

Peran Konseling Naratif dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja di Sekolah: Kajian Literatur Empiris dan Teoritis

Najma Sana Nadhirah Hilman

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

Corresponding Author: Najma Sana Nadhirah Hilman, e-mail: najmasana@mail.unnes.ac.id

Published: July, 2025

ABSTRAK

Kesehatan mental remaja menjadi perhatian penting dalam pendidikan, mengingat tingginya tekanan akademik dan sosial yang mereka hadapi. Konseling naratif, sebagai pendekatan post-modern, berfokus pada kekuatan cerita hidup individu dalam membentuk identitas dan ketahanan diri. Kajian ini bertujuan untuk menelaah literatur ilmiah terkait efektivitas konseling naratif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja di sekolah. Melalui peninjauan terhadap 15 artikel terpilih (2016–2023), diperoleh lima temuan utama: konseling naratif membantu pembentukan identitas positif, mengurangi gejala psikologis seperti kecemasan dan depresi, meningkatkan resiliensi dan harapan, dapat diterapkan secara fleksibel di sekolah, serta menghadapi tantangan implementasi seperti keterbatasan waktu dan kompetensi praktisi. Hasil kajian ini menegaskan bahwa konseling naratif merupakan pendekatan humanistik yang efektif dan kontekstual dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja secara berkelanjutan di lingkungan pendidikan.

Keywords: Konseling Naratif, Kesehatan Mental, Remaja, Sekolah

ABSTRACT

Adolescent mental health has become a critical concern in education due to the high academic and social pressures they face. Narrative counseling, as a post-modern approach, emphasizes the power of personal stories in shaping identity and resilience. This literature review aims to examine empirical and theoretical studies on the effectiveness of narrative counseling in promoting adolescent mental health in school settings. Based on a review of 15 selected articles published between 2016 and 2023, five key findings were identified: narrative counseling supports positive identity formation, reduces psychological symptoms such as anxiety and depression, enhances resilience and hope, is flexibly applicable in schools, and faces implementation challenges including time constraints and practitioner readiness. These findings highlight narrative counseling as a humanistic and contextually relevant intervention to strengthen adolescents' psychological well-being in education sustainably.

Keywords: Narrative Counseling, Mental Health, Adolescents, School

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, isu kesehatan mental remaja semakin mendapat perhatian global, terutama dalam konteks pendidikan. Kesehatan mental memiliki peran yang sama pentingnya dengan kesehatan fisik dalam menunjang tumbuh kembang remaja secara optimal (Ayuningtyas et al., 2018). Masa remaja merupakan periode transisi kritis yang ditandai oleh pencarian identitas, perubahan, hormonal, serta meningkatnya tuntutan dari lingkungan sosial, keluarga dan sekolah. Tekanan-tekanan tersebut berpotensi menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, stress akademik serta perasaan terasing secara sosial.

Laporan World Health Organization (WHO, 2021, 2022) menunjukkan bahwa sekitar 14% remaja di seluruh dunia mengalami gangguan kesehatan mental. Di antaranya, 1 dari 7 remaja mengalami gangguan seperti kecemasan dan depresi, yang merupakan dua bentuk gangguan

kecemasan; sementara gangguan depresi dialami oleh 1,1% dan 2,8% pada kelompok usia yang sama. Di Indonesia, angka prevalensi gangguan emosional remaja juga menunjukkan kecenderungan yang mengkhawatirkan (Rachmawati, 2020). Faktor-faktor yang berkontribusi antara lain tekanan akademik, perundungan, ekspektasi keluarga, pola asuh otoriter, rendahnya rasa Syukur, serta perbedaan gender, di mana remaja perempuan cenderung lebih rentan mengalami masalah psikologis (Rahmawati & Nugroho, 2021; Nurnitasari et al, 2021).

Situasi ini menjadi tantangan tersendiri bagi sekolah sebagai institusi yang berperan dalam menunjang kesejahteraan psikologis peserta didik. Layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah memegang peranan strategis dalam melakukan pencegahan dan intervensi dini terhadap masalah psikologis remaja. Meski demikian, pendekatan konvensional dalam praktik BK terkadang belum cukup responsive terhadap kompleksitas pengalaman subjektif siswa. Diperlukan pendekatan konseling yang lebih humanistic, kontekstual dan mampu memberdayakan siswa secara personal.

Konseling naratif hadir sebagai pendekatan *post-modern* yang memandang individu bukan sebagai “masalah”, tetapi sebagai ahli atas kehidupannya sendiri (White & Epston, 1990). Dalam pendekatan ini, konselor berperan sebagai mitra kolaboratif yang membantu konseli mengeksplorasi narasi hidupnya. Teknik-teknik seperti eksternalisasi, re-authoring dan refleksi terhadap nilai-nilai personal digunakan untuk membongkar narasi dominan yang melemahkan dan membangun narasi alternatif yang lebih sehat dan bermakna (Combs & Freedman, 2016; Denborough, 2018). Pendekatan ini sangat relevan bagi remaja yang Tengah berada dalam proses pembentukan identitas diri dan pencarian makna hidup.

Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk, 1) meninjau literatur ilmiah terkini mengenai efektivitas konseling naratif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja di sekolah; 2) mengidentifikasi aspek-aspek psikologis yang paling banyak dipengaruhi, seperti regulasi emosi, resiliensi, dan pembentukan konsep diri, serta; 3) memberikan rekomendasi implementatif bagi praktisi BK dalam menerapkan pendekatan ini secara kontekstual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur sistematis (*systematic literature review*) dengan tujuan untuk mengidentifikasi, mengompilasi, dan menyintesis berbagai temuan ilmiah terkait peran konseling naratif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja di sekolah. Strategi pencarian dilakukan melalui penelusuran sistematis pada beberapa basis data daring, seperti Google Scholar dan ResearchGate. Kata kunci yang digunakan meliputi “konseling naratif”, “*narrative counseling*”, “kesehatan mental remaja”, dan “remaja di sekolah”.

Adapun kriteria inklusi dalam kajian ini mencakup, 1) artikel yang diterbitkan antara tahun 2016 hingga 2023; 2) bersumber dari jurnal nasional terakreditasi atau jurnal internasional bereputasi; 3) membahas secara eksplisit hubungan antara konseling naratif dan aspek kesehatan mental remaja, dan 4) relevan dalam konteks pendidikan atau setting sekolah. Artikel yang bersifat opini, esai atau tidak dilandasi oleh data empiris dikecualikan dari analisis. Dari total sekitar 40 artikel yang ditemukan, sebanyak 15 artikel utama dipilih untuk dianalisis lebih lanjut.

Proses analisis data dilakukan dengan pendekatan analisis tematik (*thematic analysis*) menggunakan teknik *manual coding*. Setiap artikel ditelaah untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang berulang dan relevan dengan fokus penelitian. Tahapan analisis meliputi, 1) membaca artikel secara menyeluruh; 2) melakukan *open coding* untuk menandai bagian-bagian penting; 3) mengelompokkan kode ke dalam tema awal, dan; 4) menyintesis tema akhir yang muncul secara konsisten di berbagai artikel. Teknik ini mengacu pada prosedur *thematic synthesis* seperti yang dikembangkan oleh Thomas & Harden (2008). Beberapa tema utama yang berhasil diidentifikasi dalam literatur mencakup, 1) pembentukan identitas dan konsep diri remaja; 2) reduksi gejala psikologis seperti kecemasan dan depresi; 3) peningkatan ketahanan psikologis atau resiliensi, serta; 4) strategi implementatif konseling naratif dalam lingkungan sekolah. Temuan dari masing-masing artikel dikompilasi dan dibandingkan secara deskriptif untuk menghasilkan sintesis tematik yang memberikan pemahaman menyeluruh mengenai efektivitas konseling naratif dalam konteks pendidikan menengah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling naratif merupakan pendekatan kolaboratif yang berfokus pada pemaknaan ulang kisah hidup individu. Melalui pendampingan yang penuh empati, konselor membantu remaja mengidentifikasi kekuatan pribadi, mengeksplorasi sumber tekanan hidup dan mendekonstruksi cerita yang sebelumnya melemahkan menjadi narasi yang lebih memberdayakan (Combs & Freedman, 2016). Pendekatan ini menolak pelabelan negatif, memfasilitasi pemisahan diri dari masalah atau eksternalisasi dan memungkinkan remaja memaknai ulang hidup mereka melalui cerita yang lebih sehat. Hal ini secara langsung berkontribusi pada pembentukan konsep diri positif dan penguatan daya tahan psikologis (Winslade & Monk, 2008).

1. Pembentukan Identitas Positif

Salah satu manfaat utama konseling naratif bagi remaja adalah penguatan pembentukan identitas yang sehat. Identitas remaja banyak dibentuk dari narasi pengalaman masa lalu yang sering kali bersifat negatif, seperti kegagalan akademik atau stigma sosial. Konseling naratif memungkinkan remaja untuk menyusun ulang pengalaman tersebut dalam narasi yang lebih konstruktif melalui teknik seperti *externalizing the problem* dan *re-authoring* (White & Epston, 1990).

Sejumlah penelitian mendukung efektivitas konseling naratif dalam konteks ini. Isalnya, Rachmawati (2020) dan Nurnitasari et al. (2021) menunjukkan penurunan kecemasan komunikasi dan glossophobia pada siswa setelah mengikuti konseling naratif. Hilman (2019) dan Yusuf (2021) melaporkan peningkatan konsep diri dan *self-efficacy* belajar siswa SMA. Pramuaji et al. (2022) bahkan menemukan bahwa gabungan pendekatan naratif dan realita mampu meningkatkan pengungkapan diri dan resiliensi akademik remaja korban perundungan.

Secara keseluruhan, sintesis dari berbagai studi menunjukkan bahwa narasi yang lebih sehat dapat menjadi sarana utama dalam pembentukan identitas diri yang positif. Narasi ini tidak hanya meningkatkan harga diri (Wong, 2018), tetapi juga memperkuat *sense of agency* dan pemaknaan hidup yang lebih otentik, khususnya dalam konteks budaya kolektif seperti Indonesia (Iskandar et al., 2020; Utami & Lestari, 2022). Namun, keberhasilan transformasi identitas sangat bergantung pada kualitas hubungan konselor dengan konseli. Relasi yang hangat, terbuka dan non-judgemental menjadi kunci agar proses dekonstruksi narasi dominan dapat berlangsung secara aman dan efektif.

2. Reduksi Gejala Psikologis Negatif

Konseling naratif juga menunjukkan dampak signifikan dalam menurunkan gejala psikologis negatif, seperti stress, kecemasan dan depresi. Teknik *externalizing* menjadi strategi utama dalam memisahkan diri remaja dari identitas bermasalah, sehingga memungkinkan mereka melihat tantangan secara lebih objektif dan tidak menstigma diri sendiri (Denborough, 2018).

Studi Fitriani et al. (2021) mencatat penurunan skor kecemasan dan depresi siswa SMA setelah mengikuti lima sesi konseling naratif. Johnson (2018) menemukan temuan serupa dalam konteks mahasiswa, di mana narasi ulang pengalaman diri tidak hanya menurunkan gejala psikologis tetapi juga meningkatkan well-being secara menyeluruh.

Narasi-narasi baru ini memberikan ruang bagi remaja untuk memandang masalah sebagai bagian dari proses pertumbuhan, bukan sebagai kegagalan identitas. Namun, sintesis dari studi seperti Nasir & Ardi (2021) mengingatkan bahwa efektivitas konseling naratif tidak seragam. Bagi remaja dengan gangguan psikologis berat, pendekatan ini lebih tepat digunakan sebagai intervensi pelengkap setelah stabilisasi awal melalui pendekatan yang lebih terstruktur seperti terapi perilaku kognitif.

3. Peningkatan Resiliensi dan Harapan

Kekuatan konseling naratif terletak pada kemampuannya menghubungkan masa lalu yang traumatic dengan masa depan yang bermakna. Proses ini mendorong remaja untuk tidak hanya memahami Kembali kisah hidup mereka, tetapi juga membayangkan narasi alternatif yang penuh harapan (White, 2007; Ungar, 2011).

Rahmawati & Nugroho (2021) menunjukkan bahwa remaja yang mengikuti konseling naratif mengalami peningkatan signifikan dalam skor resiliensi dan harapan. Hal ini juga ditemukan pada yang menyoroti efektivitas pendekatan ini dalam konteks pasca-bencana dan kemiskinan perkotaan.

Sintesis dari temuan-temuan ini memperlihatkan bahwa pendekatan naratif tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga transformasional. Remaja tidak sekedar “pulih”, melainkan mampu Menyusun ulang orientasi hidupnya secara lebih resilien dan optimistic. Di sinilah letak kontribusi khas konseling naratif dalam konteks pendidikan yaitu membantu siswa membangun visi hidup yang lebih luas, tidak semata bertumpu pada masa lalu. menjadi krusial dalam penerapan teknik *future narratives* di sekolah.

4. Fleksibilitas dan Relevansi Kontekstual di Sekolah

Keunggulan lain dari konseling naratif lainnya adalah fleksibilitasnya untuk diterapkan dalam berbagai konteks pendidikan, termasuk sekolah dengan keterbatasan sumber daya. Pendekatan ini lebih mengandalkan keterampilan komunikasi, empati dan pemahaman budaya siswa dibandingkan alat teknis Aryani (2020).

Guru BK yang dibekali pelatihan berbasis local dapat mengintegrasikan konseling naratif ke dalam sesi individu maupun kelompok secara efektif. Modul-modul berbasis budaya local juga terbukti memudahkan proses refleksi nilai personal siswa Kartika & Wibowo, 2023). Dengan pendekatan naratif, konseling dapat menjadi sarana pendidikan karakter yang kontekstual, bukan hanya layanan responsif terhadap masalah.

Namun, integrasi ini masih menghadapi hambatan serius. Terbatasnya waktu konseling, beban administratif guru BK, serta kebutuhan akan sesi yang mendalam membuat peneran naratif sering kali hanya bersifat simbolis. Oleh karena itu, strategi pelatihan *blended learning* dan integrasi dalam program pengembangan diri menjadi solusi jangka menengah yang menjanjikan.

5. Tantangan Implementasi

Meskipun konseling naratif menawarkan banyak potensi, implementasinya tidak lepas dari berbagai tantangan. Ketiadaan pelatihan menjdalam, waktu terbatas, serta kurangnya instrumen evaluasi berbasis naratif menjadi kendala utama (Kartika & Wibowo, 2023; Prasetyo & Wahyuningsih, 2023). Sintesis literatur menunjukkan bahwa Sebagian besar guru BK belum memiliki keterampilan teknis dalam menjalankan teknik seperti *externalizing* atau *re-authoring*. Selain itu, kebanyakan evaluasi yang digunakan masis berbasis angka, padahal perubahan dalam pendekatan naratif bersifat subjektif dan kontekstual. Untuk menjawab tantangan ini, pendekatan sistematis diperlukan. Pelatihan naratif yang aplikatif, supervisi berbasis reflektif naratif serta dukungan kebijakan dari instansi pendidikan merupakan Langkah kunci agar pendekatan ini dapat dijalankan secara menyeluruh dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian terhadap berbagai literatur teoritis dan empiris, dapat disimpulkan bahwa konseling naratif merupakan pendekatan yang efektif dan relevan dalam mendukung kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah. Pendekatan ini mampu memberikan ruang bagi remaja untuk merekonstruksi narasi hidup mereka secara lebih positif, sehingga berkontribusi pada pembentukan identitas diri yang sehat, penguatan harga diri, dan peningkatan kemampuan regulasi emosi. Selain itu, konseling naratif juga terbukti efektif dalam mengurangi gejala psikologis seperti kecemasan dan depresi, serta menumbuhkan resiliensi dan harapan hidup, terutama pada remaja yang menghadapi kondisi sulit atau trauma masa lalu.

Dlaam praktiknya, konseling naratif bersifat fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan konteks sekolah, terutama bila didukung oleh pelatihan profesional bagi guru BK. Namun demikian, keberhasilan implementasi pendekatan ini sangat bergantung pada kesiapan sistem pendidikan, dukungan kebijakan, serta kompetensi konselor dalam menerapkan prinsip-prinsip naratif secara etis, sensitive dan kolaboratif. Beberapa tantangan yang masih perlu mendapat

perhatian antara lain keterbatasan waktu layanan di sekolah, minimnya pelatihan yang tersedia, serta belum tersedianya instrument evaluasi berbasis naratif yang sah dan reliabel.

Untuk itu, disarankan agar lembaga pendidikan dan praktisi bimbingan konseling untuk terus mengembangkan kapasitas profesional melalui pelatihan, supervisi, dan kolaborasi lintas institusi dalam penguatan praktik konseling naratif. Penelitian lanjutan sangat diperlukan, khususnya untuk merancang dan menguji instrumen evaluasi naratif yang kontekstual dan sensitive terhadap budaya. Selain itu, studi lebih lanjut dapat difokuskan pada efektivitas konseling naratif bagi remaja dengan latar belakang tertentu seperti penyintas kekerasan, korban *bullying* atau anak dari keluarga tidak utuh, serta mengeksplorasi metode naratif digital yang sesuai dengan karakteristik generasi Z.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, D. (2020). Pengembangan modul konseling naratif berbasis budaya lokal untuk guru BK di sekolah pinggiran. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 5(1), 33–45.
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). ANALISIS SITUASI KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT DI INDONESIA DAN STRATEGI PENANGGULANGANNYA. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1). <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Combs, G., & Freedman, J. (2016). *Narrative therapy: The social construction of preferred realities*. W. W. Norton & Company.
- Cormier, L. S., & Hackney, H. (1987). *The professional counselor: A process guide to helping*.
- Denborough, D. (2018). *Collective narrative practice: Responding to individuals, groups, and communities who have experienced trauma*. Dulwich Centre Publications.
- Fajar, F., Sinring, A., & Fadhillah Umar, N. (2022). Pengembangan Media Daily Journal Konseling Naratif Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Development of Narrative Counseling Daily Journal Media to Improve Academic Self-Efficacy of High School Students. *Journal of Art Humanity & Social Studies*, 2(6), 1–14.
- Fitriani, L., Widiastuti, R., & Hartati, R. (2021). Efektivitas konseling naratif untuk mengurangi kecemasan remaja. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 10(2), 120–130.
- Haskins, N., Johnson, L., Grimes, L., Moore, A., & Norris-Brown, C. (2016). School Counselor Use of Narrative Therapy to Support Students of Color Transitioning from an Alternative School Setting. *National Youth-At-Risk Journal*, 2(1).
- Hilman, N. S. N. (2019). *Konseling Naratif untuk Pengembangan Konsep Diri Remaja Awal di SMP Negeri 3 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hilman, N. S. N. (2023). *Konseling Naratif untuk Peningkatan Harga Diri Remaja Madya dengan Gejala Self-harm*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hilman, N. S. N., Hafina, A., & Ilfiandra. (2023). Increasing self-esteem of high school students through narrative counseling. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 9(2), 139–145.
- Iskandar, A., Nurhidayah, D., & Hartono, Y. (2020). Konseling naratif dalam pembentukan identitas diri siswa SMA. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(1), 12–25.
- Johnson, C. M. (2018). Narrative counseling with adolescents: A qualitative case study. *Journal of School Counseling*, 16(25), 1–30.
- Kartika, N., & Wibowo, E. (2023). Model pelatihan blended learning untuk konseling naratif di sekolah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(2), 72–84.
- Kim, H., & Choi, Y. (2020). Healing through stories: Narrative therapy with adolescent girls experiencing peer victimization. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 6(4), 271–284.
- Lee, J., & Park, H. (2020). Exploring narrative identity formation in youth therapy. *Counseling & Psychotherapy Research*, 20(4), 341–351.
- Muthia, Y. C. (2024). KOMUNIKASI ANTARPRIBADI ORANG TUA DALAM MEMENGARUHI PERILAKU ANAK PADA USIA REMAJA DALAM FILM ANIMASI PIXAR TURNING RED. *Al-Qaul: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 3(1), 13–31.

- Nasir, R., & Ardi, Z. (2021). Kecocokan pendekatan konseling naratif dengan karakteristik siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Insight*, 13(1), 44–56.
- Nguyen, H. T., & Pham, L. T. (2022). Enhancing adolescent resilience through narrative re-authoring. *Journal of Youth Studies*, 25(1), 112–129.
- Nurnitasari, T., Yuliyanti, M., & Saputri, R. (2021). Faktor-faktor penyebab stres akademik pada remaja di sekolah menengah. *Jurnal Keperawatan Jiva*, 9(1), 12–18.
- Oktava, M. A., Mulawarman, M., & Awalya, A. (2022). The effectiveness of postmodern approach group counseling: SFBC and narrative therapy in improving academic resilience of bullying survivors. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(3), 189–196.
- Pramuaji, K. A., Sugiyarto, D. Y. P., & Mulawarman, M. (2022). The Effectiveness Of Narrative And Reality Approaches Group Counseling To Increase Self-Disclosure. *Urnal Bimbingan Konseling*, 11(3), 159–168.
- Prasetyo, H., & Wahyuningsih, R. (2023). Evaluasi naratif dalam layanan konseling berbasis sekolah. *Jurnal Evaluasi Dan Psikometri*, 4(1), 55–67.
- Rachmawati, T. (2020). Tantangan kesehatan mental remaja Indonesia dalam era digital. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 15(2), 120–131.
- Rahmawati, D., & Nugroho, A. (2021). -authoring technique in enhancing resilience and hope among adolescents. *Jurnal Psikologi Insight*, 13(3), 112–126.
- Sari, W. J., Purwanto, E., & Japar, M. (2017). Konseling Naratif Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 44–48.
- Setiawan, D., Nurhayati, & Harjanto, A. (2022). Pelatihan konseling naratif untuk guru BK: Studi implementasi di sekolah menengah. *Jurnal Konseling Edukasi*, 9(1), 33.
- Ungar, M. (2011). *The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice*. Springer Science & Business Media.
- Utami, T. R., & Lestari, E. (2022). Konsep diri remaja dalam budaya kolektivistik: Tantangan dan strategi konseling. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 1–12.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. W. W. Norton & Company.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Norton.
- Winslade, J., & Monk, G. (2008). *Practicing narrative mediation: Loosening the grip of conflict*. Jossey-Bass.
- Wong, C. (2018). *Aplikasi konseling naratif untuk peningkatan self-esteem remaja beresiko (Studi kualitatif di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung)*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Yamamoto, N., & Suzuki, R. (2019). Narrative rebuilding after trauma: Case study of post-disaster youth in Japan. *Journal of Disaster Mental Health*, 5(2), 91–104.
- Yusuf, A. (2021). Penerapan konseling naratif untuk meningkatkan self efficacy belajar siswa dalam mengerjakan tugas. *Jurnal Panrita*, 2(1), 38–46.