# LITERATUR REVIEW: LAYANAN *CYBER COUNSELING* PADA SISWA SAAT MASA PANDEMI COVID-19

**Oleh:**

**Brigitta Anastasya Indri Pratiwi, Abdul Muhid, dan Siti Alfiyah Nasiroh**

Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya

Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya

SMK Negeri 1 Wonoasri, Kabupaten Madiun

Email: [brigitta326@gmail.com](mailto:brigitta326@gmail.com), [abdulmuhid@uinsby.ac.id](mailto:abdulmuhid@uinsby.ac.id), [alphyimoet@gmail.com](mailto:alphyimoet@gmail.com)

**Abstrak**. Situasi pandemic Covid-19 memaksa guru bimbingan dan konseling untuk beradaptasi akibat adanya peraturan study from home bagi siswa sehingga bimbingan dan konseling yang semula dilakukan dengan tatap muka kini beralih menjadi konseling online atau dalam istilah bimbingan dan konseling disebut cyber counseling. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan cyber counseling pada siswa dimasa pandemic Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kepustakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan cyber counseling dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dinyatakan efektif dan disarankan dalam situasi pandemic covid-19.

**Kata Kunci**: *Cyber counseling, pandemi covid-19, study from home*

**Abstract**. *The Covid-19 pandemic situation forces guidance and counseling teachers to adapt due to the study from home regulations for students so that guidance and counseling that was originally carried out face-to-face has now switched to online counseling or in terms of guidance and counseling it is called cyber counseling. This study aims to determine how the application of cyber counseling to students during the Covid-19 pandemic. The research method used is literature study. The results showed that the use of cyber counseling in the implementation of guidance and counseling services was declared effective and recommended in the covid-19 pandemic situation.*

**Keywords:** *Cyber counseling, pandemic covid-19, study from home*

**PENDAHULUAN**

Sekarang ini di Indonesia dan dunia sedang menghadapi wabah virus *Covid-19*. *Covid-19* merupakan golongan virus dari *coronavirus* yaitu *severe acute respiratory syndrome corona virus 2* (SARS-CoV-2) yang dapat mengganggu system pernapasan, gejalanya mulai dari yang ringan seperti flu sampai pnueumonia (Yuliana, 2020). Virus tersebut muncul pertama kali di akhir Desember 2019 di Wuhan, Tiongkok (Huang et al., 2020). Penularan virus ini sangat cepat hingga akhirnya menyebar keseluruh dunia termasuk Indonesia.

Beberapa negara mengambil kebijakan *lockdown* agar mencegah semakin menyebarnya virus Covid-19, karena penyebarannya yang sangat cepat. Pemerintah Indonesia membuat kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mencegah semakin menyebarnya virus ini (Saputra & Salma, 2020). Adanya PSBB ini membuat masyarakat dilarang untuk berinteraksi dengan jarak dekat, pemerintah memberikan anjuran untuk menjaga jarak 1 meter satu dengan lainnya, pemerintah juga menganjurkan agar masyarakat rajin mencuci tangan, rajin menjaga kebersihan dan jika tidak ada kepetingan yang mendesak masyarakat dianjurkan tetap berada dirumah (*stay at home*) (Rusdiana et al., 2020).

Menurut Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) sector pendidikan adalah salah satu yang terdampak akan adanya virus ini (Purwanto et al., 2020). Pemerintah Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 Tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran *covid*-19 di dunia Pendidikan, sebagai upaya pencegahan menularnya virus *covid-19* di lingkungan sekolah dan Perguruan Tinggi. Kemendikbud memberikan instruksi agar tiap-tiap sekolah memberlakukan pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan menyarankan agar peserta didik untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar di rumah masing-masing (*study from home*) (Oktafia & Siti, 2020).

Tujuan dari diselenggarakannya *study from home* agar kegiatan belajar mengajar dapat berjalan seperti biasa walau menggunakan via onlie atau daring. Begitu juga dengan pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, peserta didik harus tetap diberi layanan bimbingan dan konseling oleh guru bimbingan dan konseling. Pemberian layanan konseling pada peserta didik dapat dilakukan melalui berbagai aplikasi yang dapat mendukung seperti *google meet, skype, zoom* dan juga *whatsApp* (Firda & Atikah, 2020). Beberapa aplikasi pendukung sangat membantu proses berjalannya konseling, salah satunya adalah aplikasi *cyber counseling*. *Cyber counseling* merupakan layanan konseling profesional yang dilakukan oleh konselor dan konseli dengan bertatap muka secara online dari layar monitor komputer/*smartphone* atau melalui *video conference* yang dapat dilakukan kapan atau dimana saja dantanpa menuntut kehadiran-kedua belah pihak secara fisik (Saputra et al., 2020).

Menyadari pentingnya layanan *cyber couseling* pada masa pandemic *Covid*-19. Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji bagaimana layanan *cyber counseling* diberikan saat masa pandemi. Sebenarnya sebelum pandemic *covid-19, cyber counseling* sudah mulai banyak yang menerapkan. Disaat pandemic seperti ini *cyber counseling* sangat dibutuhkan dan disarankan digunakan oleh konselor ataupun guru bimbingan dan konseling.

**METODE**

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kepustakaan. Menurut Mardalis (dalam Mirzaqon & Purwoko, 2017) studi kepustakaan yaitu suatu studi atau penelitian yang menggunakan cara dengan mengumpulkan berbagai informasi serta data dari berbagai macam sumber yang ada di dalam perpustakaan seperti buku, dokumen, kisah-kisah sejarah, jurnal ilmiah, dsb. Adapun sumber yang digunakan antara lain buku-buku, jurnal ilmiah, dan sumber lain yang relevan. Penelitian ini mendeskripsikan layanan *cyber counceling* saat masa pandemic *Covid-19* pada siswa.

**Hasil dan Pembahasan**

*Cyber counseling* diartikan sebagai praktek konseling profesional yang memanfaatkan media elektronik atau internet untuk berkomunikasi antara konselor dan konseli (Prasetiawan, 2016). *Cyber counceling* merupakan pemberian layanan konseling dengan memanfaatkan media atau internet sehingga tidak terbatas pada jarak dan waktu. *Cyber* sendiri berarti internet atau dunia maya, sedangkan *counceling* berarti proses pemberian layanan konseling kepada konseli secara terstruktur dan sistematis yang dilakukan oleh konselor professional (Saputra et al., 2020). Dapat disimpulkan bahwa *cyber* *counseling* atau *counseling online* yaitu proses konseling yang dilakukan oleh konselor yang menggunakan alat bantu jaringan untuk berkomunikasi dengan konseli (Kirana, 2019).

Proses konseling dengan *cyber counseling* menggunakan alat-alat elektronik seperti laptop, tablet, *handphone*, ataupun perangkat lainnya dan tersambung oleh perangkat lunak yang berbasis jaringan internet atau *cyber* yang digunakan dalam bidang pendidikan, khususnya dalam proses konseling (Bastemur & Bastemur, 2015). Beberapa perangkat lunak yang dapat digunakan dalam proses *cyber counseling* diantaranya e-mail, *whatsApp, skype*, *messenger*, *zoom*, dan *google meet* (Aisa, 2020). Pada prinsipnya tahapan konseling pada *cyber counseling* sama dengan konseling *face to face* atau tatap muka (Pasmawati, 2016).

Kecanggihan teknologi yang semakin berkembang berdampak signifikan di berbagai aspek ilmu pengetahuan. Salah satunya pada pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Adanya bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu mencapai perkembangan yang optimal pada diri peserta didik (Santoso, 2013). Proses pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling harus memperhatikan faktor-faktor yang mendukung dalam proses pemberian layanan bimbingan dan konseling khususnya yang berkaitan dengan layanan konseling (Saputra et al., 2020)

Menurut Flurentin (2016) tiga komponen utama yang ada di sekolah salah satunya adalah keberadaan bimbingan dan konseling, oleh karena itu guru bimbingan dan konseling dituntut untuk dapat beradaptasi disegala perubahan yang ada. Seperti saat ini dikala sedang terjadi pandemic Covid-19 yang membuat guru dan siswa tidak sapat bertatap muka akibat diterapkannya *study from home* untuk mencegah virus semakin menyebar. Salah satu inovasi yang sangat dibutuhkan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling adalah konseling online atau dapat disebut layanan *cyber counseling* (Sukoco & M. Arif Budiman, 2019). Hal tersebut mempermudah guru BK dalam pemberian layanan konseling pada masa pandemi, guru BK/konselor di sekolah dapat menggunakan media berbasis teknologi. Banyak sekali media *cyber counseling* yang dapat digunakan oleh guru BK dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling kepada peserta didik tanpa harus bertatap muka secara langsung (Aisa, 2020).

*Cyber counseling* dapat digunakan dalam pemberian layanan bimbingan individu. Pemberian layanan bimbingan individu ini berguna dalam membantu siswa untuk berkembang menjadi individu yang mandiri, taat beragama serta sehat secara fisik dan juga psikis (Nurihsan, 2005). Guru bimbingan dan konseling dapat memberikan motivasi melalui *teleconference* atau yang lainnya guna menguatkan siswa disaat pandemic *Covid*-19 (Firda & Atikah, 2020).

Pemberian layanan bimbingan kelompok bisa dilakukan melalui aplikasi *zoom* atau *google meet*. Bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan kelompok agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau membantu antar anggota kelompok guna mencapai tujuan bersama dengan cara menyediakan berbagai informasi dan mengarahkan untuk berdiskusi (Wibowo, 2005). Hal tersebut dilakukan agar dalam dinamika interaksi sosial para anggota kelompok dapat berpartisipasi secara aktif, menyumbang ide dalam pembahasan masalah, serta menyerap macam-macam informasi untuk diri sendiri (Amti, 2008). Selain itu, untuk layanan bimbingan karier guru bimbingan dan konseling dapat memberikan gambaran karier dan video atau film dari seorang tokoh sehingga siswa dapat mengambil sisi positifnya (Firda & Atikah, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Eni & Dzulfikar (2020) yang berjudul pengembangan model layanan bimbingan dan konseling melalui *cybercounseling* berbasis web untuk meningkatkan *self-regulated learning* pada siswa SMA terbukti efektif. Siswa dapat fokus dalam mencapai tujuan pembelajaran, menumbuhkan motivasi pada diri sendiri dan membangun tingkat kepercayaan diri untuk optimalisasi pembelajaran, serta mampu mengontrol proses pembelajaran.

Hasil penelitian Syam (2020) tentang mereduksi kecemasan belajar siswa melalui konseling individu berbasis *cybercounseling* menemukan bahwa konseling individu melalui *cybercounseling* mampu menurunkan tingkat kecemasan belajar siswa yang sebelumnya ada pada kategori tinggi dan juga sangat tinggi menjadi sedang dan rendah. Dengan hasil tersebut, maka layanan konseling individu berbasis *cyber counseling* efektif dalam menurunkan kecemasan belajar pada siswa.

Penelitian Sukoco & M. Arif Budiman (2019) tentang pengaruh konseling individu melalui *cyber counseling* terhadap pembentukan konsep diri peserta didik dengan 30 subjek menujukkan hasil bahwa terdapat pengaruh konseling individu melalui *cyber counseling* terhadap pembentukan konsep diri pada peserta didik. Pada dasarnya pembentukan konsep diri peserta didik melalui *cyber counseling* berkategori tinggi. Hal tersebut dilihat dari angka ketercapaian kriteria yang sangat tinggi.

Penelitian mengenai pengembangan *Cyber counseling* sebagai layanan konseling model untuk siswa sekolah menengah di era digital yang dilakukan oleh I Ketut (2020) menunjukkan bahwa akseptabilitas model dan pedoman *cyber counseling* yang dikembangkan dalam penelitian tersebut sangat tinggi. Selain itu, model dan pedoman *cyber counseling* efektif sebagai model layanan konseling bagi siswa SMA di era digital. Berdasarkan temuan tersebut, guru bimbingan dan konseling disarankan untuk menggunakan *cyber counseling* sebagai model konseling untuk membantu siswa mencapai kemandirian dan menyelesaikan masalah yang dihadapi karena *cyber counseling* memiliki beberapa keunggulan jika dibandingkan dengan konseling tatap muka.

**SIMPULAN**

Disaat pandemic *Covid-19* sekarang ini kecanggihan teknologi sangat dibutuhkan untuk membantu proses belajar mengajar siswa akibat diterapkannya *study from home* oleh pemerintah untuk menekan angka penyebaran virus *corona*. Termasuk juga dalam proses pemberian layanan bimbingan dan konseling yang diharuskan menggunakan *cyber counseling* guna mencegah menularnya virus di lingkungan sekolah. *Cyber counceling* merupakan pemberian layanan konseling dengan memanfaatkan media atau internet sehingga tidak terbatas oleh jarak dan waktu. Guru BK/konselor dan siswa/konseli dapat menggunakan media diantaranya *whatsapp, zoom, skype, e-mail, google meet*, dan lain sebagainya. Pada dasarnya proses pemberian layanan *cyber counseling* sama dengan layanan konseling seperti biasa atau tatap muka. Dari beberapa penelitian yang telah dipaparkan bahwa penggunaan *cyber counseling* dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling dinyatakan efektif dan disarankan dalam situasi pandemic *covid-19*.

**DAFTAR PUSTAKA**

Aisa, A. (2020). *Layanan Cybercounseling Pada Masa Pandemi*. *1*(2), 35–47. http://ejournal.iainmadura.ac.id/index.php/educons/article/view/3715

Amti, P. dan E. (2008). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Perdana Publishing.

Bastemur, S., & Bastemur, E. (2015). Technology Based Counseling: Perspectives of Turkish Counselors. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *176*(1998), 431–438. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.493

Eni, F., & Dzulfikar. (2020). Model Aplikasi Cybercounseling Islami Berbasis Web Meningkatkan Self-Regulated Learning Siswa SMA. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, *2*. http://journal.uny.ac.id/index.php/jitp

Firda, E., & Atikah, J. F. (2020). Layanan Bimbingan dan Konseling Ditengah Pandemi COVID-19. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, *1*(1), 490–494. https://ojs.abkinjatim.org/index.php/ojspdabkin/article/download/77/64

Flurentin, E. (2016). *Manajemen Bimbingan dan Konseling*. UM Press.

Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., Zhang, L., Fan, G., Xu, J., Gu, X., Cheng, Z., Yu, T., Xia, J., Wei, Y., Wu, W., Xie, X., Yin, W., Li, H., Liu, M., … Cao, B. (2020). Clinical Features of Patients Infected with 2019 Novel Coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, *395*(10223), 497–506. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30183-5

I Ketut, G. (2020). The Development of Cyber Counseling as a Counseling Service Model for High School Students in the Digital Age. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, *9*(2), 301. https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v9i2.25469

Kirana, D. L. (2019). Cyber Counseling sebagai Salah Satu Model. *Al-Tazkiah*, *8*(1), 57–61. https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/altazkiah/article/download/1101/568

Mirzaqon, A. T., & Purwoko, B. (2017). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Expressive Writing Library. *Jurnal BK UNESA*, 1–8.https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/22037

Nurihsan, A. J. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling* (Issue 3). Refika Aditama.

Oktafia, & Siti. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, *8*. https://doi.org/10.1093/fampra/cmy005

Pasmawati, H. (2016). Cyber Counseling Metode Pengembangan Layanan Kounseling di Era Global. *Jurnal Ilmiah Syi’ar*, *vol 16*(1). https://doi.org/10.29300/syr.v16i2.1269

Prasetiawan, H. (2016). Cyber Counseling Assisted with Facebook to Reduce Online Game Addiction. *Jurnal of Guidance and Counseling*, *6*(1), 28–36. https://ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/bk/article/view/409

Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, *2*(1), 1–12. https://ummaspul.e-journal.id/Edupsycouns/article/view/397

Rusdiana, A., Sulhan, M., Arifin, I. Z., & Kamludin, U. A. (2020). Application of the POE2WE Model Based on Google Classroom Blended Learning in Learning during the WFH Covid-19 Pandemic. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, *24*(8), 1–10. http://digilib.uinsgd.ac.id/31014/

Santoso, D. B. (2013). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Universitas Negeri Malang.

Saputra, H., & Salma, N. (2020). Dampak PSBB dan PSBB Transisi di DKI Jakarta dalam Pengendalian COVID-19. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *16*(3), 282–292. https://doi.org/10.30597/mkmi.v16i3.11042

Saputra, Hidayatullah, Abdullah, & Muslihati. (2020). Pelaksanaan Layanan Cyber Counseling Pada Era Society 5.0: Kajian Konseptual. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Malang*, *5*, 73–79. http://conference.um.ac.id/index.php/bk/article/view/61

Sukoco, K., & M. Arif Budiman, S. (2019). Konseling Individu Melalui Cyber Counseling Terhadap Pembentukan Konsep Diri Peserta Didik. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, *3*(1), 6. https://doi.org/10.26740/bikotetik.v3n1.p6-10

Syam, S. (2020). *Mereduksi Kecemasan Belajar Siswa Melalui Konseling Individu Berbasis Cyber Counseling*. *9*(2), 105–113. https://doi.org/10.34005/akademika.

Wibowo, M. E. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. UNNES Press.

Yuliana. (2020). Corona Virus Diseases (Covid-19); Sebuah Tinjauan Literatur. *Wellnes and Healthy Magazine*, *2*(February), 124–137. https://doi.org/10.2307/j.ctvzxxb18.12