



EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENGATASI *INNER CHILD* PADA MAHASISWA

Safitri¹, Micha Felayati Silalahi², Ikhlas Rasido³, Nur Eka Wahyuningsih Riyadi⁴

Universitas Tadulako

e-mail: safitriyeay@gmail.com

Diterima: 21/08/2026; Direvisi: 26/08/2026; Diterbitkan: 30/08/2026

ABSTRAK

Inner child merupakan bagian diri yang berkaitan dengan pengalaman emosional masa kanak-kanak dan dapat memengaruhi kondisi emosional, kepercayaan diri, hubungan interpersonal, serta perilaku individu pada masa dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling individu menggunakan teknik kursi kosong dalam mengatasi permasalahan *inner child* pada mahasiswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *Single Subject Research* (SSR) A–B. Populasi penelitian berjumlah 80 mahasiswa angkatan 2023 Universitas Tadulako, sedangkan dua mahasiswa dipilih sebagai subjek melalui *purposive sampling* berdasarkan hasil *screening*, kriteria penelitian, dan kesediaan mengikuti seluruh rangkaian intervensi. Pengukuran dilakukan sebanyak enam kali, terdiri atas dua kali fase *baseline* (A) dan empat kali fase intervensi (B), menggunakan angket *inner child* yang terdiri atas 30 butir. Hasil uji instrumen menunjukkan seluruh butir valid dengan nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel sebesar 0,219 dan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,898. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor *inner child* pada kedua subjek setelah pemberian intervensi. Subjek 1 meningkat dari skor 33–34 pada fase *baseline* menjadi 40, 60, 79, dan 105 pada fase intervensi, sedangkan Subjek 2 meningkat dari 35–36 menjadi 44, 68, 86, dan 111. Dalam penelitian ini, skor yang lebih tinggi menunjukkan kondisi *inner child* yang semakin baik. Analisis antar kondisi menunjukkan persentase *overlap* sebesar 0% pada kedua subjek. Temuan tersebut menunjukkan bahwa konseling individu menggunakan teknik kursi kosong memberikan perubahan positif dan efektif dalam membantu mengatasi permasalahan *inner child* pada kedua mahasiswa yang menjadi subjek penelitian.

Kata Kunci: konseling individu, teknik kursi kosong, *inner child*

ABSTRACT

Inner child refers to the part of the self associated with emotional experiences during childhood that may influence emotional conditions, self-confidence, interpersonal relationships, and behavior in adulthood. This study aimed to determine the effectiveness of individual counseling using the empty chair technique in addressing *inner child* issues among university students. The study employed a quantitative approach with a *Single Subject Research* (SSR) A–B design. The population consisted of 80 students from the 2023 cohort at Universitas Tadulako, while two students were selected through *purposive sampling* based on screening results, predetermined research criteria, and their willingness to participate in the entire intervention process. Measurements were conducted six times, consisting of two baseline (A) sessions and four intervention (B) sessions, using a 30-item *inner child* questionnaire. The instrument testing showed





that all items were valid, with calculated r values exceeding the r table value of 0.219, and a *Cronbach's Alpha* coefficient of 0.898. The results showed an increase in *inner child* scores in both subjects following the intervention. Subject 1 increased from 33–34 during the baseline phase to 40, 60, 79, and 105 during the intervention phase, while Subject 2 increased from 35–36 to 44, 68, 86, and 111. In this study, higher scores indicated a better *inner child* condition. The between-condition analysis showed a 0% overlap percentage for both subjects. These findings indicate that individual counseling using the empty chair technique produced positive changes and was effective in addressing *inner child* issues among the two university students who participated in the study.

Keywords: individual counseling, *empty chair* technique, *inner child*

PENDAHULUAN

Inner child merupakan bagian dari diri yang berkaitan dengan pengalaman emosional masa kanak-kanak dan dapat tetap memengaruhi kehidupan individu ketika memasuki masa dewasa. Pengalaman masa kecil yang menyenangkan dapat mendukung terbentuknya kondisi psikologis yang adaptif, sedangkan pengalaman traumatis, penolakan, pengabaian, konflik keluarga, maupun kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi dapat meninggalkan luka yang terbawa hingga dewasa (Aini & Wulan, 2023). Pada fase *emerging adulthood*, persoalan tersebut menjadi penting karena individu sedang menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, termasuk pembentukan identitas, pengelolaan emosi, hubungan interpersonal, dan penentuan arah kehidupan. Astuti dan Haq (2025) menemukan adanya keterkaitan antara *inner child* dan kematangan emosi pada individu pada masa *emerging adulthood*, sehingga kondisi pengalaman emosional masa kanak-kanak perlu mendapat perhatian dalam proses perkembangan individu dewasa muda.

Permasalahan *inner child* dapat terlihat melalui berbagai pola dalam kehidupan sehari-hari, seperti kesulitan mempercayai diri sendiri maupun orang lain, rendahnya kepercayaan diri, kesulitan membangun kedekatan emosional, kebutuhan terhadap validasi, serta respons emosional yang kurang adaptif. Dewi et al. (2023) menjelaskan bahwa mengenali *inner child* menjadi bagian penting dalam memahami pengalaman masa lalu dan proses berdamai dengan luka masa kecil. Surianti (2022) juga menjelaskan bahwa pemahaman terhadap *inner child* berkaitan dengan upaya individu mengenali pengalaman masa lalu yang masih memengaruhi kondisi psikologis dan perilaku pada masa kini. Pada mahasiswa, persoalan kepercayaan diri dan kebutuhan terhadap penerimaan juga dapat tercermin melalui kecenderungan mengungkapkan persoalan pribadi di media sosial sebagai bentuk pencarian validasi (Hidayah & Daulay, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman emosional masa lalu dapat berhubungan dengan cara mahasiswa memahami dirinya, berinteraksi dengan orang lain, dan merespons kebutuhan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam penelitian ini, *inner child* dipahami melalui empat aspek, yaitu kepercayaan, keintiman, perilaku adaptif dan kompulsif, serta ketergantungan terhadap orang lain (Surianti, 2022). Keempat aspek tersebut digunakan untuk melihat kondisi individu dalam membangun kepercayaan, menjalin kedekatan emosional, merespons kebutuhan atau tekanan melalui perilaku tertentu, serta membangun relasi dengan orang lain. Permasalahan dalam aspek-aspek tersebut dapat berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan perkembangan. Misalnya, kesulitan dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan secara sehat berkaitan dengan





rendahnya kemampuan asertif, sedangkan kemampuan asertif dapat dikembangkan melalui layanan bimbingan yang terstruktur (Barida et al., 2024). Selain itu, keyakinan irasional yang tidak terselesaikan dapat berkontribusi terhadap munculnya *academic burnout* melalui pola katastrofisasi, toleransi frustrasi yang rendah, dan devaluasi diri (Rahman et al., 2024). Pada kondisi yang lebih berat, dinamika psikologis yang tidak terselesaikan juga dapat berkaitan dengan perilaku *self-harm* pada remaja dan dewasa muda (Hidayatullah et al., 2024). Temuan tersebut memperlihatkan pentingnya intervensi yang membantu individu mengenali, mengekspresikan, dan mengelola pengalaman emosional yang belum terselesaikan.

Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk membantu mahasiswa menghadapi permasalahan pribadi adalah konseling individu. Konseling individu memberikan ruang bagi konseli untuk membahas persoalan secara lebih personal melalui hubungan konseling antara konselor dan konseli. Penerapan konseling individu dengan teknik tertentu telah digunakan untuk menangani berbagai persoalan psikologis dan perilaku, antara lain melalui teknik *cognitive restructuring* untuk membantu mengurangi perilaku *nomophobia* (Putri et al., 2025) dan pendekatan psikoanalisis klasik untuk menurunkan kecemasan akademik (Yani, 2024). Keberhasilan layanan konseling juga dipengaruhi oleh kemampuan konselor memahami kebutuhan dan karakteristik konseli. Ramli et al. (2024) menegaskan pentingnya kecerdasan budaya konselor dalam memberikan layanan konseling yang sesuai dengan karakteristik konseli, sedangkan Awad et al. (2024) menunjukkan bahwa kebutuhan mahasiswa terhadap layanan konseling dapat berbeda sesuai dengan konteks dan kebutuhan perkembangan mereka. Dengan demikian, konseling individu yang menggunakan teknik sesuai dengan karakteristik masalah konseli berpotensi menjadi layanan yang relevan untuk membantu mahasiswa menghadapi persoalan emosional yang bersumber dari pengalaman masa lalu.

Salah satu teknik yang relevan untuk menangani pengalaman emosional yang belum terselesaikan adalah teknik kursi kosong (*empty chair*) dalam pendekatan Gestalt. Teknik ini memungkinkan konseli melakukan dialog simbolis dengan figur tertentu yang berkaitan dengan konflik atau pengalaman emosional yang belum terselesaikan. Melalui proses tersebut, konseli diberi kesempatan untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan yang sebelumnya sulit disampaikan serta meningkatkan kesadaran terhadap pengalaman yang masih memengaruhi dirinya. Suryaman dan Karneli (2020) menunjukkan bahwa teknik *empty chair* dapat digunakan bersama *reframing* untuk membantu konseli menghadapi kedukaan dan *unfinished business*. Astriani et al. (2023) juga menunjukkan bahwa teknik *empty chair* dapat membantu individu memperbaiki hubungan interpersonal dalam keluarga melalui proses penyelesaian *unfinished business*. Temuan lain menunjukkan bahwa teknik kursi kosong dapat diterapkan untuk membantu mereduksi persoalan emosional dan relasional, seperti *toxic relationship* (Utami et al., 2024), serta membantu mengatasi perilaku agresif melalui pendekatan konseling Gestalt (Wulandari et al., 2024). Temuan-temuan tersebut memberikan dasar bahwa teknik kursi kosong dapat menjadi alternatif intervensi yang memungkinkan konseli berhadapan secara simbolis dengan pengalaman, figur, atau konflik yang masih meninggalkan beban emosional.

Efektivitas teknik kursi kosong juga telah dilaporkan dalam beberapa penelitian dengan permasalahan yang berbeda. Arifin et al. (2022) menunjukkan bahwa penerapan teknik kursi kosong dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Akbar (2024) juga menunjukkan bahwa teknik kursi kosong dalam konseling individu dapat digunakan untuk membantu siswa korban



bullying mengatasi rasa tidak percaya diri. Sementara itu, Suarno et al. (2025) menemukan bahwa teknik kursi kosong dapat digunakan untuk mereduksi *burnout* akademik pada siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa teknik kursi kosong memiliki potensi dalam membantu individu menghadapi berbagai pengalaman emosional yang menghambat fungsi psikologis. Namun, sebagian besar penelitian terdahulu berfokus pada permasalahan seperti kepercayaan diri, dampak *bullying*, hubungan interpersonal, perilaku agresif, *toxic relationship*, dan *burnout* akademik, bukan secara khusus pada permasalahan *inner child* mahasiswa.

Berdasarkan kajian tersebut, masih terdapat kesenjangan penelitian mengenai penerapan konseling individu dengan teknik kursi kosong untuk menangani *inner child* pada mahasiswa. Penelitian mengenai *inner child* pada mahasiswa yang tersedia dalam daftar pustaka lebih banyak membahas pengalaman trauma masa kecil dan proses mengenali *inner child* (Aini & Wulan, 2023; Dewi et al., 2023), serta keterkaitannya dengan kematangan emosi pada masa *emerging adulthood* (Astuti & Haq, 2025). Sementara itu, penelitian mengenai teknik kursi kosong lebih banyak menguji penerapannya pada masalah kepercayaan diri, hubungan interpersonal, perilaku agresif, *toxic relationship*, dan *burnout* (Arifin et al., 2022; Astriani et al., 2023; Suarno et al., 2025; Utami et al., 2024; Wulandari et al., 2024). Dengan demikian, penelitian yang secara khusus menguji perubahan kondisi *inner child* mahasiswa setelah memperoleh konseling individu menggunakan teknik kursi kosong dengan desain *Single Subject Research* (SSR) masih terbatas.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus intervensi yang secara spesifik diarahkan pada permasalahan *inner child* mahasiswa dan penggunaan desain *Single Subject Research* (SSR) A–B untuk mengamati perubahan kondisi setiap subjek secara individual sebelum dan setelah intervensi. Desain tersebut memungkinkan perubahan kondisi subjek diamati secara langsung melalui pengukuran berulang pada fase *baseline* dan fase intervensi. Pemilihan teknik kursi kosong juga didasarkan pada karakteristik permasalahan *inner child* yang berkaitan dengan pengalaman emosional masa lalu dan *unfinished business*, sehingga konseli memperoleh ruang untuk mengeksplorasi serta mengekspresikan pengalaman yang belum terselesaikan (Suryaman & Karneli, 2020; Astriani et al., 2023). Pendekatan tersebut diharapkan dapat memberikan alternatif layanan konseling yang lebih terarah bagi mahasiswa yang mengalami persoalan emosional yang berkaitan dengan pengalaman masa kanak-kanak.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling individu menggunakan teknik kursi kosong dalam mengatasi *inner child* pada mahasiswa Universitas Tadulako. Secara khusus, penelitian ini mengamati perubahan skor *inner child* pada subjek sebelum dan setelah pemberian intervensi melalui konseling individu dengan teknik kursi kosong. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam menangani persoalan emosional mahasiswa yang berkaitan dengan pengalaman masa lalu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *Single Subject Research* (SSR) tipe A–B. Desain A–B terdiri atas fase *baseline* (A) untuk memperoleh gambaran kondisi awal subjek sebelum intervensi dan fase intervensi (B) untuk mengamati perubahan kondisi setelah diberikan konseling individu menggunakan teknik kursi kosong. Pengukuran dilakukan secara



berulang pada setiap subjek sehingga perubahan skor dapat dibandingkan antara kondisi *baseline* dan intervensi. Penelitian dilaksanakan pada mahasiswa angkatan 2023 Universitas Tadulako.

Populasi penelitian berjumlah 80 mahasiswa angkatan 2023 yang berasal dari dua fakultas di Universitas Tadulako. Pada tahap awal, peneliti melakukan *screening* menggunakan angket *inner child* kepada seluruh mahasiswa untuk memperoleh gambaran kondisi *inner child* dan mengidentifikasi calon subjek penelitian. Selanjutnya, dua mahasiswa dipilih sebagai subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*.

Pemilihan subjek didasarkan pada kriteria, yaitu: (1) mahasiswa angkatan 2023 Universitas Tadulako; (2) menunjukkan kondisi *inner child* yang sesuai dengan kriteria penelitian berdasarkan hasil *screening*; (3) bersedia mengikuti seluruh rangkaian konseling individu; dan (4) bersedia mengikuti pengukuran pada setiap sesi penelitian. Berdasarkan proses tersebut, diperoleh dua subjek, yaitu ZNJ dari Fakultas Teknik dan HS dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Identitas subjek disamarkan untuk menjaga kerahasiaan data penelitian.

Instrumen penelitian berupa angket *inner child* menggunakan skala Likert yang terdiri atas 30 butir pernyataan. Instrumen disusun berdasarkan empat aspek *inner child*, yaitu kepercayaan sebanyak 8 butir, keintiman sebanyak 8 butir, perilaku adiktif dan kompulsif sebanyak 7 butir, serta ketergantungan dengan orang lain sebanyak 7 butir. Setiap butir memiliki empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai, Sesuai, Tidak Sesuai, dan Sangat Tidak Sesuai, dengan rentang skor 1–4.

Dalam penelitian ini, arah penskoran ditetapkan sehingga semakin tinggi skor menunjukkan kondisi *inner child* yang semakin baik. Oleh karena itu, peningkatan skor setelah intervensi diinterpretasikan sebagai perubahan positif pada kondisi subjek. Rentang skor teoritis instrumen adalah 30–120. Uji validitas dilakukan menggunakan SPSS versi 27 dengan membandingkan nilai *r* hitung dengan *r* tabel sebesar 0,219. Seluruh 30 butir dinyatakan valid karena nilai *r* hitung setiap butir lebih besar daripada *r* tabel. Uji reliabilitas menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,898 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik.

Penelitian dilaksanakan dalam dua fase, yaitu fase *baseline* (A) dan fase intervensi (B). Fase *baseline* dilakukan sebanyak dua kali pengukuran, yaitu A1 dan A2, tanpa pemberian intervensi. Dua kali pengukuran dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi awal dan memastikan kestabilan skor subjek sebelum intervensi diberikan. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa skor kedua subjek relatif stabil pada fase *baseline*, yaitu 33 dan 34 pada subjek ZNJ serta 35 dan 36 pada subjek HS.

Setelah kondisi *baseline* diperoleh, penelitian dilanjutkan dengan empat sesi intervensi, yaitu B1, B2, B3, dan B4. Empat sesi dipilih agar proses konseling dapat dilaksanakan secara bertahap, mulai dari pengenalan dan eksplorasi pengalaman emosional, pengungkapan perasaan yang belum terselesaikan melalui teknik kursi kosong, hingga refleksi dan penguatan hasil konseling. Pembagian tersebut memungkinkan setiap tahapan intervensi diamati melalui pengukuran berulang sehingga perubahan kondisi subjek dapat dibandingkan secara sistematis antara fase *baseline* dan fase intervensi. Setiap sesi konseling berlangsung selama 45–60 menit.

Pada sesi B1, konselor membangun hubungan konseling dan membantu subjek mengidentifikasi pengalaman masa lalu, situasi, atau hubungan yang masih menimbulkan respons emosional. Tahap ini diarahkan untuk membantu subjek mengenali pengalaman yang berkaitan dengan kondisi *inner child* dan mempersiapkan proses eksplorasi pada sesi berikutnya. Pada sesi



B2, konselor membantu subjek mengeksplorasi pikiran, perasaan, dan pengalaman emosional yang muncul berkaitan dengan pengalaman masa lalu. Subjek diarahkan untuk meningkatkan kesadaran terhadap emosi atau konflik yang belum terselesaikan sebagai dasar pelaksanaan teknik kursi kosong. Pada sesi B3, teknik kursi kosong (*empty chair*) diterapkan dengan meminta subjek membayangkan figur atau pihak yang berkaitan dengan pengalaman emosional tersebut pada kursi yang telah disediakan. Subjek kemudian melakukan dialog simbolis dengan figur tersebut dan mengungkapkan pikiran serta perasaan yang selama ini belum tersampaikan. Proses ini diarahkan untuk membantu subjek mengenali dan mengekspresikan pengalaman emosional yang belum terselesaikan. Pada sesi B4, konselor membantu subjek merefleksikan pengalaman yang telah dieksplorasi selama proses konseling, mengenali perubahan pemahaman dan respons emosional, serta membangun penerimaan terhadap pengalaman masa lalu. Tahap akhir juga digunakan untuk memperkuat kesadaran subjek terhadap pengalaman yang telah diproses selama intervensi. Setiap subjek memperoleh enam kali pengukuran, yaitu A1, A2, B1, B2, B3, dan B4. Pengukuran dilakukan pada setiap sesi menggunakan instrumen *inner child* untuk memperoleh data perubahan kondisi subjek secara individual dari fase *baseline* ke fase intervensi.

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan analisis visual dalam kerangka SSR. Analisis dilakukan terhadap perubahan skor masing-masing subjek pada fase *baseline* dan intervensi. Analisis dalam kondisi meliputi kecenderungan arah, rentang, perubahan level, dan stabilitas data pada masing-masing fase. Analisis antar kondisi dilakukan dengan membandingkan kondisi *baseline* dan intervensi berdasarkan kecenderungan arah perubahan, perubahan level, serta persentase *overlap*.

Persentase *overlap* digunakan untuk mengetahui tingkat tumpang tindih skor antara fase *baseline* dan fase intervensi. Semakin kecil persentase *overlap*, semakin menunjukkan adanya perubahan setelah intervensi diberikan. Persentase *overlap* sebesar 0% pada kedua subjek menunjukkan bahwa tidak terdapat skor pada fase intervensi yang tumpang tindih dengan skor pada fase *baseline*. Hasil tersebut diinterpretasikan dengan mempertimbangkan arah penskoran instrumen, yaitu peningkatan skor menunjukkan kondisi *inner child* yang semakin baik.

Uji normalitas tidak digunakan dalam analisis efektivitas karena desain SSR berfokus pada perubahan individual setiap subjek melalui pengukuran berulang pada fase *baseline* dan intervensi. Data dari 80 mahasiswa digunakan untuk tahap *screening* dan pengujian instrumen, sedangkan analisis efektivitas intervensi difokuskan pada dua subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil Uji Instrumen dan *Screening*

Sebelum pelaksanaan intervensi, instrumen *inner child* terlebih dahulu diuji untuk memastikan kelayakan instrumen yang digunakan dalam proses pengukuran. Pengujian dilakukan terhadap 30 butir pernyataan dengan membandingkan nilai r hitung setiap butir dengan r tabel sebesar 0,219. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh butir memiliki nilai r hitung lebih besar daripada r tabel sehingga seluruh butir dinyatakan valid. Uji reliabilitas menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,898 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dan layak digunakan dalam penelitian.

Instrumen selanjutnya digunakan untuk melakukan *screening* terhadap 80 mahasiswa angkatan 2023 Universitas Tadulako. Hasil *screening* menunjukkan adanya variasi kondisi *inner*

Copyright (c) 2026 EDUCATOR : Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan

child pada mahasiswa yang menjadi populasi penelitian. Distribusi mahasiswa berdasarkan kategori skor *inner child* disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Kategori Skor *Inner Child* pada 80 Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	9	11%
Tinggi	17	21%
Rendah	38	48%
Sangat Rendah	16	20%
Total	80	100%

Berdasarkan Tabel 1, kategori rendah merupakan kategori dengan jumlah mahasiswa terbanyak, yaitu 38 mahasiswa (48%). Selanjutnya, 17 mahasiswa (21%) berada pada kategori tinggi, 16 mahasiswa (20%) berada pada kategori sangat rendah, dan 9 mahasiswa (11%) berada pada kategori sangat tinggi. Distribusi tersebut menunjukkan adanya variasi kondisi *inner child* pada mahasiswa yang mengikuti tahap *screening*, sehingga diperlukan proses seleksi berdasarkan kriteria penelitian untuk menentukan subjek yang mengikuti intervensi.

Berdasarkan hasil *screening*, dua mahasiswa dipilih sebagai subjek penelitian melalui teknik *purposive sampling*. Subjek pertama berkode ZNJ berasal dari Fakultas Teknik, sedangkan subjek kedua berkode HS berasal dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Kedua subjek memenuhi kriteria penelitian dan menyatakan kesediaannya mengikuti seluruh rangkaian pengukuran dan konseling individu.

Perubahan Skor *Inner Child* pada Fase *Baseline* dan Intervensi

Pengukuran kondisi *inner child* dilakukan sebanyak enam kali pada masing-masing subjek, yaitu dua kali pada fase *baseline* (A1 dan A2) dan empat kali pada fase intervensi (B1, B2, B3, dan B4). Fase *baseline* digunakan untuk mengetahui kondisi awal dan kestabilan skor sebelum intervensi diberikan, sedangkan fase intervensi digunakan untuk mengamati perubahan setelah konseling individu dengan teknik kursi kosong diberikan. Dalam penelitian ini, skor yang lebih tinggi menunjukkan kondisi *inner child* yang semakin baik, sehingga peningkatan skor dari fase *baseline* menuju fase intervensi diinterpretasikan sebagai perubahan positif.

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa Subjek ZNJ memperoleh skor 33 pada A1 dan 34 pada A2. Setelah intervensi diberikan, skor meningkat secara bertahap menjadi 40 pada B1, 60 pada B2, 79 pada B3, dan 105 pada B4. Subjek HS memperoleh skor 35 pada A1 dan 36 pada A2, kemudian meningkat menjadi 44 pada B1, 68 pada B2, 86 pada B3, dan 111 pada B4. Rincian perubahan skor kedua subjek disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Skor *Inner Child* pada Fase *Baseline* dan Intervensi

Subjek	A1	A2	B1	B2	B3	B4
ZNJ	33	34	40	60	79	105
HS	35	36	44	68	86	111

Berdasarkan Tabel 2, kedua subjek menunjukkan kondisi yang relatif stabil pada fase *baseline*, dengan perubahan hanya sebesar 1 poin pada masing-masing subjek. Setelah memasuki fase intervensi, skor kedua subjek meningkat secara konsisten pada setiap sesi tanpa mengalami penurunan. Subjek ZNJ mengalami peningkatan sebesar 65 poin dari A2 (34) ke B4 (105), sedangkan HS mengalami peningkatan sebesar 75 poin dari A2 (36) ke B4 (111). Dengan arah

penskoran yang telah ditetapkan, pola tersebut menunjukkan adanya perubahan positif kondisi *inner child* setelah konseling individu dengan teknik kursi kosong diberikan.

Analisis Perubahan dalam Kondisi

Analisis dalam kondisi dilakukan untuk melihat kecenderungan perubahan skor pada masing-masing fase. Pada fase *baseline*, kedua subjek menunjukkan kecenderungan arah yang relatif stabil dengan perubahan skor sebesar +1. Pada fase intervensi, kedua subjek menunjukkan kecenderungan arah meningkat secara konsisten dari B1 sampai B4. Hasil analisis perubahan level pada kedua fase disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Analisis Perubahan dalam Kondisi

Subjek	Fase	Rentang Skor	Perubahan Level	Kecenderungan Arah
ZNJ	Baseline (A)	33–34	+1	Meningkat
ZNJ	Intervensi (B)	40–105	+65	Meningkat
HS	Baseline (A)	35–36	+1	Meningkat
HS	Intervensi (B)	44–111	+67	Meningkat

Tabel 3 menunjukkan bahwa perubahan skor pada fase *baseline* kedua subjek relatif kecil, yaitu +1, sehingga kondisi awal dapat dikategorikan relatif stabil. Setelah intervensi diberikan, perubahan level meningkat secara lebih besar, yaitu +65 pada ZNJ dan +67 pada HS. Kecenderungan arah yang meningkat pada seluruh sesi intervensi menunjukkan bahwa skor *inner child* bergerak secara konsisten ke arah yang lebih tinggi setelah pemberian konseling individu dengan teknik kursi kosong.

Analisis Antar Kondisi

Analisis antar kondisi dilakukan untuk mengetahui perubahan yang terjadi ketika subjek berpindah dari fase *baseline* ke fase intervensi. Perubahan level antar kondisi dihitung dengan membandingkan skor awal fase intervensi (B1) dengan skor terakhir fase *baseline* (A2). Selain itu, persentase *overlap* digunakan untuk melihat ada atau tidaknya tumpang tindih skor antara fase *baseline* dan fase intervensi. Hasil analisis antar kondisi kedua subjek disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Analisis Antar Kondisi Fase *Baseline* dan Intervensi

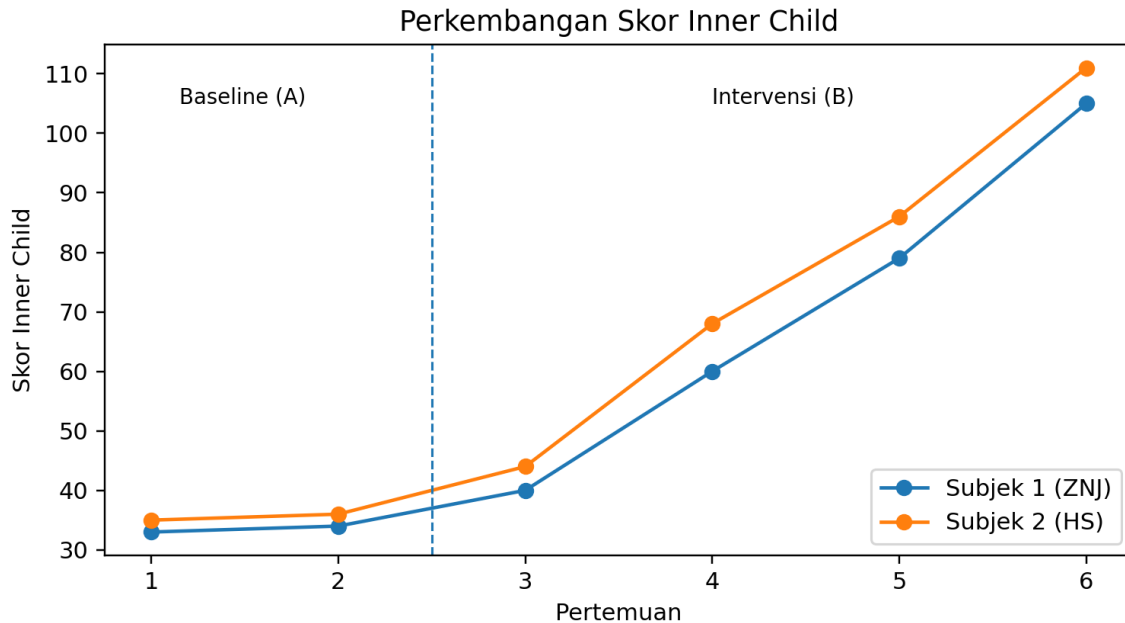
Subjek	Skor A2	Skor B1	Perubahan Level	Rentang A	Rentang B	Overlap
ZNJ	34	40	+6	33–34	40–105	0%
HS	36	44	+8	35–36	44–111	0%

Berdasarkan Tabel 4, terdapat perubahan level sebesar +6 pada ZNJ dan +8 pada HS ketika memasuki fase intervensi. Rentang skor intervensi pada kedua subjek seluruhnya berada di atas rentang skor *baseline*, sehingga tidak ditemukan tumpang tindih data dan persentase *overlap* mencapai 0% pada kedua subjek. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perubahan skor mulai terlihat setelah intervensi diberikan dan berlangsung secara konsisten selama empat sesi intervensi.

Perkembangan Skor selama Penelitian

Perkembangan skor *inner child* pada kedua subjek dapat dilihat secara visual melalui perubahan skor pada setiap sesi penelitian. Visualisasi digunakan untuk memperlihatkan perbedaan pola antara fase *baseline* dan fase intervensi serta memperjelas kecenderungan perubahan skor pada masing-masing subjek. Grafik juga menunjukkan bahwa perubahan skor

kedua subjek mulai meningkat setelah memasuki fase intervensi dan terus bergerak ke arah yang lebih tinggi hingga sesi terakhir.



Gambar 1. Perkembangan Skor *Inner Child* pada Fase *Baseline* dan Intervensi

Berdasarkan Gambar 1, skor kedua subjek relatif berdekatan dan stabil pada dua pengukuran *baseline*. Setelah garis intervensi dimulai, skor ZNJ meningkat dari 40 pada B1 menjadi 105 pada B4, sedangkan skor HS meningkat dari 44 menjadi 111. Pola visual tersebut memperlihatkan kecenderungan peningkatan yang konsisten selama fase intervensi dan tidak menunjukkan adanya penurunan skor pada kedua subjek. Dengan demikian, secara visual terdapat perbedaan pola yang jelas antara kondisi sebelum dan setelah pemberian konseling individu menggunakan teknik kursi kosong.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan skor *inner child* pada kedua subjek setelah memperoleh konseling individu menggunakan teknik kursi kosong. Pada fase *baseline*, skor ZNJ hanya berubah dari 33 menjadi 34, sedangkan skor HS berubah dari 35 menjadi 36. Perubahan yang relatif kecil tersebut menunjukkan bahwa kondisi kedua subjek cenderung stabil sebelum intervensi diberikan. Setelah memasuki fase intervensi, skor ZNJ meningkat berturut-turut menjadi 40, 60, 79, dan 105, sedangkan skor HS meningkat menjadi 44, 68, 86, dan 111. Karena instrumen dalam penelitian ini menggunakan arah penskoran bahwa skor yang lebih tinggi menunjukkan kondisi *inner child* yang semakin baik, peningkatan skor tersebut menunjukkan adanya perubahan positif setelah pemberian konseling individu dengan teknik kursi kosong.

Perubahan tersebut menjadi lebih jelas apabila dilihat dari perbedaan level antara fase *baseline* dan intervensi. ZNJ mengalami perubahan level sebesar +6 ketika berpindah dari A2 ke B1, sedangkan HS mengalami perubahan sebesar +8. Selanjutnya, perubahan dari kondisi awal *baseline* hingga akhir intervensi mencapai 71 poin pada ZNJ dan 75 poin pada HS. Selain itu, Copyright (c) 2026 EDUCATOR : Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan



persentase *overlap* sebesar 0% pada kedua subjek menunjukkan bahwa seluruh skor pada fase intervensi berada di atas skor pada fase *baseline*. Dalam konteks SSR, pola tersebut memberikan indikasi kuat bahwa perubahan kondisi subjek terjadi setelah intervensi diberikan, meskipun temuan tersebut tetap perlu dipahami dalam batasan desain A–B yang tidak menggunakan kelompok kontrol.

Peningkatan skor tersebut dapat dipahami melalui karakteristik teknik kursi kosong dalam pendekatan Gestalt. Teknik *empty chair* memberikan kesempatan kepada konseli untuk menghadirkan secara simbolis figur atau pihak yang berkaitan dengan pengalaman emosional yang belum terselesaikan. Melalui dialog simbolis, konseli dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan yang sebelumnya sulit disampaikan serta meningkatkan kesadaran terhadap pengalaman yang masih memengaruhi dirinya. Suryaman dan Karneli (2020) menunjukkan bahwa teknik *empty chair* dapat digunakan untuk membantu konseli menghadapi kedukaan dan *unfinished business*. Temuan tersebut relevan dengan penelitian ini karena permasalahan *inner child* berkaitan dengan pengalaman masa lalu yang masih memiliki muatan emosional dan belum sepenuhnya terselesaikan.

Proses tersebut juga sejalan dengan penelitian Astriani et al. (2023) yang menunjukkan bahwa teknik *empty chair* dapat membantu individu memperbaiki hubungan interpersonal dalam keluarga melalui penyelesaian *unfinished business*. Dalam konteks penelitian ini, dialog simbolis tidak hanya berfungsi sebagai sarana mengungkapkan emosi, tetapi juga membantu subjek memahami kembali pengalaman masa lalu dari perspektif dirinya saat ini. Proses mengenali dan mengekspresikan pengalaman emosional tersebut dapat membantu subjek membangun pemahaman yang lebih adaptif terhadap pengalaman masa kecilnya. Hal ini sejalan dengan Surianti (2022) yang menekankan pentingnya memahami *inner child* sebagai bagian dari proses mengenali dan mengatasi luka masa kecil.

Hasil penelitian juga dapat dikaitkan dengan penelitian Aini dan Wulan (2023) yang menunjukkan bahwa pengalaman trauma masa kecil menjadi bagian penting dalam pengalaman individu ketika mengeksplorasi *inner child*. Pengalaman masa kecil tidak selalu berhenti pada periode perkembangan tersebut, tetapi dapat terus hadir dalam cara individu memahami diri, merespons situasi emosional, dan menjalani hubungan dengan orang lain. Astuti dan Haq (2025) juga menemukan adanya keterkaitan antara *inner child* dan kematangan emosi pada individu pada masa *emerging adulthood*. Dengan demikian, peningkatan kondisi *inner child* dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan kesadaran dan pengelolaan pengalaman emosional pada mahasiswa yang berada dalam tahap transisi menuju kedewasaan.

Perubahan positif yang ditemukan juga sejalan dengan hasil penelitian tentang penerapan teknik kursi kosong pada permasalahan psikologis lainnya. Arifin et al. (2022) menemukan bahwa teknik kursi kosong dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Temuan Akbar (2024) juga menunjukkan bahwa teknik kursi kosong dalam konseling individu dapat membantu siswa korban *bullying* mengatasi rasa tidak percaya diri. Sementara itu, Suarno et al. (2025) menunjukkan bahwa teknik kursi kosong dapat digunakan untuk mereduksi *academic burnout*. Meskipun permasalahan yang diteliti berbeda, hasil-hasil tersebut memiliki kesamaan pada penggunaan teknik kursi kosong sebagai media untuk membantu individu berhadapan dengan pengalaman emosional yang menghambat fungsi psikologis. Penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menerapkan teknik yang sama pada permasalahan *inner child* mahasiswa dan mengamati perubahan setiap subjek melalui desain SSR A–B.





Temuan penelitian juga memiliki relevansi dengan penelitian mengenai konseling individu. Yani (2024) menunjukkan bahwa konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik efektif menurunkan kecemasan akademik pada siswa dengan IQ superior, sedangkan Putri et al. (2025) menunjukkan penerapan konseling individu dengan teknik *cognitive restructuring* dalam menangani perilaku *nomophobia*. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa layanan konseling individual dapat disesuaikan dengan karakteristik masalah yang dialami konseli melalui pemilihan teknik yang tepat. Dalam penelitian ini, teknik kursi kosong dipilih karena karakteristik masalah *inner child* berkaitan dengan pengalaman emosional masa lalu yang belum terselesaikan, sehingga pendekatan yang memberikan ruang bagi ekspresi dan dialog simbolis menjadi relevan.

Dari perspektif layanan bimbingan dan konseling, temuan penelitian menunjukkan pentingnya memberikan intervensi yang responsif terhadap kebutuhan psikologis individual mahasiswa. Kebutuhan konseling mahasiswa tidak selalu sama dan dapat dipengaruhi oleh latar belakang serta konteks perkembangan masing-masing individu (Awad et al., 2024). Oleh karena itu, konselor perlu memiliki kemampuan memahami karakteristik konseli dan menyesuaikan layanan dengan kebutuhan mereka. Ramli et al. (2024) menegaskan pentingnya kompetensi konselor, termasuk kecerdasan budaya, agar layanan konseling dapat diberikan secara tepat sesuai karakteristik konseli. Dalam konteks penelitian ini, konseling individual memungkinkan proses intervensi dilakukan secara lebih personal sehingga eksplorasi pengalaman emosional dapat disesuaikan dengan kondisi masing-masing subjek.

Temuan penelitian juga perlu dipahami dalam konteks permasalahan psikologis mahasiswa yang lebih luas. Kesulitan dalam mengelola pengalaman emosional dan keyakinan yang tidak adaptif dapat berhubungan dengan berbagai persoalan psikologis. Rahman et al. (2024) menunjukkan bahwa keyakinan irasional memiliki keterkaitan dengan *academic burnout*, sedangkan Hidayatullah et al. (2024) menunjukkan adanya dinamika psikologis pada remaja dengan perilaku *self-harm*. Penelitian ini tidak menyatakan bahwa *inner child* secara langsung menyebabkan kedua kondisi tersebut, tetapi temuan tersebut memperlihatkan pentingnya perhatian terhadap pengalaman emosional dan pola psikologis yang belum terselesaikan. Oleh karena itu, upaya membantu mahasiswa mengenali dan mengelola pengalaman emosional masa lalu dapat menjadi bagian dari layanan preventif dan pengembangan dalam bimbingan dan konseling.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan perubahan positif yang konsisten, interpretasinya perlu mempertimbangkan keterbatasan penelitian. Desain SSR A–B hanya melibatkan dua subjek dan tidak memiliki fase *baseline* yang panjang maupun fase tindak lanjut sehingga perubahan jangka panjang setelah intervensi belum dapat dipastikan. Selain itu, peningkatan skor diamati berdasarkan satu instrumen utama dan dilakukan dalam jumlah sesi yang terbatas. Dengan demikian, hasil penelitian lebih tepat dipahami sebagai bukti awal mengenai perubahan positif pada dua subjek setelah memperoleh konseling individu dengan teknik kursi kosong, bukan sebagai dasar generalisasi terhadap seluruh mahasiswa. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan jumlah subjek yang lebih besar, desain SSR dengan fase yang lebih kuat seperti A–B–A atau *multiple baseline*, serta menambahkan pengukuran *follow-up* untuk mengetahui keberlangsungan perubahan setelah intervensi dihentikan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individu dengan teknik kursi kosong memberikan perubahan positif terhadap kondisi *inner child* pada kedua subjek. Perubahan tersebut didukung oleh peningkatan skor yang konsisten selama fase intervensi, perubahan level positif, serta persentase *overlap* sebesar 0%. Secara teoretis, hasil tersebut dapat





dijelaskan melalui fungsi teknik kursi kosong dalam membantu konseli menghadirkan, mengekspresikan, dan menyadari pengalaman emosional yang belum terselesaikan. Secara praktis, teknik ini dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif dalam layanan konseling individual bagi mahasiswa yang mengalami persoalan emosional berkaitan dengan pengalaman masa lalu. Namun, penerapannya tetap memerlukan kompetensi konselor dan penyesuaian terhadap kondisi serta kebutuhan masing-masing konseli.

KESIMPULAN

Kondisi *inner child* kedua mahasiswa relatif stabil pada fase *baseline*, dengan skor 33–34 pada Subjek 1 dan 35–36 pada Subjek 2. Setelah diberikan konseling individu menggunakan teknik kursi kosong selama empat sesi intervensi, skor kedua subjek meningkat secara bertahap. Subjek 1 mencapai skor 105 dan Subjek 2 mencapai skor 111 pada sesi terakhir. Analisis visual menunjukkan kecenderungan peningkatan pada fase intervensi, perubahan level yang positif, serta persentase *overlap* 0% pada kedua subjek. Berdasarkan temuan tersebut, konseling individu menggunakan teknik kursi kosong efektif dalam mengatasi *inner child* pada kedua mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Teknik ini dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling bagi mahasiswa yang mengalami konflik emosional atau pengalaman masa lalu yang belum terselesaikan.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah subjek yang lebih banyak, menggunakan desain penelitian dengan kontrol yang lebih kuat, dan menambahkan pengukuran tindak lanjut untuk melihat keberlangsungan perubahan setelah intervensi berakhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, K., & Wulan, N. (2023). Pengalaman trauma masa kecil dan eksplorasi *inner child* pada mahasiswa keperawatan STIKes Kuningan: Studi fenomenologi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(1), 33–40. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.684>
- Akbar, M. (2024). Upaya mengatasi rasa tidak percaya diri siswa korban bullying melalui teknik kursi kosong dalam konseling individu di SMP Negeri 8 Kota Jambi [Skripsi, Universitas Jambi].
- Arifin, A. A., Ummah, D. M., Achmad, F., & Puspita, R. (2022). Penerapan teknik kursi kosong untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa MAN 1 Kota Ternate. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 5(2), 81. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v5i2.1526>
- Astriani, D., Puspasari, K. D., Purwaningrum, D., Lestari, A. A., & Nisa', A. R. (2023). Memperbaiki hubungan interpersonal dalam keluarga pada individu dengan *unfinished business* melalui teknik *empty chair*. *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies*, 3(3), 115–122. <https://doi.org/10.28926/sinda.v3i3.1140>
- Astuti, G., & Haq, A. F. (2025). Keterkaitan antara *inner child* dan kematangan emosi pada individu di masa *emerging adulthood*. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 20(2), 155–167. <https://doi.org/10.30659/jp.20.2.155-167>
- Awad, F. B., Shaleh, M., Rezki, A., & Jufra, A. A. (2024). Navigating diverse career paths: Students' perception on career counseling need in Islamic universities. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 68–74. <https://doi.org/10.17977/um001v9i12024p68-74>





- Barida, M., Nurchairunnissa, G., Saputra, W. N. E., Setyowati, A., Ediyanto, & Atmoko, A. (2024). Effectiveness of group guidance with group investigation learning model to develop students' assertiveness. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 18–25. <https://doi.org/10.17977/um001v9i12024p18-25>
- Dewi, E. M. P., Putri, R. F. D., Sulistiawati, S., Musdalifa, M., Syam, U., Safaruddin, N. U., & Dwianri, N. J. P. (2023). Mengenali *inner child* untuk berdamai dengan luka masa kecil. *Madaniya*, 4(2), 640. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/jurnal/view/18972>
- Hidayah, N., & Daulay, A. A. (2023). Analisis tingkat kepercayaan diri mahasiswa yang curhat di media sosial. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 8(1), 33–38. <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JBKI/article/view/4296>
- Hidayah, N. N., Hasan, H., Rasido, I., & Puswiartika, D. (2025). The effect of self-instruction techniques to reducing academic anxiety on gifted children. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 12(2), 219–226. <https://doi.org/10.24042/t7ph6n57>
- Hidayatullah, H. T., Setiyowati, A. J., Simon, I. M., Indriyati, R., & Mattingly, M. T. (2024). Psychological dynamics among adolescents with self-harm behavior based on rational emotive behavior therapy. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 122–137. <https://doi.org/10.17977/um001v9i22024p122-137>
- Krysik, J. L. (2018). Overlap. In *Research for effective social work practice*. <https://doi.org/10.4324/9781315744384-4>
- Nurhidayat, A. I., Mulawarman, & Sunawan. (2024). Group counseling with motivational interviewing approach to enhance intrinsic motivation and academic engagement. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 89–99. <https://doi.org/10.17977/um001v9i22024p89-99>
- Putri, I. S., Hasan, H., Puswiartika, D., & Fitriani, D. (2025). Individual counseling using cognitive restructuring techniques to reducing nomophobic behavior. *Jurnal Edukasi Sosial*, 9(6), 6187–6196. <https://jes.ejournal.unri.ac.id/index.php/JES/article/view/1401>
- Rahman, D. H., Hotifah, Y., Simon, I. M., Kuha, A., & Fathorrazi, A. (2024). The organization of irrational beliefs in academic burnout. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 10–17. <https://doi.org/10.17977/um001v9i12024p10-17>
- Ramli, M., Saputra, N. M. A., & Muhayani, U. (2024). Cultural intelligence profile of junior high school counsellors and its implication on multicultural counseling. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 47–54. <https://doi.org/10.17977/um001v9i12024p47-54>
- Sjeh, U. I. N., Djambek, M. D., Satria, I. B., Fauzan, R. T., Syam, H., Jl, A., Aua, G., Putiah, K., Banuhampu, K., & Bukittinggi, K. (2025). Mengenal *inner child*: Jejak masa lalu yang membentuk kepribadian. *Jurnal Ilmu Riset Sosial*, 2(2), 606–619. <https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jirs/article/view/5714>
- Suarno, A., Umar, N. F., & Amirullah, M. (2025). Penerapan teknik kursi kosong untuk mereduksi *burnout* akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 49 Makassar. *Jurnal Interdisipliner*, 1(5), 1–8. <https://www.eksopoda-publisher.com/index.php/JUNTER/article/view/228>
- Surianti, S. (2022). *Inner child*: Memahami dan mengatasi luka masa kecil. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 10–18. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1239>



- Suryaman, N. T., & Karneli, Y. (2020). Studi kasus: Konseling teknik *empty chair* dan *reframing* dalam mengatasi masalah kedukaan dan *unfinished business*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 101(2), 101–111. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42420>
- Utami, S., Razzaq, A., & Marianti, L. (2024). Penerapan teknik kursi kosong dalam mereduksi *toxic relationship* (studi kasus klien “P”). *Journal of Society Counseling*, 2(1), 50–55. <https://doi.org/10.59388/josc.v2i1.498>
- Wulandari, N. S., Netrawati, & Ardi, Z. (2024). Overcoming aggressive behavior of bullies through Gestalt counseling approach empty chair technique for students of Islamic boarding schools. *Quality: Journal of Education, Arabic and Islamic Studies*, 2(3), 247–253. <https://doi.org/10.58355/qwt.v2i3.73>
- Yani. (2024). Efektivitas layanan konseling individual pendekatan psikoanalisis klasik untuk menurunkan kecemasan akademik siswa IQ superior. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 9(1), 53–62. <https://doi.org/10.26737/jbki.v9i1.5592>
- Zamira, T., & Suharso, P. L. (2024). Goal commitment as mediator of relationship between emotional intelligence and career decision difficulties among vocational high school students. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 36–46. <https://doi.org/10.17977/um001v9i12024p36-46>