

## Kontribusi Peer Attachment terhadap Dinamika Kelompok dalam Layanan Psikoedukasi: Studi Tinjauan Pustaka

Sofia Rasyidah Salsabila<sup>1</sup>, Muslikah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Semarang

E-mail: [sofiarsyd5@students.unnes.ac.id](mailto:sofiarsyd5@students.unnes.ac.id)

Received: 28 March 2026

Accepted: 2 May 2026

Published: 7 May 2026

### ABSTRAK

Individu akan mengalami fase transisi pada usia remaja, di mana figur teman sebaya mulai menggantikan ataupun berdampingan dengan peran orang tua sebagai sumber dukungan emosional utama. Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran kelekatan teman sebaya terhadap dinamika kelompok dalam layanan psikoedukasi. Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan menelaah artikel penelitian dari database Google Scholar, Springer, Wiley, ScienceDirect, SAGE Journals, dan Frontiers dalam rentang tahun 2021–2025. Melalui kriteria inklusi yang ketat terhadap topik peer attachment dan psikoedukasi, terpilih sebelas artikel utama untuk dianalisis secara kualitatif deskriptif, yaitu delapan artikel terkait peer attachment dan tiga artikel mengenai psikoedukasi. Hasil kajian menunjukkan bahwa dimensi kepercayaan (trust), komunikasi yang responsif, serta rendahnya tingkat keterasingan (alienation) dapat menjadi fondasi keamanan psikologis yang krusial dalam menggerakkan dinamika kelompok. Peer attachment yang aman berfungsi sebagai fondasi keamanan psikologis yang memicu keterbukaan diri dan kemampuan pemecahan masalah dalam kelompok. Selain itu, peer attachment yang positif dapat berperan sebagai mekanisme pelindung (buffering effect) terhadap riwayat traumatik pada remaja, sehingga mampu meningkatkan resiliensi dan regulasi emosi peserta. Integrasi kelekatan yang sehat dalam psikoedukasi terbukti mampu menciptakan ekosistem yang mendukung kesejahteraan mental secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** *peer attachment*; psikoedukasi; remaja

## The Contribution of Peer Attachment to Group Dynamics in Psychoeducational Services: A Literature Review Study

### ABSTRACT

Individuals experience a transitional phase during adolescence, in which peer figures begin to replace or complement parents as primary sources of emotional support. This study aims to examine the role of peer attachment in group dynamics within psychoeducational services. This study employed a narrative literature review by examining research articles obtained from Google Scholar, Springer, Wiley, ScienceDirect, SAGE Journals, and Frontiers databases published between 2021 and 2025. Based on strict inclusion criteria related to peer attachment and psychoeducation, eleven primary articles were selected for qualitative descriptive analysis, consisting of eight articles on peer attachment and three articles on psychoeducation. The findings indicate that the dimensions of trust, responsive communication, and low levels of alienation can serve as crucial foundations for psychological safety in driving group dynamics. Secure peer attachment provides a psychological safety foundation that promotes self-disclosure and problem-solving skills within the group. Furthermore, positive peer attachment can function as a buffering mechanism against traumatic experiences among adolescents, thereby enhancing participants' resilience and emotional regulation. The integration of healthy attachment into psychoeducation can create a supportive ecosystem for sustainable mental well-being.

**Keywords:** *peer attachment*; psychoeducation; adolescents

## PENDAHULUAN

Masa remaja menjadi fase transisi yang krusial, di mana orientasi sosial individu mengalami pergeseran yang signifikan dari figur orang tua menuju teman sebaya. Kehadiran teman sebaya dalam lingkup kehidupan remaja, seperti di sekolah, menjadikan mereka sebagai sumber utama dukungan emosional sekaligus model perilaku. Oleh karena itu, tidak mengherankan jika terdapat remaja yang terinspirasi dan mengikuti perilaku serta penampilan teman sebayanya. Karena hal tersebut, hubungan teman sebaya bukan hanya sekadar “pertemanan biasa”, melainkan menjadi salah satu fondasi kesehatan mental remaja itu sendiri. Kelekatan teman sebaya atau *peer attachment* yang sehat dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan harga diri serta kepercayaan diri yang turut membentuk identitas positif remaja tersebut (Kecaj et al., 2021). Selain itu, keterikatan atau kelekatan teman sebaya yang sehat dan kuat mampu menjadi faktor pelindung dalam menurunkan perilaku menyimpang yang berisiko, serta membantu proses regulasi emosi secara lebih adaptif (Sezer & Gürtepe, 2025). Dalam cakupan ini, *peer attachment* merujuk pada ikatan emosional mendalam yang terbentuk antara beberapa individu yang berada pada posisi setara, dalam hal ini berada pada usia yang sama ataupun sebaya dalam hierarki sosial, di mana keterikatan atau kelekatan tersebut memberikan rasa aman bagi remaja untuk mempertahankan koneksi emosional yang bermakna.

Dalam lingkup bimbingan dan konseling, *peer attachment* atau kelekatan teman sebaya memainkan peran penting dalam membentuk interaksi serta perkembangan emosional dalam kelompok psikoedukasi. Keberhasilan pelaksanaan psikoedukasi sangat didukung oleh ikatan kepercayaan antarpeserta, di mana keterikatan yang menunjukkan rasa aman mampu mendorong kemampuan pemecahan masalah atau *problem solving* serta kolaborasi yang lebih baik di

dalam kelompok (Khichi & Teotia, 2023). Dalam psikoedukasi, ikatan positif antarpeserta dapat meningkatkan dinamika kelompok melalui dukungan emosional serta normalisasi pengalaman. Seperti yang diketahui, keberhasilan psikoedukasi sangat bergantung pada dinamika kelompok, yaitu interaksi setiap peserta yang dapat memengaruhi keterbukaan, dukungan emosional, serta pencapaian tujuan bersama. Tanpa dinamika kelompok, psikoedukasi hanya akan menjadi komunikasi satu arah.

Psikoedukasi membantu peserta menyadari bahwa masalah yang mereka hadapi juga dialami oleh peserta lainnya, sehingga individu tersebut merasa tidak sendirian. Ketika peserta lain membagikan pengalaman yang mereka alami dan relevan dengan materi yang disampaikan, peserta lainnya sebagai anggota psikoedukasi akan merasa “normal” dan aman, sehingga beban psikologis yang ada mulai berkurang. Hal ini terjadi karena psikoedukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga mengajarkan berbagai hal yang berhubungan dengan gejala gangguan mental, keterampilan membantu orang lain dengan gangguan mental, serta cara menghadapi stres agar tetap sehat secara mental (Cahyani, 2023). Peserta psikoedukasi tidak hanya belajar dari konselor, tetapi juga belajar dari peserta lainnya terkait bagaimana mereka memberikan respons terhadap materi ataupun cara mereka memecahkan suatu masalah. Dinamika kelompok mengacu pada interaksi serta ikatan antaranggota kelompok yang memengaruhi suasana, partisipasi, serta hasil dari proses psikoedukasi (Rasimin & Hamdi, dalam Ristianti, 2023). Dalam dinamika yang sehat, peserta sebagai anggota psikoedukasi saling memberikan dukungan satu sama lain, sehingga proses pemberian bantuan dapat meningkatkan harga diri anggota kelompok. Bekerja atau berdiskusi dalam kelompok dapat menjadi salah satu kekuatan utama karena memungkinkan anggota

untuk terlibat dalam diskusi dengan teman sebayanya (Natali et al., 2024). Psikoedukasi dengan dinamika kelompok yang baik dan sehat dapat menjadi tempat yang aman untuk mempraktikkan keterampilan baru sebelum diterapkan dalam lingkup masyarakat.

Dijelaskan oleh Hapsari dkk. (dalam Pujiarti et al., 2025), psikoedukasi menjadi strategi penanganan yang dapat diterapkan pada setting keluarga serta kelompok. Psikoedukasi akan berjalan efektif jika dinamika kelompok memungkinkan anggota untuk belajar satu sama lain, melakukan refleksi diri, meningkatkan kesejahteraan psikologis kolektif, serta menentukan solusi masalah secara kolaboratif (Ristianti, 2023). Remaja sebagai individu dengan *peer attachment* yang aman cenderung lebih mudah mempercayai anggota kelompok lain. Kepercayaan yang terbentuk akan menjadi bahan bakar utama bagi terbentuknya dinamika kelompok. Tanpa adanya kelekatan atau rasa aman terhadap teman sebaya, peserta cenderung tertutup sehingga materi psikoedukasi sulit meresap. Hal ini karena layanan psikoedukasi tidak hanya berfokus pada transfer pengetahuan, tetapi juga membangun kesadaran kolektif untuk saling menjaga kesehatan mental setiap anggota.

Karena hal tersebut, *peer attachment* dianggap berperan penting dalam membentuk dinamika kelompok psikoedukasi. *Peer attachment* yang baik akan membuat peserta dapat saling mendukung, memahami, serta berempati dalam menghadapi tantangan dan masalah yang ada pada setiap individu, sehingga mampu menciptakan rasa aman serta kepercayaan antaranggota. Meskipun studi yang membahas *peer attachment* telah banyak dilakukan (Ji et al., 2022; Therriault et al., 2024), pemahaman spesifik terkait bagaimana karakteristik kelekatan teman sebaya tersebut secara khusus menggerakkan dinamika kelompok dalam setting psikoedukasi masih terbatas.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan guna menyintesis berbagai temuan terkini menjadi strategi intervensi bimbingan dan konseling yang lebih efektif dalam membangun ikatan teman sebaya di sekolah.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan pustaka naratif (*narrative literature review*) dengan strategi pencarian literatur yang terstruktur. Metode ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi, menguraikan, dan menyintesis berbagai temuan penelitian terdahulu mengenai kontribusi *peer attachment* terhadap dinamika kelompok dalam layanan psikoedukasi. Tinjauan pustaka naratif memungkinkan peneliti membangun pemahaman konseptual secara luas melalui penggabungan temuan-temuan empiris dan teoretis yang relevan dengan fokus kajian. Meskipun bersifat naratif, proses penelusuran literatur tetap perlu dilakukan secara jelas, terarah, dan dapat dipertanggungjawabkan agar hasil sintesis memiliki dasar akademik yang kuat (Booth et al., 2016; Snyder, 2019; Sukhera, 2022).

Pencarian literatur difokuskan pada artikel jurnal yang diterbitkan dalam rentang waktu lima tahun terakhir, yaitu 2021–2025. Literatur diperoleh melalui beberapa database, yaitu Google Scholar, Springer, Wiley, ScienceDirect, SAGE Journals, dan Frontiers. Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian adalah kombinasi istilah “*peer attachment*” AND “*psychoeducation*” AND “*adolescent*”. Selain itu, pencarian juga diperluas dengan variasi kata kunci yang relevan, seperti “*peer attachment and group dynamics*”, “*adolescent peer attachment*”, “*psychoeducational group intervention*”, dan “*group psychoeducation for adolescents*”. Penggunaan kata kunci yang bervariasi dilakukan untuk memperluas cakupan temuan dan mengurangi kemungkinan

terlewatnya artikel yang relevan dengan fokus penelitian (Xiao & Watson, 2019; Kraus et al., 2022). Pemilihan artikel dilakukan secara selektif berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel diterbitkan pada tahun 2021–2025; (2) artikel membahas peer attachment, remaja, psikoedukasi, dinamika kelompok, atau intervensi kelompok; (3) artikel tersedia dalam bentuk teks lengkap; dan (4) artikel berasal dari jurnal ilmiah yang relevan dengan bidang psikologi, pendidikan, bimbingan dan konseling, atau kesehatan mental. Adapun kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel yang tidak relevan dengan fokus penelitian; (2) artikel berbentuk opini, esai populer, skripsi, tesis, disertasi, atau prosiding yang tidak melalui proses telaah sejawat; dan (3) artikel yang hanya membahas kelekatan keluarga tanpa keterkaitan dengan teman sebaya atau konteks kelompok.

Proses seleksi artikel dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap pertama adalah identifikasi artikel berdasarkan kata kunci yang telah ditentukan. Tahap kedua adalah penyaringan judul dan abstrak untuk melihat kesesuaian artikel dengan fokus kajian. Tahap ketiga adalah pembacaan teks lengkap untuk memastikan relevansi artikel dengan topik peer attachment, dinamika kelompok, dan psikoedukasi. Tahap keempat adalah sintesis temuan secara deskriptif-kualitatif dengan menelaah fokus penelitian, subjek, metode, hasil utama, serta kontribusi artikel terhadap pemahaman mengenai hubungan antara peer attachment dan dinamika kelompok dalam layanan psikoedukasi. Untuk meningkatkan transparansi pelaporan, proses identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan penetapan artikel yang dianalisis disusun dengan mengadaptasi prinsip pelaporan PRISMA 2020, meskipun penelitian ini tidak diklaim sebagai systematic review penuh (Page et al., 2021).

Dari hasil eksplorasi awal terhadap 30 artikel, diperoleh sebelas artikel yang memenuhi kriteria untuk disintesis lebih lanjut. Sebelas artikel tersebut terdiri atas delapan artikel yang membahas peer attachment dan tiga artikel yang membahas psikoedukasi dalam lingkup bimbingan dan konseling. Seluruh artikel yang terpilih kemudian dianalisis secara kualitatif deskriptif untuk menemukan pola temuan, keterkaitan konseptual, serta kontribusi peer attachment terhadap pembentukan dinamika kelompok dalam layanan psikoedukasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan analisis terhadap artikel yang ada, ditemukan tiga tema utama yang menjelaskan bagaimana *peer attachment* menggerakkan dinamika kelompok. *Peer attachment* memberikan mekanisme keamanan psikologis yang mampu membangun kepercayaan yang tinggi dan menurunkan perasaan terasing dari suatu kelompok, sehingga *peer attachment* yang aman dan positif terbukti memperkuat hubungan teman sebaya yang positif serta menurunkan perilaku berisiko pada remaja. Selain itu, rendahnya tingkat *alienation* atau keterasingan memastikan setiap peserta merasa memiliki tempat dalam suatu kelompok, sehingga mampu meningkatkan partisipasi aktif dalam psikoedukasi. Kemudian, *peer attachment* dapat berfungsi sebagai penyangga terhadap efek negatif dari ketidakkonsistenan kelekatan orang tua maupun gejala depresi yang dialami dan dihadapi peserta. Karena itu, dukungan sosial dari teman sebaya mampu menjembatani hubungan antara kelekatan orang tua yang tidak aman dengan tingkat kecemasan serta agresi pada remaja. Dalam konteks psikoedukasi, fungsi penyangga ini memungkinkan remaja dengan latar belakang traumatis untuk tetap meregulasi emosi secara adaptif di dalam kelompok.

Bahkan, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kelekatan teman sebaya dan keterampilan pemecahan masalah atau *problem solving* dengan nilai  $r = 0,43$  (Khichi & Teotia, 2023). Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kelekatan yang aman dapat memoderasi hubungan antara suasana hati dan kreativitas peserta psikoedukasi. Adanya interaksi yang intens dalam *peer attachment* selama psikoedukasi mampu memicu kemampuan komunikasi responsif yang krusial untuk membangun diskusi kelompok yang bermakna.

**Tabel I.** Temuan Artikel dalam *Systematic Literature Review*

Judul Artikel dan Tahun	Metode Penelitian	Temuan Utama
	Psikoedukasi	
Psikoedukasi Dampak Teknologi Bagi Remaja pada Siswa SMA Negeri I Ungaran (2025)	Psikoedukasi melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi studi kasus, dan refleksi individu. Evaluasi menggunakan teknik pre-test dan post-test pada 430 siswa kelas X.	Terjadi peningkatan pemahaman sebesar 66,42% (skor rata-rata naik dari 2,71 ke 4,51). Siswa lebih memahami dampak teknologi terhadap kesehatan mental, interaksi sosial, dan manajemen waktu digital.
<i>Think Before Share: Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Kesadaran Privasi Digital Pada Remaja di Dunia Maya</i> (2025)	Psikoedukasi langsung melalui ceramah partisipatif, diskusi kasus, dan tanya jawab. Evaluasi menggunakan teknik pre-test dan post-test pada 30 siswa SMP Negeri 33 Makassar.	Terjadi peningkatan signifikan pada pemahaman privasi digital, dengan rata-rata skor pre-test 19,90 meningkat menjadi 34,00 pada post-test (0,000). Intervensi efektif menanamkan prinsip 5W untuk etika digital.
Psikoedukasi Kesehatan Mental Pada Siswa Kelas X SMA Batik I Surakarta (2025)	Deskriptif kualitatif dengan pendekatan partisipatif melalui survei Google Form dan seminar interaktif "It's Okay to Not Be Okay" pada 100 siswa.	Psikoedukasi berhasil menciptakan transformasi sikap dan validasi kondisi mental siswa. Mayoritas siswa (82%) menyadari pentingnya menjaga kesehatan mental dan berkomitmen membangun lingkungan suportif.
	<i>Peer attachment</i>	
<i>The Predictive Role of Preschool Children's Attachment on Social Competence, Anxiety,</i>	Penelitian kuantitatif dengan stratified sampling (309 anak usia 5	Variabel: Kelekatan orang tua, hubungan teman sebaya, kompetensi sosial,
<i>Aggression and Self Control: Peer Relationships as a Mediator</i> (2025)	tahun) menggunakan analisis jalur (path analysis) dan Sobel test.	kecemasan, agresi, dan kontrol diri.  Kesimpulan: Hubungan teman sebaya memediasi hubungan antara kelekatan orang tua dengan kecemasan, kemarahan, kompetensi sosial, dan kontrol diri. Kelekatan aman memperkuat hubungan teman sebaya yang positif.
<i>Investigation of attachment social exclusion and risky behaviors in adolescents</i> (2025)	Model survei relasional dengan simple random sampling pada 463 remaja (usia 13-18 tahun) di Turki.	Variabel: Kelekatan (ibu, ayah, teman sebaya), eksklusi sosial, dan perilaku berisiko.  Kesimpulan: Kelekatan ibu berkorelasi negatif moderat dengan perilaku berisiko. Kelekatan teman sebaya memiliki korelasi negatif yang rendah namun signifikan dengan perilaku berisiko.
<i>The Relationship Between Parent-Child Attachment and Peer attachment and Depression in College Students: A Moderated Polynomial Regression With Response Surface Analyses</i> (2025)	Studi <i>cross-sectional</i> pada 1564 mahasiswa menggunakan regresi polinomial dan analisis permukaan respons ( <i>response surface analysis</i> ).	Variabel: Kelekatan paternal/maternal, kelekatan teman sebaya, dan depresi.  Kesimpulan: Ketidaksesuaian yang besar antara kelekatan ayah dan ibu dikaitkan dengan gejala depresi yang lebih parah. Kelekatan teman sebaya yang tinggi berfungsi sebagai penyangga (buffer) terhadap efek negatif dari ketidakkonsistenan kelekatan orang tua.
<i>From parents to peers! Social support and peer attachment as mediators of parental attachment and depression: A Chinese perspective</i> (2025)	Studi kuantitatif dengan kuesioner pada 7792 siswa di China (usia 11-19 tahun) menggunakan <i>Structural Equation Modeling</i> (SEM).	Variabel: Kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, dukungan sosial, dan depresi.  Kesimpulan: Kelekatan teman sebaya memediasi sebagian hubungan

Judul Artikel dan Tahun	Metode Penelitian	Temuan Utama	Judul Artikel dan Tahun	Metode Penelitian	Temuan Utama
		antara kelekatan orang tua dan depresi. Dukungan sosial memitigasi pengaruh negatif kelekatan orang tua yang tidak aman terhadap depresi.	(2023)	121 remaja usia 13-18 tahun di India.	Kesimpulan: Terdapat korelasi positif moderat ( $r=0.43$ ) antara kelekatan teman sebaya dan keterampilan pemecahan masalah. Kelekatan teman sebaya menyumbang 19,3% varians dalam kemampuan pemecahan masalah; individu dengan kelekatan aman memiliki keterampilan pemecahan masalah yang lebih baik.
<i>Peer attachment Style Moderates the Effect of Mood on Creativity</i> (2025)	Eksperimen pada 267 mahasiswa menggunakan induksi suasana hati ( <i>mood induction</i> ) dan MANOVA.	Variabel: Gaya kelekatan teman sebaya (aman, menghindar, cemas-ambivalen), suasana hati (positif, netral, negatif), dan kreativitas.  Kesimpulan: Gaya kelekatan teman sebaya memoderasi hubungan antara mood dan kreativitas. Suasana hati positif meningkatkan kreativitas pada individu dengan kelekatan aman, sedangkan suasana hati negatif bermanfaat bagi dimensi orisinalitas pada individu dengan kelekatan cemas-ambivalen.	<i>Maternal positive coparenting and adolescent peer attachment: Chain intermediary role of parental involvement and parent-child attachment</i> (2022)	Studi pada 1.807 keluarga di China menggunakan kuesioner dan analisis efek mediasi berantai ( <i>chain mediating effect</i> ).	Variabel: <i>Coparenting</i> positif ibu (integritas & konsistensi), keterlibatan orang tua, kelekatan orang tua-anak, dan kelekatan teman sebaya.  Kesimpulan: <i>Coparenting</i> positif dari ibu berhubungan positif dengan kelekatan teman sebaya remaja. Keterlibatan orang tua dan kelekatan orang tua-anak berperan sebagai mediator berantai yang menjembatani hubungan tersebut.
<i>Peer attachment in adolescence: What are the individual and relational associated factors?</i> (2024)	Studi longitudinal selama 2 tahun pada 634 remaja awal di Kanada menggunakan regresi linier berganda dan model jalur ( <i>path model</i> ).	Variabel: Kelekatan orang tua-anak, usia, hubungan guru-siswa, masalah perilaku internalisasi, penolakan sosial, dan kelekatan teman sebaya.  Kesimpulan: Kelekatan teman sebaya berhubungan positif dengan kelekatan orang tua dan hubungan guru-siswa, serta berhubungan negatif dengan masalah internalisasi dan penolakan sosial. Terdapat perbedaan gender dalam faktor-faktor yang terkait dengan dimensi spesifik kelekatan			
<i>Impact of Peer attachment on Problem Solving among Adolescents</i>	Desain penelitian kuantitatif dengan teknik korelasi dan regresi pada	Variabel: Kelekatan teman sebaya dan keterampilan pemecahan masalah.			

## Pembahasan

### Fondasi Konseptual: Integrasi *Peer Attachment* dalam Dinamika Kelompok Psikoedukasi

*Peer attachment* bukan hanya sekadar kedekatan sosial, melainkan merupakan transformasi ikatan afektif dari lingkungan keluarga menuju figur teman sebaya yang juga menyediakan rasa aman (*secure base*) serta tempat berlindung (*safe haven*) bagi remaja (Qin et al., 2025; Sun et al., 2025). Dalam psikoedukasi, keterikatan tersebut menjadi “jiwa” dalam dinamika kelompok, karena dinamika yang terbentuk tidak hanya dipandang sebagai proses pemberian informasi, tetapi juga sebagai

interaksi sistemik yang membangun kesadaran kolektif serta budaya saling mendukung (M. T. Agustina, 2025). Keberhasilan psikoedukasi sangat bergantung pada sejauh mana anggota kelompok mampu mentransformasikan model kerja internal mereka ke dalam interaksi kelompok yang suportif.

Pengertian *peer attachment* sendiri dapat dijelaskan sebagai ikatan afektif yang stabil dan bertahan lama antarteman sebaya, yang mencakup unsur kepercayaan, ketergantungan, serta pembagian pikiran hingga emosi pribadi (Ji et al., 2022; Khichi & Teotia, 2023). Konsep tersebut merujuk pada kedekatan emosional yang memberikan dukungan emosional serta membentuk cara remaja berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka (Putri & Yendi, 2024). Membangun ikatan dengan teman sebaya menjadi tugas psikologis penting bagi remaja, karena hubungan ini merupakan perkembangan dari model kerja internal yang terbentuk sejak masa kanak-kanak, di mana remaja mulai mencari figur *attachment* di luar lingkungan keluarga (Ji et al., 2022). Selama masa remaja, terjadi pergeseran orientasi kelekatan, yaitu individu mulai mencari kebebasan dari orang tua dan menjadikan teman sebaya sebagai figur kelekatan utama yang menyediakan rasa aman serta membantu meregulasi tingkat stres remaja sebagai individu (Sun et al., 2025).

Kelekatan teman sebaya (*peer attachment*) juga dapat dijelaskan sebagai ikatan emosional yang mendalam dan bertahan lama yang dikembangkan individu dengan orang lain di luar lingkungan keluarganya (Qin et al., 2025; Sun et al., 2025). *Peer attachment* menjadi ikatan emosional yang matang antarindividu, di mana pada masa remaja hubungan teman sebaya mulai menunjukkan karakteristik hubungan kelekatan yang matang, yang mencakup pengembangan preferensi terhadap individu tertentu melalui kontak yang berulang (Sun et al., 2025).

Wilkinson (2004) menerangkan bahwa seiring bertambahnya waktu yang dihabiskan remaja di lingkungan sekolah ataupun masyarakat, keberadaan teman menjadi sumber utama keintiman dan ekspresi emosional remaja sebagai individu, serta memberikan dukungan emosional dan sosial yang signifikan (Sun et al., 2025). Oleh karena itu, kelekatan teman sebaya yang sehat dan positif dalam psikoedukasi dapat menghidupkan dinamika kelompok.

Dinamika kelompok dalam konteks layanan psikoedukasi merujuk pada interaksi sistemik antaranggota yang difasilitasi untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, serta keterampilan pengelolaan diri (Agustina, 2025), sehingga psikoedukasi menjadi wadah intervensi psikologis yang bertujuan memberikan informasi serta strategi adaptif (Mhango et al., 2023). Psikoedukasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer informasi psikologis, tetapi juga sebagai wadah untuk meningkatkan kesadaran remaja tentang bagaimana stres dialami atau terjadi, serta bagaimana cara mengatasinya secara bersama-sama dalam lingkup sekolah (Vogelaar et al., 2024). Tujuan dinamika kelompok sendiri adalah membuat peserta psikoedukasi lebih peka terhadap peserta lainnya, sehingga mereka dapat membangun rasa solidaritas, saling menghormati, dan saling menghargai. Hal tersebut akan memfasilitasi komunikasi yang terbuka serta hubungan yang harmonis di antara anggota kelompok (Sabet et al., 2025).

Dinamika dalam kelompok sangat penting dalam psikoedukasi karena dapat meningkatkan rasa memiliki antarindividu, membangun keterampilan dalam memecahkan masalah, menumbuhkan keberanian untuk menyampaikan ide, membangun kerja sama tim, saling memengaruhi pandangan, menumbuhkan kepuasan dalam kelompok, serta saling memberi motivasi (Yunita & Sutansyah, 2024). Interaksi yang

terjadi dalam kelompok menciptakan lingkungan yang aman dan suportif, di mana anggota kelompok dapat berbagi pengalaman, melakukan normalisasi atas tantangan yang dihadapi, serta membangun kesadaran kolektif untuk saling menjaga kesejahteraan mental. Berbagi pengalaman dengan orang lain, terutama dengan individu dalam rentang usia yang tidak begitu jauh atau sebaya, dapat membantu melepaskan beban stres remaja (Mhango et al., 2023). Jika peserta mampu meningkatkan keakraban dengan peserta lainnya dalam kelompok psikoedukasi, dinamika kelompok akan terbentuk melalui keakraban atau kelekatan dari setiap peserta. Konselor dapat menciptakan atmosfer yang mendorong keakraban antarpeserta sehingga *peer attachment* dapat terbentuk di antara para peserta psikoedukasi.

### **Mekanisme Kerja: Bagaimana Karakteristik Kelekatan Menggerakkan Kelompok**

Dalam ekosistem intervensi kelompok seperti psikoedukasi, *peer attachment* atau keterikatan teman sebaya bukan sekadar variabel kedekatan sosial, melainkan struktur emosional yang dapat menentukan kualitas interaksi sistemik di dalamnya (Ji et al., 2022; Putri & Yendi, 2024). Psikoedukasi menyediakan sistem pendukung yang sangat dibutuhkan remaja untuk membekali mereka dalam menghadapi tantangan normatif yang ada di sekolah (Shroff, 2022). Armsden dan Greenberg (dalam Moningkey & Winarno, 2025) mengklasifikasikan kelekatan teman sebaya ke dalam tiga aspek, yaitu rasa percaya (*trust*), komunikasi, serta alienasi atau pengalaman keterasingan. Komunikasi menjadi cara bagi individu untuk membangun ikatan emosional dengan individu lainnya. Kepercayaan mengacu pada perasaan yang dimiliki individu untuk membangun kelekatan dengan individu lain, sedangkan keterasingan atau alienasi mengacu pada perasaan isolasi, kemarahan, hingga pengalaman negatif dalam

hubungan keterikatan dengan individu lain (Septiwulan & Dewi, dalam Agustina & Ansyah, 2023). Berdasarkan aspek tersebut, terdapat tiga mekanisme utama yang menjelaskan bagaimana karakteristik *peer attachment* menggerakkan dinamika kelompok.

#### 1) Keamanan Psikologis melalui Kepercayaan (*Trust*)

Kepercayaan menunjukkan bahwa rekan kelompok akan menghargai kebutuhan individu, sehingga menjadi prasyarat bagi munculnya keterbukaan diri atau *self-disclosure* (Ji et al., 2022; Khichi & Teotia, 2023). Dalam konteks dinamika kelompok, *trust* berfungsi sebagai prasyarat bagi munculnya keamanan psikologis, di mana anggota kelompok yang merasa memiliki keterikatan aman cenderung memiliki ekspektasi bahwa perasaan mereka akan didengar dan divalidasi. Kondisi tersebut membuat anggota dalam psikoedukasi lebih berani melakukan keterbukaan diri tanpa rasa takut terhadap penolakan emosional. Kelekatan teman sebaya yang memberikan rasa aman dapat menjadi dasar bagi kepercayaan, ketahanan emosional, serta interaksi sebaya yang positif. Sebaliknya, kelekatan yang tidak aman dapat menimbulkan kompleksitas dan tantangan dalam psikoedukasi (Yijian, 2024). Tanpa rasa aman ini, proses psikoedukasi akan terhambat oleh resistensi emosional individu, seperti munculnya keraguan ataupun kecenderungan menutup diri dari peserta psikoedukasi lainnya.

#### 2) Komunikasi Responsif sebagai Dorongan Empati

Remaja dengan kelekatan teman sebaya yang kuat dan positif cenderung memiliki empati yang lebih tinggi, didukung oleh harga diri yang lebih baik, serta perilaku prososial yang dapat menekan munculnya perilaku bermasalah pada individu (Liu, 2022). Remaja dengan tingkat empati yang tinggi mampu memahami dan merespons kebutuhan emosional temannya, sehingga lebih banyak menunjukkan sikap prososial, seperti

memahami kondisi emosional teman, berbagi emosi secara sehat, serta memberikan dukungan sosial.

Empati yang tumbuh melalui *peer attachment* dalam dinamika kelompok dapat meningkatkan kualitas keterlibatan verbal yang sensitif terhadap kondisi emosional sesama anggota, sehingga mendorong terjadinya normalisasi pengalaman (Therriault et al., 2024). Hal tersebut mengubah materi teoritis psikoedukasi menjadi pengalaman belajar yang bermakna dan kolaboratif. Therriault et al. (2024) juga menerangkan bahwa komunikasi dalam *peer attachment* tidak hanya dinilai dari frekuensi interaksi, tetapi juga dari kualitas keterlibatan verbal serta persepsi terhadap sensitivitas teman sebaya terhadap kondisi emosional individu. Komunikasi yang efektif, peka, dan solutif dapat mendorong keterbukaan diri peserta sehingga mendukung kelancaran diskusi dalam psikoedukasi. Komunikasi yang berjalan lancar juga dapat memfasilitasi pertukaran informasi yang lebih mendalam antarpeserta sehingga rasa empati dapat terbentuk di antara peserta.

### 3) Inklusivitas dan Reduksi Keterasingan (*Alienation*)

Dengan memastikan setiap anggota memiliki *sense of belonging*, tingkat keterasingan anggota psikoedukasi dapat ditekan. Anggota yang merasa “memiliki tempat” dalam kelompok cenderung lebih asertif dalam mencari bantuan dan lebih berani mengeksplorasi keterampilan baru (Sezer & Gürtepe, 2025). Hal ini karena *peer attachment* yang positif ditandai dengan rendahnya perasaan keterasingan ataupun isolasi di antara teman sebaya yang menjadi peserta psikoedukasi. Tingkat keterasingan yang lebih tinggi dalam kelekatan teman sebaya berkaitan dengan penyesuaian psikologis yang lebih buruk dan meningkatnya masalah internalisasi pada individu (Muzi et al., 2022). Oleh karena itu, rasa keterasingan perlu diminimalkan sebaik mungkin agar seluruh peserta dalam psikoedukasi merasa dihargai

dan didengarkan, sehingga setiap peserta mampu memberikan kontribusi dalam kelompok.

## **Implikasi Praktis: Efektivitas, Fungsi Penyangga, dan Keberlanjutan**

Integrasi *peer attachment* dalam psikoedukasi memberikan dampak sistemik sebagai berikut.

### 1) Adanya Fungsi Penyangga (*Buffering Effect*)

Kelekatan teman sebaya yang positif mampu berperan sebagai mekanisme pelindung (*buffering*) serta membantu memperbaiki model internal remaja yang mungkin memiliki riwayat kelekatan orang tua yang tidak aman (Akyol et al., 2025; Sun et al., 2025). Hal tersebut membuat intervensi kelompok seperti psikoedukasi menjadi ruang perbaikan emosional bagi remaja dengan latar belakang traumatis. Dukungan emosional ini memperkuat resiliensi, yaitu kemampuan psikologis untuk bangkit dan beradaptasi, sekaligus menciptakan atmosfer intervensi yang lebih inklusif serta mampu mereduksi kecemasan sosial peserta.

### 2) Optimalisasi Regulasi Emosi serta Kompetensi Sosial

Adanya rasa aman dalam kelompok psikoedukasi dapat menurunkan kecemasan sosial individu sehingga membuka ruang kognitif bagi remaja untuk menyerap strategi adaptif yang diajarkan dalam psikoedukasi (Chen et al., 2025). Dengan fungsi *peer attachment* sebagai tempat berlindung atau *safe haven*, remaja sebagai peserta dapat terbantu dalam meregulasi emosinya. Ketika remaja berada dalam lingkup pertemanan atau lingkungan yang positif, kecemasan sosial dalam diri remaja dapat menurun. Secara langsung, kondisi tersebut membuka ruang bagi remaja untuk menerima teman sebaya di sekitarnya sebagai bagian dari efek *peer attachment* yang positif.

### 3) Menjadi Dasar Keberlanjutan serta Budaya Positif di Sekolah

Dampak positif dari penguatan kelekatan tersebut memastikan perubahan perilaku tidak bersifat sementara. Remaja dengan kelekatan sebaya yang kuat dapat mengembangkan perilaku prososial yang lebih menetap, yang secara otomatis dapat menghambat berkembangnya perilaku bermasalah pada remaja (Liu, 2022). Kelekatan teman sebaya juga dapat menjadi strategi dalam mencegah peristiwa negatif di lingkungan sekolah, seperti perundungan yang terjadi di antara peserta didik (Muharestu et al., 2025). Hal ini karena keterikatan dengan teman sebaya dapat berkontribusi pada kemandirian emosional, pertumbuhan sosial individu, serta kemampuan membentuk persahabatan yang berhasil dan berkelanjutan (Al-shammari, 2025). Lingkungan yang aman dan mendukung bagi remaja dapat tercipta dari kelompok teman sebaya dengan ikatan emosional yang kuat, sehingga remaja dapat saling mengungkapkan perasaannya serta belajar mengelola emosi (Moningkey & Winarno, 2025). Kualitas kelekatan teman sebaya dapat menciptakan lingkungan yang sehat sehingga menjadi faktor protektif terhadap keterasingan sosial dan penarikan diri remaja dari lingkup sosial. Semakin tinggi kelekatan teman sebaya, semakin rendah kecenderungan remaja untuk terlibat dalam perilaku negatif, baik sebagai pelaku maupun korban.

## KESIMPULAN

Peer attachment pada masa remaja bukan hanya dipahami sebagai kedekatan sosial, melainkan sebagai transformasi ikatan afektif yang mampu berfungsi sebagai secure base dan safe haven atau dasar rasa aman dan tempat berlindung bagi individu. Hal ini menjadi krusial karena peer attachment dapat menggantikan ataupun melengkapi peran kelekatan orang tua dalam mendukung regulasi emosi dan kontrol

diri pada remaja. Peer attachment juga dapat berperan sebagai “jiwa” dari dinamika kelompok dalam layanan psikoedukasi, karena kualitas dinamika kelompok dalam psikoedukasi ditentukan oleh tiga mekanisme utama, yaitu kepercayaan (trust) yang memicu keterbukaan diri, komunikasi responsif yang membangun empati, serta rendahnya keterasingan (alienation) yang menciptakan rasa keterlibatan setiap peserta dalam kelompok psikoedukasi. Integrasi peer attachment dalam psikoedukasi juga dapat memberikan buffering effect atau efek penyangga yang melindungi remaja dengan latar belakang traumatis ataupun kelekatan yang tidak aman, sehingga mereka tetap mampu berfungsi secara efektif dalam kelompok. Dengan demikian, penguatan aspek attachment atau kelekatan dapat meningkatkan daya serap remaja terhadap materi psikoedukasi.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa sebelum melaksanakan layanan psikoedukasi, konselor perlu memetakan kualitas hubungan teman sebaya di dalam kelas untuk mengidentifikasi peserta didik yang mengalami eksklusi sosial. Hal ini penting karena kelekatan yang rendah dapat menghambat proses psikoedukasi, baik dalam aspek partisipasi peserta maupun dalam penyerapan materi. Dengan memetakan kualitas keakraban antarpeserta didik, konselor dapat menyusun atau merancang layanan psikoedukasi yang lebih berfokus pada pembangunan kepercayaan antarpeserta, penguatan komunikasi responsif, serta pengembangan keterampilan pemecahan masalah dalam kelompok.

Terbatasnya literatur yang secara spesifik membahas hubungan antara peer attachment dan dinamika kelompok dalam psikoedukasi menunjukkan bahwa area ini masih memerlukan eksplorasi empiris yang lebih mendalam dalam riset bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih lanjut

perkembangan peer attachment dalam dinamika kelompok selama layanan psikoedukasi berlangsung. Penelitian mendatang juga dapat menggunakan metode yang lebih kuat, seperti eksperimen atau studi longitudinal, untuk menguji efektivitas penguatan peer attachment dalam layanan psikoedukasi secara lebih komprehensif dan berkelanjutan.

## REFERENSI

- Agustina, M., & Ansyah, E. H. (2023). Hubungan antara kelekatan teman sebaya dengan kesejahteraan psikologi pada siswa kelas VII & VIII di MTS NU Candi pasca pandemi Covid-19. *Researchjet Journal of Analysis and Inventions*, 3(2), 1–13. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v3i2.16>
- Agustina, M. T. (2025). Psikoedukasi dampak teknologi bagi kehidupan remaja pada siswa SMA Negeri 1 Ungaran. *Kareba: Jurnal Inovasi dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(1), 17–23. <https://doi.org/10.64850/kareba.v1i1.21>
- Akyol, N. A., Karaman, N. G., Yılmaz, A., & Essau, C. (2025). The predictive role of preschool children's attachment on social competence, anxiety, aggression and self-control: Peer relationships as a mediator. *Child Psychiatry and Human Development*, 56(6), 1788–1799. <https://doi.org/10.1007/s10578-024-01773-4>
- Al-Shammari, M. B. N. (2025). The relationship between alexithymia and peer attachment among female students of Hail University. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 9(1), 25–52. <https://doi.org/10.26389/AJSRP.M240524>
- Booth, A., Sutton, A., & Papaioannou, D. (2016). *Systematic approaches to a successful literature review* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Cahyani, D. (2023). Psychoeducation of adolescent mental health at SMP P Malang City. *Al Misykat: Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 29–39. <https://doi.org/10.24269/almisykat.v1i1.5785>
- Chen, Y., Luo, S., Wang, L., Miao, H., Xi, R., Luo, Z., & Wang, Z. (2025). Peer attachment style moderates the effect of mood on creativity. *Psychological Reports*, 128(3), 1750–1767. <https://doi.org/10.1177/00332941231168996>
- Ji, W., Yang, Y., Han, Y., Bian, X., Zhang, Y., & Liu, J. (2022). Maternal positive coparenting and adolescent peer attachment: Chain intermediary role of parental involvement and parent–child attachment. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 976982. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.976982>
- Kecaj, M., Rapti, E., & Andersons, A. (2021). The influence of parental and peer attachment on self-esteem at late adolescence. *Proceedings of CBU in Social Sciences*, 2, 195–199. <https://doi.org/10.12955/pss.v2.220>
- Khichi, H., & Teotia, D. A. (2023). Impact of peer attachment on problem solving among adolescents. *International Journal of Research Publication and Reviews*, 4(6), 1467–1471. <https://doi.org/10.55248/gengpi.4.623.44619>
- Kraus, S., Breier, M., Lim, W. M., Dabić, M., Kumar, S., Kanbach, D., Mukherjee, D., Corvello, V., Piñeiro-Chousa, J., Liguori, E., Palacios-Marqués, D., Schiavone, F., Ferraris, A., Fernandes, C., & Ferreira, J. J. (2022). Literature reviews as independent studies: Guidelines for academic practice. *Review of Managerial Science*, 16(8), 2577–2595. <https://doi.org/10.1007/s11846-022-00588-8>

- Liu, S. (2022). Exploring relationships between peer attachment and adolescent behavioral problems. In *Proceedings of the 2022 8th International Conference on Humanities and Social Science Research (ICHSSR 2022)* (Vol. 664, pp. 1199–1205). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220504.218>
- Mhango, W. C., Crowter, L., Michelson, D., & Gaysina, D. (2023). Psychoeducation as an active ingredient for interventions for perinatal depression and anxiety in youth: A mixed-method systematic literature review and lived experience synthesis. *BJPsych Open*, 10(1), Article e8. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.614>
- Moningkey, R. F., & Winarno, A. R. D. (2025). Analisis hubungan kelekatan teman sebaya dan religiositas dengan kecerdasan emosi remaja yang tinggal di panti asuhan di Manado. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(3), 1571–1587. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7439>
- Muharestu, J. A., Ispriantari, A., & Fani, R. (2025). Kelekatan teman sebaya pada pelaku dan korban perundungan di kalangan remaja. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 9(3), 230–236. <https://doi.org/10.32504/hspj.v9i3.1243>
- Muzi, S., Rogier, G., & Pace, C. S. (2022). Peer power! Secure peer attachment mediates the effect of parental attachment on depressive withdrawal of teenagers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), Article 4068. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074068>
- Natali, L., Cardi, V., Lunghi, M., Ferrara, R., Marconi, L., & Bottesi, G. (2024). The acceptability of a psychoeducation and skill-based training for carers and teachers to cope with risky behaviours in adolescence. *Children*, 11(1), Article 38. <https://doi.org/10.3390/children11010038>
- Nugroho, N., & Purnomosidi, F. (2025). Psikoedukasi kesehatan mental pada siswa kelas X SMA Batik I Surakarta. *Jurnal Edukasi Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 360–367. <https://doi.org/10.36636/eduabdimas.v4i4.7703>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, Article n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Permadi, R., Mukaddim, A. M., Arrizah M., A. F. A., & Kandawang, A. K. (2025). Think before share: Psikoedukasi untuk meningkatkan kesadaran privasi digital pada remaja di dunia maya. *Gudang Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 151–155. <https://doi.org/10.59435/gjpm.v3i2.1566>
- Pujiarti, N., Wibowo, M. E., Awalya, & Muslikah. (2025). Pembelajaran psikoedukasi persiapan pernikahan: Merencanakan pernikahan yang bahagia. *Journal of Community Development*, 6(1), 447–463. <https://doi.org/10.47134/comdev.v6i1.1739>
- Putri, S. A., & Yendi, F. M. (2024). Peer attachment and its implications for adolescent development. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*. <https://doi.org/10.24036/0051177ijaccs>
- Qin, Y., Li, H., Zhou, J.-Y., Han, J., Li, Y., Tian, G., Wang, Y., & Wang, Y. (2025). The relationship between

- parent-child attachment and peer attachment and depression in college students: A moderated polynomial regression with response surface analyses. *PsyCh Journal*.  
<https://doi.org/10.1002/pchj.70052>
- Ristianti, D. H. (2023). Group dynamics in multicultural group counseling. *International Journal of Educational Review*, 5(1), 31–37.  
<https://doi.org/10.33369/ijer.v5i1.27986>
- Sabet, K. N., Ratu, M. R., Huky, S. E. P. R., Tasoin, A. A., Takaeb, A. E. L., & Nayoan, C. R. (2025). Dinamika kelompok dalam konteks pendidikan dan organisasi. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 2(1), 180–186.
- Sezer, F., & Gürtepe, A. (2025). Investigation of attachment, social exclusion and risky behaviors in adolescents. *BMC Psychology*, 13, Article 487.  
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02822-w>
- Shroff, A. (2022). A brief online preventive psychoeducation intervention programme for 12–15-year-old school students. *International Journal of Science and Research*, 11(11), 331–333.  
<https://doi.org/10.21275/sr22905101443>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.  
<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Sukhera, J. (2022). Narrative reviews in medical education: Key steps for researchers. *Journal of Graduate Medical Education*, 14(4), 418–419.  
<https://doi.org/10.4300/JGME-D-22-00481.1>
- Sun, Y., Wu, K., Wang, L., Zhao, X., Che, Q., Guo, Y., Guo, Y., Ji, Y., Li, X., Wang, K., Ye, R., & Yu, F. (2025). From parents to peers! Social support and peer attachment as mediators of parental attachment and depression: A Chinese perspective. *Journal of Affective Disorders*, 380, 203–211.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.03.043>
- Therriault, D., Lemelin, J. P., Toupin, J., & Déry, M. (2024). Peer attachment in adolescence: What are the individual and relational associated factors? *Social Development*, 33(4), 1–21.  
<https://doi.org/10.1111/sode.12762>
- Vogelaar, S., Miers, A. C., Saab, N., Dusseldorp, E., van Loon, A. W. G., Creemers, H. E., Asscher, J. J., & Westenberg, P. M. (2024). Teaching adolescents about stress using a universal school-based psychoeducation program: A cluster randomised controlled trial. *School Mental Health*, 16(2), 467–482.  
<https://doi.org/10.1007/s12310-024-09651-z>
- 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>
- Yijian, C. (2024). The role of attachment type in adolescent peer relationship. *Theory and Practice of Psychological Counseling*, 6(9), 529–539.  
<https://doi.org/10.35534/tppc.0609065>
- Yunita, R., & Sutansyah, L. (2024). Dinamika kelompok (The group dynamics): Makna dan urgensi. *Cendekia Inovatif dan Berbudaya*, 1(3), 337–341.  
<https://doi.org/10.59996/cendib.v1i3.357>