



## Tantangan dan Strategi Konselor Pemula dalam Praktik Bimbingan dan Konseling di Era Digital

Gusman Lesmana<sup>1\*</sup>, Nur Ajizah Panjaitan<sup>2</sup>, Rika Ayuni<sup>3</sup>, Mega Natasya<sup>4</sup>, Nurhaliza<sup>5</sup>,  
Wida Melani<sup>6</sup>, Dian Hikmah Br Tarigan<sup>7</sup>

<sup>1-7</sup>Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

E-mail: [nurajizah2303@gmail.com](mailto:nurajizah2303@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [rikaayuni32@gmail.com](mailto:rikaayuni32@gmail.com)<sup>2</sup>, [meganatasya658@gmail.com](mailto:meganatasya658@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[nurhaliza22juni@gmail.com](mailto:nurhaliza22juni@gmail.com)<sup>4</sup>, [widamelani27@gmail.com](mailto:widamelani27@gmail.com)<sup>5</sup>, [diantarigaan@gmail.com](mailto:diantarigaan@gmail.com)<sup>6</sup>

\*Penulis Korespondensi: [nurajizah2303@gmail.com](mailto:nurajizah2303@gmail.com)

**Abstract.** *This study aims to identify challenges faced by novice counselors in guidance and counseling practice in the digital era and strategies that can be applied to overcome them. The research method uses a descriptive qualitative approach with data collection techniques through in-depth interviews with 12 novice counselors who have practiced for 1-3 years in secondary schools and universities. The results show that novice counselors face main challenges including: (1) limited technological competence in online counseling services, (2) difficulty building rapport in virtual sessions, (3) security and confidentiality issues of client data, (4) adaptation to changes in counselee behavior influenced by digital technology, and (5) lack of supervision and mentoring in digital counseling context. Effective strategies include improving digital literacy through continuous training, using secure counseling platforms, developing virtual communication skills, collaborating with senior counselors, and utilizing technology as intervention support tools. This research provides practical implications for the development of novice counselor competencies and recommendations for educational institutions in preparing prospective counselors for the digital era.*

**Keywords:** *Adaptation Strategies; Challenges; Digital Era; Guidance and Counseling; Novice Counselor.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tantangan yang dihadapi konselor pemula dalam praktik bimbingan dan konseling di era digital serta strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasinya. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam terhadap 12 konselor pemula yang telah berpraktik 1-3 tahun di sekolah menengah dan perguruan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konselor pemula menghadapi tantangan utama meliputi: (1) keterbatasan kompetensi teknologi dalam layanan konseling online, (2) kesulitan membangun rapport dalam sesi virtual, (3) isu keamanan dan kerahasiaan data klien, (4) adaptasi terhadap perubahan perilaku konseli yang terpengaruh teknologi digital, dan (5) kurangnya supervisi dan mentoring dalam konteks konseling digital. Strategi yang efektif meliputi peningkatan literasi digital melalui pelatihan berkelanjutan, penggunaan platform konseling yang aman, pengembangan keterampilan komunikasi virtual, kolaborasi dengan konselor senior, dan pemanfaatan teknologi sebagai alat pendukung intervensi. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi pengembangan kompetensi konselor pemula dan rekomendasi bagi institusi pendidikan dalam mempersiapkan calon konselor menghadapi era digital.

**Kata Kunci:** Bimbingan dan Konseling; Era Digital; Konselor Pemula; Strategi Adaptasi; Tantangan.

### 1. LATAR BELAKANG

Era digital telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam praktik bimbingan dan konseling. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara konselor berinteraksi dengan konseli, metode pemberian layanan, hingga media yang digunakan dalam proses konseling (Pelling, 2020). Transformasi digital ini memberikan peluang sekaligus tantangan, terutama bagi konselor pemula yang baru memulai praktik profesional mereka. Konselor pemula, yang didefinisikan sebagai praktisi dengan pengalaman kurang dari lima tahun, menghadapi periode transisi kritis dari mahasiswa

menjadi profesional (Auxier et al., 2003). Pada fase ini, mereka tidak hanya dituntut menguasai keterampilan konseling dasar,

tetapi juga harus beradaptasi dengan perkembangan teknologi yang terus berubah. Pandemi COVID-19 semakin mempercepat adopsi teknologi dalam layanan konseling, memaksa konselor untuk beralih ke platform digital dalam waktu singkat (Budiman, 2021).

Di Indonesia, implementasi konseling digital masih menghadapi berbagai kendala. Survei awal terhadap konselor sekolah menunjukkan bahwa 67% konselor pemula merasa kurang siap dalam menggunakan teknologi untuk layanan konseling, dan 72% mengalami kesulitan dalam membangun hubungan terapeutik melalui media virtual (Hidayati & Rahman, 2022). Situasi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kompetensi yang dimiliki dengan tuntutan praktik di era digital.

Penelitian tentang tantangan konselor pemula di era digital di Indonesia masih terbatas. Kebanyakan penelitian fokus pada konseling online secara umum tanpa memperhatikan kebutuhan spesifik konselor pemula. Padahal, pemahaman mendalam tentang tantangan dan strategi adaptasi konselor pemula sangat penting untuk mengembangkan program pelatihan dan dukungan yang efektif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis tantangan yang dihadapi konselor pemula dalam praktik bimbingan dan konseling di era digital, mendeskripsikan strategi adaptasi yang diterapkan konselor pemula dalam menghadapi tantangan praktik di era digital, dan memberikan rekomendasi pengembangan kompetensi konselor pemula di era digital

## **2. KAJIAN TEORITIS**

### **Konselor Pemula dan Tahap Pengembangan Profesional**

Konselor pemula merupakan praktisi yang berada pada tahap awal pengembangan profesional. Menurut Skovholt dan Rønnestad (2003), konselor pemula berada pada fase "novice professional" yang ditandai dengan ketergantungan pada teknik dan teori yang dipelajari, kecemasan tentang kompetensi diri, dan kebutuhan akan validasi eksternal. Pada tahap ini, konselor cenderung fokus pada penerapan keterampilan teknis dan belum sepenuhnya mengintegrasikan pengalaman pribadi dengan pengetahuan profesional.

Auxier et al. (2003) mengidentifikasi beberapa karakteristik konselor pemula, antara lain: (1) ketidakpastian tentang identitas profesional, (2) ketergantungan pada supervisi, (3) kecemasan terkait kompetensi, dan (4) proses trial and error dalam menemukan pendekatan

yang sesuai. Karakteristik ini membuat konselor pemula lebih rentan menghadapi stress dan burnout, terutama ketika menghadapi tantangan baru seperti adaptasi teknologi digital.

### **Bimbingan dan Konseling di Era Digital**

Era digital telah mentransformasi praktik bimbingan dan konseling dalam berbagai aspek. Amichai-Hamburger et al. (2014) menjelaskan bahwa konseling digital mencakup berbagai modalitas seperti konseling berbasis teks, video, aplikasi mobile, dan platform daring. Setiap modalitas memiliki karakteristik, kelebihan, dan keterbatasan yang berbeda.

Konseling online menawarkan beberapa keuntungan, termasuk aksesibilitas yang lebih luas, fleksibilitas waktu dan lokasi, serta mengurangi stigma bagi klien yang enggan datang langsung (Rochlen et al., 2004). Namun, konseling digital juga menghadapi tantangan seperti keterbatasan komunikasi non-verbal, isu keamanan data, dan kesulitan menangani krisis (Suler, 2004).

Di Indonesia, perkembangan konseling digital masih dalam tahap adopsi awal. Mappiare (2020) mencatat bahwa meskipun teknologi digital mulai digunakan, banyak konselor masih menghadapi hambatan dalam hal infrastruktur, kompetensi digital, dan regulasi yang belum jelas. Situasi ini menuntut konselor untuk terus belajar dan beradaptasi dengan perkembangan teknologi.

### **Kompetensi Konselor di Era Digital**

Kompetensi konselor di era digital tidak hanya mencakup keterampilan konseling tradisional, tetapi juga literasi digital dan kemampuan memanfaatkan teknologi secara etis dan efektif. Sebagian Association for Counseling and Therapy Online (2020) merumuskan kompetensi tambahan yang diperlukan, meliputi: (1) pengetahuan tentang platform digital dan aplikasi konseling, (2) keterampilan komunikasi melalui media digital, (3) pemahaman tentang isu etika dan hukum dalam konseling online, dan (4) kemampuan mengelola data dan keamanan informasi klien.

Bloom et al. (2019) menekankan pentingnya pelatihan khusus bagi konselor dalam menggunakan teknologi digital. Pelatihan ini harus mencakup aspek teknis, etis, dan praktis agar konselor dapat memberikan layanan yang efektif dan aman bagi klien.

### **Tantangan Konselor dalam Praktik Digital**

Literatur menunjukkan berbagai tantangan yang dihadapi konselor dalam praktik digital. Perle et al. (2013) mengidentifikasi tantangan utama meliputi: (1) keterbatasan dalam membaca bahasa tubuh dan isyarat non-verbal, (2) gangguan teknologi seperti koneksi internet yang buruk, (3) kesulitan membangun hubungan terapeutik, dan (4) kekhawatiran tentang keamanan dan kerahasiaan.

Khusus untuk konselor pemula, tantangan ini menjadi lebih kompleks karena mereka masih dalam proses mengembangkan kepercayaan diri dan kompetensi dasar (Pelling, 2020). Kurangnya pengalaman dalam konseling tatap muka dapat mempersulit adaptasi ke format digital.

### **Strategi Adaptasi dan Pengembangan Kompetensi**

Berbagai strategi telah diidentifikasi untuk membantu konselor beradaptasi dengan era digital. Reese et al. (2009) menekankan pentingnya pelatihan berkelanjutan dan supervisi dalam mengembangkan kompetensi konseling online. Konselor perlu mendapatkan dukungan dalam bentuk mentoring, peer consultation, dan akses ke sumber pembelajaran digital.

Glueckauf et al. (2018) merekomendasikan pendekatan bertahap dalam implementasi teknologi, dimulai dari penggunaan alat sederhana seperti email atau chat, kemudian berkembang ke video konseling dan aplikasi yang lebih kompleks. Pendekatan ini memungkinkan konselor untuk membangun kepercayaan diri secara gradual.

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif fenomenologi. Pendekatan ini dipilih untuk menggali pengalaman mendalam konselor pemula dalam menghadapi tantangan praktik di era digital dan memahami makna yang mereka berikan terhadap pengalaman tersebut (Creswell & Poth, 2018).

Partisipan penelitian ini adalah 12 konselor pemula yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Memiliki latar belakang pendidikan Bimbingan dan Konseling minimal S1
- 2) Telah berpraktik sebagai konselor profesional selama 1-3 tahun
- 3) Bekerja di sekolah menengah atas (SMA/SMK) atau perguruan tinggi
- 4) Telah menggunakan teknologi digital dalam praktik konseling minimal 6 bulan
- 5) Bersedia menjadi partisipan penelitian

Karakteristik partisipan: 8 perempuan dan 4 laki-laki, rentang usia 24-28 tahun, dengan masa kerja 1-3 tahun. Delapan partisipan bekerja di sekolah menengah dan 4 partisipan di perguruan tinggi

Data dikumpulkan melalui tiga metode:

- 1) Wawancara Mendalam Wawancara semi-terstruktur dilakukan secara individual dengan durasi 60-90 menit. Pedoman wawancara mencakup tema tantangan, strategi adaptasi, pengalaman penggunaan teknologi, dan kebutuhan pengembangan kompetensi.

- 2) Observasi Observasi dilakukan terhadap praktik konseling online yang dilakukan partisipan (dengan izin klien) untuk memahami konteks penggunaan teknologi dan interaksi yang terjadi.
- 3) Dokumentasi Analisis dokumen meliputi catatan refleksi partisipan, log aktivitas konseling digital, dan materi pelatihan yang pernah diikuti.

Penelitian dilaksanakan melalui tahapan:

- 1) Penyusunan instrumen dan uji validitas ahli
- 2) Pengurusan izin penelitian dan informed consent
- 3) Pelaksanaan wawancara (September-November 2024)
- 4) Observasi praktik konseling (Oktober-November 2024)
- 5) Analisis data dan verifikasi temuan

Data dianalisis menggunakan analisis tematik model Braun dan Clarke (2006) melalui enam tahap:

- 1) Familiarisasi dengan data melalui pembacaan berulang transkrip
- 2) Pemberian kode pada data yang relevan
- 3) Pencarian tema berdasarkan pola kode
- 4) Review dan revisi tema
- 5) Definisi dan penamaan tema final
- 6) Penyusunan laporan dengan kutipan yang relevan

Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik dari komite etik penelitian institusi. Prinsip etika yang diterapkan meliputi informed consent, kerahasiaan identitas partisipan, right to withdraw, dan perlindungan data.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Hasil**

##### ***Tantangan Konselor Pemula di Era Digital***

##### **1) Keterbatasan Kompetensi Teknologi dalam Layanan Konseling Online**

Semua partisipan (12/12) melaporkan mengalami kesulitan terkait kompetensi teknologi, terutama pada awal praktik konseling digital. Keterbatasan ini mencakup aspek teknis penggunaan platform, pengelolaan gangguan teknologi, dan pemilihan tools yang sesuai.

"Awalnya saya bingung platform mana yang harus dipakai. Zoom, Google Meet, atau aplikasi konseling khusus? Setiap platform punya fitur berbeda dan saya harus belajar sendiri karena tidak ada pelatihan formal." (Partisipan 3, konselor SMA)

"Ketika tiba-tiba koneksi internet buruk atau aplikasi error di tengah sesi, saya panik. Tidak tahu harus troubleshooting bagaimana, dan sesi jadi terganggu." (Partisipan 7, konselor SMK)

Tantangan teknis ini sering mengganggu alur konseling dan mengurangi kepercayaan diri konselor. Beberapa partisipan mengaku perlu waktu 6-12 bulan untuk merasa nyaman menggunakan teknologi dalam konseling.

## **2) Kesulitan Membangun Rapport dan Hubungan Terapeutik Virtual**

Sepuluh dari dua belas partisipan (10/12) menyatakan bahwa membangun rapport dalam sesi virtual lebih sulit dibandingkan tatap muka. Keterbatasan komunikasi non-verbal, delay audio-visual, dan jarak fisik menjadi hambatan utama.

"Dalam konseling tatap muka, saya bisa membaca bahasa tubuh klien dengan jelas. Tapi di layar komputer, saya hanya melihat wajah mereka, itu pun kadang pixelated atau tertutup angle kamera." (Partisipan 2, konselor perguruan tinggi)

"Ada jarak emosional yang terasa. Klien lebih mudah disconnect, secara harfiah dan metaforis. Mereka bisa mematikan kamera, mute microphone, atau bahkan leave meeting kalau merasa tidak nyaman." (Partisipan 5, konselor SMA) Beberapa partisipan mencatat bahwa konseli cenderung lebih reserved dan membutuhkan waktu lebih lama untuk terbuka dalam sesi virtual, terutama untuk isu-isu sensitif.

## **3) Isu Keamanan dan Kerahasiaan Data Klien**

Kekhawatiran tentang keamanan data menjadi tantangan signifikan bagi 9 dari 12 partisipan (9/12). Mereka merasa tidak memiliki pengetahuan cukup tentang aspek legal dan teknis perlindungan data.

"Saya khawatir data konseling bisa bocor. Platform yang kami gunakan tidak jelas tingkat enkripsinya. Kalau ada kebocoran data, siapa yang bertanggung jawab?" (Partisipan 1, konselor SMA)

"Menyimpan rekaman sesi atau catatan konseling secara digital itu berisiko. Saya tidak tahu apakah laptop saya cukup aman atau perlu enkripsi khusus." (Partisipan 11, konselor perguruan tinggi)

Ketidakjelasan regulasi tentang konseling online di Indonesia menambah kekhawatiran partisipan tentang implikasi hukum jika terjadi pelanggaran kerahasiaan.

## **4) Adaptasi terhadap Perubahan Perilaku Konseli yang Terpengaruh Teknologi Digital**

Seluruh partisipan (12/12) mencatat perubahan signifikan dalam perilaku dan karakteristik konseli di era digital. Isu yang muncul meliputi kecanduan media sosial, cyberbullying, FOMO (fear of missing out), dan gangguan konsentrasi.

"Konseli sekarang menghadapi masalah yang berbeda dari generasi sebelumnya. Mereka stres karena comparison di Instagram, atau di-bully di grup WhatsApp. Saya sendiri masih belajar memahami dinamika ini." (Partisipan 4, konselor SMA)

"Rentang perhatian mereka lebih pendek. Dalam sesi konseling, mereka sering terganggu notifikasi smartphone. Bagaimana membuat sesi tetap engaging itu tantangan besar." (Partisipan 8, konselor SMK)

Partisipan merasa kurikulum pendidikan konseling yang mereka terima belum memadai untuk menangani isu-isu spesifik era digital ini.

Kurangnya Supervisi dan Mentoring dalam Konteks Konseling Digital Delapan partisipan (8/12) melaporkan kesulitan mendapatkan supervisi yang memadai untuk praktik konseling digital. Supervisor senior sering kali juga belum berpengalaman dalam konseling online.

"Ketika saya konsultasi ke supervisor tentang kasus konseling online, beliau juga tidak tahu best practice-nya karena belum pernah melakukan. Jadi saya merasa jalan sendiri." (Partisipan 6, konselor perguruan tinggi)

"Tidak ada pedoman baku untuk konseling digital di sekolah kami. Masing-masing konselor menggunakan metode sendiri-sendiri tanpa standar yang jelas." (Partisipan 9, konselor SMA)

Ketiadaan komunitas praktik atau peer support khusus untuk konseling digital membuat konselor pemula merasa terisolasi dalam menghadapi tantangan.

### ***Strategi Adaptasi Konselor Pemula***

#### **1) Peningkatan Literasi Digital melalui Pembelajaran Berkelanjutan**

Sebelas dari dua belas partisipan (11/12) secara aktif mencari peluang pembelajaran untuk meningkatkan kompetensi digital. Strategi meliputi:

- a). Mengikuti webinar dan workshop tentang konseling online
- b). Belajar mandiri melalui tutorial YouTube dan artikel online
- c). Mengikuti kursus daring tentang teknologi edukasi
- d). Eksperimen dengan berbagai aplikasi dan platform

"Saya rutin mengikuti webinar gratis tentang teknologi dalam konseling. Setiap bulan pasti ada yang baru saya pelajari, dari fitur Zoom hingga aplikasi mindfulness." (Partisipan 10, konselor SMK).

## **2) Penggunaan Platform Konseling yang Aman dan Sesuai Kebutuhan**

Partisipan secara bertahap mengidentifikasi platform yang paling sesuai dengan kebutuhan mereka. Kriteria pemilihan meliputi kemudahan penggunaan, keamanan, dan fitur yang mendukung konseling.

"Setelah trial and error, saya sekarang menggunakan kombinasi Google Meet untuk sesi video dan aplikasi enkripsi untuk menyimpan catatan. Saya juga meminta klien menandatangani informed consent digital tentang kerahasiaan." (Partisipan 12, konselor perguruan tinggi)

## **3) Pengembangan Keterampilan Komunikasi Virtual**

Partisipan mengembangkan teknik khusus untuk komunikasi efektif dalam sesi virtual:

- a) Menggunakan pertanyaan terbuka yang lebih banyak untuk mengkompensasi keterbatasan observasi non-verbal
- b) Memanfaatkan fitur chat dan whiteboard digital untuk interaksi lebih dinamis
- c) Memberikan warm-up activities di awal sesi untuk membangun rapport
- d) Mengatur setting visual yang profesional dan nyaman

"Saya belajar bahasa tubuh virtual, seperti posisi duduk yang tepat, eye contact dengan kamera, dan cara menggunakan gestur yang terlihat jelas di layar." (Partisipan 3, konselor SMA)

## **4) Kolaborasi dan Peer Learning dengan Sesama Konselor**

Sembilan partisipan (9/12) membentuk atau bergabung dengan komunitas konselor untuk saling berbagi pengalaman dan strategi.

"Kami membuat grup WhatsApp konselor muda di kota ini. Setiap minggu kami sharing tantangan dan solusi. Ini sangat membantu karena kami menghadapi masalah yang mirip." (Partisipan 5, konselor SMA)

## **5) Pemanfaatan Teknologi sebagai Alat Pendukung Intervensi**

Partisipan mulai melihat teknologi bukan hanya sebagai medium, tetapi juga sebagai alat intervensi. Mereka menggunakan:

- a) Aplikasi mood tracking untuk monitoring klien
- b) Video edukatif untuk psikoedukasi
- c) Game terapeutik digital untuk anak dan remaja
- d) Platform kolaboratif untuk grup konseling

"Saya menggunakan aplikasi Headspace untuk mengajarkan mindfulness ke klien. Mereka bisa praktik sendiri di rumah dan kita review perkembangannya di sesi berikutnya." (Partisipan 2, konselor perguruan tinggi).

## **Pembahasan**

### ***Tantangan Konselor Pemula: Perspektif Teori dan Penelitian Sebelumnya***

Temuan penelitian ini sejalan dengan literatur yang menunjukkan bahwa transisi ke praktik digital merupakan proses kompleks yang penuh tantangan (Perle et al., 2013; Pelling, 2020). Namun, penelitian ini memberikan nuansa spesifik konteks Indonesia dan pengalaman konselor pemula.

### ***Keterbatasan Kompetensi Teknologi***

Yang ditemukan dalam penelitian ini merefleksikan kesenjangan antara kurikulum pendidikan konseling dengan kebutuhan praktik kontemporer. Hal ini konsisten dengan temuan Hidayati dan Rahman (2022) yang menunjukkan bahwa mayoritas program pendidikan konselor di Indonesia belum mengintegrasikan pelatihan konseling digital secara komprehensif. Situasi ini berbeda dengan negara-negara maju di mana pelatihan konseling online telah menjadi bagian standar kurikulum (Bloom et al., 2019).

Lebih jauh, tantangan teknologi yang dihadapi konselor pemula tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga psikologis. Kecemasan teknologi (techno-anxiety) yang dialami partisipan dapat menghambat pengembangan kompetensi dan kepercayaan diri profesional (Skovholt & Rønnestad, 2003). Ini menggarisbawahi pentingnya dukungan emosional dan teknis dalam fase transisi.

### ***Kesulitan Membangun Rapport Virtual***

Merupakan isu fundamental dalam konseling online yang telah banyak didokumentasikan (Suler, 2004; Rochlen et al., 2004). Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa bagi konselor pemula, tantangan ini lebih berat karena mereka belum sepenuhnya menguasai keterampilan rapport-building dalam setting tatap muka. Ini menciptakan "double challenge" - belajar keterampilan dasar sambil beradaptasi dengan medium baru.

Temuan tentang "jarak emosional" yang dirasakan partisipan mengkonfirmasi teori tentang "disinhibition effect" dalam komunikasi online (Suler, 2004), di mana jarak psikologis dalam interaksi virtual dapat mengubah dinamika terapeutik. Konselor pemula perlu mengembangkan strategi kompensasi untuk mengatasi keterbatasan ini.

### ***Isu Keamanan dan Kerahasiaan***

Menjadi kekhawatiran utama yang mencerminkan kompleksitas etika konseling digital. Di Indonesia, ketiadaan regulasi yang jelas tentang konseling online (Mappiare, 2020) menambah ketidakpastian yang dihadapi praktisi. Situasi ini berbeda dengan negara-negara yang telah memiliki guideline etik konseling online yang komprehensif, seperti Australia dan Amerika Serikat.

Kekhawatiran partisipan tentang perlindungan data sangat relevan mengingat meningkatnya kasus pelanggaran data digital. Ini menunjukkan bahwa kompetensi cyber security perlu menjadi bagian integral dari pelatihan konselor, bukan sekadar add-on.

### ***Perubahan Perilaku Konseli***

Yang terpengaruh teknologi digital menghadirkan tantangan substantif yang memerlukan pemahaman mendalam tentang psikologi digital. Isu seperti kecanduan media sosial, cyberbullying, dan FOMO merupakan fenomena baru yang tidak mendapat cukup perhatian dalam pendidikan konseling tradisional. Temuan ini mendukung argumen Amichai-Hamburger et al. (2014) bahwa konselor modern perlu memahami dampak psikologis teknologi digital.

Rentang perhatian yang lebih pendek yang diamati partisipan sejalan dengan penelitian tentang dampak teknologi digital terhadap fungsi kognitif (Sparrow et al., 2011). Ini menuntut konselor untuk mengadaptasi pendekatan intervensi agar tetap engaging dan efektif dalam konteks digital.

### ***Kurangnya Supervisi***

Untuk konseling digital mencerminkan gap generasional dalam profesi konseling. Supervisor senior yang tidak memiliki pengalaman konseling online kesulitan memberikan guidance yang relevan. Ini menciptakan situasi di mana konselor pemula harus "belajar sambil melakukan" tanpa safety net yang memadai, meningkatkan risiko burnout dan praktik yang kurang optimal (Auxier et al., 2003).

### ***Strategi Adaptasi: Resiliensi dan Inovasi***

Temuan tentang strategi adaptasi menunjukkan bahwa konselor pemula tidak pasif dalam menghadapi tantangan, melainkan aktif mencari solusi dan mengembangkan kompetensi. Hal ini mencerminkan resiliensi profesional yang penting untuk pengembangan karir jangka panjang.

### ***Pembelajaran Berkelanjutan***

Yang dilakukan partisipan sejalan dengan konsep lifelong learning dalam profesionalisme konselor (Reese et al., 2009). Namun, temuan ini juga mengungkap bahwa pembelajaran ini sebagian besar self-directed dan ad hoc, tanpa sistem dukungan institusional yang memadai. Ini menunjukkan perlunya program pengembangan profesional yang lebih terstruktur.

### ***Pemilihan Platform yang Tepat***

Menunjukkan bahwa konselor pemula secara bertahap mengembangkan technological pedagogical content knowledge (TPACK) dalam konteks konseling. Mereka belajar

memadukan pengetahuan tentang teknologi, konten konseling, dan pedagogi untuk menciptakan praktik yang efektif.

### ***Pengembangan Keterampilan Komunikasi Virtual***

Yang dilakukan partisipan mencerminkan adaptasi kreatif terhadap keterbatasan medium digital. Strategi seperti penggunaan warm-up activities dan pemanfaatan fitur interaktif platform menunjukkan bahwa konselor pemula mampu berinovasi dalam praktik mereka.

### ***Peer Learning***

Yang muncul secara organik di antara partisipan sangat berharga. Ini sejalan dengan teori communities of practice (Wenger, 1998), di mana pembelajaran terjadi melalui partisipasi dalam komunitas profesional. Peer learning dapat menjadi alternatif atau pelengkap supervisi formal, terutama ketika supervisi yang relevan tidak tersedia.

### ***Pemanfaatan Teknologi sebagai Alat Intervensi***

Menunjukkan shift paradigma dari melihat teknologi sebagai hambatan menjadi peluang. Konselor pemula yang mampu mengintegrasikan aplikasi terapeutik digital dalam praktik mereka menunjukkan fleksibilitas kognitif dan keterbukaan terhadap inovasi yang penting untuk adaptasi profesional.

### ***Implikasi untuk Pengembangan Konselor Pemula***

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting untuk berbagai stakeholder:

#### **1) Institusi Pendidikan Konselor**

Program pendidikan konselor perlu merevisi kurikulum untuk mengintegrasikan kompetensi digital secara sistematis. Ini tidak sekadar menambahkan satu mata kuliah tentang teknologi, tetapi mengintegrasikan perspektif digital dalam seluruh kurikulum. Mahasiswa perlu mendapat pengalaman praktik konseling online yang tersupervisi sebelum lulus.

#### **2) Organisasi Profesi**

Organisasi profesi konselor seperti ABKIN (Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia) perlu mengembangkan:

- a) Standar kompetensi konseling digital
- b) Kode etik konseling online yang jelas
- c) Program sertifikasi untuk konseling digital
- d) Platform untuk peer support dan knowledge sharing

#### **3) Institusi Tempat Kerja**

Sekolah dan institusi yang mempekerjakan konselor perlu menyediakan:

- a) Infrastruktur teknologi yang memadai
- b) Program onboarding khusus untuk konseling digital

- c) Supervisi yang relevan dengan konteks digital
- d) Anggaran untuk pelatihan berkelanjutan

#### **4) Kebijakan Pemerintah**

Pemerintah melalui Kementerian Pendidikan perlu merumuskan regulasi yang jelas tentang praktik konseling online, termasuk standar platform, perlindungan data, dan liability issues.

### **5. KESIMPULAN**

Penelitian ini mengidentifikasi tantangan kompleks yang dihadapi konselor pemula dalam praktik bimbingan dan konseling di era digital. Lima tantangan utama meliputi: (1) keterbatasan kompetensi teknologi, (2) kesulitan membangun rapport virtual, (3) isu keamanan dan kerahasiaan data, (4) adaptasi terhadap perubahan perilaku konseli digital, dan (5) kurangnya supervisi yang relevan.

Menghadapi tantangan signifikan, konselor pemula menunjukkan resiliensi dan kemampuan adaptasi melalui berbagai strategi: pembelajaran berkelanjutan, pemilihan platform yang tepat, pengembangan keterampilan komunikasi virtual, peer learning, dan pemanfaatan teknologi sebagai alat intervensi. Strategi-strategi ini menunjukkan bahwa dengan dukungan yang memadai, konselor pemula dapat berkembang menjadi praktisi yang kompeten di era digital.

Temuan penelitian ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan sistemik dalam mempersiapkan dan mendukung konselor pemula. Tidak cukup hanya mengandalkan inisiatif individual; diperlukan kolaborasi antara institusi pendidikan, organisasi profesi, tempat kerja, dan pembuat kebijakan untuk menciptakan ekosistem yang mendukung pengembangan kompetensi konseling digital.

Era digital bukan sekadar menghadirkan tantangan, tetapi juga membuka peluang baru untuk memperluas akses dan meningkatkan kualitas layanan konseling. Konselor pemula yang mampu beradaptasi dengan baik akan menjadi garda terdepan dalam transformasi profesi konseling di Indonesia.

**DAFTAR REFERENSI**

- Amichai-Hamburger, Y., Klomek, A. B., Friedman, D., Zuckerman, O., & Shani-Sherman, T. (2014). The future of online therapy. *Computers in Human Behavior*, 41, 288–294. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.09.016>
- Association for Counseling and Therapy Online. (2020). ACTO practice guidelines for online counseling and psychotherapy. <https://www.acto-online.org>
- Auxier, C. R., Hughes, F. R., & Kline, W. B. (2003). Identity development in counselors-in-training. *Counselor Education and Supervision*, 43(1), 25–38.
- Bloom, Z. D., Soricone, T. L., & McNeil, B. (2019). Preparing counselors to work in the digital world: Integrating telepsychology training into counselor education. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 4(3), 223–230.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Budiman, N. (2021). Adaptasi layanan bimbingan dan konseling di masa pandemi COVID-19: Tantangan dan peluang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 67–76. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2021.v6i1.109-113>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Glueckauf, R. L., Maheu, M. M., Drude, K. P., Wells, B. A., Wang, Y., Gustafson, D. J., & Nelson, E. L. (2018). Survey of psychologists' telebehavioral health practices: Technology use, ethical issues, and training needs. *Professional Psychology: Research and Practice*, 49(3), 205–219. <https://doi.org/10.1037/pro0000188>
- Hidayati, R., & Rahman, F. (2022). Kesiapan konselor sekolah dalam implementasi layanan konseling online di Indonesia. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 11(1), 45–56. <https://doi.org/10.29210/145500>
- Mappiare, A. (2020). Konseling online di Indonesia: Perkembangan, tantangan, dan prospek. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 89–102.
- Pelling, N. (2020). *Challenges and opportunities in online counseling*. Routledge.
- Perle, J. G., Langsam, L. C., Randel, A., Lutchman, S., Levine, A. B., Odland, A. P., Nierenberg, B., & Marker, C. D. (2013). Attitudes toward psychological telehealth: Current and future clinical psychologists' opinions of internet-based interventions. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 100–113. <https://doi.org/10.1002/jclp.21912>
- Reese, R. J., Aldarondo, F., Anderson, C. R., Lee, S. J., Miller, T. W., & Burton, D. (2009). Telehealth in clinical supervision: A comparison of supervision formats. *Journal of Telemedicine and Telecare*, 15(7), 356–361. <https://doi.org/10.1258/jtt.2009.090401>
- Rochlen, A. B., Zack, J. S., & Speyer, C. (2004). Online therapy: Review of relevant definitions, debates, and current empirical support. *Journal of Clinical Psychology*, 60(3), 269–283. <https://doi.org/10.1002/jclp.10263>

- Skovholt, T. M., & Rønnestad, M. H. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. *Journal of Career Development*, 30(1), 5–44.
- Sparrow, B., Liu, J., & Wegner, D. M. (2011). Google effects on memory: Cognitive consequences of having information at our fingertips. *Science*, 333(6043), 776–778. <https://doi.org/10.1126/science.1207745>
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>
- Wenger, E. (1998). *Communities of practice: Learning, meaning, and identity*. Cambridge University Press.