

**Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Volume 13 (2) 176 – 191 November 2023

ISSN: 2088-3072 (Print) / 2477-5886 (Online)

DOI: 10.25273/counsellia.v13i2.16556

Available online at: <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/IBK>

## **Tren Penelitian *Personal Growth Initiative* dan Kaitannya dengan Peran Konselor Pendidikan**

Ferianti<sup>1</sup>✉, Setiawati<sup>2</sup>, Nandang Rusmana<sup>3</sup>, Muhammad Nur Habibi<sup>4</sup>, Nurrizki Shafira<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.  
email: ✉ [ferianti@upi.edu](mailto:ferianti@upi.edu)

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.  
email: [atiesw@upi.edu](mailto:atiesw@upi.edu)

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.  
email: [nandrus@upi.edu](mailto:nandrus@upi.edu)

<sup>4</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.  
email: [mnurhabibi@upi.edu](mailto:mnurhabibi@upi.edu)

<sup>5</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.  
email: [nurrizki.shafira@upi.edu](mailto:nurrizki.shafira@upi.edu)

**Abstrak:** Sepanjang hidup individu cenderung mengalami berbagai tantangan, transisi, dan pengalaman yang mengharuskan individu untuk terlibat dalam penyesuaian diri. Keterlibatan aktif dan disengaja oleh individu dalam menjalankan setiap proses pertumbuhan disebut dengan *Personal Growth Initiative*. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tren penelitian mengenai *Personal Growth Initiative* dan saran yang diberikan kepada konselor pendidikan untuk meningkatkan keterampilan *Personal Growth Initiative* pada peserta didik. Metode SLR (*Systematic Literature Review*) dengan model PRISMA (*Protocol Review Systematic and Meta-Analysis*) digunakan sebagai pedoman dalam melakukan tinjauan sistematis untuk pengumpulan data sejak tahun 1997 hingga 2023. Data diperoleh melalui aplikasi Harzing's Publish or Perish pada pencarian di Scopus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berkaitan dengan tren penelitian mengenai *Personal Growth Initiative*, maka dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik, konselor pendidikan berperan untuk (a) berfokus pada pengembangan *personal growth initiative* (PGI); (b) menggunakan intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT); (c) memberikan *Intentional Growth Training*; (d) memperhatikan peserta didik internasional; (e) berfokus pada keterampilan PGI dalam bimbingan akademik; (f) meningkatkan kemampuan mengelola emosi; dan (g) memperhatikan perbedaan gender serta fungsi keluarga.

**Kata kunci:** *Personal Growth Initiative*; Peran Konselor Pendidikan; *A Systematic Literature Review*

---

**Abstract:** Throughout life, individuals tend to experience various challenges, transitions, and experiences that require individuals to make adjustments. Individuals' active and intentional involvement in any growth process is called the *Personal Growth Initiative*. This research aims to explore research trends regarding *Personal Growth Initiative* and suggestions given to educational counselors to improve *Personal Growth Initiative* skills in students. The SLR (*Systematic Literature Review*) method with the PRISMA (*Protocol Systematic Review and Meta-Analysis*) model was used as a guide in conducting a systematic review of data collection from 1997 to 2023. Data was obtained through

Harzing's Publish or Perish application in Scopus Search. The research results show that related to research trends regarding the Personal Growth Initiative, in providing guidance and counseling services to students, educational counselors have a role to (a) focus on developing the Personal Growth Initiative (PGI); (b) using Cognitive Behavioral Therapy (CBT) intervention; (c) provide Intentional Growth Training; (d) pay attention to international students; (e) focusing on PGI skills in academic guidance; (f) increasing the ability to manage emotions; and (g) paying attention to gender differences and family functions.

**Keywords: Personal Growth Initiative; The Role of an Education Counselor; A Systematic Literature Review**

---

**Received** 27-7-2023; **Accepted** 25-11-2023; **Published** 26-11-2023

**Citation:** Ferianti. dkk (2023). *Tren Penelitian Personal Growth Initiative dan Kaitannya dengan Peran Konselor Pendidikan. Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 13(2), 176-191. Doi.org/10.25273/counsellia.v13i2.16556



Copyright ©2021 Counsellia: Bimbingan dan Konseling  
Published by Universitas PGRI Madiun. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

## PENDAHULUAN

*Personal Growth Initiative* (PGI) merupakan keterlibatan aktif dan disengaja oleh individu dalam menjalankan proses pertumbuhan pribadi (Robitschek, 1998). Pertumbuhan pribadi adalah metode dimana individu berubah dan berkembang sepanjang rentang hidup (Weigold et al., 2014). PGI mencakup komponen kognitif dan perilaku; ini bersama-sama mencakup pilihan sadar untuk tumbuh dan penggunaan aktif perilaku selama proses pertumbuhan (Robitschek et al., 2012). Tingkat PGI yang dimiliki individu akan mempengaruhi sejauh mana individu tersebut mencari peluang untuk berkembang (Robitschek & Cook, 1999) dan akan menjadi faktor penting dalam menentukan sejauh mana individu tersebut memanfaatkan peluang pertumbuhan spesifik yang muncul dengan sendirinya (Robitschek & Kashubeck, 1999).

PGI juga dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk mengambil inisiatif dalam memotivasi diri mereka dan mengambil tindakan proaktif untuk memperbaiki diri dan mewujudkan potensi dirinya. Sebagaimana Ryff (1989) yang menjelaskan bahwa individu dengan tingkat tinggi pada pertumbuhan pribadi akan memiliki kesadaran dalam mewujudkan potensi dirinya; terbuka terhadap pengalaman baru; memandang dirinya sebagai pribadi yang dapat terus berkembang; dan melakukan perubahan dengan cara yang lebih efektif yang mencerminkan pengetahuan (Robitschek et al., 2012). Robitschek (1998) memperkuat pentingnya PGI dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis individu. Individu yang tinggi pada PGI akan merasa lebih percaya diri dengan kemampuannya untuk menghadapi tantangan dan lebih mampu mengidentifikasi cara-cara khusus untuk menanggapi peristiwa kehidupan dari pada seseorang yang lebih rendah pada PGI (Robitschek, 1998).

Konsep mengenai pentingnya keterlibatan yang disengaja dalam proses pertumbuhan dibanding hanya sekedar hasil telah mendapat dukungan dari pandangan kaum humanis. Konsep "aktualisasi diri" (Maslow, 1970) dan "kehidupan yang baik" (Rogers, 1961) menekankan bahwa keberhasilan merupakan wujud dari keterlibatan individu pada rangkaian proses kehidupan. Selanjutnya, konstruk PGI terdiri dari aspek kognitif dan aspek perilaku (Robitschek et al., 2012). Aspek kognitif meliputi pengetahuan individu mengenai kapan individu siap memulai perubahan (*readiness for*

*change*) dan kemampuan individu dalam merencanakan tindakan untuk mengimplementasikan proses perubahan (*planfulness*), selanjutnya aspek perilaku meliputi pemanfaatan sumber daya eksternal yang dapat memfasilitasi perubahan (*using resources*) dan keterlibatan aktif dalam perilaku individu untuk pertumbuhan (*intentional behavior*) (Robitschek et al., 2012).

Berdasarkan penjelasan mengenai konsep PGI maka dapat dipahami bahwa perubahan yang disengaja adalah kunci dari teori PGI (Robitschek, 1998, 1999). Perubahan yang disengaja menggambarkan bahwa individu melakukan proses pertumbuhan dengan penuh kesadaran dan menggunakan kesadaran tersebut untuk bekerja secara aktif untuk mengubah diri mereka sendiri (Robitschek et al., 2012). Perubahan yang disengaja ini menjadi penting sebab jika proses pertumbuhan pribadi dilakukan secara tidak disengaja, maka individu menjadi tidak tahu bagaimana mempertahankan perubahan yang telah mereka buat, terutama saat menghadapi stressor (Robitschek et al., 2012). Kemudian, individu yang tumbuh secara tidak sengaja cenderung memiliki tingkat rendah pada hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, penerimaan diri, dan tujuan hidup, dari pada orang yang tumbuh dengan sengaja (Ryff, 1989).

PGI dalam konteks pendidikan merupakan karakteristik yang berkontribusi pada kemajuan peserta didik dan kehidupan mereka (Robitschek, 1998). PGI menjadi bagian dari konsep psikologi positif yang dipandang penting dalam proses mengatasi tugas perkembangan (Robitschek & Cook, 1999). Selaras dengan hal tersebut, dalam konteks bimbingan dan konseling, Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah juga menjelaskan bahwa tujuan dari bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan sehingga dapat mengaktualisasikan dirinya secara bertanggung jawab (Permendikbud, 2014).

Penelitian-penelitian terdahulu telah menyarankan pentingnya memahami PGI pada peserta didik dengan melibatkan konselor pendidikan (Robitschek, 2003; Robitschek & Keyes, 2009; Robitschek et al., 2012; Negovan & Bogdan, 2013; Straaten, 2016; Kugbey et al., 2018; Mason, 2019; Weigold, 2020; Reichwald, 2021; Dortaj, 2022). Meskipun begitu, berdasarkan pencarian peneliti menggunakan database scopus, selama satu dekade terakhir yaitu dari tahun 2013 hingga tahun 2023, belum ada penelitian yang secara khusus dilakukan untuk melihat bagaimana peran atau kontribusi yang dapat dilakukan konselor pendidikan berkaitan dengan PGI pada peserta didik. Hal ini penting untuk dilakukan sebab dengan memahami PGI secara lebih komprehensif, termasuk memahami peran apa saja yang dapat dilakukan konselor pendidikan berkaitan dengan PGI peserta didik, maka konselor pendidikan dapat menggunakan saran tersebut sebagai alternatif penyusunan program layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tren penelitian *Personal Growth Initiative* dan kaitannya dengan peran konselor pendidikan di sekolah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode SLR (*Systematic Literature Review*) dengan model PRISMA (*Protocol Review Systematic and Meta-Analysis*). Tinjauan sistematis adalah tinjauan atas pertanyaan yang dirumuskan dengan jelas yang menggunakan metode sistematis dan eksplisit untuk mengidentifikasi, memilih, dan menilai secara kritis penelitian yang relevan, dan untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari studi yang termasuk dalam tinjauan (Moher et al., 2009). Kemudian model PRISMA berfokus pada cara-cara di mana penulis dapat memastikan pelaporan tinjauan

sistematis yang transparan dan lengkap (Liberati et al., 2009). Pada implikasinya, tinjauan sistematis seringkali menunjukkan kurangnya kesadaran akan pedoman yang memadai secara ilmiah, sehingga model PRISMA memberikan standar model yang dapat diterima secara metodologi dan memiliki standar ketat yang berkontribusi pada jaminan kualitas dari proses revisi dan replikasinya (Albeha et al., 2020).

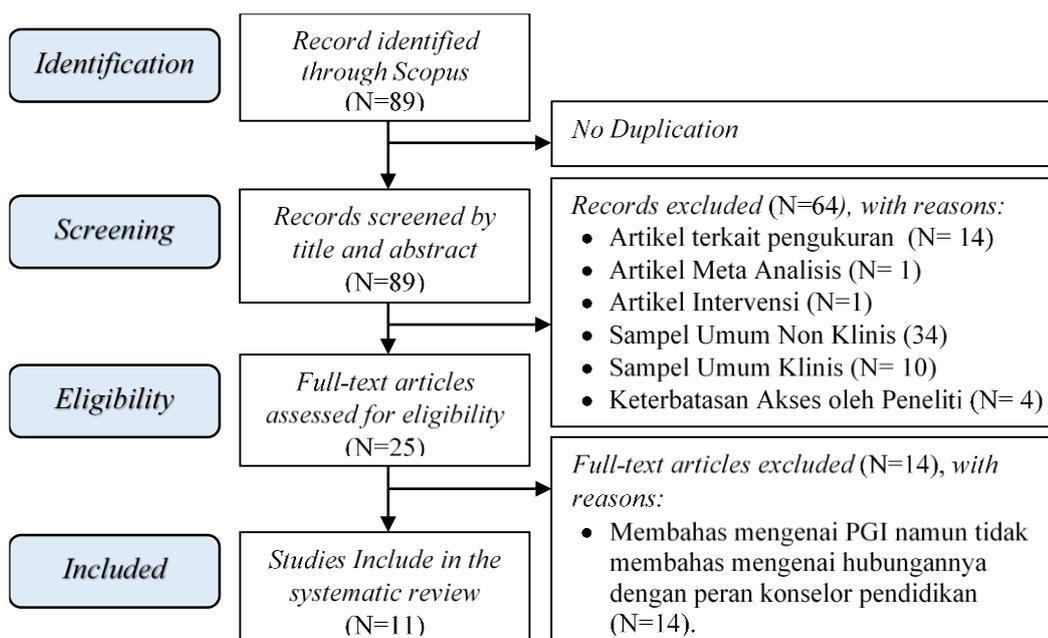
### Sumber Data dan Strategi Pencarian

Pencarian dilakukan secara sistematis dengan menggunakan database Scopus antara tahun 1997 hingga 2023. Penggunaan database Scopus didasarkan pada pertimbangan bahwa artikel pertama mengenai *Personal Growth Initiative* (PGI) oleh pengembang utamanya yaitu Robitschek (1997) diterbitkan pada jurnal terindex Scopus, serta diikuti dengan banyak penelitian-penelitian terkait topik tersebut oleh penembang utama dan peneliti-peneliti lainnya. Penulis mengidentifikasi artikel yang ditulis dengan menggunakan bahasa Inggris. Strategi penelusuran dilakukan dengan menggunakan aplikasi Harzing's Publish or Perish dengan pencarian Scopus. Pencarian dilakukan dengan mengisi kolom kata kunci judul/ *title words* yaitu "*Personal Growth Initiative*".

### Kriteria Kelayakan Inklusi dan Eksklusi

Pemilihan artikel yang akan di review (Inklusi) dilakukan melalui dua prosedur. Prosedur yang pertama adalah pemilihan artikel berdasarkan judul dan abstrak dari masing-masing artikel hasil pencarian. Pemilihan dilakukan dengan menggunakan kriteria judul dan abstrak sebagai berikut: (a) penelitian dilakukan dalam konteks pendidikan; dan (b) menggunakan subjek penelitian peserta didik. Prosedur kedua artikel dipilih berdasarkan *full-text* dengan kriteria bahwa artikel telah diterbitkan dan didalamnya mencantumkan pembahasan mengenai *personal growth initiative* dan peran bagi konselor pendidikan terkait *personal growth initiative*. Selanjutnya, artikel yang ditentukan tidak termasuk dalam proses review (Eksklusi) yaitu: (a) artikel dengan subjek umum dan subjek klinis bukan peserta didik; dan (b) artikel instrumen penelitian dan *systematic literature review*.

Berdasarkan prosedur pemilihan artikel dengan kriteria kelayakan tersebut, dihasilkan sebanyak 11 artikel yang relevan untuk dibahas dalam SLR (*Systematic Literature Review*), sebagaimana ditampilkan dalam gambar 1.



**Gambar 1.** Diagram PRISMA hasil pencarian dan *screening***HASIL DAN PEMBAHASAN**

11 artikel yang dipilih dan digunakan dalam analisis kemudian diringkas secara sistematis. Ringkasan tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.** Ringkasan Artikel yang Digunakan dalam Analisis

No.	Penulis, Jurnal	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Green & Yıldırım (2022), Heliyon-Scopus (Q1)	Personal growth initiative moderates the mediating effect of COVID-19 preventive behaviors between fear of COVID-19 and satisfaction with life.	Menentukan efek mediasi dari perilaku pencegahan COVID-19 antara ketakutan akan COVID-19 dan kepuasan hidup, serta memeriksa apakah PGI memoderasi efek mediasi pada sampel mahasiswa di Pakistan.	PGI memoderasi efek mediasi dari perilaku pencegahan dalam hubungan antara ketakutan COVID-19 dan kepuasan hidup pada sampel mahasiswa universitas Pakistan. PGI melindungi efek buruk dari ketakutan akan COVID-19 pada perilaku pencegahan dan kepuasan hidup.
2.	Weigold et al. (2020), Journal of Happiness Studies-Scopus (Q1)	College as a Growth Opportunity: Assessing Personal Growth Initiative and Self-determination Theory.	Menilai hubungan antara PGI (keinginan aktif individu untuk tumbuh dalam domain yang relevan secara pribadi), kepuasan kebutuhan dasar di perguruan tinggi, dan hasil positif dalam sampel mahasiswa dari lembaga publik yang besar dan didominasi kulit putih dan perguruan tinggi kecil, swasta, minoritas-mayoritas di Amerika Serikat.	Mahasiswa yang lebih tinggi PGI cenderung lebih terpenuhi kebutuhan dasarnya yang pada akhirnya mengarahkan individu pada tingkat fungsi positif yang lebih tinggi. Terdapat kemungkinan bahwa siswa yang lebih tinggi di PGI lebih mungkin menyadari kebutuhan mereka di perguruan tinggi dan secara aktif mengambil langkah-langkah untuk memenuhinya, yang mengarah pada pertumbuhan dan kesehatan pribadi.
3.	Acquaye et al. (2020), Qualitative Report-Scopus (Q1)	A phenomenological study of international students in US graduate programs through the lens of personal growth initiative construct.	Mengeksplorasi pengalaman hidup delapan mahasiswa internasional yang berada di Amerika Serikat dari budaya yang didominasi kolektifis melalui lensa teori PGI .	Peserta menggilir empat faktor dalam konstruk untuk mengatasi keberhasilan dan tantangan di sekolah.

4.	Taušová et al. (2019), International Journal of Intercultural Relations-Scopus (Q1)	The role of perceived cultural distance, personal growth initiative, language proficiencies, and tridimensional acculturation orientations for psychological adjustment among international students	Menguji kondisi akulturasi persepsi jarak budaya, PGI, kemahiran bahasa dalam hubungannya dengan mediator berupa orientasi akulturasi 3 dimensi (tuan rumah, warisan, ekspatriat) dalam memprediksi penyesuaian psikologis di kalangan mahasiswa internasional di Belanda.	Efek langsung dan tidak langsung dari kondisi akulturasi pada penyesuaian; PGI tinggi, kecakapan bahasa Inggris dan Belanda tinggi, dan persepsi jarak budaya rendah dikaitkan dengan penyesuaian yang lebih baik.
5.	Mason (2019), Journal of Psychology in Africa-Scopus (Q3)	Personal growth initiative: Relation to Hedonia and Eudaimonia happiness among South African university students.	Menguji hubungan antara PGI dan kebahagiaan hedonis dan eudaimonik diantara sampel mahasiswa di Afrika Selatan.	PGI secara positif memprediksi skor mahasiswa yang dilaporkan pada langkah-langkah hedonis dan eudaimonik.
6.	Kugbey et al. (2018), Journal of Psychology in Africa-Scopus (Q3)	Emotional intelligence and personal growth initiative effects on subjective happiness among university students.	Menguji pengaruh kecerdasan emosional dan PGI terhadap tingkat kebahagiaan subjektif pada mahasiswa di Ghana.	Kecerdasan emosional dan domain perilaku yang disengaja dari pertumbuhan pribadi pada PGI dapat memprediksi tingkat kebahagiaan subyektif.
7.	de Jager-van Straaten et al. (2016), SA Journal of Industrial Psychology-Scopus (Q3)	Personal growth initiative among industrial psychology students in a higher education institution in South Africa.	Mengukur PGI mahasiswa psikologi industri dan organisasi di institusi pendidikan tinggi di Afrika Selatan, serta untuk mengeksplorasi perbedaan PGI antara kelompok demografis.	(1) Skala PGI adalah ukuran PGI yang valid dan dapat diandalkan, (2) PGI lazim di kalangan mahasiswa psikologi industri dan organisasi dan (3) PGI berbeda antara kelompok demografis tertentu.
8.	Beri & Jain (2016), Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities-Scopus (Q3)	Personal Growth Initiative among undergraduate students: Influence of emotional self efficacy and general well being.	Mengeksplorasi PGI, emotional self efficacy, dan general well being mahasiswa sarjana dan menganalisis hubungan antara PGI, emotional self efficacy, dan general well being.	Perempuan memiliki lebih banyak skor dalam PGI, emotional self efficacy, dan general well being dibandingkan dengan laki-laki. Siswa dari aliran sains jauh lebih baik dalam PGI, emotional self efficacy, dan general well being dibandingkan dengan

---

				mahasiswa sarjana seni dan perdagangan. Hubungan positif yang signifikan ditemukan antara PGI.
9.	Robitschek & Keyes (2009), <i>Journal of Counseling Psychology-Scopus (Q1)</i>	Keyes's Model of Mental Health With Personal Growth Initiative as a Parsimonious Predictor.	Menyelidiki replikasi struktur model kesehatan mental C. L. M. Keyes's (2002) dan menilai efektivitas PGI (Robitschek & Kashubeck, 1999) sebagai prediktor pelit (yaitu, 1 prediktor untuk banyak hasil) dari beberapa dimensi kesehatan mental.	Hasil pemodelan persamaan struktural didukung PGI sebagai prediktor pelit model kesehatan mental multidimensi Keyes untuk pria dan wanita di kedua kelompok.
10.	Ogunyemi & Mabekoje (2007), <i>Electronic Journal of Research in Educational Psychology-Scopus (Q3)</i>	Self-efficacy, risk-taking behavior and mental health as predictors of personal growth initiative among university undergraduates.	Menentukan kemandirian gabungan dan relatif dari self- efficacy, perilaku pengambilan risiko dan kesehatan mental pada PGI mahasiswa sarjana.	Perilaku pengambilan risiko dan self-efficacy bersama-sama memprediksi 8,7% variasi dalam PGI mahasiswa sarjana. Kesehatan mental bukanlah prediktor yang baik untuk PGI. Namun, perilaku pengambilan risiko, self-efficacy dan kesehatan mental berkorelasi positif satu sama lain, dan juga dengan PGI.
11.	Whittaker & Robitschek (2001), <i>Journal of Counseling Psychology-Scopus (Q1)</i>	Multidimensional family functioning: Predicting personal growth initiative.	Menguji hubungan antara fungsi keluarga multidimensi (yaitu, Proses Keluarga, Organisasi Keluarga, dan Pertumbuhan Pribadi) dan PGI.	Untuk laki-laki, Proses Keluarga dan Organisasi Keluarga menyumbang porsi unik yang signifikan dari varians dalam PGI. Bagi wanita, Proses Keluarga dan Pertumbuhan Pribadi menyumbang porsi unik yang signifikan dari varians dalam PGI. Klaster fungsi keluarga masing-masing menyumbang 26% dan 21% dari varian PGI untuk pria dan wanita.

---

Penelitian terdahulu telah dilakukan untuk melihat bagaimana *personal growth initiative* (PGI) berkontribusi dalam melindungi individu terhadap ketakutan terhadap *Coronavirus Deseas* (COVID-19) serta mendorong individu pada tingkat kepuasan hidup di tengah pandemi (Green & Yildirim, 2022). Adapun intervensi yang disarankan untuk meringankan ketakutan terhadap pandemi yaitu *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) (Green & Yildirim, 2022). CBT dapat digunakan sebagai strategi kesehatan mental yang berfungsi untuk mengatasi dampak psikologis yang ditimbulkan akibat COVID-19 (Ho et al., 2020). Intervensi CBT Internet (I-CBT) dapat digunakan dan efektif sebagaimana dibahas dalam meta-analisis yang dilakukan oleh Sijbrandij et al. (2016). Strategi CBT seperti visualisasi positif, identifikasi keyakinan yang mengalahkan diri sendiri, dan priming kognitif (gagasan bahwa paparan satu stimulus dapat mempengaruhi respons terhadap stimulus berikutnya) mungkin bermanfaat untuk menumbuhkan optimisme individu (Salzgeber, 2012).

Artikel kedua menunjukkan hasil bahwa peserta didik dengan *personal growth initiative* (PGI) yang lebih tinggi, lebih cenderung terpuaskan kebutuhan dasarnya; pada gilirannya, baik PGI maupun pemenuhan kebutuhan dasar dapat mengarah pada tingkat fungsi positif yang lebih tinggi (Weigold et al., 2020). Terdapat kemungkinan bahwa peserta didik dengan PGI lebih tinggi akan lebih mungkin menyadari kebutuhan mereka di pendidikan tinggi dan secara aktif mengambil langkah-langkah untuk memenuhinya untuk pertumbuhan dan kesehatan pribadi (Weigold et al., 2020). Mengingat adanya hubungan langsung dan tidak langsung yang signifikan dari PGI dengan hasil yang dinilai, maka terdapat kemungkinan bahwa membantu peserta didik untuk meningkatkan PGI dapat memberikan hasil positif bagi peserta didik, misalnya *Intentional Growth Training* (Weigold et al., 2020). Intervensi singkat *Intentional Growth Training* untuk meningkatkan keterampilan PGI telah terbukti meningkatkan PGI peserta didik dalam waktu satu minggu (Thoen & Robitschek, 2013). Kemudian, proses konseling juga terbukti meningkatkan PGI pada klien, bahkan ketika PGI tidak menjadi fokus dalam terapi (Weigold et al., 2018). Namun penelitian tentang pelatihan dan konseling untuk *intentional growth* masih relatif baru sehingga diperlukan pemeriksaan hasil jangka panjangnya (Weigold et al., 2020).

Studi pada artikel ketiga merupakan studi fenomenologi menggunakan *personal growth initiative* (PGI) sebagai lensa teoretis untuk mengeksplorasi pengalaman hidup penutur bahasa Inggris non-pribumi yang terdaftar dalam program doktoral di Amerika Serikat (Acquaye et al., 2020). Wawancara semi-terstruktur yang dilakukan pada artikel ini dikelompokkan pada empat faktor yaitu kesiapan untuk perubahan, perencanaan, penggunaan sumber daya, dan perilaku yang disengaja. Dalam penelitian ini, sampel tidak bertransisi secara linear di sepanjang empat faktor, tetapi berputar di antara faktor-faktor tersebut bergantung pada kebutuhan unik masing-masing individu. Konselor disarankan untuk memperhatikan PGI peserta didik internasional di pendidikan tinggi untuk membimbing mereka agar berhasil menyelesaikan program pendidikan mereka (Acquaye et al., 2020). Studi selanjutnya pada artikel keempat juga membahas mengenai subjek peserta didik internasional. Bagi peserta didik internasional, keterlibatan dengan budaya tuan rumah dimana mereka melaksanakan pendidikan mungkin sulit karena kurangnya kesempatan, kendala bahasa, dan sikap warga negara tuan rumah (Taušová et al., 2019). Temuan pada penelitian ini memiliki beberapa implikasi untuk bekerja dengan peserta didik internasional (misalnya, konseling, mentoring, menasihati, pengawasan, dll). Pertama, mendorong partisipasi dalam budaya tuan rumah dan ekspatriat (seseorang yang tinggal sementara maupun menetap di luar negara di mana dia dilahirkan dan dibesarkan) untuk meningkatkan penyesuaian psikologis (Taušová et al., 2019). Berbeda dengan kontak ekspatriat, keterlibatan dengan budaya tuan rumah mungkin sulit karena

kurangnya kesempatan, kendala bahasa, dan sikap warga negara tuan rumah. Karena itu, penelitian pada artikel ini mendorong peserta didik untuk mempelajari bahasa tuan rumah dan menumbuhkan perspektif untuk penyesuaian diri.

Temuan studi pada artikel kelima menekankan bahwa *personal growth initiative* (PGI) memainkan peran penting dalam mempromosikan kesejahteraan di kalangan peserta didik. Karena itu, konselor dan profesional psikologi lainnya yang bekerja dalam konteks pendidikan tinggi harus mempertimbangkan untuk menekankan pentingnya PGI sebagai komponen dalam bimbingan akademik (Mason, 2019). Berdasarkan temuan ini, maka keterampilan PGI dapat menjadi faktor penting untuk dipertimbangkan selama pemberian nasihat akademis kepada peserta didik tentang topik untuk mempromosikan kebahagiaan dan peningkatan *Subjective Wellbeing* (SWB), merangkul perubahan, dan belajar dengan cara proaktif (de Jager-van Straaten et al., 2016; van Zyl & Dhurup, 2018). Konsep PGI menawarkan ukuran operasional untuk menilai keterampilan intrapersonal individu mengenai niat untuk mengubah, tumbuh, dan terlibat dalam pembelajaran yang sedang berlangsung (Robitschek, 1998). Penelitian pada artikel keenam menguji apakah kecerdasan emosional dan *personal growth initiative* (PGI) di kalangan peserta didik di perguruan tinggi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan subjektif mereka. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa dan PGI memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kebahagiaan subjektif yang merupakan indikator kesejahteraan mereka (Kugbey et al., 2018). Oleh karena itu, penting bagi konselor pendidikan untuk memberikan bimbingan dan konseling holistik untuk meningkatkan kemampuan mengidentifikasi, mengelola, dan memanfaatkan emosi peserta didik (Kugbey et al., 2018). Temuan ini juga menunjukkan bahwa kebahagiaan peserta didik bergantung pada aset pribadi seperti kecerdasan emosional dan PGI daripada kesejahteraan materi saja (Kugbey et al., 2018).

Temuan penelitian pada artikel ketujuh (de Jager-van Straaten et al., 2016) menjelaskan bahwa kecenderungan individu untuk menetapkan tujuan berorientasi masa depan yang jelas dan berjuang untuk turut terlibat dalam menerapkan tujuan yang telah dibuat merupakan hasil penting dari tingkat *personal growth initiative* (PGI) (Shorey et al., 2007). Tinjauan literatur pada studi ini menyoroti pentingnya menjadi proaktif dalam kaitannya dengan pengembangan pribadi dan menyarankan bahwa mahasiswa psikologi industri harus bersedia menghabiskan banyak energi untuk mencari identitas mereka sendiri (Luyckx & Robitschek, 2014). Selanjutnya, penelitian ini memberikan saran sebagaimana (Veldsman & Gevers, 2014) bahwa memiliki *mindset* berkembang adalah hal yang sangat penting bagi mahasiswa psikologi industri karena aspek utama dari fokus profesi ini memerlukan kemampuan dalam mengelola karyawan untuk penyesuaian diri dan pertumbuhan optimal karyawan (de Jager-van Straaten et al., 2016). Artikel kedelapan menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *personal growth initiative* (PGI), *emotional self-efficacy*, dan *general well-being* di kalangan peserta didik tingkat sarjana. *General well-being* adalah prediktor kuat PGI dan berhubungan positif dengan PGI (Beri & Jain, 2016). Karena itu, psikolog dan konselor harus merancang program intervensi untuk mendorong *general well-being* peserta didik tingkat sarjana (Beri & Jain, 2016). Penelitian kesepuluh menemukan bahwa pola hubungan PGI yang mencolok dengan berbagai dimensi model kesehatan mental Keyes mungkin menunjukkan mekanisme pelit yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesehatan mental konseli pada dimensi spesifik, domain spesifik, dan keseluruhan (Robitschek & Keyes, 2009). Penelitian di masa depan dapat menentukan apakah mengajari konseli untuk terlibat dalam pertumbuhan pribadi yang lebih disengaja, pada kenyataannya dapat meningkatkan kesehatan mental mereka di berbagai dimensi (Robitschek & Keyes, 2009).

Penelitian kesepuluh menjelaskan bahwa pemerintah, pembuat kebijakan, administrator sekolah, termasuk konselor, dan personel penting lainnya dalam dunia pendidikan harus bekerja untuk “*membangkitkan kembali raksasa yang tertidur dalam diri peserta didik*” melalui pelaksanaan program intervensi yang dapat meningkatkan efikasi diri untuk mengambil inisiatif pertumbuhan pribadi di kalangan peserta didik (Ogunyemi & Mabekoje, 2007). Sebab kondisi dunia secara dinamis terus bergerak cepat seperti sekarang sehingga menjadikan keterampilan *personal growth initiative* (PGI) diperlukan untuk perkembangan dan kelangsungan hidup manusia (Ogunyemi & Mabekoje, 2007). Penelitian pada artikel kesebelas menjelaskan adanya hubungan antara fungsi keluarga multidimensi (yaitu, Proses Keluarga, Organisasi Keluarga, dan Pertumbuhan Pribadi) dengan *personal growth initiative* (PGI) (Whittaker & Robitschek, 2001). Artikel ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara PGI dan fungsi keluarga yang berbeda secara substansial untuk laki-laki dan perempuan, dimana pengalaman keluarga untuk setiap jenis kelamin sangat berbeda sehubungan dengan bagaimana laki-laki dan perempuan tumbuh dan berkembang sebagai individu dalam struktur keluarga. Artikel ini juga membahas bahwa lingkungan terapeutik mungkin perlu diubah agar sesuai dengan kebutuhan masing-masing jenis kelamin. Misalnya, ketika bekerja dengan wanita, mungkin penting bagi konselor pendidikan untuk mendorong pertumbuhan pribadi serta menyediakan lingkungan terapeutik yang aman di mana individu dapat mengeksplorasi dan mengekspresikan diri secara bebas tanpa merasa takut akan penolakan atau pengabaian (Whittaker & Robitschek, 2001). Dengan laki-laki, mungkin lebih penting untuk memberikan suasana terapeutik yang lebih terstruktur di mana organisasi dan otonomi ditekankan sebab pria mungkin merasa lebih nyaman mengeksplorasi proses pertumbuhan pribadi mereka sendiri dan mungkin mencari bimbingan yang terorganisir dari konselor daripada dukungan emosional untuk proses pertumbuhan (Whittaker & Robitschek, 2001). Bagaimanapun, mungkin paling penting untuk mempengaruhi struktur dan fokus terapi berdasarkan individu dan bagaimana dia merasakan pengaruh fungsi keluarga sehubungan dengan proses pertumbuhan pribadi (Whittaker & Robitschek, 2001).

## SIMPULAN

Dalam konteks dunia yang terus berubah, keterampilan PGI menjadi semakin penting untuk perkembangan dan kelangsungan hidup individu. Dengan demikian, penekanan pada pengembangan keterampilan PGI di lingkungan pendidikan, dukungan konseling holistik, dan penyesuaian intervensi dengan kebutuhan individu dapat menjadi langkah-langkah yang berpotensi meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan peserta didik. Berdasarkan *Systematic Literature Review* yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa peran konselor pendidikan terkait dengan tren penelitian *personal growth initiative* (PGI) yaitu: (a) Berfokus pada pengembangan PGI: Menjadi penting bagi konselor untuk mempromosikan dan mengembangkan PGI pada peserta didik. Sesi konseling dapat difokuskan pada bidang seperti pengembangan wawasan pribadi, tujuan hidup, orientasi masa depan, hambatan pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, kontrol persepsi, penguasaan lingkungan, rasa otonomi, dukungan sosial, dan pengambilan keputusan hidup sehari-hari; (b) Menggunakan intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT): Intervensi CBT, termasuk Internet CBT (I-CBT), dapat digunakan sebagai strategi kesehatan mental untuk mengatasi dampak psikologis pandemi COVID-19. Penerapan peningkatan keterampilan PGI dengan strategi CBT seperti visualisasi positif, identifikasi keyakinan yang mengalahkan diri sendiri, dan priming kognitif dapat membantu peserta didik dalam menumbuhkan optimism dan melindungi dari ketakutan terhadap COVID-19; (c) Memberikan *Intentional Growth Training*: Penelitian menunjukkan bahwa

*Intentional Growth Training* dapat meningkatkan PGI peserta didik. Konselor dapat menggunakan intervensi singkat seperti ini untuk membantu peserta didik meningkatkan keterampilan PGI mereka; (d) Memperhatikan peserta didik internasional: Konselor perlu memperhatikan peserta didik internasional di pendidikan tinggi, terutama dalam hal PGI dan penyesuaian diri mereka, termasuk terlibat dalam budaya dan bahasa tuan rumah. Membimbing peserta didik internasional untuk berhasil menyelesaikan program pendidikan mereka dapat menjadi fokus konselor; (e) Berfokus pada keterampilan PGI dalam bimbingan akademik: Keterampilan PGI merupakan faktor penting dalam meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan peserta didik. Konselor pendidikan dapat menekankan pentingnya PGI dalam bimbingan akademik, termasuk proaktif dalam perubahan, belajar secara proaktif, dan pengembangan diri; (f) Meningkatkan kemampuan mengelola emosi: Konselor pendidikan dapat memberikan bimbingan dan konseling holistik untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengidentifikasi, mengelola, dan memanfaatkan emosi mereka. Kemampuan ini, bersama dengan PGI, berkontribusi pada kebahagiaan subjektif dan kesejahteraan peserta didik; (g) Memperhatikan perbedaan gender dan fungsi keluarga: Dalam bekerja dengan peserta didik, konselor perlu memahami bahwa pengalaman pertumbuhan dan fungsi keluarga dapat berbeda antara laki-laki dan perempuan. Lingkungan terapeutik perlu disesuaikan dengan kebutuhan individu berdasarkan jenis kelamin. Saran yang dapat diberikan pada penelitian ini adalah penelitian masa depan diharapkan dapat mengeksplorasi hasil dari intervensi PGI dan pengaruhnya pada berbagai aspek kesehatan mental dan kehidupan individu.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP) di bawah Kementerian Keuangan Republik Indonesia yang telah mendukung penerbitan artikel ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Acquaye, H. E., Welch, C., Jacobs, L., & Ross, A. (2020). A phenomenological study of international students in US graduate programs through the lens of personal growth initiative construct. *Qualitative Report*, 25(10), 3762–3777. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2020.4496>
- Albeha, M., Fernandes, S., Mesquita, D., Seabra, F., & Ferreira-Oliveira, A. (2020). Graduate Employability and Competence Development in Higher Education—A Systematic Literature Review Using PRISMA. *Sustainability*, 12(15), 1–27.
- Beri, N., & Jain, M. (2016). Personal Growth Initiative among undergraduate students: Influence of emotional self efficacy and general well being. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 43–55. <https://doi.org/10.21659/rupkatha.v8n2.05>
- de Jager-van Straaten, A., Jorgensen, L., Hill, C., & Nel, J. A. (2016). Personal growth initiative among industrial psychology students in a higher education institution in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 42(1). <https://doi.org/10.4102/sajip.v42i1.1283>

Dortaj, F. (2022). *Effectiveness of Peace Education on Personal Growth Initiative increase in middle school students*. November. <https://doi.org/10.52547/JPS.21.110.337>

Green, Z. A., & Yıldırım, M. (2022). Personal growth initiative moderates the mediating effect of COVID-19 preventive behaviors between fear of COVID-19 and satisfaction with life. *Heliyon*, 8(6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09729>

Ho, C. S., Chee, C. Y., & Ho, R. C. (2020). Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 49(3), 155–160.

Keyes, C. L. M. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Research*, 43(2), 207–222.

Kugbey, N., Atefoe, E. A., Anakwah, N., Nyarko, K., & Atindanbila, S. (2018). Emotional intelligence and personal growth initiative effects on subjective happiness among university students. *Journal of Psychology in Africa*, 28(4), 261–266. <https://doi.org/10.1080/14330237.2018.1501894>

Liberati, A., Altman, D. G., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gøtzsche, P. C., Ioannidis, J. P. A., Clarke, M., Devereaux, P. J., Kleijnen, J., & Moher, D. (2009). The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate health care interventions: Explanation and elaboration. *PLoS Medicine*, 6(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000100>

Luyckx, K., & Robitschek, C. (2014). Personal growth initiative and identity formation in adolescence through young adulthood: Mediating processes on the pathway to well-being. *Journal of Adolescence*, 37(7), 973–981. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.07.009>

Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row. <https://doi.org/10.4135/9781446221815.n7>

Mason, H. D. (2019). Personal growth initiative: Relation to Hedonia and Eudaimonia happiness among South African university students. *Journal of Psychology in Africa*, 29(3), 260–264. <https://doi.org/10.1080/14330237.2019.1626133>

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., Altman, D., Antes, G., Atkins, D., Barbour, V., Barrowman, N., Berlin, J. A., Clark, J., Clarke, M., Cook, D., D'Amico, R., Deeks, J. J., Devereaux, P. J., Dickersin, K., Egger, M., Ernst, E., ... Tugwell, P. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>

Negovan, V., & Bogdan, C. (2013). Learning context and undergraduate students' needs for autonomy and competence, achievement motivation and personal growth initiative. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042813008689>

Ogunyemi, A. O., & Mabekoje, S. O. (2007). Self-efficacy, risk-taking behavior and

mental health as predictors of personal growth initiative among university undergraduates. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 5(12), 349–362.

Permendikbud. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. *Jakarta: Kemendikbud RI*, 1–38.

Reichwald, K. (2021). *Effectiveness of a Strengths Intervention on Personal Growth Initiative in Students: The Moderating Role of Hope*. arno.uvt.nl. <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=157458>

Robitschek, C. (1997). Life/career renewal: An intervention for vocational and other life transitions. *Journal of Career Development*, 24(2), 133–146. <https://doi.org/10.1177/089484539702400205>

Robitschek, C. (1998). Personal growth initiative: The construct and its measure. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 30(4), 183–198. <https://doi.org/10.1080/07481756.1998.12068941>

Robitschek, C. (1999). Further validation of the personal growth initiative scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 31(4), 197–210. [https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus\\_id/0033246357](https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/0033246357)

Robitschek, C. (2003). Validity of personal growth initiative scale scores with a Mexican American college student population. *Journal of Counseling Psychology*, 50(4), 496–502. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.4.496>

Robitschek, C., Ashton, M. W., Spring, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale-II. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 274–287. <https://doi.org/10.1037/a0027310>

Robitschek, C., & Cook, S. W. (1999). The influence of personal growth initiative and coping styles on career exploration and vocational identity. *Journal of Vocational Behavior*, 54(1), 127–141. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1998.1650>

Robitschek, C., & Kashubeck, S. (1999). A structural model of parental alcoholism, family functioning, and psychological health: The mediating effects of hardiness and personal growth orientation. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 159–172. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.46.2.159>

Robitschek, C., & Keyes, C. L. M. (2009). Keyes's Model of Mental Health With Personal Growth Initiative as a Parsimonious Predictor. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 321–329. <https://doi.org/10.1037/a0013954>

Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. In *Tâm lý*. Houghton Mifflin: Boston.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1068–

1081.

Salzgeber, A. M. (2012). *An Examination of an Optimism Training intervention on Optimism Levels of NCAA Division I Athletes: A Single Subject Design [Master's Dissertation]*. Georgia Southern University.

Shorey, H. S., Little, T. D., Snyder, C. R., Kluck, B., & Robitschek, C. (2007). Hope and personal growth initiative: A comparison of positive, future-oriented constructs. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1917–1926. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.06.011>

Sijbrandij, M., Kunovski, I., & Cuijpers, P. (2016). Effectiveness of Internet-Delivered Cognitive Behavioral Therapy for Posttraumatic Stress Disorder: a Systematic Review and Meta-Analysis. *Depression and Anxiety*, 33(9), 783–791. <https://doi.org/10.1002/da.22533>

Taušová, J., Bender, M., Dimitrova, R., & van de Vijver, F. (2019). The role of perceived cultural distance, personal growth initiative, language proficiencies, and tridimensional acculturation orientations for psychological adjustment among international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 69, 11–23. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2018.11.004>

Thoen, M. A., & Robitschek, C. (2013). Intentional growth training: Developing an intervention to increase personal growth initiative. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 5(2), 149–170. <https://doi.org/10.1111/aphw.12001>

van Zyl, Y., & Dhurup, M. (2018). Self-efficacy and its relationship with satisfaction with life and happiness among university students. *Journal of Psychology in Africa*, 28(5), 389–393. <https://doi.org/10.1080/14330237.2018.1528760>

Veldsman, S., & Gevers, W. (2014). Increased visibility and discoverability of South African health-related research. *South African Medical Journal*, 104(4), 287. <https://doi.org/10.7196/SAMJ.7934>

Weigold, I. K. (2020). Personal Growth Initiative and Mental Health: A Meta-Analysis. *Journal of Counseling and Development*, 98(4), 376–390. <https://doi.org/10.1002/jcad.12340>

Weigold, I. K., Boyle, R. A., Weigold, A., Antonucci, S. Z., Mitchell, H. B., & Martin-Wagar, C. A. (2018). Personal Growth Initiative in the Therapeutic Process: An Exploratory Study  $\psi$ . *Counseling Psychologist*, 46(4), 481–504. <https://doi.org/10.1177/0011000018774541>

Weigold, I. K., Weigold, A., Ling, S., & Jang, M. (2020). College as a Growth Opportunity: Assessing Personal Growth Initiative and Self-determination Theory. *Journal of Happiness Studies*, 22(5), 2143–2163. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00312-x>

Weigold, I. K., Weigold, A., Russell, E. J., & Drakeford, N. M. (2014). Examination of the Psychometric Properties of the Personal Growth Initiative Scale–II in African American College Students. *Assessment*, 21(6), 754–764.

<https://doi.org/10.1177/1073191114524019>

Whittaker, A. E., & Robitschek, C. (2001). Multidimensional family functioning: Predicting personal growth initiative. *Journal of Counseling Psychology, 48*(4), 420–427.  
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.4.420>