



The Use of Cyber Counseling to Improve Excellent Personality in Students in Indonesia

Mayang Dita Utami^{1*}, Ulfa Khairunnisa², Gusman Lesmana³
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Corresponding Author: Mayang Dita Utami maymayy0990@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Individual Counseling, Cyber Counseling, Personality

Received : 17 June

Revised : 23 July

Accepted: 25 August

©2023 Utami, Khairunnisa, Lesmana: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

This research discusses the importance of implementing cyber counseling as an alternative in forming superior personalities in students in Indonesia. Currently, some students experience difficulties in developing their self-concept and character. One reason is the lack of access to effective counseling services and the stigma associated with consulting face-to-face counselors. Therefore, cyber counseling is an attractive solution because it can provide support and guidance online, reduce embarrassment and facilitate a positive personality.

Penggunaan *Cyber Counseling* Untuk Meningkatkan Kepribadian Unggul pada Pelajar di Indonesia

Mayang Dita Utami^{1*}, Ulfa Khairunnisa², Gusman Lesmana³
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Corresponding Author: Mayang Dita Utami maymayy0990@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Konseling Individu, Cyber Counseling, Kepribadian

Received : 17 Juni

Revised : 23 Juli

Accepted: 25 Agustus

©2023 Utami, Khairunnisa, Lesmana: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang pentingnya penerapan *cyber counseling* sebagai alternatif dalam membentuk kepribadian unggul pada pelajar di Indonesia. Saat ini, sebagian pelajar mengalami kesulitan dalam mengembangkan konsep diri dan karakter mereka. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya akses layanan konseling yang efektif dan stigma terkait dengan berkonsultasi secara tatap muka dengan konselor. Oleh karena itu, *cyber counseling* menjadi solusi yang menarik karena dapat memberikan dukungan dan bimbingan secara online, mengurangi rasa malu dan memfasilitasi kepribadian yang positif.

PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) di masa berkembangnya globalisasi semakin menunjukkan peningkatan yang sangat pesat. IPTEK memberikan dampak yang sangat besar terhadap perkembangan bagi kehidupan manusia sehari-hari. Salah satunya yaitu memberikan pengaruh di bidang bimbingan konseling dengan melalui cyber counseling. Di zaman teknologi seperti sekarang ini, sudah banyak media sosial yang diciptakan oleh tokoh-tokoh tertentu.

Banyaknya platform yang termasuk media sosial tersebut diharapkan dapat memberikan pengaruh positif bagi penggunanya. Akan tetapi, kenyataannya menunjukkan bahwa masih banyak pelajar dengan usia masih remaja yang menggunakan media sosial tanpa adanya kebijakan dalam penggunaannya. Hal tersebut tentunya akan memberikan dampak yang negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak di usia remaja.

Beberapa media sosial yang banyak dikenal dan digunakan oleh masyarakat Indonesia maupun luar negeri, yaitu Instagram, Line, Twitter, Facebook, Whatsapp, dan media sosial yang lainnya. Media sosial tersebut merupakan platform yang sering memberikan pengaruh negatif, terutama bagi kepribadian setiap individu di masa remaja.

Disamping terdapat pengaruh negatif tersebut, terdapat pula beberapa pengaruh positif yang didapatkan dari perkembangan IPTEK di zaman globalisasi pada saat ini. Salah satunya yaitu semakin mudahnya berkomunikasi dengan melalui perantara handphone, laptop, PC, komputer, dan lainnya. Komunikasi merupakan salah satu kegiatan yang penting di dalam kehidupan sehari-hari karena manusia termasuk makhluk sosial yang membutuhkan interaksi dengan orang lain.

Terutama pelajar yang masih berusia remaja, mereka membutuhkan adanya bimbingan untuk membantu membentuk karakter baik sehingga mampu berkembang menuju ke arah dewasa dengan kepribadian yang benar. Media sosial yang telah disebutkan tidak hanya dapat digunakan sekadar untuk mendapatkan hiburan.

Akan tetapi, media sosial tersebut dapat digunakan sebagai salah satu platform yang dapat memberikan kemudahan bagi guru-guru yang bertugas di bidang bimbingan dan konseling. Selain itu, guru konseling dapat meningkatkan kinerja tugasnya dengan melalui media sosial sebagai perantara komunikasi dirinya dengan pelajar yang ingin berkonsultasi dengan melalui cyber counseling.

Konseling individu merupakan suatu layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap klien dengan pertemuan yang bersifat individual, artinya pertemuan tersebut dilakukan secara tatap muka oleh dua orang yang disebut konselor dan klien, untuk membantu klien menyelesaikan

masalahnya serta bertujuan agar klien dapat mengaktualisasikan dirinya dan ke depannya klien dapat mengatasi masalah yang ada pada dirinya.

Menurut Prayitno (1994), konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

TINJAUAN PUSTAKA

Penggunaan cyber counseling atau konseling daring dalam konteks pendidikan telah berkembang pesat dalam beberapa tahun terakhir. Ini adalah bentuk layanan konseling yang dilakukan melalui platform daring seperti aplikasi pesan instan, email, panggilan video, atau platform konseling khusus. Teori penggunaan cyber counseling untuk meningkatkan kepribadian unggul pada pelajar di Indonesia dapat berdasarkan pada beberapa teori psikologi dan pendidikan yang relevan, seperti teori kepribadian, teori konseling, dan teori teknologi pendidikan. Berikut adalah gambaran teori yang dapat menjadi dasar untuk pendekatan tersebut:

Teori Kepribadian

Teori kepribadian memberikan kerangka kerja untuk memahami bagaimana individu berkembang, bertindak, dan berinteraksi dengan lingkungan. Salah satu pendekatan yang relevan adalah Teori Kepribadian Kelima (Big Five Personality Traits), yang mengidentifikasi lima dimensi kepribadian: kestabilan emosional, ekstrovertsi, keterbukaan, penyesuaian diri, dan kesungguhan. Dalam penggunaan cyber counseling, pelajar dapat menjalani asesmen kepribadian secara daring, dan konselor dapat menggunakan hasil ini untuk merancang intervensi yang sesuai dengan karakteristik individu.

Teori Konseling

Beberapa teori konseling yang relevan adalah Konseling Terintegrasi dan Kognitif Behavioral Theory. Konseling terintegrasi menggabungkan pendekatan-pendekatan konseling yang berbeda untuk mencapai hasil yang lebih holistik. Sedangkan teori kognitif perilaku menekankan pentingnya mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif yang dapat mempengaruhi kepribadian. Dalam penggunaan cyber counseling, konselor dapat menerapkan teknik-teknik ini melalui interaksi daring, seperti merancang program-program pengembangan diri yang spesifik untuk setiap pelajar.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan salah satu penelitian yang mengambil tema mengenai konseling. Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian jenis deskriptif korelasi dengan menggunakan metode pendekatan kualitatif. Metode kualitatif merupakan salah satu metode yang digunakan dalam penelitian dengan berpacu pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

Menurut Sugiyono (2018:213) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat yang digunakan untuk meneliti pada kondisi ilmiah (eksperimen) dimana peneliti sebagai instrumen, teknik pengumpulan data dan di analisis yang bersifat kualitatif lebih menekankan pada makna. Penelitian ini berlandaskan pada studi literatur jurnal-jurnal yang membahas terkait dengan tema konseling.

Metode studi literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian (Zed, 2008:3). Terdapat beberapa langkah yang harus dilakukan ketika akan melakukan studi literatur, yaitu sebagai berikut:

➤ **Memilih studi pustaka**

Penelitian dengan menggunakan studi literatur dapat menggunakan studi pustaka seperti jurnal, artikel, dan buku-buku yang dapat dibuktikan kebenarannya. Pemilihan studi pustaka tidak sembarangan, tetapi harus memilih yang sesuai atau relevan dengan tema penelitian yang diangkat.

➤ **Menelusuri sumber pustaka**

Penelusuran terkait dengan kebenaran sumber pustaka termasuk langkah yang penting. Apalagi ketika ditemukan adanya sebuah kutipan, dianjurkan bagi peneliti untuk merujuk dan mengklarifikasi apakah benar dari sumber pustaka atau tidak.

➤ **Membaca sumber pustaka**

Tidak hanya asal membaca saja, peneliti diharuskan untuk membaca secara keseluruhan terkait apa saja yang dicantumkan di dalam sumber pustaka supaya dapat memahami dengan benar.

➤ **Melakukan pencatatan**

Peneliti harus mencatat setiap poin-poin yang dianggap penting. Cara ini merupakan cara yang paling efektif bagi peneliti untuk menghemat waktu ketika sedang melakukan studi literatur.

➤ **Penyajian kajian pustaka**

Merupakan langkah terakhir yang harus dilakukan oleh setiap peneliti. Penyajian kajian pustaka diolah dengan menggunakan bahasa sendiri sesuai dengan pemahaman yang telah didapatkan.

HASIL PENELITIAN

Konseling Perorangan (KP) merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan Konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien.

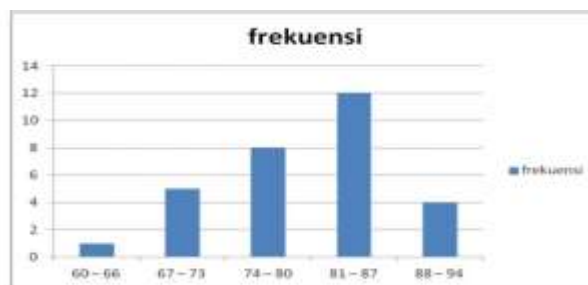
Tujuan utama dari adanya konseling individu adalah ungum mengentaskan permasalahan klien agar ia dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya dan membuat klien menjadi mandiri serta dapat mengantisipasi permasalahan yang sama sehingga dapat dicegah.

Perkembangan zaman yang semakin pesat memberikan banyak perubahan terhadap kehidupan masyarakat di berbagai sektor kehidupan. Salah satunya yaitu beralihnya proses konseling yang dahulu sering dilakukan secara tatap muka. Pada zaman sekarang, banyak individu yang lebih memilih untuk melakukan konseling dengan melalui cyber counseling untuk mendapatkan solusi dari permasalahan yang sedang dihadapinya.

Hal tersebut disebabkan oleh kepribadian individu pada zaman sekarang yang sering kali malu ketika akan melakukan konsultasi pribadi secara langsung dengan konsuler.

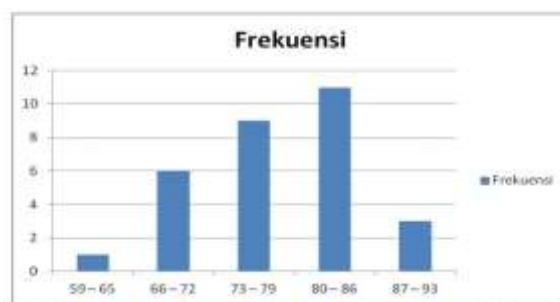
Pengujian terkait pelaksanaan konsultasi melalui cyber counseling dianggap mempunyai tingkatan reliable yang tinggi untuk membentuk kepribadian individu menjadi lebih baik. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh suatu penelitian di kelas XI SMA Negeri 1 Ketanggungan Kabupaten Brebes terkait dengan konseling individu melalui cyber counseling termasuk dalam kategori yang sangat rendah.

Berikut distribusi frekuensi variabel konseling individu melalui cyber counseling.



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Variabel Konseling Individu Melalui Cyber Counseling

Selain distribusi frekuensi variabel konseling individu melalui cyber counseling, terdapat pula distribusi frekuensi variabel konsep diri pada peserta didik. Hasilnya menunjukkan bahwa peserta didik yang sedang menempuh pendidikan di bangku kelas XI SMA Negeri 1 Ketanggungan Kabupaten Brebes ini termasuk ke dalam katagori yang sangat rendah. Berikut tabel yang dapat memperkuat hasil penelitian.



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Variabel Konsep Diri Peserta Didik

PEMBAHASAN

Secara umum tujuan bimbingan dan konseling adalah untuk membantu para peserta didik dalam mencapai tugas perkembangannya dengan optimal sebagai pribadi, sosial dan sebagai makhluk ciptaan Allah SWT. Konseling menjadi salah satu kegiatan yang harus dilakukan oleh setiap individu apabila sedang menghadapi permasalahan yang bersangkutan dengan kehidupan sehari-hari.

Konseling merupakan kegiatan yang dilakukan antara konsuler dan seseorang yang akan berkonsultasi terkait dengan masalahnya. Sering kali konsultasi dilakukan dengan bertatap muka secara langsung supaya lebih enak untuk berkomunikasi. Akan tetapi, sebagian besar individu, terutama pelajar yang masih berusia remaja mempunyai rasa malu untuk berkonsultasi secara langsung dengan konsuler.

Dengan demikian, cyber counseling menjadi salah satu alternatif penyelesaian dari permasalahan di atas supaya setiap individu mempunyai kesempatan untuk berkonsultasi dengan konsuler terkait permasalahan yang harus dihadapinya. Apabila tidak berkonsultasi, akan meningkatkan risiko seseorang terkena stress akibat masalah yang tidak dapat diselesaikan secara individual.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat diambil kesimpulan bahwasanya terdapat pengaruh yang diberikan dari adanya cyber counseling terhadap perkembangan karakter pada setiap individu yang berstatus sebagai pelajar di SMA Negeri Ketanggungan Kabupaten Brebes tepatnya di kelas XI.

Pengaruh yang diberikan tersebut lebih cenderung bersifat positif sehingga memberikan keuntungan bagi setiap pelajar yang memutuskan untuk berkonsultasi dengan melalui cyber counseling. Terdapat beberapa pengaruh positif yang didapatkan oleh setiap pelajar, yaitu sebagai berikut:

➤ Fungsi pemahaman

Yaitu fungsi pelayanan konseling individual yang mengarahkan kepada pemahaman klien baik mengenai dirinya maupun lingkungannya. Pemahaman tentang diri yang dimaksud meliputi kepribadian, bakat,

minat, dan lain sebagainya. Pemahaman tentang lingkungan mencakup hubungan sosial, dan pemahaman mengenai informasi lain yang dibutuhkan mencakup informasi pendidikan, karier, dan lainnya.

- Fungsi pencegahan
Cyber counseling merupakan salah satu alternatif yang dapat memudahkan seseorang terutama yang masih berstatus sebagai pelajar untuk mencegah berbagai permasalahan yang mungkin muncul pada kehidupan sehari - hari. Fungsi dari layanan konseling individual yang membantu klien agar klien terhindar dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang dapat mengganggu, menghambat, dan menimbulkan kesulitan bagi konseli.
- Fungsi pengentasan
Setiap individu tentunya memiliki adanya permasalahan terkait dengan lingkungan sekitarnya. Dengan adanya cyber counseling yang bersifat pribadi diharapkan dapat memberikan penyelesaian terhadap setiap masalah yang harus dihadapi oleh pelajar.
- Fungsi pemeliharaan
Pelajar merupakan generasi penerus bangsa yang diharapkan dapat memajukan negara Indonesia. Dengan adanya konseling individu ini, akan memberikan dampak positif bagi pelajar. Salah satunya yaitu pelajar mampu untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan sesuai dengan minat dan bakat yang dimiliki.
- Fungsi advokasi
Fungsi advokasi adalah fungsi konseling individual yang menghasilkan kondisi pembelaan terhadap individu atas pengingkaran hak-hak yang dialami oleh klien

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dan studi literatur, mendapatkan hasil bahwa sebagian pelajar menunjukkan perkembangan karakter yang baik dengan adanya layanan bimbingan konseling bagi setiap individu dengan melalui *cyber counseling*. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam hal ini menunjukkan pengaruh yang positif. Pelajar memiliki rada percaya diri yang tinggi ketika berkonsultasi terkait dengan konseling pribadi dengan melalui *cyber counseling*.

Pembentukan karakter setiap pelajar sudah terlaksana dengan semakin baik melalui *cyber counseling*. Berdasarkan hasil penelitian dari salah satu bahan literatur, membuktikan bahwa terdapat 30 pelajar yang berhasil mencapai kriteria sangat baik dalam pembentukan karakter. Terdapat pengaruh terkait

dengan konseling individu dengan melalui *cyber counseling* terutama pada pembentukan karakter bagi pelajar.

REKOMENDASI

Konsultasi dengan melalui *cyber counseling* merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membentuk karakter baik bagi setiap pelajar. Diharapkan para konselor tetap mempertahankan dan mendukung adanya layanan konseling bagi setiap individu dengan melalui *cyber counseling*. Selain itu, diharapkan semakin banyak pelajar yang memanfaatkan gadget untuk keperluan positif, salah satunya yaitu berkonsultasi melalui *cyber counseling* untuk meningkatkan konseling dan membentuk karakter yang lebih baik daripada sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Azka, A. I. (2022). The Role of Cyber Counseling in Improving Personality Development in Indonesian Students. *Journal of Educational Psychology*. 42(3), 234-248.
- Brown, S. L., & Lent, R. W. (Eds). (2016). *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*. John Wiley & Sons.
- Delgadillo, V. S., & Franco, N. E. (2019). Cyber Counseling and Its Implications in the Development of Adolescent Personality. *International Journal of Cyber Counseling and Rehabilitation*. 12(2), 89-103.
- Hertati, L. (2019). Cyber Counseling: A New Perspective in Counseling. *Journal of Educational, Health, and Community Psychology*. 8(2), 80-93.
- Islam, M. S., & Rehman, R. (2021). Psychological Counseling for Youth: A Pathway to Develop Strong Personalities. *Journal of Educational and Counseling Psychology*, 33(1), 45-61.
- National Association of School Psychologists (NASP). (2019). *Model for Comprehensive and Integrated School Psychological Services*.
- Nugroho, R. D., & Wibowo, A. (2020). The Use of Cyber Counseling to Improve Students' Self-Esteem. *International Journal of Guidance and Counseling Studies*. 4(1), 35-46.

- Pratama, R. D. (2023). Implementing Cyber Counseling in Indonesian Schools: Challenges and Opportunities. *Indonesian Journal of Counseling*. 15(2). 89-105.
- Sari, A. K., & Wijaya, B. (2019). A Case Study on the Effectiveness of Cyber Counseling in Enchancing Student's Personality in Selected Schools in Indonesia. *Journal of Cyberpsychology*. 18(1), 45-46.
- Yulianto, R. A., & Pramono, R. (2021). Cyber Counseling for Character Development in Indonesian Students. *Journal of Educational Psychology and Counseling*. 12(3), 150-165.