



Contents lists available at [Journal Redwhitepress](http://journal.redwhitepress.com)

Journal of Counseling and Educational Technology

ISSN: 2654-8194 (Print) ISSN: 2654-9786 (Electronic)

Journal homepage: <http://journal.redwhitepress.com/index.php/jcet>



Penerapan layanan konseling *art therapy* dalam meningkatkan *self-disclosure* siswa di sekolah menengah

Elfa Nirmala Sari^{1*)}, Muhammad Al Fikhri¹, Berru Amalianita²

¹ Universitas Negeri Padang, Indonesia

² Universitas Bengkulu, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jan 12th, 2025

Revised Feb 20th, 2025

Accepted May 26th, 2025

Keywords:

Remaja

Self-disclosure

Art therapy

ABSTRACT

Era peralihan remaja dari anak-anak ke dewasa mengalami banyak tantangan bagi remaja dalam beradaptasi dan seringkali mereka lebih memilih untuk memendam masalah mereka tanpa menceritakan kepada orang lain. Upaya untuk mengatasi masalah tersebut diantaranya dengan menerapkan layanan konseling *art therapy* dalam meningkatkan *self-disclosure* di kalangan siswa sekolah menengah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan layanan konseling *art therapy* dalam meningkatkan *self-disclosure* pada siswa sekolah menengah. Metode penelitian digunakan ialah *Systematic Literature Review* (SLR). Jumlah literatur yang diteliti setelah seleksi data berjumlah 6 literatur. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa penerapan konseling *art therapy* efektif dalam meningkatkan *self-disclosure* siswa sekolah menengah. Keberhasilan ini juga didukung oleh emosional dari konselor dan lingkungan yang kreatif sehingga meningkatkan kemampuan mereka untuk berbagi pengalaman dan perasaan pribadi.

© 2025 The Authors. Published by Redwhitepress.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)



Corresponding Author:

Elfa Nirmala Sari,
Universitas Negeri Padang
Email: elfa73@gmail.com

Pendahuluan

Siswa sekolah menengah berada pada kisaran umur 12-18 tahun yang merupakan masuk kedalam kategori remaja. Siswa sekolah menengah pertama masuk dalam kategori remaja awal dan siswa sekolah menengah atas masuk kategori remaja akhir (Azzahra et al., 2021). Remaja mengalami masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang terjadi adanya perubahan fisik dan psikis. Perubahan yang terjadi ini tentu banyak masalah yang dihadapi, baik permasalahan pribadi, sosial maupun keluarga (Zulamri, 2019). Masalah yang dihadapi remaja seringkali mereka sembunyikan tanpa menceritakan kepada orang lain dengan alasan malu dan tidak percaya dengan orang lain.

Sukri et al. (2025) mengemukakan bahwa salah satu aspek kematangan psikologis remaja ialah keterbukaan diri (*self-disclosure*) kepada orang lain meliputi perasaan, pikiran dan pengalaman pribadi. Hal ini dapat mempererat hubungan interpersonal dan meningkatkan kematangan emosional (Rahardjo et al., 2020). Namun nyatanya masih banyak siswa yang merasa kesulitan dalam membuka diri di sekolah yang seringkali penuh dengan hambatan.

Gamayanti dalam Aziz dkk (2023) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki kesulitan dan kurang dalam membangun rasa keterbukaan dengan orang lain akan mempengaruhi keterampilan sosial dengan orang lain, kurang percaya diri, stress, cemas, dan merasa rendah diri. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan mental

remaja. WHO (Asari & Mukhoyaroh 2024) menyebutkan bahwa lebih dari 700.000 jiwa melakukan bunuh diri setiap tahunnya dan menjadi penyebab kematian terbesar pada kelompok usia 15-19 tahun. Kasus bunuh diri di Indonesia mencapai angka 849 kasus hingga September 2024 ini berdasarkan data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (PUSIKNAS) (Utomo & Hubertus, 2024). Dosen psikologi di Semarang mengatakan bahwa kasus bunuh diri dua mahasiswa di Semarang pada bulan Oktober 2023 kemarin disebabkan oleh kurangnya komunikasi antara korban dengan orang-orang disekitarnya (Asari & Mukhoyaroh, 2024). Irawan (2021) memaparkan salah satu fenomena dimana individu banyak yang memiliki masalah tetapi tidak memiliki tempat untuk bercerita dan lebih memilih untuk melampiaskan keluh kesahnya dengan kegiatan negatif seperti minuman keras, pergaulan bebas, tauran dan lain sebagainya.

Fenomena yang terjadi diatas menunjukkan bahwa masih rendahnya tingkat Self-disclosure dikalangan remaja. Rendahnya self-disclosure remaja berdampak kepada kehidupan sehari-hari yang tidak efektif dan terganggu karena beban pikiran yang selalu menggangukannya (Zulamri, 2019). Sehingga remaja resah, gelisah dan bersikap aneh yang tidak sesuai dengan tingkah laku pada umumnya dalam menjalankan kehidupan sehari-hari (Aldahadha, 2023).

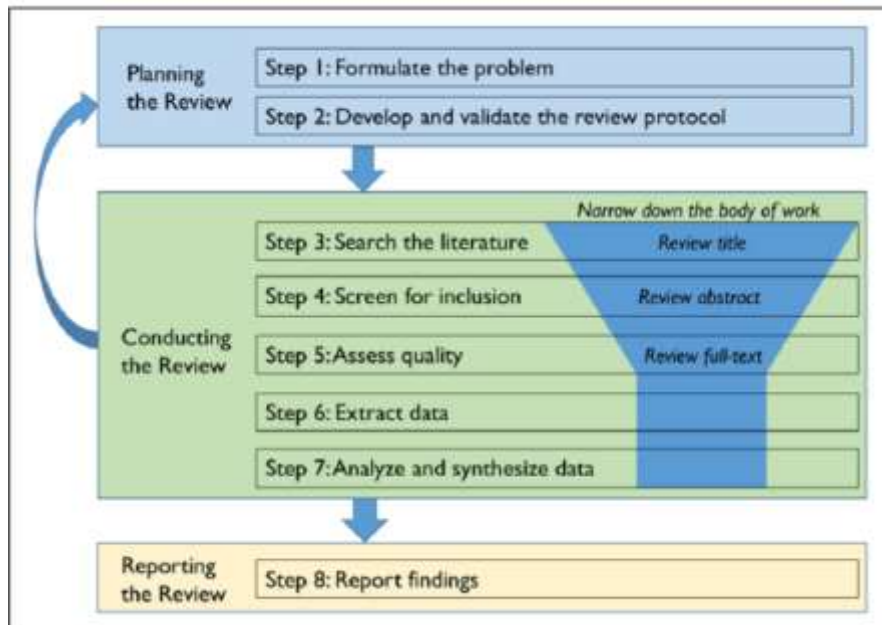
Salah satu cara untuk membantu remaja untuk meningkatkan self-disclosure adalah dengan pelaksanaan layanan konseling berbasis art therapy. Bennington et al. (2016) menyatakan bahwa art therapy sebagai salah satu metode untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis. Puig dalam Suhara et al (2025) menjelaskan bahwa pelaksanaan art therapy sangat efektif untuk mengungkapkan dan memahami emosi serta pikiran remaja. Art therapy memungkinkan remaja untuk menyalurkan perasaan dan pikiran yang sulit diungkapkan dengan bercerita dengan orang lain (Shamri Zeevi, 2021).

Penelitian yang dilakukan Liu et al (2024) menunjukkan bahwa art therapy dapat meningkatkan dan mengembangkan potensi diri positif dan mengurangi stress. Braitto et al. (2022) mengungkapkan bahwa art therapy efektif dalam membantu anak-anak dan remaja yang mengalami trauma dalam mengekspresikan emosi mereka. Selain itu, art therapy membantu remaja dalam mengatasi kecemasan dan depresi serta meningkatkan kemampuan self-disclosure remaja (Gonsalves et al., 2023). Sejalan dengan hal tersebut, Karyanti (2015) mengemukakan bahwa konseling art therapy dengan media gambar dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan self-disclosure. Melalui art therapy, individu dapat mengekspresikan perasaan, pikiran dan pengalaman pribadi secara visual yang memudahkan mereka membuka diri kepada orang lain (Rankanen, 2014).

Art therapy menggunakan berbagai media seni seperti menggambar, melukis dan membuat prakarya untuk membantu remaja dalam mengekspresikan perasaan dan emosi yang sulit diungkapkan (Suhara et al., 2025). Hasil penelitian oleh (Vogel et al., 2024) mengungkapkan bahwa konseling art therapy merupakan salah satu teknik konseling yang efektif dan inovatif dalam membantu remaja dalam mengekspresikan perasaan mereka secara bebas dan tanpa hambatan verbal yang pada akhirnya akan meningkatkan self-disclosure remaja. Meningkatnya self-disclosure remaja yang pada akhirnya meningkatkan hubungan interpersonal dengan orang disekitar (Andini, 2024). Namun, penelitian tentang penerapan konseling art therapy untuk meningkatkan self-disclosure yang diperlukan masih sedikit. Melalui penelitian ini, penulis berharap untuk melihat secara menyeluruh bagaimana konseling art therapy dapat meningkatkan self-disclosure siswa di sekolah menengah.

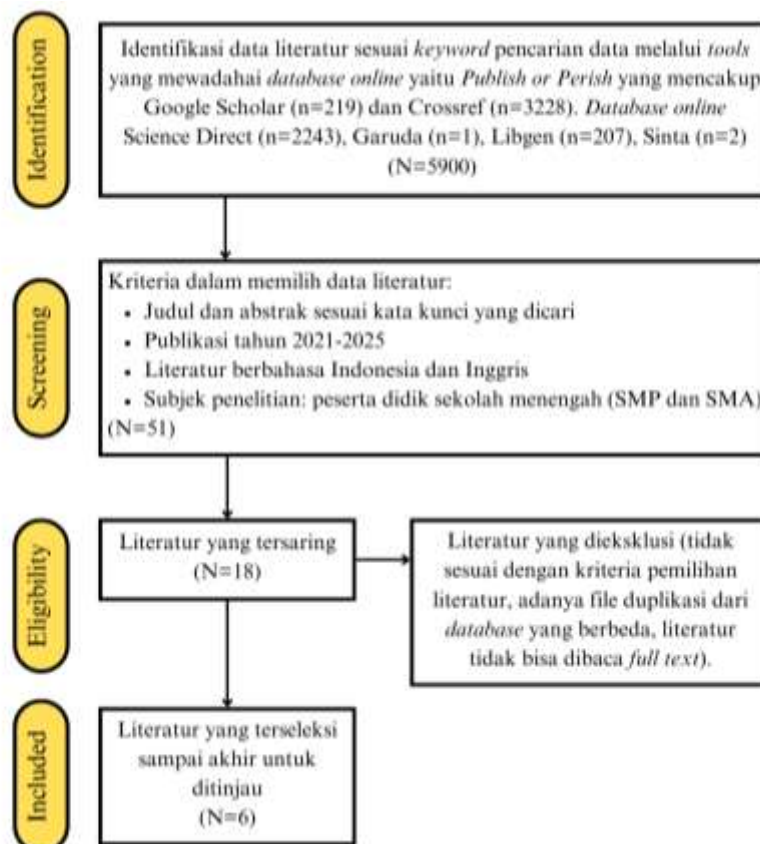
Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian Systematic Literature Review (SLR). Systematic Literature Review adalah metode penelitian untuk menemukan, mengevaluasi dan menginterpretasi semua penelitian yang tersedia yang terkait dengan pertanyaan penelitian, bidang topik atau fenomena yang diminati (Dinter, Tekinerdogan, & Catal 2021). Pendekatan kualitatif dalam Systematic Literature Review digunakan untuk merangkum hasil-hasil penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memberikan bukti ilmiah secara menyeluruh, objektif dan relevan dengan topik penerapan layanan konseling art therapy dengan media gambar dalam meningkatkan self-disclosure siswa menengah. Sumber data dalam Systematic Literature Review dapat melalui buku, laporan dokumentasi dan artikel publikasi ilmiah. Xiao & Watson (2019) menjelaskan bahwa ada tiga tahap secara umum dalam melakukan penelitian Systematic Literature Review yaitu planning the review, conducting the review dan reporting the review.



Gambar 1. Tahap systematic literature review
 Sumber: (Xiao & Watson 2019)

Hasil dan Pembahasan



Gambar 2 <Diagram Alur Prisma>

Literatur yang peneliti dapatkan dari *database online* dengan menggunakan kata kunci adalah sebanyak 5900 literatur, kemudian literatur diseleksi dengan meninjau informasi literatur, membaca judul serta abstrak hasilnya ada 51 literatur ditemukan, kemudian literatur tersebut diseleksi kembali dengan membaca judul, abstrak, subjek

penelitian dan kesimpulan sehingga didapatkan 18 literatur yang sesuai dan dikumpulkan kedalam aplikasi *Mendeley* untuk memudahkan peneliti mengecek publikasi. Selanjutnya data literatur yang terkumpul diseleksi kembali menggunakan pedoman inklusi eksklusi yang sudah disusun oleh peneliti sehingga literatur hasil seleksi menjadi 5 literatur yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah data literatur terkumpul, langkah selanjutnya adalah studi kualitas (*Study Quality*) untuk memastikan bahwa data literatur yang terkumpul layak untuk diteliti. Melalui studi kualitas, akhirnya data literatur yang layak diteliti sebanyak 5 literatur. Berikut tabel data literatur sebagai bahan penelitian.

Tabel 1 <Data Literatur Bahan Penelitian>

| Penulis | Tahun Publikasi | Judul Literatur | Subjek Penelitian |
|---|-----------------|--|--|
| Yusrizal, Fauzi Aldina & Muqarramah Fitri | 2024 | Efektivitas Pelaksanaan Layanan Konseling Art Therapi dengan Media Gambar Untuk Meningkatkan Self Disclosure | 30 Siswa SMAN 1 Simpang Tiga |
| Muh Ridwan Sukri, Andi Arjulia Sari, Andi Fany Fajriani, Khumaerah Nur Mar'ah, Aulia Meylindah Mahmud & Nur Fadila Istiqamah. | 2025 | Upaya Peningkatan <i>Self-disclosure</i> Dengan Menggunakan Teknik Konseling <i>Art therapy</i> Pada Siswa | 10 Siswa yang memiliki skor <i>self-disclosure</i> yang rendah |
| Helda Yusfarina Anggraini, Nina Permata Sari & Ali Rachman | 2024 | Meningkatkan <i>Self-disclosure</i> Siswa Menengah Kejuruan Menuju Era Society 5.0 dengan Art Psychotherapy | 6 siswa kelas XI kejuruan Seni Musik SMK N 4 Banjarmasin |
| Grasi Cantika Suhara, Yogi Damai Syaputra, Asep Furqonuddin & Monalisa | 2025 | <i>Art Therapy</i> : Penggunaan Media Seni Sebagai Upaya Mengatasi <i>Stress</i> Warga Binaan | 11 warga binaan yang memiliki gejala stress pada tingkat sedang dan berat. |
| Rif'atun Nikmah, Dwi Yuwono Puji Sugiarto, Awalya Awalya | 2022 | Effectiveness of Peer Group Guidance with Poetry Therapy Techniques and Sociodrama Techniques to Improve Self Disclosure | Siswa SMP Takhasus Al-Quran |
| Luthfita Cahya Irani & Yuli Nurmalasari | 2021 | River of Life in Islamic Creative <i>Art therapy</i> to Increase <i>Self-disclosure</i> of Adolescents Suspected Criminal Case: Group Counseling | 25 remaja di Dinas Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Kabupaten Sleman Yogyakarta |

Pengertian Konseling Art Therapy

Berdasarkan tinjauan dari 6 literatur, dikemukakan bahwa Konseling Art Therapy adalah metode terapeutik yang memanfaatkan proses kreatif diri individu, seperti menggambar, melukis, dan aktivitas seni lainnya. Konseling Art Therapy ini mengintegrasikan seni dan psikologi untuk membantu individu mengekspresikan dan memahami emosi serta pikiran mereka. Art Therapy berfungsi sebagai media ekspresi yang memungkinkan individu untuk menyampaikan suatu hal atau perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal, sehingga dapat membantu dalam mengentaskan berbagai masalah psikologis dan emosional. Melalui Pendekatan Konseling Art Therapy ini siswa dapat mengembangkan keterampilan interpersonal dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka.

Self-Disclosure

Berdasarkan tinjauan dari 6 literatur, dapat dijelaskan kembali bahwa, Self-Disclosure adalah tindakan yang dilakukan oleh individu dalam mengungkapkan dan mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalamannya kepada individu lainnya. Individu yang memiliki self-disclosure yang baik dapat ditunjukkan dari kecendrungannya terbuka dalam menyampaikan informasi kepada orang lain, adanya unsur kejujuran dalam menyampaikan suatu informasi, informasi yang disampaikan memiliki relevansi dengan tujuan komunikasi, dan individu tersebut memiliki kestabilan dalam berkomunikasi. Secara umum self-disclosure dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor lingkungan sosial yang aman dan kepribadian pribadi yang dibawa dari individu itu sendiri.

Ruang Lingkup Penerapan layanan Konseling Art Therapy dalam Meningkatkan Self Disclosure Siswa di Sekolah Menengah

Hasil tinjauan dari 6 literatur, rata-rata ruang lingkup permasalahan adalah tekanan emosional dan sosial, serta kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah. Beberapa permasalahan yang dapat diatasi pada pembukaan diri, interaksi sosial, keterbatasan ekspresi diri, dan kepercayaan diri. Penerapan Konseling Art Therapy dapat dilaksanakan pada berbagai lingkungan, salah satunya lingkungan pendidikan, termasuk sekolah menengah.

Prosedur Penerapan layanan Konseling Art Therapy dalam Meningkatkan Self Disclosure Siswa di Sekolah Menengah

Hasil tinjauan dari 6 literatur, penerapan konseling Art Therapy dapat dilakukan dengan prosedur yang fleksibel. Secara umum prosedur penerapan Art Therapy dapat dilaksanakan dengan beberapa tahap. Pertama, Tahap persiapan. Melakukan komunikasi awal atau konseling dengan siswa sebagai bentuk asesmen agar diketahui bentuk permasalahannya, kemudian membuat list kegiatan yang akan diberikan kepada siswa dengan menyesuaikan ekspresi dan kesenangan siswa, pada tahap ini dapat dikombinasikan dengan *ice-breaking* agar siswa lebih rileks ketika akan melakukan terapi. Kedua, Tahap pelaksanaan. Siswa mulai mengkreasikan dan menuangkan perasaan ke dalam media yang telah ditentukan sebelumnya dengan dibantu dan bimbingan konselor. Ketiga, Tahap diskusi. Diskusikan hasil seni yang telah diciptakan oleh siswa dan kaji nilai-nilai yang terkandung dalam karyanya sebagai bentuk ungkapan ekspresi. Keempat, Tahap Pengakhiran. Siswa diminta merefleksikan perasaannya setelah melakukan terapi dan mengisi kuisioner yang disediakan.

Keberhasilan Penerapan layanan Konseling Art Therapy dalam Meningkatkan Self Disclosure Siswa di Sekolah Menengah

Berdasarkan tinjauan dari literatur, penerapan Konseling *Art Therapy* efektif untuk meningkatkan *self-disclosure* siswa, dari penelitian banyak siswa yang terindikasi dengan menyampaikan adanya peningkatan dalam kemampuan untuk mengekspresikan diri dan berbagi pengalaman pribadi. Hasil evaluasi pada tahap pengakhiran menunjukkan adanya perubahan skor yang signifikan pada kondisi *self-disclosure* siswa setelah mengikuti sesi konseling, yang menunjukkan bahwa metode ini berhasil dalam mencapai tujuannya. Keberhasilan penerapan konseling art therapy ini juga didukung oleh emosional dari konselor dan lingkungan yang kreatif, dengan ini menciptakan suasana aman bagi siswa untuk berkomunikasi dan berinteraksi.

Simpulan

Hasil penelitian mengenai penerapan konseling art therapy dalam meningkatkan self-disclosure bisa menjadi Langkah alternatif bagi guru BK khususnya untuk memberikan layanan kepada peserta didik disekolah menengah karena dinilai dapat meningkatkan *self-disclosure* siswa dengan konseling art therapy. Melalui metode systematic literature review, ditemukan bahwa konseling *art therapy* memfasilitasi siswa dalam menyalurkan perasaan dan pikiran yang sulit diungkapkan dengan bercerita dengan orang lain. Melalui art therapy, siswa dapat mengekspresikan perasaan, pikiran dan pengalaman pribadi secara visual yang memudahkan mereka membuka diri kepada orang lain. Prosedur penerapan *Art therapy* terdiri dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap diskusi dan tahap pengakhiran. Keberhasilan konseling *art therapy* terbukti efektif dalam meningkatkan *self-disclosure* siswa. Keberhasilan penerapan konseling *art therapy* ini juga didukung oleh emosional dari konselor dan lingkungan yang kreatif, dengan ini menciptakan suasana aman bagi siswa untuk berkomunikasi dan berinteraksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti sesi *art therapy* mengalami peningkatan kemampuan dalam mengekspresikan perasaan dan diri serta menurunnya Tingkat stress dan kecemasan. Selain itu, teknik ini berkontribusi pada pengembangan potensi diri positif dan peningkatan komunikasi interpersonal. Namun penelitian ini juga mengidentifikasi keterbatasan seperti jumlah literatur yang terbatas dan variasi konteks penerapan art therapy. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi efektifitas *art therapy* dalam berbagai setting.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekolah harus secara teratur memasukkan konseling *art therapy* ke dalam program bimbingan dan konseling mereka. Untuk memastikan penerapan yang efektif, guru BK harus dilatih dalam teknik art therapy. Untuk memperkuat hasil penelitian, penelitian lanjutan juga dapat dilakukan dengan sampel yang lebih besar dan berbagai teknik. Kolaborasi sekolah, orang tua, dan guru BK juga penting untuk memberikan dukungan secara keseluruhan kepada siswa.

Referensi

- Aldahadha, B. (2023). Self-disclosure, mindfulness, and their relationships with happiness and well-being. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1), 7.
- Andini, A. (2024). Adaptasi Diri dan Self Disclosure Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Sungguminasa (Studi Komunikasi Interpersonal)= Self Adaptation and Self Disclosure of Inmates at The Sungguminasa Class IIA Women's Penitentiary (Interpersonal Communication Study). Universitas Tesis. Hasanuddin.
- Anggraini, H. Y., Sari, N. P., & Rachman, A. (2024). Meningkatkan Self Disclosure Siswa Menengah Kejuruan Menuju Era Society 5.0 dengan Art Psychotherapy. *Buletin Konseling Inovatif*, 1(2), 45–54. <https://doi.org/10.17977/um059v1i22021p45-54>
- Asari, M. N., & Mukhoyaroh, T. (2024). The impact of loneliness and anonymity on *self-disclosure* among social media X users. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 19(1), 32–41. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v19i1.15271>
- Aziz, A. N., Rahmatullah, A. S., & Khilmiyah, A. (2023). Penguatan Kesehatan Mental Melalui Peran *Self-disclosure* Bagi Remaja Panti Asuhan. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(03), 414–428. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i03.4646>
- Azzahra, A. A., Shambah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perkembangan mental remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461.
- Bennington, R., Backos, A., Harrison, J., Reader, A. E., & Carolan, R. (2016). *Art therapy* in art museums: Promoting social connectedness and psychological well-being of older adults. *The Arts in Psychotherapy*, 49, 34–43.
- Braitto, I., Rudd, T., Buyuktasik, D., Ahmed, M., Glancy, C., & Mulligan, A. (2022). systematic review of effectiveness of art psychotherapy in children with mental health disorders. *Irish Journal of Medical Science (1971-)*, 191(3), 1369–1383.
- Dinter, R. van, Tekinerdogan, B., & Catal, C. (2021). Automation of systematic literature reviews: A systematic literature review. In *Information and Software Technology* (Vol. 136, Issue October 2020, p. 106589). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.infsof.2021.106589>
- Gonsalves, P. P., Nair, R., Roy, M., Pal, S., & Michelson, D. (2023). A systematic review and lived experience synthesis of *self-disclosure* as an active ingredient in interventions for adolescents and young adults with anxiety and depression. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 50(3), 488–505.
- Irani, L. C., & Nurmalasari, Y. (2021). River of Life in Islamic Creative *Art therapy* to Increase *Self-disclosure* of Adolescents Suspected Criminal Case: Group Counseling. *Jurnal Konseling Religi*, 12(2), 189–204. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21043/kr.v12i2.12676>
- Irawan, D. (2021). *Peran Guru Kelas dalam Menanggulangi Rendahnya Moral Siswa Dampak dari Game Online Kelas V di MI Darussalam Kota Bengkulu*. IAIN Bengkulu.
- Karyanti, K. (2015). Konseling Art dengan Media Gambar untuk Meningkatkan Self Disclosure Mahasiswa. *Anterior Jurnal*, 15(1), 55–61.
- Liu, C., Xie, Y., Xu, Y., Song, Z., Tang, J., Shen, J., Jiang, Z., Shen, C., Zhan, X., & Zheng, C. (2024). Assessing the stress-relief impact of an art-based intervention inspired by the broaden-and-build theory in college students. *Frontiers in Psychology*, 15, 1324415.
- Nikmah, R., Sugiarto, D. Y. P., & Awalya, A. (2022). Effectiveness of Peer Group Guidance With Poetry Therapy Techniques and Sociodrama Techniques to Improve Self Disclosure. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(3), 197–205. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/60948%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/download/60948/22542>
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Hermita, M., Suhatri, R. J., Marwan, M. A., & Andriani, I. (2020). Online Adolescent's *Self-disclosure* as Social Media Users: The Role of Extraversion Personality, Perception of Privacy Risk, Convenience of Relationship Maintenance, and Self Presentation. *Jurnal Psikologi*, 19(3), 219–232.
- Rankanen, M. (2014). Clients' positive and negative experiences of experiential *art therapy* group process. *The Arts in Psychotherapy*, 41(2), 193–204.
- Shamri Zeevi, L. (2021). Making *art therapy* virtual: integrating virtual reality into *art therapy* with adolescents. *Frontiers in Psychology*, 12, 584943.
- Suhara, G. C., Damai Syaputra, Y., Furqonuddin, A., & Monalisa, M. (2025). Art Therapy: Penggunaan Media Seni Sebagai Upaya Mengatasi stress Warga Binaan. *Connection: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.32505/connection.v5i1.10368>
- Sukri, M. R., Sari, A. A., Fajriani, A. F., Mar'ah, K. N., Mahmud, A. M., & Istiqamah, N. F. (2025). Upaya Peningkatan *Self-disclosure* Dengan Menggunakan Teknik Konseling *Art therapy* Pada Siswa. *Jurnal*

-
- Pendidikan Dasar Dan Menengah (Dikdasmen)*, 4(3), 196–203. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v4i4-2437>
- Utomo, K. D. M., & Hubertus, A. (2024). Mencegah Bunuh Diri dengan Mengembangkan Makna Hidup Menurut Victor Frankl. *Seri Filsafat Teologi*, 34(33), 148–167.
- Vogel, S. W., Mullins, K. L., & Kumar, S. (2024). *Art therapy* for children and adolescents with autism: a systematic review. *International Journal of Art Therapy*, 1–10.
- Xiao, Y., & Watson, M. (2019). Guidance on Conducting a Systematic Literature Review. *Journal of Planning Education and Research*, 39(1), 93–112. <https://doi.org/10.1177/0739456X17723971>
- Yusrizal, Y., Aldina, F., & Fitri, M. (2024). Efektivitas Pelaksanaan Layanan Konseling Art Therapi Dengan Media Gambar Untuk Meningkatkan Self Disclosure. *Jurnal Psiko-Konseling*, 2(2), 32–36.
- Zulamri, Z. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II B Pekanbaru. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 19. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6526>