

P ISSN : 2503 - 1708

E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 10	NOMOR 1	EDISI April 2025	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

REALITA
JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
Penasehat : Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika
Penanggung Jawab : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

Editors in Chief

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Editors

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Section Editors

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Mutmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Reviewers

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (SINTA ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (SINTA ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Copyedit dan Layout

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Volume 10 Nomor 1 Edisi April 2025

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Alamat Redaksi:

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : realita@undikma.ac.id

Web : e-journal.undikma.ac.id

Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

DAFTAR ISI	Halaman
Alya Fallah Sofian, Fitri Yani, Suryani, Fahrurrozi, Eni Nuraini, Agus Sukirno, dan Asep Furqonuddin Peran BK Karir untuk Mempersiapkan SDM yang Berkualitas dalam Dunia Kerja	2562 – 2569
Hauzah ‘Abqoriyah Nabilah, Nazwa Nurul Khanifa, Wiryo Nuryono, dan Devi Ratnasari Penerapan Teknik Proyeksi Masa Depan untuk Mengelola Tuntutan Ekspektasi Orang Terdekat Serta Mencegah Penyalahgunaan Narkotika pada Mahasiswa	2570 – 2577
Ceri Novramdani, Futihat, Muhammad Haikal Farhan, dan Naeila Rifatil Muna Teknik <i>Self-Management</i> sebagai Upaya Mereduksi Perilaku Konsumtif pada Siswa	2578 – 2585
Putu Ayu Ratih Kumala Dewi, dan Firmanto Adi Nurcahyo Peran Keterlibatan Ayah terhadap Regulasi Emosi Remaja	2586 – 2599
Naufal Alawy, Novy Nur Mahmudah, Wiwin Luqna Hunaida, dan M. Fadhil Akbar Eksistensi Guru Bimbingan Konseling (BK) dalam Upaya Mewujudkan Profil Pelajar Pancasila di SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo	2600 – 2613
Febiyolla Usmaya, Zainal Fauzi, dan Ainun Heiriyah Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial di SMAN 12 Banjarmasin	2614 – 2621
Muh Madhani Rahmatullah, Dealova Savara, Rizqika Ghina Salsabila, Fahma Ningrum Rahmasari, Grace Luvita Artika Sinambela, dan Noni Bela Maulida Kolaborasi Guru BK dan Guru Matematika dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Matematika di SMAN 1 Pare	2622 – 2632
Adelia Putri Nawindi, Hariani Kumala Sari, Naaifah Zaahiroh, Mohammad Danar Zila Saputra, Meiliza Simanjuntak, dan Alysha Putri Salshabillah Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mempertahankan Motivasi Belajar Siswa di SMAN 5 Surabaya	2633 – 2640
Pecilia Defri Dinamika Pendekatan Bimbingan dan Konseling dalam Penguatan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Siswa	2641 – 2648
Neny Dwi Agustin, Wita Atikah Nuri, Devyta Maura A P, Nailunnajwa, Faya Fatimmatuz Zahro, dan Muhammad Luqman Baihaqi Analisis Kesulitan Belajar Akademik Siswa dan Respon Guru di SMA NU 1 Gresik: Studi Kasus Pendekatan Edukasi	2649 – 2655

Muhammad Silmi Kaffah, dan Muh. Syawal Hikmah Penerapan Teknik Genogram untuk Meningkatkan Kematangan Karier Siswa di Sekolah Menengah Atas	2656 – 2672
Amanda Clara Natalia, Lena Marianti, Esa Kurniati, Ily Zawani Binti Ali, Mohamad Syahmi Bin Mohamed Isa, Muhammad Nasrullah, dan Abdul Muhaimin Beban Psikologi Anak Anak yang Mengalami Perceraian Orang Tua Berbasis Literatur	2673 – 2681
Happy Fathimatur Rosyidah, Wahyu Lestari, Deni Setiawan, Sarwi, dan Ellianawati Pengembangan Instrument Penilaian Konsep Diri untuk Kepedulian Lingkungan pada Siswa SMP	2682 – 2688
Syahvira Amalie Chusna Assa’adah, Jumi’ati ‘Afifah, Afifah Nauffatih Yulianto, Anita Dhuwi Rahayu, Annisa Putri Rahmasari, dan Tirta Alma Sekarani Kolaborasi Guru Bimbingan dan Konseling dengan Guru Mata Pelajaran Terhadap Motivasi Belajar Siswa	2689 – 2698
Aluh Hartati dan Muhamad Syahrizal Ramadhani Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Sikap Tanggung Jawab Belajar Siswa MTs NWDI Bagik Polak	2699 – 2712
Hariadi Ahmad dan Ni Nyoman Ayu Yuliantari Hubungan antara <i>Beauty Privilege</i> dengan Remaja Perempuan di SMA Negeri 6 Mataram	2713 – 2737
Baiq Annisa Salwa Fadia, Syamsul Hadi, dan Dwi Widarna Lita Putri Analisis Regulasi Emosi dalam Menjalankan Perannya Sebagai Pendidik pada Guru Berkebutuhan Khusus	2738 – 2747
Nuraeni dan Mutiah Pengaruh Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modeling terhadap Perencanaan Karir Siswa Kelas XI di SMKN 2 Praya Tengah	2748 – 2755
Putri Awalia Zahro, dan Ari Khusumadewi Keefektifan Konseling Realita untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Santri di SMP Bilingual Terpadu Krian Sidoarjo	2756 – 2769
Jessica Festy Maharani dan Nila Handayani Pengaruh Konseling Behavior terhadap Kecemasan Belajar Siswa SMA ...	2770 – 2777

GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENGATASI DAMPAK NEGATIF PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DI SMAN 12 BANJARMASIN

Oleh:

Febiyolla Usmaya, Zainal Fauzi, dan Ainun Heiriyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam Kalimantan Muhammad
Arsyad Al Banjari, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam Kalimantan Muhammad
Arsyad Al Banjari, Banjarmasin, Kalimantan Selatan Indonesia

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam Kalimantan Muhammad
Arsyad Al Banjari, Banjarmasin, Kalimantan Selatan Indonesia

Email: usmaya0602@gmail.com, zainalf@uniska-bjm.ac.id,
ainunheiriyah@gmail.com

Abstract. *The social media that is currently popular in Indonesia is the TikTok application, this application is widely used by students. TikTok has positive and negative impacts. This study aims to identify the strategies implemented by Guidance and Counseling teachers at SMAN 12 Banjarmasin in overcoming the negative impacts of TikTok use on students. This study uses a descriptive qualitative approach. The subjects in this study were 2 Guidance and Counseling teachers and 8 students at SMAN 12 Banjarmasin. Data collection techniques through observation, interviews and documentation. The data analysis techniques of this study are data collection, data presentation, data condensation, and drawing conclusions/verification. The results of the study indicate that Guidance and Counseling (BK) teachers at SMAN 12 Banjarmasin have an important role in helping students manage the negative impacts of TikTok use, especially related to mental health and social interaction. BK teachers provide guidance both individually and classically, helping students understand the risks of addiction, stress, and social comparison that can be caused by social media. BK teacher strategies in overcoming the negative impacts of TikTok through routine education on healthy social media use, managing time, choosing wise content, and maintaining privacy.*
Keywords: *Teachers, Guidance and Counseling, Social Media, Role, Strategy.*

Abstrak. Media sosial yang sedang naik daun di Indonesia adalah aplikasi TikTok, aplikasi ini banyak digunakan oleh pelajar. Tiktok memberikan dampak positif dan negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi yang diterapkan oleh guru Bimbingan Konseling di SMAN 12 Banjarmasin dalam mengatasi dampak negatif penggunaan TikTok pada siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 guru Bimbingan dan Konseling dan 8 siswa di SMAN 12 Banjarmasin. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data penelitian ini yaitu pengumpulan data, penyajian data, data kondensasi, dan penarikan kesimpulan/vertifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru Bimbingan Konseling (BK) di SMAN 12 Banjarmasin memiliki peran penting dalam membantu siswa mengelola dampak negatif penggunaan TikTok, terutama terkait dengan kesehatan mental dan interaksi sosial. Guru BK memberikan bimbingan baik secara individu maupun klasikal, membantu siswa memahami risiko kecanduan, stres, dan perbandingan sosial yang dapat ditimbulkan oleh media sosial. Strategi guru BK dalam mengatasi dampak negatif tiktok melalui edukasi rutin tentang penggunaan media sosial yang sehat, mengelola waktu, memilih konten bijak, dan menjaga privasi.

Kata Kunci: *Guru, Bimbingan dan Konseling, Media Sosial, Peran, Strategi*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang sangat pesat di era globalisasi saat ini telah memberikan banyak manfaat dalam kemajuan diberbagai aspek sosial. Kini banyak media yang dapat digunakan manusia untuk dijadikan alat dalam berkomunikasi, demikian pula dengan media sosial yang dapat dengan mudah diakses melalui jaringan internet. Pada umumnya fungsi dari media sosial di antaranya untuk berbagi pesan dengan banyak pengguna media sosial itu sendiri, yaitu berupa berita (informasi), gambar (foto) dan juga tautan video (Ilahin, 2022). Media sosial tidak hanya dapat di akses di perangkat komputer, tetapi dengan adanya aplikasi di smartphome atau telepon pintar, maka semakin memudahkan masyarakat untuk mengakses media sosial kapan pun dan di mana pun (Setiadi, 2016).

Media sosial diartikan sebagai media yang mempunyai sistem jaringan dimana penggunaanya dapat berinteraksi secara aktif. Selain itu media sosial juga berguna untuk berbagi, berkreasi dan berbagi berbagai dokumen penting. Media sosial dapat mendekatkan jarak jauh dengan menggunakan internet. Menurut (Nasrullah, 2015), media sosial adalah medium di internet yang memungkinkan pengguna mempresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lainnya dan membentuk ikatan sosial secara virtual. Salah satu media sosial yang sedang naik daun di Indonesia adalah aplikasi TikTok. Pada awal berdirinya. menurut (Khairuni, 2016) aplikasi tiktok adalah aplikasi pembuatan video pendek dengan didukung musik yang juga bisa melihat video-video pendek dengan berbagai ekspresi masing-masing pembuatnya.

Tidak dapat dipungkiri penggunaan media sosial membawa

banyak perubahan dan kemudahan kepada penggunaanya (Agustina, 2018). Hal ini tentunya membawa dampak positif bagi penggunaanya seperti pendapat (Yuhandra et al., 2021) menjaga silaturahmi dengan kerabat maupun keluarga jauh, sebagai sumber belajar dan mengajar di media sosial, media penyebaran infomasi, memperluas jaringan perrtemananm mengembangkan kiterampilan dan sebagai media berkomunikasi. Selain dampak positif, media sosial juga dapat memberikan dampak negatif yaitu menyebabkan kurangnya sosialisasi dengan lingkungan sekitar, kurang konsentrasi dalam belajar, dan mudah terpengaruh oleh berita *hoax*. Menurut (Hafifah (2024) media sosial tiktok menyebabkan generasi remaja atau pelajar menunjukkan prilaku menyimpang yang tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku di lingkungan masyarakat (Hafifah et al., 2024).

Peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi sangat penting di sekolah, termasuk di SMAN 12 Banjarmasin. Guru BK memiliki tanggung jawab tidak hanya dalam mendampingi siswa yang mengalami masalah akademik atau perilaku, tetapi juga membantu mereka dalam menghadapi masalah sosial dan psikologis yang sering kali berkaitan dengan penggunaan media sosial (Ranakusuma et al., n.d.). Guru BK memiliki kompetensi untuk melakukan pendekatan personal kepada siswa yang mengalami kesulitan, serta memberikan bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan keterampilan emosional dan sosial (Kartini et al., 2020). Rohani (2022) juga berpendapat bahwa guru BK atau saat ini dikenal dengan konselor sekolah, berperan sangat penting dalam pembentukan pribadi seorang siswa, termasuk mengenali seluruh aspek yang berkaitan

dengan siswa. Permasalahan permasalahan yang dialami oleh siswa di lingkungan sekolah menjadi tanggung jawab konselor sekolah untuk mengentaskannya. Pengentasan masalah yang dialami oleh siswa di sekolah, guru BK memiliki cara serta strategi tersendiri, strategi tersebut juga disesuaikan dengan permasalahan siswa dan strategi ini biasa disebut dengan strategi layanan konseling dengan seorang remaja (Rohani et al., 2022).

Peneliti melakukan observasi dan wawancara singkat dengan guru BK dan pembimbing di SMAN 12 Banjarmasin. Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa lebih sering menggunakan ponsel di kantin dan area sekolah saat jam istirahat daripada berbincang dengan teman. Wawancara dengan guru mengungkap bahwa banyak siswa menggunakan ponsel di kelas saat guru mengajar, yang berdampak negatif pada konsentrasi, fokus, dan nilai akademik mereka. Guru juga melaporkan penurunan nilai ulangan dan tugas, serta kurangnya partisipasi siswa dalam pembelajaran. Selain itu, beberapa siswi mengunggah konten yang tidak sesuai dengan nilai sekolah, seperti berpakaian provokatif dan menari, lalu membagikannya di TikTok demi likes, views, atau followers. Untuk mengatasi dampak negatif media sosial, sekolah telah menetapkan aturan, seperti larangan penggunaan ponsel saat jam pelajaran, penggunaan media sosial secara etis, serta larangan membuat konten tidak pantas dengan seragam sekolah. Sekolah juga mendorong penggunaan media sosial untuk pembelajaran dan kreativitas, dengan tetap mengutamakan pengawasan agar disiplin dan etika tetap terjaga. Berdasarkan permasalahan tersebut sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam mengenai peran dan bagaimana strategi Guru Bimbingan

dan Konseling dalam menanggulangi dampak negatif sosial media di SMAN 12 Banjarmasin.

KAJIAN PUSTAKA

Menurut (Nasrullah, 2015) media sosial adalah medium di internet yang memungkinkan pengguna mempresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lainnya dan membentuk ikatan sosial secara virtual. Menurut Mulawarman dalam (Kosasih, 2019) pengguna media sosial menggunakannya sebagai sarana komunikasi dalam proses sosial.

Menurut Ws. Winkel (1997) Guru bimbingan dan konseling adalah seorang guru bidang studi yang telah mendapat pendidikan formal sebagai tenaga pembimbing, di samping tetap menjadi tenaga pengajar, ia berkedudukan sebagai tenaga bimbingan yang dibawah oleh penyuluh pendidikan dan bertugas memberi pelayanan bimbingan sejauh tidak bertentangan dengan tugasnya sebagai tenaga pengajar (Dewi, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 12 Banjarmasin. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 (dua) guru Bimbingan dan Konseling dan 8 (Delapan) siswa di SMAN 12 Banjarmasin. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji kredibilitas triangulasi sumber. Teknik analisis data yang digunakan dengan empat tahap yaitu pengumpulan data, penyajian data, data kondensasi, dan penarikan kesimpulan/vertifikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan TikTok di kalangan siswa SMAN 12 Banjarmasin menunjukkan variasi signifikan dalam frekuensi dan durasi pemakaian. Sebagian siswa mengaksesnya hampir setiap hari selama 1-4 jam, menjadikannya bagian rutinitas untuk hiburan, mengikuti tren, atau menonton video viral. Sebaliknya, ada siswa yang jarang menggunakannya, hanya sesekali, seperti seminggu sekali atau saat membutuhkan hiburan singkat. Mereka lebih memilih aktivitas lain, seperti bermain gim, menggunakan media sosial lain, atau kegiatan produktif. Variasi ini mencerminkan perbedaan preferensi dan tujuan siswa, meskipun TikTok tetap populer di kalangan mereka.

Penggunaan media sosial di lingkungan sekolah memiliki dampak positif dan negatif. Berdasarkan wawancara dengan delapan siswa, dampak positif yang mereka rasakan meliputi perluasan pengetahuan, peningkatan penampilan, kemudahan akses informasi, peningkatan kepercayaan diri, keterampilan sosial, dan peluang untuk berkreasi. Namun, ditemukan pula dampak negatif, khususnya dari penggunaan TikTok, seperti gangguan konsentrasi belajar, penurunan kepercayaan diri, risiko kecanduan, pemborosan waktu, kesulitan mengatur waktu, dan perubahan mood. Beberapa siswa diketahui mengakses TikTok selama jam pelajaran, di koridor sekolah, atau di kantin, yang mengganggu fokus dan menurunkan prestasi akademik. Guru BK juga melaporkan adanya siswa yang aktif menggunakan ponsel di kelas, menyebabkan nilai tugas dan ulangan menurun serta partisipasi dalam pembelajaran berkurang. Selain itu, ditemukan beberapa siswi yang mengunggah konten tidak sesuai dengan nilai-nilai sekolah, seperti mengenakan

pakaian provokatif dan menari, demi memperoleh likes, views, atau followers di TikTok. Fenomena ini menunjukkan pentingnya pengawasan dan edukasi terkait penggunaan media sosial di kalangan siswa.

Guru BK di SMAN 12 Banjarmasin memiliki peran vital dalam menangani dampak negatif penggunaan TikTok terhadap kesehatan mental dan interaksi sosial siswa. Guru BK untuk mengatasi dampak negatif TikTok pada siswa adalah dengan mengadakan sesi bimbingan klasikal yang membahas berbagai isu terkait media sosial, termasuk perundungan daring, kecanduan, dan penyebaran informasi palsu. Mereka juga memberi perhatian khusus pada dampak negatif TikTok terhadap perkembangan pribadi dan sosial siswa. Salah satu topik yang sering dibahas adalah bagaimana penggunaan TikTok dapat memperburuk kesehatan mental siswa, seperti rendahnya rasa percaya diri akibat seringnya melakukan perbandingan sosial. Dalam hal ini, guru BK berusaha untuk membantu siswa untuk menyaring informasi yang mereka terima dan menghindari konten yang dapat mempengaruhi mereka secara negatif.

Menurut (Purwadini et al., 2023) salah satu dampak terbesar dari penggunaan media sosial seperti TikTok adalah kecanduan dan gangguan dalam kehidupan sosial. Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang sering terpapar konten media sosial cenderung mengalami gangguan mental seperti kecemasan dan depresi, yang sering kali dipicu oleh perbandingan sosial yang terjadi di platform tersebut. Namun, media sosial memiliki potensi besar dalam mendukung pendidikan dan perkembangan siswa. Untuk memaksimalkan manfaat dan meminimalkan dampak negatif, diperlukan literasi digital, bimbingan,

dan pengawasan dari guru serta orang tua, serta kebijakan penggunaan yang jelas. Oleh karena itu, guru BK di SMAN 12 Banjarmasin berupaya memberikan bimbingan tentang penggunaan media sosial yang sehat untuk memitigasi dampak negatif tersebut.

Langkah konkret yang telah dilakukan oleh guru BK untuk mengatasi dampak negatif TikTok pada siswa adalah dengan mengadakan sesi bimbingan klasikal yang membahas berbagai isu terkait media sosial, termasuk perundungan daring, kecanduan, dan penyebaran informasi palsu. Mereka juga memberi perhatian khusus pada dampak negatif TikTok terhadap perkembangan pribadi dan sosial siswa. Salah satu topik yang sering dibahas adalah bagaimana penggunaan TikTok dapat memperburuk kesehatan mental siswa, seperti rendahnya rasa percaya diri akibat seringnya melakukan perbandingan sosial. Dalam hal ini, guru BK berusaha untuk membantu siswa untuk menyaring informasi yang mereka terima dan menghindari konten yang dapat mempengaruhi mereka secara negatif.

Guru BK di SMAN 12 Banjarmasin bekerja sama dengan orang tua dan wali kelas untuk memantau penggunaan media sosial siswa, terutama TikTok, dan memberikan edukasi tentang pengelolaan waktu layar. Diskusi rutin dengan siswa mencakup bahaya kecanduan, perundungan daring, dan dampak negatif media sosial pada kesehatan mental. Siswa diajak berbagi pengalaman, menganalisis kasus nyata, dan belajar menggunakan media sosial secara bijak dan bertanggung jawab. Program ini bertujuan menciptakan lingkungan yang mendukung penggunaan media sosial secara sehat melalui kolaborasi guru, siswa, dan orang tua, sekaligus melatih

keterampilan komunikasi, berpikir kritis, dan pengelolaan emosi.

Strategi utama yang digunakan adalah memberikan edukasi secara rutin mengenai penggunaan media sosial yang sehat. Guru BK memberikan pemahaman kepada siswa tentang penggunaan media sosial, khususnya TikTok, secara bijak. Siswa diajarkan cara mengatur waktu penggunaan media sosial, mengenali tanda-tanda kecanduan, serta mengatasi stres akibat interaksi online. Guru BK juga melatih keterampilan komunikasi yang benar dengan mengajarkan cara menyampaikan pendapat dengan jelas, tegas, dan sopan di dunia maya. Selain itu, siswa dilatih untuk memahami cara merespon komentar negatif atau provokatif dengan bijak, serta mengenali kapan harus mengabaikan atau melaporkan perilaku yang tidak pantas. Siswa juga diajak menganalisis cara membedakan informasi yang valid dan palsu di media sosial. Tujuannya adalah untuk melatih pola pikir kritis sehingga mereka dapat menyaring informasi dengan bijak dan tidak mudah terpengaruh oleh misinformasi.

Guru BK juga mengajarkan siswa untuk lebih selektif dalam memilih konten yang mereka konsumsi dan bagikan, serta pentingnya menjaga privasi mereka di dunia maya. Pembelajaran tentang privasi digital ini penting, mengingat banyaknya kasus *cyberbullying* dan penyalahgunaan data pribadi yang terjadi di media sosial. Dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya privasi, siswa diharapkan dapat menggunakan TikTok dengan lebih bijak dan tidak tergoda untuk terlibat dalam perilaku yang merugikan di dunia maya. Penelitian (Reno Rahmadiansyah Srg, 2024) juga menunjukkan bahwa pendidikan literasi digital yang tepat dapat meningkatkan kesadaran anak dan remaja mengenai risiko yang ada, serta

memberi mereka keterampilan untuk menggunakan media sosial secara aman.

Guru BK juga menciptakan lingkungan yang nyaman bagi siswa untuk berbicara tentang pengalaman mereka di dunia maya. Ini mencakup sesi konseling individu, di mana siswa bisa berbagi perasaan mereka terkait tekanan sosial atau kecemasan yang timbul akibat interaksi di TikTok. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Rosen et al., 2013) yang menjelaskan bahwa interaksi sosial yang negatif di media sosial dapat menurunkan kualitas hubungan sosial dan meningkatkan rasa terasing di kalangan remaja. Oleh karena itu, memberikan ruang bagi siswa untuk berbicara dan mencari dukungan emosional sangat penting dalam mengatasi dampak negatif media sosial.

Kolaborasi antara guru BK, wali kelas, dan orang tua di SMAN 12 Banjarmasin bertujuan memantau dan mengedukasi siswa mengenai penggunaan media sosial yang sehat. Guru BK bekerja sama dengan wali kelas untuk menangani aduan terkait perilaku siswa di media sosial, sementara orang tua dilibatkan dalam pengawasan di rumah dan diskusi saat terjadi pelanggaran serius. Langkah ini bertujuan membangun sinergi antara sekolah dan keluarga dalam membimbing siswa menggunakan media sosial secara bijak. Penelitian oleh (Kurniawan, 2020) menyebutkan bahwa keterlibatan orang tua dalam pengawasan penggunaan media sosial dapat membantu remaja menghindari dampak negatif, seperti kecanduan dan gangguan psikologis. Orang tua yang aktif memberikan arahan dan mendiskusikan dampak negatif media sosial dengan anak-anak mereka cenderung lebih berhasil dalam membimbing mereka untuk menggunakan media sosial secara sehat.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru Bimbingan Konseling di SMAN 12 Banjarmasin memiliki peran penting dalam membantu siswa mengelola dampak negatif penggunaan TikTok, terutama terkait dengan kesehatan mental dan interaksi sosial. Guru BK memberikan bimbingan baik secara individu maupun klasikal, membantu siswa memahami risiko kecanduan, stres, dan perbandingan sosial yang dapat ditimbulkan oleh media sosial. Strategi guru BK dalam mengatasi dampak negatif tiktok melalui edukasi rutin tentang penggunaan media sosial yang sehat, mengelola waktu, memilih konten bijak, dan menjaga privasi. Penelitian ini menyarankan perlunya pengintegrasian literasi digital dalam kurikulum sekolah, guru BK dapat memperkuat pendekatan yang lebih personal dengan mengadakan sesi lebih intensif terkait dampak negatif media sosial, serta memfasilitasi diskusi kelompok yang membahas pengalaman siswa. Selain itu, diperlukan kolaborasi orang tua dan wali kelas untuk menciptakan pemahaman bersama kepada siswa terkait dampak negatif media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L. (2018). Live Video Streaming Sebagai Bentuk Perkembangan Fitur Media Sosial. *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(1), 17–23. <https://doi.org/10.17933/diakom.v1i1.16>
- Dewi, R. K. (2017). *Strategi Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Membentuk perilaku Disiplin Pada Siswa UPTD SMP Negeri 1 Mojo Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017*. IAIN Kediri.
- Hafifah, S. N., Purwandari, D. A., & Kurniawan, N. (2024). Perubahan

- Perilaku Sosial Siswa Pengguna Media Sosial Tik-Tok di SMPN 222 Jakarta. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(3), 3877–3887.
<https://jicnusantara.com/index.php/jicn>
- Ilahin, N. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik-Tok terhadap Karakter Siswa Kelas V Madrasah Ibtidaiyah. *IBTIDA': Media Komunikasi Hasil Penelitian Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 03(01), 112–119.
- Kartini, I. I., Rohaeti, E. E., & Fatimah, S. (2020). Gambaran motivasi belajar peserta didik saat pandemi covid 19 (Studi Kasus pada Peserta Didik Kelas VII SMP N 1 Arjasari yang sedang Belajar dari Rumah karena Pandemi Covid 19). *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3(4), 140.
<https://doi.org/10.22460/fokus.v3i4.5334>
- Khairuni, N. (2016). Dampak positif dan negatif sosial media terhadap pendidikan akhlak anak (Studi Kasus di SMP Negeri 2 Kelas VIII Banda Aceh). *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 91.
<https://doi.org/10.22373/je.v2i1.693>
- Kosasih, E. (2019). Literasi Media Sosial dalam Pemasarakatan Sikap Moderasi Beragama. *Jurnal Bimas Islam*, 12(2), 263–296.
<https://doi.org/10.37302/jbi.v12i2.118>
- Nasrullah, R. (2015). *Media sosial: Perspektif komunikasi, budaya, dan sosioteknologi*. Simbiosis Rekatama Media.
- Purwadani, A. P., Syafitri, E. N., & Wiyani, C. (2023). Kecanduan penggunaan media sosial tik tok dengan tingkat stress pada siswa sma kelas x di sma kolombo. *SBY: Proceedings*, 2(1).
- Ranakusuma, O. I., Trisiswati, M., & Utami, S. P. (n.d.). *Sejahtera Universitas Yarsi Dan Guru Bimbingan*. 79–87.
- Reno Rahmadiansyah Srg. (2024). The rapid advancement of information and communication technology has significantly impacted the lives of children and adolescents. While social media offers numerous benefits, its irresponsible use can lead to risks of personal data abuse and cybercrime. *Merkurius: Jurnal Riset Sistem Informasi Dan Teknik Informatika*, 2(6), 101–109.
<https://doi.org/10.61132/merkurius.v2i6.405>
- Rohani, Husnul Madinah, & Aminah. (2022). Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Mengatasi Masalah Siswa Merokok di SMA Negeri 1 Anjir Muara. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 6040–6054.
- Rosen, L. D., Mark Carrier, L., & Cheever, N. A. (2013). Facebook and texting made me do it: Media-induced task-switching while studying. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 948–958.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.001>
- Setiadi, A. (2016). Pemanfaatan Media Sosial untuk efektifitas komunikasi.Cakrawala. *Jurnal Humaniora Universitas Bina Sarana Informatika, Vol. 16* (2(1)).
- Yuhandra, E., Akhmaddhian, S., Fathanudien, A., & Tendiyanto, T. (2021). Penyuluhan Hukum Tentang Dampak Positif dan

Negatif Penggunaan Gadget dan
Media Sosial. *Jurnal Pengabdian
Masyarakat*, 4(1).



UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

**JURNAL
REALITA**

**VOLUME
10**

**NOMOR
1**

**EDISI
April 2025**

**P ISSN : 2503 - 1708
E ISSN : 2722 - 7340**



Alamat Redaksi:

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

ISSN 2722-7340

