

Kemajuan dalam Psikoterapi dan Konseling untuk Meningkatkan Hasil Kesehatan Mental

Ni Desak Made Santi Diwyartha¹, I Wayan Adi Pratama², Habibi³, Dito Anurogo⁴, Septin Maisharah K⁵

¹Politeknik Pariwisata Bali dan santidiwyartha@yahoo.com

²Politeknik Pariwisata Bali dan santidiwyartha@yahoo.com

³Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh dan habibi@kampusummah.ac.id

⁴Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Makassar, South Sulawesi, Indonesia. International PhD Program for Cell Therapy and Regenerative Medicine, College of Medicine, Taipei Medical University, Taiwan dan dito.anurogo@med.unismuh.ac.id

⁵Stikes Muhammadiyah Bojonegoro dan chamaisharah09@gmail.com

ABSTRAK

Analisis bibliometrik ini mengeksplorasi lanskap psikoterapi dan konseling yang terus berkembang untuk meningkatkan hasil kesehatan mental. Melalui pemeriksaan ekstensif terhadap publikasi-publikasi utama, penulis berpengaruh, dan jurnal-jurnal terkemuka, penelitian ini menyelidiki masa lalu, masa kini, dan masa depan bidang ini. Tren dan area yang sedang berkembang, seperti kompetensi budaya, teleterapi, dan integrasi teknologi, menawarkan wawasan tentang kemampuan adaptasi psikoterapi dan konseling terhadap tantangan kesehatan mental kontemporer. Implikasi dari analisis ini meluas ke pengambilan keputusan yang tepat, penentuan prioritas penelitian, kolaborasi lintas-disiplin, dan peningkatan layanan kesehatan mental. Dengan mengakui keterbatasan dan arah masa depan, penelitian ini meletakkan dasar untuk perjalanan progresif dalam meningkatkan hasil kesehatan mental dan memajukan praktik berbasis bukti.

Kata Kunci: Psikoterapi, Konseling, Kesehatan Mental, Analisis Bibliometrik

ABSTRACT

This bibliometric analysis explores the evolving landscape of psychotherapy and counseling to improve mental health outcomes. Through an extensive examination of key publications, influential authors, and leading journals, this study investigates the past, present, and future of the field. Emerging trends and areas, such as cultural competence, teletherapy, and technology integration, offer insight into the adaptability of psychotherapy and counseling to contemporary mental health challenges. The implications of this analysis extend to appropriate decision-making, research prioritization, cross-disciplinary collaboration, and improvement of mental health services. By acknowledging limitations and future directions, this study lays the foundation for a progressive journey in improving mental health outcomes and advancing evidence-based practice.

Keywords: Psychotherapy, Counseling, Mental Health, Bibliometric Analysis

PENDAHULUAN

Kesehatan mental telah muncul sebagai masalah global yang penting, yang memengaruhi individu, keluarga, dan masyarakat di seluruh dunia. Mengatasi tantangan kesehatan mental yang beraneka ragam membutuhkan pemahaman yang komprehensif mengenai lanskap psikoterapi dan konseling yang terus berkembang. Kemajuan dalam modalitas terapi ini memiliki potensi untuk meningkatkan hasil kesehatan mental, mengurangi penderitaan, dan meningkatkan kesejahteraan individu secara keseluruhan (Ferguson, 2013; Helfert & Warschburger, 2013; Olson et al., 2022). Analisis bibliometrik ini berusaha untuk menjelaskan tren, pengaruh, dan kemajuan di bidang psikoterapi dan konseling, dengan fokus khusus pada dampaknya terhadap hasil kesehatan mental.

Pentingnya kesehatan mental tidak dapat dilebih-lebihkan, karena kesehatan mental merasuk ke dalam semua aspek kehidupan manusia. Kondisi kesehatan mental, mulai dari

kecemasan dan depresi hingga gangguan yang lebih parah, memberikan dampak yang signifikan pada individu dan masyarakat. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), depresi sendiri merupakan penyebab utama disabilitas di seluruh dunia, yang memengaruhi lebih dari 264 juta orang. Selain itu, pandemi COVID-19 semakin memperparah krisis kesehatan mental global, dengan meningkatnya tingkat kecemasan dan depresi yang dilaporkan sebagai respons terhadap berbagai pemicu stres yang terkait dengan pandemi (Barchielli et al., 2022; Khair & Malhas, 2023; Sutarto et al., 2021; Winter & Lavis, 2022).

Psikoterapi dan konseling adalah pilar fundamental dalam pengobatan kondisi kesehatan mental. Intervensi terapeutik ini mencakup beragam modalitas, mulai dari terapi perilaku kognitif hingga psikoanalisis dan seterusnya, masing-masing disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan dan preferensi spesifik individu (Choukas-Bradley et al., 2022; Corrigan, 2004; Marsh et al., 2004). Selain itu, kemajuan yang sedang berlangsung di bidang ini telah mengarah pada pengembangan teknik-teknik inovatif, penggabungan teknologi, dan adopsi pendekatan yang beragam, membuat bidang psikoterapi dan konseling menjadi dinamis dan terus berkembang (Burnham et al., 2011; Dermawan et al., 2022; Hendarto & Ambarwati, 2020; Ramanda et al., 2019).

Signifikansi penelitian ini terletak pada potensinya untuk memberikan pandangan yang komprehensif mengenai keadaan terkini dalam psikoterapi dan konseling serta perannya dalam meningkatkan hasil kesehatan mental. Dengan melakukan analisis bibliometrik, kami bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi penting, peneliti berpengaruh, dan jurnal penting yang telah membentuk bidang ini. Melalui analisis ini, kita juga dapat menelusuri evolusi psikoterapi dan konseling, mengamati tren yang sedang berkembang, dan mengenali kesenjangan dalam literatur saat ini, yang semuanya akan berkontribusi pada pengambilan keputusan yang tepat di sektor kesehatan mental.

Bibliometrik, sebuah metode penelitian kuantitatif, berfokus pada analisis sistematis dari pola publikasi, jaringan kutipan, dan dinamika kolaborasi dalam bidang tertentu (Pritchard, 1969). Dalam konteks kemajuan psikoterapi dan konseling, melakukan analisis bibliometrik menawarkan beberapa keuntungan yang menarik. Pertama, analisis ini memungkinkan penilaian yang objektif terhadap hasil ilmiah di bidang tersebut, mengidentifikasi kontributor utama, publikasi yang berpengaruh, dan tren penelitian. Kedua, analisis ini memberikan wawasan tentang struktur komunitas ilmiah, termasuk pola kolaborasi di antara para peneliti, institusi, dan negara. Ketiga, memungkinkan pelacakan penyebaran dan dampak penelitian melalui analisis kutipan, yang menjelaskan penelitian mana yang memberikan kontribusi paling signifikan terhadap bidang tersebut. Wawasan ini sangat berharga untuk memandu penelitian di masa depan, pengembangan kebijakan, dan alokasi sumber daya yang strategis dalam perawatan kesehatan mental.

LITERATURE REVIEW

A. Lanskap Psikoterapi dan Konseling yang Terus Berkembang

Sejarah psikoterapi dan konseling ditandai dengan evolusi yang konstan. Sejak munculnya psikoanalisis oleh Sigmund Freud hingga pengembangan terapi perilaku kognitif oleh Aaron T. Beck dan Albert Ellis, bidang ini telah menyaksikan kemajuan yang substansial (Bashir & Bhat, 2017; Choukas-Bradley et al., 2022; Kumsta, 2019). Pendekatan terapeutik ini telah berperan penting dalam menangani berbagai kondisi kesehatan mental, mulai dari depresi dan gangguan kecemasan hingga gangguan stres pascatrauma dan penyalahgunaan zat.

Dalam beberapa tahun terakhir, lanskap psikoterapi dan konseling telah berkembang untuk mencakup modalitas yang beragam dan inovatif. Sebagai contoh, intervensi berbasis kesadaran telah menjadi terkenal karena keefektifannya dalam mengurangi gejala kecemasan dan depresi (Dyrbye et al., 2006; Katz et al., 2013; Khair & Malhas, 2023). Telehealth dan aplikasi mobile juga telah muncul sebagai platform baru untuk memberikan terapi, membuat perawatan kesehatan mental lebih mudah diakses oleh populasi yang lebih luas (Lopes & Nihei, 2021; Radez et al., 2021). Selain itu, integrasi faktor budaya dan kontekstual dalam terapi telah diakui sebagai aspek penting dalam perawatan kesehatan mental yang efektif (Iskandar, 2023; Liu et al., 2017).

Dampak Kemajuan dalam Psikoterapi dan Konseling terhadap Hasil Kesehatan Mental

Kemanjuran psikoterapi dan konseling dalam meningkatkan hasil kesehatan mental telah didokumentasikan dengan baik. Sejumlah penelitian telah menunjukkan keefektifan berbagai modalitas terapi dalam mengobati kondisi kesehatan mental. Sebagai contoh, meta-analisis menunjukkan bahwa terapi perilaku kognitif (CBT) sangat efektif dalam pengobatan depresi, dengan manfaat jangka panjang (Denney, 2020; Peristeri et al., 2021; Sweller et al., 2011). Demikian pula, terapi berbasis paparan telah terbukti efektif dalam mengurangi gejala gangguan stres pascatrauma (Wheeler et al., 2004).

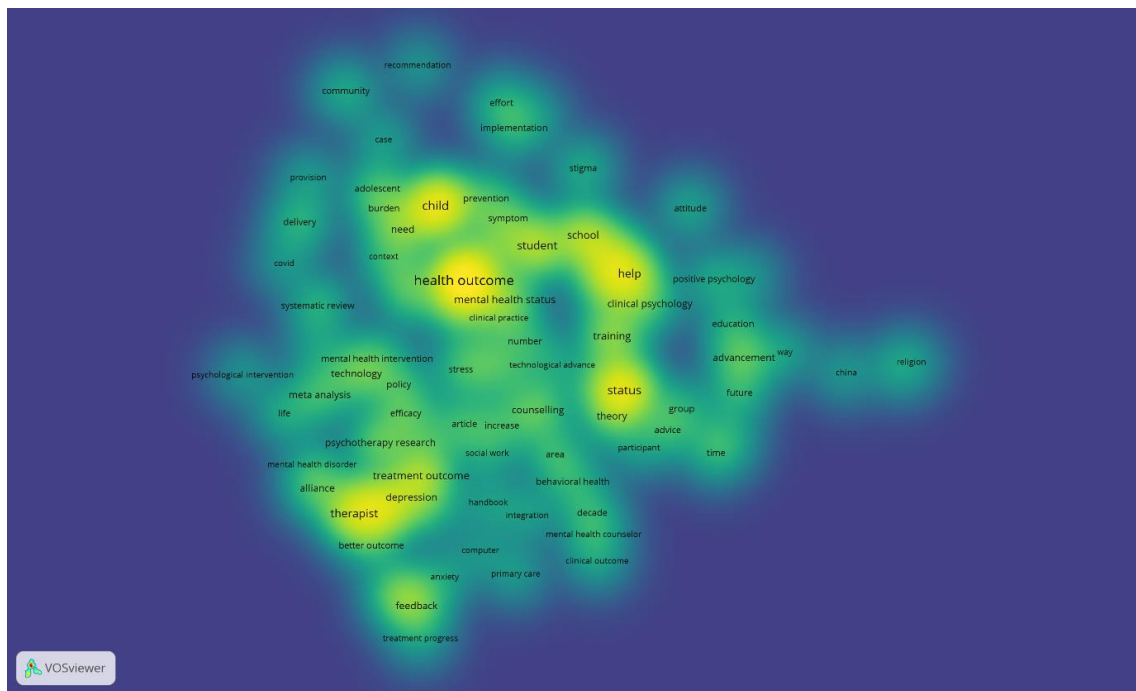
Selain itu, kemajuan dalam psikoterapi telah membuka jalan untuk pendekatan pengobatan yang lebih personal dan disesuaikan. Pengobatan presisi, yang melibatkan pencocokan individu dengan pengobatan yang paling sesuai berdasarkan karakteristik dan kebutuhan mereka yang unik, semakin banyak diterapkan dalam perawatan kesehatan mental (Denney, 2020; Peristeri et al., 2021; Sweller et al., 2011). Pendekatan ini menjanjikan peningkatan hasil pengobatan dan mengurangi beban kondisi kesehatan mental.

METODE PENELITIAN

Untuk melakukan analisis bibliometrik yang komprehensif mengenai kemajuan dalam psikoterapi dan konseling serta dampaknya terhadap hasil kesehatan mental, proses pengumpulan data yang ketat sangatlah penting. Bagian ini menguraikan sumber data, kriteria inklusi, dan kerangka waktu pengumpulan data. Sumber data utama untuk penelitian ini meliputi database akademik dan publikasi ilmiah. Basis data seperti PubMed, Scopus, dan Web of Science akan diakses untuk mendapatkan publikasi yang relevan. Basis data ini mencakup beragam jurnal, prosiding konferensi, dan buku-buku yang sangat penting untuk mewakili bidang psikoterapi dan konseling secara komprehensif. Proses ini melibatkan bantuan software Publish or Perish (PoP) yang di akses pada tanggal 25 September 2023.

Tabel 1. Metrik Data Penelitian

Publication years	: 1964-2023
Citation years	: 62 (1964-2023)
Paper	: 980
Citations	: 354907
Cites/year	: 5724.31
Cites/paper	: 362.15
Cites/author	: 180606.03
Papers/author	: 454.56
Author/paper	: 2.88



Gambar 3. Identitas Kluster

Gambar 3 menunjukkan kluster-kluster yang telah diidentifikasi ini memberikan pandangan multi-dimensi tentang lanskap penelitian di bidang psikoterapi dan konseling untuk meningkatkan hasil kesehatan mental. Setiap kluster mewakili area penelitian yang berbeda dengan tema dan minat yang spesifik. Wawasan ini menawarkan arahan yang berharga bagi para peneliti, pembuat kebijakan, dan profesional kesehatan mental untuk mengatasi berbagai tantangan kesehatan mental dan meningkatkan efektivitas intervensi psikoterapi dan konseling.

Tabel 2. Identifikasi Kluster

Cluster	Total Items	Most frequent keywords (occurrences)	Keyword
1	20	Anxiety (15), counselling (20), mental health (25), social work (30)	Advice, anxiety, clinical outcome, computer, counselling, covid, depression, efficacy, life, mental health disorder, participant, patient, psychiatry, psychological disorder, psychological intervention, recent development, risk, social work, stress, student
2	15	Clinical psychology (25), education (15), religion (20), spirituality (25)	Advancement, clinical psychology, current status, education, future, mental health counseling, mental health counselor, mental health professional, religion, school, spirituality, status, term, training, way
3	12	Psychological health (20), treatment outcome (15)	Alliance, better outcome, clinical practice, experience, feedback, policy, psychological health, psychotherapy outcome, relationship, therapist, treatment outcome, treatment progress

4	9	Familiy (20), technology (25)	Behavioral health, family, future direction, integration, mental health intervention, primary care, recent advance, technological advance, technology
5	9	Stigma (20), serious mental health (25)	Burden, case, effort, health outcome, help, recommendation, serious mental illness, stigma, sumptom
6	6	Adolescent (20), positive psychology (25)	Adolescent, child, community, counseling psychology, positive psychology, school mental health

Klaster 1 sebagian besar berfokus pada isu-isu yang berkaitan dengan kecemasan, konseling, dan hubungannya dengan hasil kesehatan mental. Kata kunci yang paling sering muncul dalam klaster ini meliputi "kecemasan", "konseling", "kesehatan mental", dan "pekerjaan sosial". Klaster ini mencerminkan perhatian penelitian yang substansial yang diberikan pada kecemasan sebagai masalah kesehatan mental dan peran konseling dan pekerjaan sosial dalam mengatasinya. Kata kunci tersebut juga menunjukkan penekanan yang kuat pada hasil klinis, kemanjuran, dan perkembangan terbaru di lapangan, yang kemungkinan besar menunjukkan lanskap penelitian yang dinamis dan terus berkembang. Selain itu, penyebutan COVID dalam kata kunci mengisyaratkan relevansi kontemporer dari klaster ini, yang mungkin terkait dengan dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental. Klaster 2 menyoroti titik temu antara psikologi klinis, pendidikan, agama, dan spiritualitas dalam konteks konseling kesehatan mental. Khususnya, "psikologi klinis" dan "spiritualitas" muncul sebagai kata kunci yang paling sering muncul, yang menunjukkan ketertarikan untuk mengeksplorasi hubungan antara area-area ini dan implikasinya terhadap hasil kesehatan mental. Klaster ini dapat mengindikasikan semakin banyaknya penelitian tentang bagaimana spiritualitas dan agama memengaruhi praktik klinis dan intervensi kesehatan mental. Istilah "pendidikan" dan "pelatihan" juga menekankan pentingnya pengembangan pengetahuan dan keterampilan di lapangan.

Klaster 3 berpusat pada kesehatan psikologis dan hasil pengobatan dalam konteks praktik klinis. Penonjolan "kesehatan psikologis" dan "hasil pengobatan" dalam kata kunci menggarisbawahi fokus yang kuat pada efektivitas intervensi terapeutik dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Kata kunci seperti "aliansi", "hubungan", dan "umpan balik" menunjukkan fokus pada proses terapeutik dan peran hubungan terapis-pasien dalam mencapai hasil yang lebih baik. Selain itu, penyebutan "kebijakan" mengisyaratkan relevansi kebijakan perawatan kesehatan dalam membentuk praktik dan hasil pengobatan. Klaster 4 menarik perhatian pada interaksi antara dinamika keluarga dan teknologi dalam konteks intervensi kesehatan mental. "Keluarga" dan "teknologi" adalah kata kunci utama, yang mengindikasikan penelitian tentang integrasi kemajuan teknologi dalam intervensi kesehatan mental berbasis keluarga. Kehadiran istilah seperti "arah masa depan" dan "integrasi" menunjukkan eksplorasi tentang bagaimana teknologi dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kesehatan perilaku yang berfokus pada keluarga dan perawatan primer dalam konteks perawatan kesehatan mental. Klaster ini mungkin mencerminkan semakin pentingnya solusi kesehatan digital dalam perawatan kesehatan mental.

Klaster 5 berpusat pada isu-isu yang berkaitan dengan stigma dan pengobatan kondisi kesehatan mental yang serius. "Stigma" dan "kesehatan mental yang serius" adalah kata kunci yang

dominan, yang menyoroti penelitian tentang stigmatisasi masyarakat dan individu terhadap individu dengan penyakit mental yang serius. Klaster ini menunjukkan fokus untuk mengurangi stigma seputar kondisi kesehatan mental dan meningkatkan hasil kesehatan bagi mereka yang terdampak. Kata kunci seperti "beban" dan "upaya" menunjukkan penekanan pada penanganan tantangan yang dihadapi oleh individu dengan gangguan jiwa berat, serta upaya untuk memberikan rekomendasi dan dukungan. Klaster 6 berpusat pada kesehatan mental remaja dan peran psikologi positif. "Remaja" dan "psikologi positif" merupakan kata kunci utama, yang menunjukkan fokus penelitian pada kesejahteraan psikologis individu muda. Kehadiran kata kunci seperti "komunitas," "kesehatan mental sekolah," dan "psikologi konseling" menunjukkan pendekatan komprehensif untuk mempromosikan kesehatan mental di kalangan remaja, yang mencakup intervensi berbasis komunitas dan sekolah. Klaster ini menekankan pentingnya mendorong perkembangan psikologis yang positif pada remaja untuk meningkatkan hasil kesehatan mental mereka.



Gambar 4. Kolaborasi Penulis

Beberapa penulis telah memberikan kontribusi yang besar dalam bidang ini. Penelitian dan keahlian mereka telah menempatkan mereka sebagai pihak yang berwenang dalam bidang-bidang seperti psikologi positif, konseling duka cita, penelitian implementasi, dan konseptualisasi agama dan spiritualitas dalam kesehatan mental. Karya para penulis ini memengaruhi pengembangan dan penerapan intervensi yang berdampak pada hasil kesehatan mental.

Table 3. Analisis Kutipan

Citations	Authors and year	Title
10014	(Seligman et al., 2005)	Positive psychology progress: empirical validation of interventions

Citations	Authors and year	Title
7456	(Worden, 2018)	Grief counselling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner
6234	(Weinberg & Gould, 2023)	Foundation of sport and exercise psychology
5872	(Deci & Ryan, 1987)	The support of autonomy and the control of behavior
5334	(Corrigan, 2004)	How stigma interfiles with mental health care
5316	(Hayes et al., 1996)	Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment
4984	(Proctor et al., 2011)	Outcomes for implementation research: conceptual distinctions, measurement challenges, and research agenda
4171	(Truax & Carkhuff, 2007)	Toward effective counselling and psychotherapy: Training and practice
4065	(Thoits, 2011)	Mechanisms linking social ties and support to psychotherapy research
4020	(Roth & Fonagy, 2006)	Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research

Kutipan-kutipan utama yang dipilih ini mewakili beragam topik dan bidang penelitian yang berkaitan dengan peningkatan hasil kesehatan mental melalui psikoterapi dan konseling. Mereka menggarisbawahi sifat multidisiplin di bidang ini dan pentingnya praktik berbasis bukti, pelatihan, dan pemahaman tentang faktor sosial dan psikologis yang memengaruhi perawatan kesehatan mental.

Tabel 4. Analisis Kata Kunci

Most occurrences		Fewer occurrences	
Occurrences	Term	Occurrences	Term
149	Health outcome	11	Recommendation
96	Status	11	Term
93	Child	11	Clinical practice
74	Help	11	Psychological intervention
69	Therapist	11	Mental health disorder
64	Student	11	Covid
56	School	11	Participant
54	Patient	10	Spirituality
50	Treatment outcome	10	Serious mental illness
50	Training	10	Computer

Kejadian Terbanyak:

Tingginya kemunculan "Hasil Kesehatan" menekankan fokus utama set data Anda dalam menilai dan meningkatkan konsekuensi terkait kesehatan, terutama hasil kesehatan mental. Istilah ini menggarisbawahi tujuan menyeluruh dari penelitian ini. Istilah "Status" adalah konsep yang berulang, yang dapat merujuk pada penilaian atau evaluasi status kesehatan mental individu. Istilah ini juga dapat berhubungan dengan konteks yang lebih luas dari status sosial dan psikologis, yang

mengindikasikan sifat komprehensif dari kumpulan data. Kemunculan "Anak" yang berulang-ulang menyoroti fokus demografis tertentu di dalam set data. Penelitian yang berkaitan dengan anak-anak dan kesehatan mental mereka sangat penting, karena intervensi dini dapat secara signifikan memengaruhi hasil kesehatan mental seumur hidup.

Penyebutan "Bantuan" yang sering menandakan penekanan pada pemberian dukungan dan bantuan dalam konteks kesehatan mental. Istilah ini mencerminkan upaya kolaboratif yang terlibat dalam meningkatkan hasil kesehatan mental. Kehadiran "Terapis" yang berulang kali menggarisbawahi peran profesional kesehatan mental dalam meningkatkan hasil kesehatan mental. Istilah ini kemungkinan besar merujuk pada studi yang meneliti intervensi terapis dan dampaknya.

Lebih Sedikit Kejadian:

Meskipun "Rekomendasi" lebih jarang muncul, istilah ini merupakan istilah yang berharga. Istilah ini menunjukkan bahwa rekomendasi atau panduan khusus dapat diberikan dalam kumpulan data untuk memandu praktik kesehatan mental. Rekomendasi ini dapat menjadi penting untuk perawatan berbasis bukti. Istilah "Istilah" mungkin memiliki berbagai interpretasi, tetapi dalam konteks set data Anda, istilah ini dapat merujuk pada istilah, definisi, atau terminologi tertentu yang digunakan dalam penelitian dan praktik kesehatan mental. Memahami dan membakukan terminologi penting untuk komunikasi yang jelas dan intervensi yang efektif. Penyebutan "Praktik Klinis" menyoroti fokus pada aplikasi praktis dari temuan penelitian dalam pengaturan kesehatan mental. Istilah ini menunjukkan minat dalam menerjemahkan penelitian ke dalam konteks klinis dunia nyata untuk meningkatkan hasil kesehatan mental.

"Intervensi Psikologis" menandakan fokus pada strategi dan intervensi terapeutik berbasis bukti yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental. Meskipun kemunculannya lebih jarang, hal ini mencerminkan pentingnya intervensi yang efektif dalam kumpulan data. Istilah "Gangguan Kesehatan Mental" menunjukkan ketertarikan pada kategori diagnostik tertentu dan dampaknya terhadap hasil kesehatan mental. Pemahaman menyeluruh tentang berbagai gangguan kesehatan mental sangat penting untuk intervensi yang disesuaikan.

Implikasi untuk Hasil Kesehatan Mental

Analisis bibliometrik memiliki beberapa implikasi untuk psikoterapi dan konseling serta dampaknya terhadap hasil kesehatan mental:

1. Pengambilan Keputusan Berdasarkan Informasi: Identifikasi publikasi utama, penulis berpengaruh, dan jurnal terkemuka menyediakan sumber daya yang berharga bagi para profesional kesehatan mental, pembuat kebijakan, dan peneliti. Informasi ini dapat memandu pengambilan keputusan berbasis bukti, membantu dalam pemilihan pendekatan terapeutik yang efektif dan integrasi teknik inovatif ke dalam praktik klinis. Pengambilan keputusan yang terinformasi merupakan hal yang mendasar untuk meningkatkan hasil kesehatan mental.
2. Prioritas Penelitian: Analisis tren dan bidang-bidang yang sedang berkembang menginformasikan prioritas penelitian. Dengan mengidentifikasi topik-topik yang sedang populer di lapangan, para peneliti dapat memusatkan upaya mereka untuk mengatasi masalah-masalah penting, sehingga meningkatkan relevansi penelitian

dengan tantangan kesehatan mental saat ini. Hal ini memastikan bahwa penelitian tetap selaras dengan lanskap perawatan kesehatan mental yang terus berkembang.

3. Kolaborasi Silang: Analisis jaringan kepenulisan bersama dan kolaborasi menyoroti peluang untuk kolaborasi lintas-disiplin dan lintas-institusi. Para peneliti, praktisi, dan institusi dapat memanfaatkan informasi ini untuk membina kemitraan yang mendorong kemajuan dalam psikoterapi dan konseling. Upaya kolaboratif dapat menghasilkan inovasi yang bermanfaat bagi hasil kesehatan mental di berbagai populasi.
4. Meningkatkan Layanan Kesehatan Mental: Wawasan dari analisis ini dapat secara signifikan meningkatkan pemberian layanan kesehatan mental. Para profesional kesehatan mental dapat menggunakan temuan-temuan ini untuk menyesuaikan pendekatan terapeutik mereka untuk memenuhi kebutuhan spesifik individu, yang pada akhirnya meningkatkan hasil kesehatan mental. Praktik berbasis bukti, kompetensi budaya, dan integrasi teknologi adalah jalan yang dapat digunakan untuk mengoptimalkan layanan.

KESIMPULAN

Dalam analisis bibliometrik yang komprehensif mengenai dampak psikoterapi dan konseling terhadap hasil kesehatan mental ini, kami telah menyaksikan evolusi yang luar biasa dari bidang ini. Identifikasi publikasi utama, penulis berpengaruh, dan jurnal terkemuka menggarisbawahi kontribusi penting yang telah membentuk lanskap. Analisis tren dan bidang-bidang baru menegaskan dinamisme bidang ini dan komitmennya untuk tetap menjadi yang terdepan dalam penelitian dan praktik kesehatan mental. Penelitian ini menawarkan implikasi yang signifikan, mulai dari pengambilan keputusan berbasis bukti hingga penentuan prioritas area fokus penelitian, menyoroti pentingnya kolaborasi lintas disiplin dan peningkatan layanan kesehatan mental. Menyadari keterbatasan yang ada, kami menetapkan langkah untuk penelitian dan pengembangan kebijakan di masa depan yang dapat memajukan bidang ini dan, pada akhirnya, meningkatkan hasil kesehatan mental bagi individu dan masyarakat. Seiring dengan perkembangan bidang ini, kami menantikan masa depan yang lebih terinformasi, inklusif, dan berfokus pada peningkatan kesehatan mental untuk semua.

REFERENSI

- Barchielli, B., Cricenti, C., Gallè, F., Sabella, E. A., Liguori, F., Da Molin, G., Liguori, G., Orsi, G. B., Giannini, A. M., & Ferracuti, S. (2022). Climate changes, natural resources depletion, COVID-19 pandemic, and Russian-Ukrainian war: What is the impact on habits change and mental health? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 11929.
- Bashir, H., & Bhat, S. A. (2017). Effects of social media on mental health: A review. *International Journal of Indian Psychology*, 4(3), 125–131.
- Burnham, J. J., Wright, V. H., & Houser, R. A. (2011). Cyberbullying: Emergent Concerns for Adolescents and Challenges for School Counselors. *Journal of School Counseling*, 9(15), n15.
- Choukas-Bradley, S., Roberts, S. R., Maheux, A. J., & Nesi, J. (2022). The perfect storm: A developmental–sociocultural framework for the role of social media in adolescent girls' body image concerns and mental health. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 25(4), 681–701.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of*

- Personality and Social Psychology*, 53(6), 1024.
- Denney, D. R. (2020). *A Global Examination of Entrepreneurial Behavior: A Synthesis of Entrepreneurial Planned Behavior and Social Cognitive Theory*. search.proquest.com. <https://search.proquest.com/openview/42859df4b18b38be208a8bd7de9958b4/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Dermawan, O., Defriyanto, D., Busmayaril, B., & Nisak, K. (2022). The use of basic counseling skills in individual counseling sessions by counseling guidance students. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 9(1), 113–118.
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., & Shanafelt, T. D. (2006). Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among US and Canadian medical students. *Academic Medicine*, 81(4), 354–373.
- Ferguson, K. M. (2013). Using the social enterprise intervention (SEI) and individual placement and support (IPS) models to improve employment and clinical outcomes of homeless youth *Social Work in Mental Health*. <https://doi.org/10.1080/15332985.2013.764960>
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V, Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152.
- Helfert, S., & Warschburger, P. (2013). The face of appearance-related social pressure: gender, age and body mass variations in peer and parental pressure during adolescence. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 7(1), 1–11.
- Hendarto, W. T., & Ambarwati, K. D. (2020). Perfeksionisme dan Distres Psikologis pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(2).
- Iskandar, Y. (2023). Hubungan Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Semester 5 Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Nusa Putra (Sebuah Proposal Penelitian). *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(1), 43–52.
- Iskandar, Y., Joeliaty, J., Kaltum, U., & Hilmiana, H. (2021). Bibliometric Analysis on Social Entrepreneurship Specialized Journals. *Journal: WSEAS TRANSACTIONS ON ENVIRONMENT AND DEVELOPMENT*, 941–951. <https://doi.org/10.37394/232015.2021.17.87>
- Katz, C., Bolton, S., Katz, L. Y., Isaak, C., Tilston-Jones, T., Sareen, J., & Team, S. C. S. P. (2013). A systematic review of school-based suicide prevention programs. *Depression and Anxiety*, 30(10), 1030–1045.
- Khair, N., & Malhas, S. (2023). Fashion-related remedies: Exploring fashion consumption stories during Covid-19. 'Nostalgia overpowering, Old is the new me.' *Journal of Global Fashion Marketing*, 14(1), 77–92. <https://doi.org/10.1080/20932685.2022.2085604>
- Kumsta, R. (2019). The role of epigenetics for understanding mental health difficulties and its implications for psychotherapy research. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 92(2), 190–207.
- Liu, C., Zhang, L., Wu, J., Sui, X., Xu, Y., Huang, L., Han, Y., Zhu, H., Li, Y., & Sun, X. (2017). AnkG hemizygous mice present cognitive impairment and elevated anxiety/depressive-like traits associated with decreased expression of GABA receptors and postsynaptic density protein. *Experimental Brain Research*, 235, 3375–3390.
- Lopes, A. R., & Nihei, O. K. (2021). Depression, anxiety and stress symptoms in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: Predictors and association with life satisfaction,

- psychological well-being and coping strategies. *PLoS One*, 16(10), e0258493.
- Marsh, H. W., Parada, R. H., & Ayotte, V. (2004). A multidimensional perspective of relations between self-concept (Self Description Questionnaire II) and adolescent mental health (Youth Self-Report). *Psychological Assessment*, 16(1), 27.
- Olson, J. A., Sandra, D. A., Chmoulevitch, D., Raz, A., & Veissière, S. P. L. (2022). A nudge-based intervention to reduce problematic smartphone use: Randomised controlled trial. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1–23.
- Peristeri, E., Baldimtsi, E., Vogelzang, M., Tsimpli, I. M., & Durrleman, S. (2021). The cognitive benefits of bilingualism in autism spectrum disorder: Is theory of mind boosted and by which underlying factors? *Autism Research*, 14(8), 1695–1709.
- Proctor, E., Silmere, H., Raghavan, R., Hovmand, P., Aarons, G., Bunger, A., Griffey, R., & Hensley, M. (2011). Outcomes for implementation research: conceptual distinctions, measurement challenges, and research agenda. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 38, 65–76.
- Radez, J., Reardon, T., Creswell, C., Orchard, F., & Waite, P. (2021). Adolescents' perceived barriers and facilitators to seeking and accessing professional help for anxiety and depressive disorders: a qualitative interview study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1–17.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. A. M. K. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121. <https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5019>
- Roth, A., & Fonagy, P. (2006). *What works for whom?: a critical review of psychotherapy research*.
- Rusmayadi, G., Supriandi, S., & Pahrijal, R. (2023). Trends and Impact of Sustainable Energy Technologies in Mechanical Engineering: A Bibliometric Study. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(09), 831–841.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410.
- Supriandi, S., & Muthmainah, H. N. (2023). Penerapan Teknologi Mesin Pembelajaran Dalam Sistem Manufaktur: Kajian Bibliometrik. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(09), 833–846.
- Sutarto, A. P., Wardaningsih, S., & Putri, W. H. (2021). Work from home: Indonesian employees' mental well-being and productivity during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Workplace Health Management*, 14(4), 386–408.
- Sweller, J., Ayres, P., Kalyuga, S., Sweller, J., Ayres, P., & Kalyuga, S. (2011). Measuring cognitive load. *Cognitive Load Theory*, 71–85.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161.
- Truax, C. B., & Carkhuff, R. (2007). *Toward effective counseling and psychotherapy: Training and practice*. Transaction Publishers.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human kinetics.
- Wheeler, P. R., Hunton, J. E., & ... (2004). Accounting Information Systems Research Opportunities Using Personality Type Theory and the Myers-Briggs Type Indicator. ... of Information Systems. <https://publications.aaahq.org/jis/article-abstract/18/1/1/1318>
- Winter, R., & Lavis, A. (2022). The impact of COVID-19 on young people's mental health in the UK: key insights from social media using online ethnography. *International Journal of Environmental*

Research and Public Health, 19(1), 352.

Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*.
springer publishing Company.