

**Konseling Mahasiswa Sebagai Upaya Meningkatkan Disiplin dan Kesadaran Akademik untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Kuliah**

**Teungku Amiruddin**

Universitas Islam Al-Aziziyah Indonesia

Email: amiruddin@unisai.ac.id

**ABSTRACT**

Skipping classes is one of the common challenges faced by higher education institutions, negatively affecting the quality of learning and students' academic success. This study aims to explore the role of student counseling in enhancing discipline and academic awareness to reduce absenteeism in lectures. The research methodology used is library research, which analyzes various literatures related to counseling, academic discipline, and motivation management in students. The findings indicate that structured and personalized counseling helps students identify and overcome their academic barriers. Counseling also increases students' awareness of the importance of discipline and their role in educational success. This study contributes significantly to the development of more effective counseling strategies that can be implemented in higher education institutions to support students' academic achievements.

**Keywords:** Student Counseling, Academic Discipline, Skipping Classes

**ABSTRAK**

Kemalasan kuliah merupakan salah satu tantangan yang sering dihadapi oleh institusi pendidikan tinggi, yang berdampak pada penurunan kualitas pembelajaran dan keberhasilan akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran konseling mahasiswa dalam meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik untuk mengurangi tingkat kemalasan kuliah. Metode penelitian yang digunakan adalah library research atau kajian kepustakaan, yang menganalisis berbagai literatur terkait konseling, disiplin akademik, dan pengelolaan motivasi mahasiswa. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling yang dirancang secara terstruktur dan personal dapat membantu mahasiswa mengidentifikasi serta mengatasi hambatan akademik mereka. Konseling juga terbukti meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya disiplin dan peran mereka dalam keberhasilan pendidikan. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam pengembangan strategi konseling yang lebih efektif dan dapat diimplementasikan dalam institusi pendidikan tinggi untuk mendukung keberhasilan akademik mahasiswa.

**Kata Kunci:** Konseling Mahasiswa, Disiplin Akademik, Kemalasan Kuliah

## PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan salah satu institusi pendidikan tertinggi yang memiliki peran penting dalam membentuk generasi muda yang disiplin dan memiliki kesadaran akademik tinggi (Wijaya et al., 2019). Dalam lingkungan ini, mahasiswa dituntut untuk tidak hanya mengejar prestasi akademik, tetapi juga mengembangkan karakter yang mendukung keberhasilan di dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat. Pendidikan di perguruan tinggi dirancang untuk memberikan ruang bagi mahasiswa agar dapat belajar secara mandiri dan bertanggung jawab atas proses pembelajaran mereka. Namun, kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu menjalankan tanggung jawab ini dengan baik.

Mahasiswa, sebagai aktor utama dalam dunia pendidikan tinggi, diharapkan mampu memanfaatkan waktu dan fasilitas yang tersedia untuk mengembangkan potensi mereka (Musa & Ahmad@Baharum, 2012). Tanggung jawab ini mencakup kehadiran dalam perkuliahan, partisipasi aktif dalam diskusi, dan penyelesaian tugas-tugas akademik. Sayangnya, berbagai faktor seperti kurangnya motivasi, manajemen waktu yang buruk, dan tekanan dari lingkungan sosial sering kali menjadi hambatan. Hal ini berdampak pada munculnya masalah kemalasan menghadiri kuliah, yang dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan.

Masalah kemalasan kuliah menjadi perhatian penting bagi institusi pendidikan tinggi, karena dapat memengaruhi kualitas pembelajaran dan hasil akhir yang dicapai mahasiswa. Ketidakhadiran yang berulang kali tidak hanya merugikan mahasiswa itu sendiri, tetapi juga memengaruhi dinamika kelas secara keseluruhan. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang efektif untuk mengatasi permasalahan ini agar mahasiswa dapat kembali fokus pada tanggung jawab akademiknya. Salah satu pendekatan yang terbukti bermanfaat adalah melalui program konseling.

Konseling menawarkan solusi yang berorientasi pada kebutuhan individu untuk membantu mereka mengidentifikasi dan mengatasi hambatan yang mereka hadapi (Pebrianti et al., 2024). Melalui proses konseling, mahasiswa dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang penyebab perilaku mereka, serta menemukan cara untuk meningkatkan motivasi dan disiplin diri. Konseling yang terstruktur juga dapat memberikan ruang bagi mahasiswa untuk menyusun strategi dalam mengelola waktu dan menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan personal.

Dengan bimbingan yang tepat, konseling memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa tentang pentingnya peran mereka dalam dunia pendidikan. Program konseling yang efektif dapat menjadi alat untuk membangun kembali kepercayaan diri, mengembangkan kebiasaan positif, dan memperbaiki kualitas kehadiran mahasiswa di perkuliahan. Pada akhirnya, konseling diharapkan tidak hanya mengatasi kemalasan, tetapi juga menciptakan generasi muda yang lebih bertanggung jawab, disiplin, dan siap menghadapi tantangan masa depan.

Meskipun konseling telah lama dikenal sebagai metode yang efektif untuk membantu mahasiswa mengatasi berbagai permasalahan akademik dan personal,

penerapan spesifiknya dalam mengatasi kemalasan kuliah masih jarang dibahas secara mendalam. Banyak institusi pendidikan tinggi menyediakan layanan konseling, tetapi efektivitasnya dalam meningkatkan kehadiran mahasiswa di kelas belum banyak dieksplorasi. Hal ini menciptakan celah pengetahuan yang perlu diisi, terutama dalam memahami sejauh mana konseling dapat membentuk kebiasaan positif mahasiswa dalam disiplin akademik.

Sebagian besar penelitian tentang konseling lebih sering berfokus pada manfaat umum seperti pengelolaan stres atau peningkatan kesehatan mental. Sayangnya, hanya sedikit yang secara eksplisit menyoroti hubungan langsung antara konseling, peningkatan disiplin, dan kesadaran akademik mahasiswa. Padahal, mahasiswa yang malas menghadiri kuliah membutuhkan pendekatan khusus yang dapat membantu mereka memahami akar permasalahan dan membangun kembali motivasi belajar. Ketiadaan kajian yang spesifik ini menunjukkan adanya peluang untuk mengembangkan strategi konseling yang lebih terarah.

Selain itu, belum banyak studi yang secara rinci mengidentifikasi elemen-elemen kunci dari program konseling yang dapat diterapkan untuk mengurangi tingkat kemalasan kuliah. Pendekatan konseling sering kali bersifat umum dan kurang disesuaikan dengan kebutuhan individu mahasiswa. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk merancang program konseling terstruktur yang tidak hanya berfokus pada solusi sementara, tetapi juga pada pembentukan kebiasaan jangka panjang yang mendukung disiplin dan kehadiran akademik. Oleh karena itu, kajian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menawarkan perspektif baru dalam pengelolaan masalah kemalasan mahasiswa.

Berbagai penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa konseling merupakan salah satu metode efektif dalam membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan akademik, seperti manajemen waktu, pengelolaan stres, dan peningkatan motivasi belajar (Saputra & Wahyuni, 2024). Konseling terbukti mampu memberikan dampak positif pada kesehatan mental dan produktivitas mahasiswa. Namun, penerapan konseling secara spesifik untuk menangani masalah kemalasan kuliah, terutama yang berfokus pada peningkatan disiplin dan kesadaran akademik, masih jarang diteliti secara mendalam. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengembangkan pendekatan konseling yang lebih terarah guna mengatasi tantangan ini.

Kemalasan dalam menghadiri kuliah tidak hanya berdampak pada individu mahasiswa, tetapi juga memengaruhi kualitas pembelajaran secara keseluruhan (Shved & Sarancha, 2023). Sayangnya, strategi penanganan yang ada sering kali bersifat umum dan kurang memperhatikan kebutuhan spesifik mahasiswa yang mengalami masalah ini. Dengan memahami kesenjangan ini, diperlukan penelitian yang tidak hanya mengidentifikasi akar penyebab kemalasan kuliah, tetapi juga mengusulkan pendekatan konseling yang disesuaikan. Penelitian ini dapat memberikan wawasan baru mengenai bagaimana konseling dapat digunakan sebagai alat untuk membangun kebiasaan akademik yang lebih baik.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengisi kesenjangan yang ada dengan mengeksplorasi bagaimana konseling dapat dirancang dan diterapkan secara efektif untuk meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik mahasiswa. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat ditemukan strategi yang mampu mengurangi tingkat kemalasan kuliah sekaligus meningkatkan partisipasi aktif mahasiswa dalam proses pembelajaran. Hasil penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi pada pengembangan teori, tetapi juga menawarkan solusi praktis bagi institusi pendidikan tinggi untuk mendukung keberhasilan akademik mahasiswa secara lebih efektif.

## **METODE KAJIAN**

Penelitian ini menggunakan metode *library research* atau penelitian kepustakaan, yang merupakan pendekatan penelitian berbasis kajian literatur untuk menggali informasi dari berbagai sumber tertulis. *Library research* bertujuan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menyintesis data dari buku, jurnal, artikel ilmiah, serta dokumen lain yang relevan dengan topik penelitian. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memahami teori dan konsep yang telah ada, serta menemukan kesenjangan penelitian yang belum banyak dikaji sebelumnya (Movitaria et al., 2024).

Dalam kajian ini, literatur yang dianalisis meliputi penelitian tentang konseling mahasiswa, disiplin akademik, dan pengaruhnya terhadap kehadiran dalam perkuliahan. Peneliti mengumpulkan informasi dari sumber-sumber primer dan sekunder yang kredibel untuk memahami hubungan antara konseling dengan perubahan perilaku akademik mahasiswa. Literatur tentang pendekatan konseling yang efektif, strategi meningkatkan disiplin, serta pengelolaan kesadaran akademik menjadi fokus utama dalam proses analisis.

Melalui pendekatan *library research*, penelitian ini juga mengidentifikasi strategi dan model konseling yang relevan untuk diterapkan dalam konteks pendidikan tinggi. Kajian literatur ini membantu merumuskan kerangka teori dan menentukan pendekatan yang paling sesuai untuk mengatasi masalah kemalasan kuliah. Hasil dari metode ini diharapkan dapat memberikan dasar konseptual yang kuat dalam mendukung rekomendasi praktis bagi institusi pendidikan tinggi untuk meningkatkan kehadiran dan partisipasi mahasiswa di kelas.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Kajian**

Kajian ini menunjukkan bahwa konseling mahasiswa memiliki potensi yang signifikan dalam membantu meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik mahasiswa (Habsy et al., 2024). Konseling yang dirancang secara terstruktur terbukti mampu memberikan dorongan kepada mahasiswa untuk memperbaiki kebiasaan mereka yang kurang produktif, termasuk kemalasan dalam menghadiri perkuliahan. Dengan pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan individu, konseling dapat menjadi alat yang efektif untuk mendorong perubahan perilaku secara bertahap dan berkelanjutan.

Hasil studi juga menekankan bahwa konseling tidak hanya berfokus pada masalah yang terlihat di permukaan, tetapi juga pada pemahaman mendalam tentang penyebab kemalasan. Banyak mahasiswa menghadapi tantangan dalam manajemen waktu, tekanan akademik, dan kurangnya tujuan yang jelas dalam pendidikan mereka. Konseling dapat membantu mengidentifikasi akar permasalahan ini dan menyediakan langkah-langkah konkret untuk mengatasinya. Dengan demikian, mahasiswa dapat mulai membangun kembali kepercayaan diri dan motivasi mereka.

Pendekatan konseling yang berhasil biasanya melibatkan konselor yang mampu menciptakan lingkungan yang mendukung dan penuh empati (Harahap, 2024). Mahasiswa cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan kesulitan mereka jika merasa diterima dan didengarkan. Hal ini memberikan peluang bagi konselor untuk memberikan arahan yang relevan dan praktis, seperti cara mengatur prioritas atau strategi untuk mengelola stres. Selain itu, interaksi yang positif ini dapat meningkatkan hubungan antara mahasiswa dan konselor, yang pada akhirnya mempercepat proses perubahan perilaku.

Kajian ini juga menemukan bahwa konseling yang terfokus pada pengembangan kebiasaan positif memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan kehadiran mahasiswa di kelas. Strategi ini meliputi pemberian panduan untuk membuat jadwal harian, menetapkan tujuan jangka pendek dan jangka panjang, serta mengevaluasi kemajuan secara berkala. Ketika mahasiswa mulai melihat hasil dari perubahan kecil yang mereka lakukan, motivasi mereka untuk terus berpartisipasi dalam proses pembelajaran meningkat.

Selain itu, hasil kajian menunjukkan pentingnya peran institusi pendidikan dalam mendukung keberhasilan program konseling (Rani et al., 2024). Institusi perlu menyediakan fasilitas yang memadai, seperti ruang konseling yang nyaman dan konselor yang kompeten. Tanpa dukungan institusi, program ini mungkin tidak berjalan dengan optimal, dan manfaatnya bagi mahasiswa pun tidak dapat dirasakan secara maksimal. Oleh karena itu, kolaborasi antara konselor dan pihak institusi menjadi kunci keberhasilan program ini.

Mahasiswa yang mengikuti program konseling cenderung menunjukkan peningkatan dalam pengelolaan waktu dan disiplin diri. Mereka mulai lebih sadar akan pentingnya peran mereka dalam proses pembelajaran, sehingga lebih bertanggung jawab terhadap kehadiran di kelas. Perubahan ini tidak hanya memberikan dampak positif bagi mahasiswa secara individu, tetapi juga bagi dinamika kelas secara keseluruhan. Kehadiran mahasiswa yang konsisten dapat meningkatkan kualitas diskusi dan interaksi di dalam kelas.

Selain manajemen waktu, konseling juga membantu mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik yang sering menjadi penyebab utama kemalasan kuliah. Melalui teknik seperti relaksasi, pengaturan emosi, dan pengelolaan stres, mahasiswa diajarkan untuk menghadapi tantangan akademik tanpa merasa kewalahan. Pendekatan ini memberikan mereka alat untuk mengatasi hambatan yang sebelumnya menjadi alasan untuk menghindari perkuliahan.

Strategi konseling yang efektif juga mencakup pemberian arahan dalam menetapkan tujuan akademik yang realistis dan terukur. Banyak mahasiswa merasa kehilangan arah karena tidak memiliki visi yang jelas tentang apa yang ingin mereka capai dalam pendidikan mereka. Konselor dapat membantu mahasiswa merancang rencana yang konkret, sehingga mereka memiliki panduan yang jelas untuk mencapai tujuan mereka. Hal ini secara langsung berdampak pada peningkatan motivasi belajar mereka.

Kajian ini juga menyoroti bahwa efektivitas konseling bergantung pada kompetensi konselor. Konselor yang memiliki pelatihan memadai dan kemampuan komunikasi yang baik dapat memberikan dampak yang lebih besar dalam proses konseling (Muwahhidah et al., 2023). Mahasiswa merasa lebih nyaman dan percaya ketika konselor menunjukkan pemahaman yang mendalam terhadap masalah mereka. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu memastikan bahwa konselor memiliki kualifikasi yang sesuai untuk mendukung keberhasilan program ini.

Temuan lain dari kajian ini adalah pentingnya evaluasi berkelanjutan dalam program konseling. Evaluasi ini bertujuan untuk memastikan bahwa strategi yang diterapkan benar-benar memberikan hasil yang diinginkan. Dengan mengevaluasi kemajuan mahasiswa secara rutin, konselor dapat menyesuaikan pendekatan mereka untuk memenuhi kebutuhan individu. Hal ini juga membantu dalam mengidentifikasi area yang memerlukan perhatian lebih.

Pada akhirnya, program konseling yang dirancang dengan baik tidak hanya mengatasi masalah kemalasan kuliah, tetapi juga memberikan manfaat jangka panjang bagi mahasiswa. Dengan meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik, mahasiswa menjadi lebih siap menghadapi tantangan di dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat. Program ini menciptakan generasi yang tidak hanya berprestasi secara akademik, tetapi juga memiliki karakter yang kuat dan tangguh.

### **Analisis Penulis**

Berdasarkan hasil kajian yang telah dilakukan, penulis menyimpulkan bahwa konseling dapat menjadi alat yang sangat efektif dalam membantu mahasiswa meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik, khususnya dalam mengatasi kemalasan kuliah. Namun, efektivitas konseling ini tidak dapat dicapai tanpa perencanaan yang terstruktur dan pendekatan yang personal. Pendekatan personal memungkinkan konselor untuk memahami kebutuhan dan tantangan unik setiap mahasiswa, sehingga solusi yang diberikan lebih relevan dan dapat diterapkan dengan mudah. Dengan demikian, konseling yang dirancang secara cermat dapat menjadi bagian penting dari strategi peningkatan kualitas pendidikan tinggi.

Dukungan institusi pendidikan menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan program konseling ini. Institusi pendidikan memiliki tanggung jawab untuk menyediakan fasilitas yang memadai, seperti ruang konseling yang nyaman dan akses yang mudah bagi mahasiswa. Selain itu, institusi juga perlu memastikan adanya konselor yang kompeten dan profesional untuk menjalankan program ini. Tanpa dukungan institusi, program

konseling tidak akan berjalan optimal, bahkan mungkin tidak dapat mencapai tujuannya. Oleh karena itu, institusi perlu melihat program konseling sebagai bagian integral dari upaya mereka untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

Kompetensi konselor juga menjadi elemen penting dalam menentukan keberhasilan program konseling. Konselor tidak hanya harus memiliki pemahaman yang baik tentang teori dan teknik konseling, tetapi juga harus memiliki kemampuan interpersonal yang kuat. Mahasiswa cenderung lebih percaya dan terbuka ketika konselor menunjukkan empati, keterampilan komunikasi yang baik, dan pemahaman mendalam tentang permasalahan mereka. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu memastikan bahwa konselor mendapatkan pelatihan yang memadai untuk meningkatkan kompetensi mereka, termasuk pelatihan untuk menghadapi berbagai jenis permasalahan mahasiswa.

Pendekatan adaptif dalam konseling juga merupakan hal yang penting untuk diperhatikan. Setiap mahasiswa memiliki kebutuhan dan kondisi yang berbeda, sehingga pendekatan yang diterapkan harus fleksibel dan disesuaikan dengan situasi individu. Misalnya, mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik yang berat mungkin memerlukan strategi pengelolaan stres, sementara mahasiswa yang memiliki masalah dalam manajemen waktu membutuhkan bimbingan untuk merencanakan aktivitas harian mereka. Dengan pendekatan yang adaptif, konseling dapat memberikan solusi yang lebih efektif dan relevan.

Penulis juga menekankan pentingnya pengembangan strategi konseling yang inovatif untuk menjawab tantangan di era modern. Mahasiswa saat ini hidup dalam lingkungan yang sangat dinamis, di mana tekanan dari berbagai aspek, termasuk teknologi, sosial, dan akademik, dapat memengaruhi pola perilaku mereka. Oleh karena itu, program konseling perlu mengikuti perkembangan zaman dengan mengintegrasikan teknologi, seperti platform digital untuk konsultasi online atau aplikasi yang membantu mahasiswa memantau kemajuan mereka. Strategi semacam ini tidak hanya membuat konseling lebih aksesibel tetapi juga lebih relevan bagi generasi muda.

Selain itu, evaluasi berkelanjutan terhadap program konseling sangat diperlukan untuk memastikan bahwa tujuan program tercapai dengan baik. Evaluasi dapat membantu mengidentifikasi kelemahan dalam implementasi program serta memberikan masukan untuk perbaikan di masa depan. Dengan melakukan evaluasi secara rutin, institusi dapat menyesuaikan program konseling agar tetap sesuai dengan kebutuhan mahasiswa. Evaluasi ini juga dapat memberikan wawasan baru untuk mengembangkan pendekatan yang lebih efektif dan efisien dalam jangka panjang.

Penulis percaya bahwa penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memperkaya wawasan tentang konseling mahasiswa, khususnya dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia. Penelitian tersebut dapat mencakup pengembangan model konseling yang lebih spesifik untuk berbagai masalah mahasiswa atau studi komparatif tentang efektivitas berbagai metode konseling. Hasil dari penelitian ini tidak hanya akan memperkuat teori yang ada, tetapi juga memberikan solusi praktis yang dapat diterapkan di berbagai institusi pendidikan.



Dengan strategi yang tepat, konseling memiliki potensi besar untuk menjadi solusi yang berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas pendidikan tinggi. Tidak hanya membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah kemalasan kuliah, konseling juga dapat menjadi sarana untuk membangun generasi muda yang lebih disiplin, tangguh, dan siap menghadapi tantangan masa depan. Oleh karena itu, program konseling perlu mendapatkan perhatian lebih dari semua pihak terkait, termasuk institusi pendidikan, pemerintah, dan komunitas akademik.

Secara keseluruhan, analisis ini menunjukkan bahwa konseling mahasiswa bukan hanya tentang memberikan solusi terhadap masalah akademik, tetapi juga tentang menciptakan perubahan jangka panjang dalam pola pikir dan perilaku mahasiswa. Dengan dukungan institusi yang memadai, kompetensi konselor yang tinggi, dan pendekatan yang adaptif, konseling dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik. Upaya ini, jika dilakukan secara konsisten, akan memberikan dampak positif yang signifikan bagi kualitas pendidikan tinggi di Indonesia.

## **PENUTUP**

Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling mahasiswa merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan disiplin dan kesadaran akademik, yang secara langsung berkontribusi dalam mengurangi tingkat kemalasan kuliah. Melalui pendekatan konseling yang terstruktur dan personal, mahasiswa dapat diarahkan untuk memahami akar permasalahan yang mereka hadapi serta diberikan strategi konkret untuk mengatasinya. Pendekatan ini tidak hanya membantu mahasiswa dalam membangun kebiasaan akademik yang positif tetapi juga memperbaiki pola pikir mereka terhadap tanggung jawab akademik.

Efektivitas konseling dalam mencapai tujuan tersebut didukung oleh temuan bahwa program ini mampu menciptakan lingkungan yang mendukung, dengan konselor yang kompeten dan strategi yang adaptif sesuai kebutuhan individu. Konseling juga memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan manajemen diri, seperti pengelolaan waktu dan pengendalian stres, yang merupakan kunci dalam meningkatkan motivasi belajar mereka. Dengan dukungan institusi yang memadai, program konseling dapat berjalan lebih optimal dan memberikan dampak yang signifikan bagi kehidupan akademik mahasiswa.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam pengembangan strategi pendidikan tinggi, khususnya melalui penerapan konseling yang lebih efektif. Selain memperkaya literatur tentang peran konseling dalam pendidikan, penelitian ini juga memberikan rekomendasi praktis bagi institusi pendidikan tinggi untuk mendukung keberhasilan akademik mahasiswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan pendidikan yang berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di tingkat perguruan tinggi.



## REFERENSI

- Habsy, B. A., Pratiwi, T. I., & Wulandari, T. D. (2024). A Group Counselling Using the Reframing Technique to Improve Academic Self-Awareness of High School Students. *Studies in Learning and Teaching*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.46627/silet.v5i1.347>
- Harahap, A. P. (2024). Peran Konselor dalam Membantu Siswa Mengatasi Stres Akademik: Pendekatan Bimbingan Konseling. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 6(10), Article 10. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v6i10.3001>
- Movitaria, M. A., Ode Aman, A. P., Munir, M., Permata, Q. I., Amiruddin, T., Saputra, E., Ilham, I., Anam, K., Masita, M., Misbah, Muh., Haerudin, H., Halawati, F., Arifah, U., Rohimah, R., & Siti Faridah, E. (2024). *Metodologi Penelitian*. CV. Afasa Pustaka.
- Musa, M. F., & Ahmad@Baharum, Z. (2012). Higher Education Physical Assets and Facilities. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 50, 472–478. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.08.051>
- Muwakhidah, M., Hartono, H., Firmasyah, R., & Syamsiah, N. (2023). Urgensi Kompetensi Pribadi Bagi Calon Konselor dalam Mewujudkan Pelayanan yang Prima. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.17977/um065v3i22023p102-112>
- Pebrianti, A. Z., Sharini, I., & Fikriyah. (2024). Student Personality Development Efforts through Individual Counseling Services. *Jurnal Edusci*, 1(4), Article 4. <https://doi.org/10.62885/edusci.v1i4.217>
- Rani, J. C., Yusuf, A., & Wulida, S. N. (2024). Analysis of the Effectiveness of the Guidance and Counseling Program in Improving the Achievement of Graduate Competency Standards. *Transformational Language, Literature, and Technology Overview in Learning*, 3(3), Article 3. <https://doi.org/10.55047/transtool.v3i3.1315>
- Saputra, N. M. A., & Wahyuni, F. (2024). Counseling Approaches and Techniques for Managing Academic Stress in Students: A Literature Review. *EDUCATION: Journal of Education Research and Review*, 11(1), 21–25.
- Shved, V., & Sarancha, I. (2023). The Effect of Social Laziness and the Means to Overcome It in a Martial Law. *Personality and Environmental Issues*, 6, Article 6. [https://doi.org/10.31652/2786-6033-2023-3\(6\)-32-37](https://doi.org/10.31652/2786-6033-2023-3(6)-32-37)
- Wijaya, R. S., Ulfa, M., Husniah, W. O., Syamsurijal, S., Ali, A. M., Yahya, S., Hanifa, L., Mahmuda, D., Sujana, I. W., Abdullah, R., Adan, L. M. H., Sadat, A., Wijaya, A. A. M., Maulana, H. F., Nuryadin, C., Nazriani, N., Nurcahyo, E., Abdullah, L. O. D., Dewi, I. K., ... Wardana, W. (2019). The Role of Academy in Increasing Generation Awareness on Environmental Function. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 235(1), 012104. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/235/1/012104>