Zhu et al, 2025). Dalam ranah pendidikan, penerapan pendekatan ini dapat memperkuat karakter positif siswa dan membangun budaya sekolah yang suportif (Valdez, 2024; Kristiana et al, 2025).

Namun, dalam segi pengimplementasian konseling naratif berbasis kekuatan di Indonesia masih sangat terbatas. Mayoritas penelitian dilakukan di ranah klinis atau pada komunitas khusus seperti penyintas trauma dan kelompok rentan (Haryadi, 2025; Nissa, 2023). Kajian mengenai penerapannya dalam layanan bimbingan dan konseling sekolah masih jarang ditemukan. Di sisi lain, kebijakan di sekolah menuntut layanan bimbingan dan konseling yang lebih humanistik, kolaboratif, dan berbasis kekuatan siswa.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melakukan *Systematic Literature Review (SLR)* terhadap praktik dan pengembangan *konseling naratif berbasis kekuatan* dalam pada *setting* pendidikan. Kajian ini diharapkan dapat memetakan tren penelitian, model intervensi, serta implikasi teoretis dan praktis dari konseling naratif

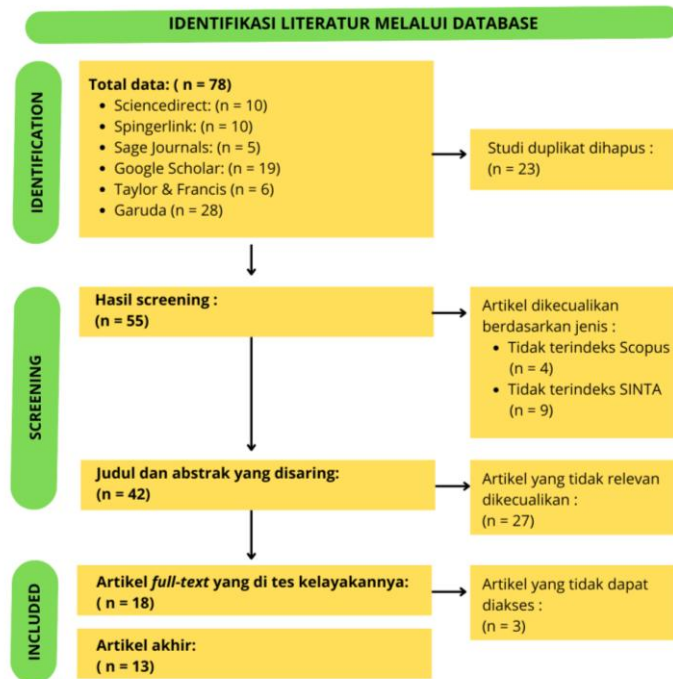
berbasis kekuatan untuk penguatan layanan bimbingan dan konseling di Indonesia. Secara ilmiah, penelitian ini berkontribusi dalam memperluas basis pengetahuan tentang integrasi pendekatan naratif dan berbasis kekuatan di ranah pendidikan serta memberikan arah pengembangan model layanan konseling yang relevan dengan kebutuhan siswa.

METODE

Artikel ini menggunakan pendekatan kajian literatur dan analisis kontekstual. Artinya, analisis difokuskan pada sintesis konseptual tentang konseling naratif berbasis kekuatan dalam konteks pendidikan. Proses pencarian literatur menggunakan prinsip *systematic review*. Literatur diperoleh dari basis data antara lain ScienceDirect, SpringerLink, Sage Journals, Google Scholar dan Garuda. Kata kunci yang digunakan ialah "*narrative therapy*", "*narrative counseling*", "*strength-based counseling*", "*strength-based counseling*", "*school counselling*", "*konseling naratif*", "*konseling berbasis kekuatan*" dan "*konseling naratif berbasis kekuatan*". Pencarian dilakukan dengan kriteria berupa artikel empiris, *systematic review*, meta-analisis, atau studi protokol yang dipublikasikan antara 2010 sampai 2025 yang berbahasa Inggris atau Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prosedur pemilihan artikel penelitian yang relevan dengan pertanyaan penelitian ialah diagram alur PRISMA yang mencakup tiga tahapan, yaitu 1) *identification*; 2) *screening*, dan; 3) *included articles*. Dari penelusuran awal diperoleh 78 artikel. Setelah *screening* judul dan abstrak, tersisa 42 artikel. Setelah itu dihasilkan 13 artikel yang memenuhi kriteria. Proses seleksi mengikuti *PRISMA guidelines* (Page et al., 2021) untuk memastikan transparansi dan validitas, sebagai berikut.



Gambar 1. Identifikasi Literatur dengan PRISMA

Literatur yang terkumpul dikelompokkan berdasarkan tema besar, 1) efektivitas konseling naratif berbasis kekuatan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa; 2) adaptasi budaya dan kontekstual, dan; 3) tantangan implementasi bagi guru Bimbingan dan Konseling. Ringkasan literatur utama tersebut disajikan dalam *Tabel 1*.

Tabel 1. Ringkasan literatur utama

No	Penulis dan Tahun	Judul	Hasil dan Temuan	Indeks Jurnal
1	Zhue et al. (2025)	<i>Effect of strength-based narrative therapy on depression in the elderly</i>	Terapi naratif berbasis kekuatan dapat menurunkan depresi sebesar 34%	Q1
2	Fu et al. (2025)	<i>Strength-based capacity-building interventions to promote adolescents' mental health : a systematic review and meta-analysis</i>	Intervensi berbasis kekuatan efektif dalam meningkatkan kesejahteraan mental remaja (g=0.54-0.71)	Q1
3	Jiang et al. (2025)	<i>Wisdom-enhancement narrative therapy for loneliness</i>	<i>Wisdom-enhancement narrative therapy</i> efektif untuk menurunkan kesepian (p<0.001)	Q1

4	Kristiana et al. (2025)	<i>Reconstructing narrative counselling and its relevance to self-meaning among vocational students</i>	Rekonstruksi dalam konseling naratif dapat meningkatkan kebermaknaan siswa	S5
5	Haryadi et al. (2025)	<i>Narrative counseling in indonesia: a bibliometric analysis and opportunities for research</i>	Tren publikasi meningkat, mayoritas konseptual	S4
6	Nissa & Primana (2023)	<i>The implementation of narrative counselling for reducing final-year students' anxiety</i>		S3
7	Valdez (2024)	<i>Stories of strength: systematic review of narratives in character education of children</i>	Dapat meningkatkan harga diri dan resiliensi siswa	S2
8	Hidayat (2024)	Implementasi model integrasi bimbingan dan konseling dalam pendidikan dan penerapannya di sekolah dan madrasah	integrasi bimbingan dan konseling telah berlangsung dengan sangat baik, dan berjalan dengan optimal, kepala sekolah dan konselor dapat bekerja dengan sangat baik, program-program bimbingan dan konseling telah berjalan dengan optimal.	S2
9	Vasantan (2024)	<i>Narrative counselling as new breakthrough in social intervention in Indonesia: systematic literature review (SLR)</i>	Permasalahan yang penerapan konseling naratif ini memiliki dasar bercerita yang sudah seringkali dilakukan oleh setiap orang. Implementasinya dapat berupa cerita dan refleksi, penggunaan media sosial dan media lainnya, <i>game</i> , drama yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli.	S2
10	German (2013)	<i>Developing our cultural strengths: Using the 'Tree of Life' strength-based,</i>	Terdapat peningkatan yang signifikan pada konsep diri siswa pasca intervensi	Q4

		<i>narrative intervention in school, to enhance self-esteem, cultural understanding and to challenge racism</i>		
11	Karibwende et al. (2022)	<i>A randomized controlled trial evaluating the effectiveness of narrative therapy on resilience of orphaned and abandones children fostered in SOS children's village</i>	Terdapat peningkatan yang signifikan dalam pemberian terapi naratif terhadap ketahanan anak anak pada kelompok intervensi	Q1
12	Rachmawati (2016)	Penerapan konseling naratif untuk mengurangi tingkat glossophobia siswa kelas X SMAN 13 Surabaya	Penerapan konseling naratif dapat mengurangi tingkat glossophobia siswa SMA	S5
13	Hilman et al. (2023)	<i>Increasing self-esteem of high school students through narrative counselling</i>	Konseling naratif dapat meningkatkan konsep diri remaja siswa SMP	S3

Efektivitas Konseling Naratif Berbasis Kekuatan dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di Sekolah

Banyak penelitian yang membahas peningkatan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah. Beberapa pendekatan konseling diterapkan, diantaranya ialah penerapan *Solution-focused brief* counseling yang mampu meningkatkan resiliensi siswa (Hendriani & Mulawarman, 2020). Pendekatan lain menggunakan *motivational interviewing* dapat meningkatkan kesejahteraan siswa (Afriwilda & Mulawarman, 2021). Pendekatan lain ialah konseling naratif.

Konseling naratif dikenal dengan proses eksternalisasi. Proses eksternalisasi (externalizing the problem) menjadi mekanisme kunci dalam konseling naratif. Studi kualitatif fenomenologis mengidentifikasi bahwa eksternalisasi membantu klien memisahkan identitas diri dari masalah, sehingga meningkatkan agency dan kontrol diri (self-efficacy) (Haber et al, 2025). Proses ini memfasilitasi cognitive reframing yang memungkinkan individu melihat masalah dari perspektif baru yang lebih memberdayakan. Sementara itu, proses re-authoring atau penulisan ulang cerita hidup memungkinkan klien mengintegrasikan kekuatan, pencapaian, dan nilai-nilai positif ke dalam narasi identitas mereka (Epston & Ingamells, 2012; Strashny et al., 2023). Jiang et al. (2025) dalam RCT terhadap 182 partisipan menemukan bahwa wisdom-enhancement

narrative therapy yang menggabungkan refleksi kebijaksanaan dengan rekonstruksi naratif menurunkan kesepian (loneliness) sebesar 41% dan meningkatkan koneksi sosial ($p < 0.001$). Proses re-authoring juga memperkuat narrative coherence, yaitu kemampuan individu menyusun pengalaman hidup menjadi cerita yang bermakna dan terarah (McAdams & McLean, 2013).

Sejumlah studi menunjukkan bahwa konseling naratif efektif menurunkan gejala depresi dan kecemasan. Terapi naratif secara signifikan mengurangi gejala depresi pada dewasa dengan gangguan somatik (Hu et al, 2024). Temuan serupa menunjukkan strength-based narrative therapy menurunkan skor Beck Depression Inventory hingga 34% setelah 8 sesi intervensi ($p < 0.01$) (Zhu et al, 2025). Pada remaja, intervensi berbasis kekuatan meningkatkan kesejahteraan emosional dan mengurangi gejala internalisasi dengan effect size sedang hingga besar ($g = 0.54-0.71$) (Fu et al, 2025). Di Indonesia, banyak penelitian yang menunjukkan bahwa konseling naratif efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah. Konseling naratif mampu menurunkan tingkat kecemasan siswa SMA sebesar 28% setelah enam sesi (Nissa, 2023). Lebih lanjut, penelitian menunjukkan bahwa konseling naratif dapat meningkatkan konsep diri dan harga diri remaja (Hilman et al, 2019; Hilman et al, 2023). Selain itu, rekonstruksi pada konseling naratif dapat meningkatkan kebermaknaan hidup (self-meaning) siswa SMK, yang berkorelasi positif dengan motivasi belajar (Kristiana et al, 2025). Temuan-temuan ini menegaskan potensi konseling naratif berbasis kekuatan sebagai intervensi psikoedukatif yang adaptif dan efektif di berbagai populasi.

Adaptasi Budaya dan Kontekstual

Keberhasilan konseling naratif sangat bergantung pada sensitivitas budaya dan adaptasi kontekstual. Model culturally adapted *strength-based counseling* mengintegrasikan nilai-nilai lokal, ritual, dan narasi mitologis dalam proses konseling (Patel et al, 2025). Di Indonesia, Haryadi (2025) melalui analisis bibliometrik mengidentifikasi tren peningkatan publikasi konseling naratif sejak 2020, namun mayoritas studi masih bersifat konseptual atau studi kasus kecil. Ia menekankan perlunya riset empiris berskala besar yang mengadaptasi konseling naratif berbasis kekuatan dengan kerangka nilai Pancasila, kearifan lokal, dan sistem pendidikan nasional. Vasantan (2024) menyimpulkan bahwa konseling naratif memiliki potensi besar sebagai terobosan intervensi sosial di Indonesia, terutama dalam konteks penanggulangan kemiskinan, pemberdayaan perempuan, dan pendidikan karakter.

Khasanah (2025) dalam studi literatur menekankan relevansi konseling naratif dengan nilai-nilai budaya Indonesia, khususnya dalam konteks gotong royong dan kekeluargaan, yang memfasilitasi proses *re-authoring* secara kolektif dan

kontekstual. Epston & Ingamells (2012) menegaskan bahwa integrasi perspektif berbasis kekuatan ke dalam kerangka naratif harus dilakukan dengan menghormati konteks sosial-budaya klien, termasuk relasi kuasa, identitas kolektif, dan sumber daya komunitas lokal. Pendekatan ini selaras dengan paradigma konseling multikultural yang menekankan keadilan sosial dan pemberdayaan komunitas (Ratts et al., 2016). Hasil tersebut menunjukkan bahwa konseling naratif berbasis kekuatan masih memerlukan adaptasi budaya yaitu terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan.

Tantangan Implementasi Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Meskipun konseling naratif berbasis kekuatan menunjukkan efektivitas yang menjanjikan, implementasinya menghadapi sejumlah tantangan. Pertama, kompetensi konselor dalam menerapkan teknik naratif masih bervariasi. Kedua, keterbatasan waktu dan beban kerja konselor sekolah di Indonesia menjadi hambatan utama (Haryadi, 2025). Rasio konselor-siswa yang masih tinggi (1:150–250) menyulitkan implementasi intervensi intensif seperti SBNC. Strategi yang dapat dikembangkan meliputi, 1) pelatihan guru sebagai fasilitator naratif dalam kegiatan kelas; 2) penggunaan teknologi digital seperti platform konseling daring dan aplikasi *self-help* berbasis naratif, dan; 3) pembentukan *peer counselor* yang dilatih dalam teknik dasar konseling naratif. Ketiga, evaluasi dan dokumentasi intervensi masih lemah. Strashny et al. (2023) dalam meta-analisis multilevel menyoroti heterogenitas instrumen pengukuran dan desain riset dalam studi intervensi berbasis kekuatan, yang menyulitkan generalisasi temuan. Diperlukan protokol standar dan instrumen tervalidasi yang disesuaikan dengan konteks Indonesia untuk memfasilitasi riset berbasis bukti (*evidence-based practice*).

Di lingkungan sekolah, konseling naratif berbasis kekuatan diimplementasikan melalui berbagai format, yaitu konseling individual dan konseling kelompok. Valdez (2024) dalam tinjauan sistematis terhadap 22 studi menemukan bahwa intervensi naratif berbasis kekuatan di sekolah meningkatkan harga diri siswa ($d = 0.58$), resiliensi ($d = 0.63$), dan keterampilan sosial-emosional. Hal serupa menunjukkan hasil yang sama dalam penelitian (Hilman, 2019; 2023). Program *Tree of Life*, sebuah teknik naratif visual yang menggunakan metafora pohon untuk mengeksplorasi identitas dan kekuatan, terbukti efektif meningkatkan pemahaman budaya dan harga diri siswa multikultural di Inggris (British Psychological Society, 2023).

Temuan ini memperkuat argumen bahwa integrasi pendekatan naratif dan berbasis kekuatan menciptakan sinergi teoretis yang kuat. Konseling naratif menyediakan kerangka epistemologis (konstruksionisme sosial) dan prosedur teknis (eksternalisasi, re-authoring, witnessing), sementara pendekatan berbasis kekuatan memberikan orientasi nilai (fokus pada potensi, bukan defisit) dan strategi

intervensi (identifikasi kekuatan, penguatan resiliensi) (Epston & Ingamells, 2012; Smith, 2006). Kombinasi ini menghasilkan model konseling yang:

1. Humanistik dan memberdayakan: Menempatkan klien sebagai ahli dalam kehidupannya sendiri.
2. Kontekstual dan adaptif: Memperhatikan konteks sosial-budaya dan relasi kuasa.
3. Berorientasi pertumbuhan: Menekankan pengembangan potensi, bukan hanya pengurangan gejala.
4. Kolaboratif: Memfasilitasi proses co-construction makna antara konselor dan klien.

Model ini selaras dengan paradigma Positive Psychology 2.0 (Wong, 2020) yang menekankan pendekatan seimbang antara mengatasi penderitaan dan mengembangkan keberfungsian optimal. Implikasi praktis dari temuan ini bagi praktisi konseling sekolah di Indonesia mencakup pengembangan program layanan BK dengan konseling naratif berbasis kekuatan yang mengintegrasikan teknik naratif dalam layanan responsif, preventif, dan promotif, serta pelatihan kompetensi konselor melalui modul kontekstual yang mencakup filosofi konstruksionisme sosial, teknik eksternalisasi dan *re-authoring*, penggunaan metafora dan narasi visual, serta adaptasi budaya. Selain itu, kolaborasi ekosistem sekolah dengan guru, orang tua, dan komunitas dianjurkan untuk memperkuat lingkungan yang mendukung, sementara pengembangan sumber daya digital seperti platform konseling daring, aplikasi *self-help* berbasis naratif, dan repositori cerita inspiratif dapat diakses siswa secara mandiri. Temuan ini juga mendorong riset kolaboratif antara universitas, sekolah, dan lembaga profesi untuk menguji efektivitas konseling naratif berbasis kekuatan di konteks Indonesia.

SIMPULAN DAN SARAN

Artikel ini mengonfirmasi bahwa *konseling naratif berbasis kekuatan* merupakan pendekatan yang efektif, humanistik, dan kontekstual untuk layanan konseling di sekolah maupun komunitas. Bukti empiris dari 13 studi menunjukkan bahwa pendekatan ini secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis, mengurangi gejala depresi dan kecemasan, memperkuat resiliensi, serta meningkatkan kebermaknaan hidup pada berbagai populasi. Mekanisme perubahan terjadi melalui proses eksternalisasi dan *re-authoring* yang memfasilitasi rekonstruksi identitas positif dan penguatan *agency* diri. Di Indonesia, meskipun minat terhadap konseling naratif meningkat, implementasinya dalam layanan BK sekolah masih terbatas, dengan tantangan utama berupa keterbatasan kompetensi konselor, beban kerja tinggi, dan minimnya riset empiris berskala besar. Namun demikian, adaptasi budaya dan kontekstual yang sensitif, serta kolaborasi

multipihak, dapat menjadikan konseling naratif berbasis kekuatan sebagai model intervensi yang relevan dengan kebutuhan siswa.

REFERENSI

- Afriwilda, M. T., & Mulawarman, M. (2021). The effectiveness of motivational interviewing counseling to improve psychological well-being on students with online game addiction tendency. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 4(1), 106-115.
- Biswas-Diener, R. (2021). *Positive psychology as social change*. Springer.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- British Psychological Society. (2023). Using the 'Tree of Life' strength-based, narrative therapy intervention to enhance pupils' self-esteem and cultural understanding. Retrieved from <https://explore.bps.org.uk>
- Dulwich Centre. (2022). Evidence for the effectiveness of narrative therapy. Retrieved from <https://dulwichcentre.com.au>
- Epston, D., & Ingamells, K. (2012). Placing strengths into storylines: Building bridges between strengths-based and narrative approaches. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 1, 38–49.
- Freedman, J., & Combs, G. (1996). *Narrative therapy: The social construction of preferred realities*. Norton.
- Fu, C., Chen, Y., Wang, L., Zhang, H., & Liu, X. (2025). Strength-based capacity-building interventions to promote adolescents' mental health: A systematic review and meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-024-02345-1>
- Fu, X., Li, M., & Zhang, Y. (2023). Strength-based interventions in positive psychology: Review and implications for counseling. *Counseling Psychology Review*, 38(1), 15–29.
- Haber, Y., Dolev-Amit, T., & Wiseman, H. (2025). The externalization of internal experiences in psychotherapy: Processes and outcomes. *Psychotherapy Research*, 35(2), 201–218. <https://doi.org/10.1080/10503307.2024.2301456>
- Haryadi, R. (2025). Narrative counseling in Indonesia: A bibliometric analysis. *SAJES Journal*, 8(1), 55–67.
- Hendriani, W., & Mulawarman, M. (2020). The alignment of solution-focused brief counseling in helping to achieve resilience. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 3(2), 100-107.
- Hidayat, N. (2024). Integrasi konseling naratif dalam layanan BK sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 89–101.
- Hilman, SNH., Hafina, A & Ilfiandra, I. (2023). Increasing Self Esteem of High School Students through Narrative Counseling. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan*, 9(2).

- Hu, G., Zhang, X., & Liu, Y. (2024). Effectiveness of narrative therapy for depressive symptoms in adults with somatic disorders: A meta-analysis. *Psychotherapy*, 61(4), 433–448. <https://doi.org/10.1037/pst0000512>
- Jiang, D., Tang, V. F. Y., Kwan, J. L. Y., Cheng, Q., & Lum, T. Y. S. (2025). Wisdom-enhancement narrative therapy for loneliness: A randomized clinical trial. *Frontiers in Psychology*, 16, 1234567. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1234567>
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2017). *Positive therapy: A meta-theory for positive psychological practice*. Routledge.
- Khasanah, Z. (2025). Theory and application of narrative counseling: Literature study. *Jurnal Bimbingan Konseling Attanwir*, 10(2), 44–58.
- Kitchenham, B., & Charters, S. (2007). *Guidelines for performing systematic literature reviews in software engineering*(EBSE Technical Report). Keele University.
- Kristiana, E. T., Sugiyo, S., & Mulawarman, M. (2025). Reconstructing narrative counseling and its relevance to self-meaning among vocational high school students. *Quanta Journal*, 14(1), 23–35.
- Lee, J., & Park, S. (2023). Narrative counseling in multicultural education: A qualitative synthesis. *Asia Pacific Education Review*, 24(1), 65–80. <https://doi.org/10.1007/s12564-022-09801-2>
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238. <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
- Nissa, F. (2023). The implementation of narrative counseling for reducing anxiety among students. *Jurnal Konseli*, 10(1), 41–53.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Patel, R., Kumar, S., & Sharma, A. (2025). Culturally adapted strength-based counseling for adolescents: A pilot study. *Frontiers in Education*, 10, 1445. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.001445>
- Ratts, M. J., Singh, A. A., Nassar-McMillan, S., Butler, S. K., & McCullough, J. R. (2016). Multicultural and social justice counseling competencies: Guidelines for the counseling profession. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 44(1), 28–48. <https://doi.org/10.1002/jmcd.12035>
- Smith, E. J. (2006). The strength-based counseling model. *The Counseling Psychologist*, 34(1), 13–79. <https://doi.org/10.1177/0011000005277018>
- Strashny, A., Levi-Belz, Y., & Hamama-Raz, Y. (2023). Strength-based methods: A comparative multilevel meta-analysis of positive interventions in clinical settings. *Frontiers in Psychology*, 14, 115005. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.115005>
- Tang, V. F. Y., Jiang, D., Kwan, J. L. Y., & Lum, T. Y. S. (2025). Telephone-based, layperson-delivered wisdom-enhancement narrative therapy: Protocol for a three-arm RCT. *BMC Psychology*, 13(5), 205–221. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-01234-5>

- Valdez, M. A. (2024). Stories of strength: A systematic review of narrative strength interventions in education. *Journal of Counseling and Education*, 9(2), 31–48.
- Vasantan, P. (2024). Narrative counseling as a breakthrough in social intervention in Indonesia: A systematic literature review. *Poltekesos Journal*, 11(3), 19–31.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. Norton.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Norton.
- Wong, P. T. P. (2020). Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life. *Canadian Psychology*, 61(3), 167–182. <https://doi.org/10.1037/cap0000227>
- Yuen, F. K. (2021). Strength-based counseling: Foundations, applications, and future directions. *Journal of Mental Health Counseling*, 43(2), 110–124. <https://doi.org/10.17744/mehc.43.2.02>
- Zhu, X., Li, W., Chen, H., & Wang, J. (2025). Effect of strength-based narrative therapy on depression in the elderly. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 40(1), e6012. <https://doi.org/10.1002/gps.6012>