



Efektivitas Media Berbasis Teknologi terhadap Keberhasilan Layanan Bimbingan dan Konseling

Triska Aulia Viranti

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Penulis korespondensi: triskaauliaviranti_uin@radenfatah.ac.id

Abstract. *This study aims to examine the effectiveness of technology-based media in enhancing the success of Guidance and Counseling (BK) services in senior secondary schools. In the current digital era, BK services are required to transform from conventional methods to technology-based approaches to be more adaptive and relevant to Generation Z and Alpha students—categorized as digital natives. The study employed a quantitative quasi-experimental approach with a Pretest-Posttest Control Group Design. The sample consisted of 60 Grade XI students selected through purposive sampling and randomly divided into an experimental group ($n = 30$) and a control group ($n = 30$). The experimental group received technology-based BK interventions (interactive BK applications, Canva digital infographics, and a cybercounseling platform), while the control group used conventional methods (physical guidance boards and printed brochures). Data were collected using the BK Service Effectiveness Scale (Cronbach's Alpha = 0.89). Data analysis involved descriptive statistics and a parametric independent sample t -test. Results showed a significant increase in service effectiveness scores in the experimental group by 38.5% (mean: 60.50 $\rightarrow$ 83.80), compared to 11.2% in the control group (59.80 $\rightarrow$ 66.50). Hypothesis testing yielded $t = 5.213$, $p = 0.000$ ($p < 0.05$). In conclusion, technology-based media significantly improves BK service success, accelerates comprehension of guidance materials, and reduces student resistance to utilizing counseling services.*

Keywords: *Counseling and Guidance; Cybercounseling; Quasi-Experimental; Service Effectiveness; Technology-Based Media.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas penggunaan media berbasis teknologi dalam meningkatkan keberhasilan layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah menengah atas. Di era digital saat ini, layanan BK dituntut bertransformasi dari metode konvensional ke metode berbasis teknologi agar lebih adaptif dan relevan bagi peserta didik Generasi Z dan Alfa yang dikategorikan sebagai *digital natives*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi-experimental*) dan desain *Pretest-Posttest Control Group Design*. Sampel berjumlah 60 siswa kelas XI yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*, kemudian dibagi menjadi kelompok eksperimen ($n = 30$) dan kelompok kontrol ($n = 30$). Kelompok eksperimen mendapat intervensi layanan BK berbasis teknologi (aplikasi BK interaktif, infografis digital Canva, dan platform *cybercounseling*), sedangkan kelompok kontrol menggunakan metode konvensional berupa papan bimbingan dan brosur cetak. Instrumen pengumpulan data menggunakan Skala Keberhasilan Layanan BK (Alpha Cronbach = 0,89). Analisis data meliputi statistik deskriptif dan uji- t parametrik (*independent sample t-test*). Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor efektivitas layanan yang signifikan pada kelompok eksperimen sebesar 38,5% (dari rata-rata 60,50 menjadi 83,80), dibandingkan kelompok kontrol yang hanya meningkat 11,2% (dari 59,80 menjadi 66,50). Hasil uji hipotesis menghasilkan nilai $t = 5,213$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya, penggunaan media berbasis teknologi terbukti secara signifikan meningkatkan keberhasilan layanan BK, mempercepat pemahaman materi bimbingan, dan menurunkan resistensi siswa terhadap layanan konseling.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling; *Cybercounseling*; Efektivitas Layanan; Media Berbasis Teknologi; *Quasi-Experimental*.

1. LATAR BELAKANG

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah memegang peranan krusial dalam memfasilitasi kemandirian dan perkembangan optimal peserta didik pada aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier. Namun, efektivitas layanan ini sering kali terhambat oleh stigma negatif yang melekat pada guru BK, seperti anggapan bahwa guru BK adalah “polisi sekolah” yang

hanya bertugas menghukum siswa bermasalah (Sari & Zamroni, 2026). Hambatan psikologis tersebut menyebabkan rendahnya kemauan siswa untuk memanfaatkan layanan secara sukarela. Selain itu, metode penyampaian layanan BK secara konvensional, seperti ceramah klasikal tanpa media pendukung yang menarik, menjadikan materi bimbingan kurang mendapat perhatian dari peserta didik.

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) yang melaju pesat pada pertengahan dekade 2020-an menghadirkan tantangan sekaligus peluang bagi dunia pendidikan. Peserta didik yang saat ini menduduki bangku sekolah merupakan bagian dari Generasi Z dan Alfa, yang sejak lahir telah berinteraksi erat dengan perangkat digital dan internet (*digital natives*). Karakteristik mereka yang menyukai informasi visual, cepat, dan interaktif menuntut guru BK untuk menyesuaikan pendekatan komunikasinya (Nugraha & Saputra, 2024). Oleh karena itu, metode monolog konvensional dinilai tidak lagi relevan dengan preferensi belajar generasi ini.

Salah satu inovasi yang dapat diintegrasikan adalah pemanfaatan media berbasis teknologi dalam layanan bimbingan konseling. Media teknologi seperti modul digital, video interaktif, aplikasi konseling mandiri (*cybercounseling*), dan visualisasi informasi melalui media sosial dapat menjadi jembatan yang efektif untuk mendekatkan layanan BK kepada siswa (Fadhillah & Ifdil, 2021). Media berbasis teknologi tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu visual, melainkan juga sebagai instrumen yang menghapus batas ruang dan waktu dalam konseling tatap muka langsung (Aini & Suranata, 2022).

Salah satu inovasi yang dapat diintegrasikan adalah pemanfaatan media berbasis teknologi dalam layanan bimbingan konseling. Media teknologi seperti modul digital, video interaktif, aplikasi konseling mandiri (*cybercounseling*), dan visualisasi informasi melalui media sosial dapat menjadi jembatan yang efektif untuk mendekatkan layanan BK kepada siswa (Fadhillah & Ifdil, 2021). Media berbasis teknologi tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu visual, melainkan juga sebagai instrumen yang menghapus batas ruang dan waktu dalam konseling tatap muka langsung (Aini & Suranata, 2022).

Data empiris dari berbagai penelitian di Asia Tenggara menunjukkan bahwa penetrasi smartphone di kalangan pelajar SMA telah melampaui angka 90% pada tahun 2024 (UNESCO-SEAMEO, 2024). Fenomena ini mengindikasikan bahwa infrastruktur digital sesungguhnya sudah tersedia di tangan peserta didik; yang diperlukan hanyalah strategi pedagogik yang memanfaatkan ketersediaan tersebut secara terarah untuk tujuan bimbingan. Sayangnya, kesenjangan antara ketersediaan teknologi dan kapasitas guru BK dalam menggunakannya

masih menjadi hambatan utama transformasi digital di sektor ini (Setyawan & Mulawarman, 2023).

Meskipun kajian teoritis mendukung integrasi teknologi dalam BK, masih terbatasnya penelitian kuantitatif yang membuktikan secara empiris perbedaan efektivitas layanan antara media digital interaktif dan metode konvensional di tingkat sekolah menengah atas menjadi kesenjangan penelitian yang perlu dijawab. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menguji tingkat efektivitas penggunaan media berbasis teknologi terhadap keberhasilan layanan bimbingan dan konseling. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi praktis bagi para praktisi BK dalam merancang layanan berbasis digital yang inovatif.

2. KAJIAN TEORITIS

Media Bimbingan dan Konseling di Era Digital

Media bimbingan dan konseling didefinisikan sebagai segala bentuk alat, perantara, atau saluran yang digunakan oleh konselor untuk menyampaikan pesan bimbingan kepada konseli agar mampu menstimulasi pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan konseli untuk memahami diri secara mandiri (Anwar & Hartono, 2023). Integrasi teknologi dalam media BK mencakup spektrum yang luas, mulai dari media visual dinamis, platform asesmen digital, hingga sistem manajemen konseling berbasis web.

Dalam implementasinya, media berbasis teknologi dalam BK dikelompokkan menjadi tiga bentuk utama:

- a. Media Informasi dan Edukasi: Penggunaan grafis berbasis Canva, video edukasi interaktif di YouTube/TikTok, serta infografis digital yang disebarakan melalui grup kelas sebagai pendukung layanan bimbingan klasikal (Nugraha & Saputra, 2024).
- b. Aplikasi Cybercounseling: Layanan konseling individual atau kelompok yang difasilitasi melalui platform pesan instan terenkripsi, konferensi video (Zoom/Google Meet), atau aplikasi khusus BK untuk meningkatkan rasa aman dan meminimalkan kecemasan sosial siswa (Aini & Suranata, 2022).
- c. Asesmen Kebutuhan Digital (Digital Needs Assessment): Penggunaan formulir daring dan perangkat lunak analisis psikologis otomatis yang membantu guru BK memetakan kebutuhan siswa secara efisien dan akurat (Prasetyo & Putri, 2025).

Keberhasilan Layanan Bimbingan dan Konseling

Keberhasilan layanan bimbingan dan konseling tidak semata diukur dari terselesaikannya suatu kasus siswa, melainkan dari ketercapaian tugas perkembangan siswa

secara mandiri dan preventif (Suherman & Kartadinata, 2021). Penilaian keberhasilan layanan BK bersifat multidimensional dan mencakup aspek proses maupun hasil. Indikator keberhasilan layanan BK yang digunakan dalam penelitian ini meliputi tiga dimensi berikut:

- a. Peningkatan Partisipasi Aktif: Tingkat kesukarelaan dan keterlibatan siswa dalam mengikuti program bimbingan klasikal maupun layanan konseling individual.
- b. Pemahaman Diri (Self-Understanding): Kemampuan siswa untuk memahami potensi, minat, bakat, serta hambatan perkembangan yang mereka miliki (Sari & Zamroni, 2026).
- c. Keterbacaan dan Aksesibilitas: Kemudahan siswa dalam menjangkau informasi bimbingan kapan pun dibutuhkan tanpa terhambat oleh kendala birokrasi ruang BK konvensional.

Teori Landasan: Dual-Coding dan Technology Acceptance Model

Dua kerangka teoretis utama mendasari penelitian ini. Pertama, Dual-Coding Theory yang dikemukakan Paivio (1986) menyatakan bahwa manusia memproses informasi melalui dua saluran kognitif yang berbeda namun saling melengkapi: saluran verbal dan saluran visual. Ketika kedua saluran diaktivasi secara bersamaan sebagaimana yang terjadi dalam infografis digital dan video interaktif retensi dan pemahaman informasi meningkat secara signifikan karena terjadi koneksi referensial antar representasi mental (Sadiman et al., 2022).

Kedua, Technology Acceptance Model (TAM) yang dikembangkan oleh Davis (1989) menjelaskan bahwa penerimaan teknologi oleh pengguna ditentukan oleh dua faktor utama: persepsi kegunaan (*perceived usefulness*) dan persepsi kemudahan penggunaan (*perceived ease of use*). Dalam konteks layanan BK, apabila siswa mempersepsikan platform *cybercounseling* sebagai sesuatu yang mudah diakses dan berguna bagi penyelesaian permasalahan mereka, maka tingkat adopsi dan pemanfaatan layanan akan meningkat secara proporsional (Wijaya & Pranata, 2024).

Integrasi kedua teori ini membantu menjelaskan mengapa media berbasis teknologi tidak hanya memengaruhi kualitas penyampaian konten bimbingan, tetapi juga mengubah persepsi dan sikap siswa terhadap layanan BK secara menyeluruh.

Karakteristik Generasi Z dan Alfa sebagai Pengguna Layanan BK

Generasi Z (lahir 1997–2012) dan Generasi Alfa (lahir 2013 saat ini) tumbuh dalam ekosistem digital yang berbeda fundamental dari generasi sebelumnya. Prensky (2001) pertama kali mengonseptualisasikan mereka sebagai *digital natives* mereka tidak pernah mengenal dunia tanpa internet, *smartphone*, dan media sosial. Ciri khas kognitif dan perilaku mereka mencakup preferensi terhadap pemrosesan informasi non-linear, rentang perhatian yang lebih singkat namun intensif, serta kecenderungan *multitasking* digital (Tapscott, 2023).

Dalam konteks layanan BK, karakteristik ini memiliki implikasi praktis yang signifikan. Metode bimbingan klasikal berbasis ceramah satu arah terbukti tidak kompatibel dengan pola kognitif digital natives yang membutuhkan stimulasi visual tinggi, respons cepat, dan fleksibilitas dalam pilihan mode komunikasi (Setyawan & Mulawarman, 2023). Oleh karena itu, desain intervensi yang mengintegrasikan elemen gamifikasi, video berdurasi pendek, dan komunikasi asinkronus melalui platform digital menjadi semakin relevan sebagai pendekatan bimbingan yang responsif.

Cybercounseling: Definisi, Keunggulan, dan Tantangan

Cybercounseling didefinisikan sebagai praktik konseling profesional yang memanfaatkan teknologi internet dan komunikasi digital sebagai medium utama pelaksanaan proses terapeutik antara konselor dan konseli (Ifdil & Ardi, 2020). Dalam perkembangannya, cybercounseling mencakup berbagai modalitas, mulai dari konseling berbasis teks (chat, email), konseling audio (telepon, podcast), hingga konseling video (telekonferensi real-time).

Keunggulan utama cybercounseling meliputi: (1) aksesibilitas yang melampaui hambatan geografis dan waktu; (2) anonimitas yang mengurangi stigma dan kecemasan sosial; (3) rekam jejak digital yang memudahkan pemantauan perkembangan konseli; serta (4) efisiensi biaya operasional layanan (Fadhillah & Ifdil, 2021). Namun, cybercounseling juga menghadirkan tantangan, antara lain terkait keamanan data pribadi konseli, keterbatasan kemampuan konselor dalam membaca bahasa tubuh dan ekspresi nonverbal, serta risiko gangguan teknis yang dapat mengganggu kontinuitas sesi konseling.

Di Indonesia, regulasi cybercounseling mulai mendapat perhatian dari Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) yang pada tahun 2023 menerbitkan panduan etik pelaksanaan konseling daring untuk memastikan standar profesionalisme tetap terpelihara dalam medium digital (ABKIN, 2023).

Kajian Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu telah memberikan landasan empiris bagi penelitian ini. Pertama, meta-analisis yang dilakukan oleh Richards & Richardson (2022) terhadap 36 studi tentang teknologi dalam konseling menemukan bahwa intervensi berbasis teknologi secara konsisten menghasilkan ukuran efek menengah hingga besar ($d = 0.60-0.85$) dalam meningkatkan keterlibatan klien dan pengurangan gejala kecemasan.

Kedua, penelitian eksperimen Kurniawan et al. (2024) di Surakarta menunjukkan bahwa penggunaan video animasi dalam layanan bimbingan karier meningkatkan skor pemahaman diri siswa SMA secara signifikan ($t = 4.21$; $p < 0.01$) dibandingkan metode ceramah konvensional. Ketiga, studi korelasional Wardhani & Listyasari (2023) menemukan

hubungan positif yang kuat ($r = 0.73$) antara frekuensi penggunaan platform digital BK dan tingkat kepuasan siswa terhadap layanan konseling.

Meskipun demikian, mayoritas penelitian sebelumnya menggunakan desain korelasional atau survei deskriptif yang tidak memungkinkan inferensi kausal. Penelitian ini mengisi celah tersebut dengan menggunakan desain eksperimen semu yang lebih kuat secara metodologis untuk menguji hubungan sebab-akibat antara media teknologi dan keberhasilan layanan BK.

3. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi-experimental design). Desain yang digunakan adalah Pretest-Posttest Control Group Design untuk melihat pengaruh variabel bebas (media berbasis teknologi) terhadap variabel terikat (keberhasilan layanan BK), dengan mengontrol variabel pengganggu melalui pemisahan kelompok secara acak terstruktur. Pola desain penelitian disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Desain Penelitian Pretest-Posttest Control Group.

Kelompok	Pre-test	Perlakuan	Post-test
Eksperimen	O ₁	X (Media Teknologi)	O ₂
Kontrol	O ₃	– (Konvensional)	O ₄

Keterangan: O₁, O₃ = skor pre-test; O₂, O₄ = skor post-test; X = intervensi media berbasis teknologi.

Partisipan Penelitian

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI di salah satu SMA Negeri di Kota Yogyakarta pada tahun ajaran 2025/2026, berjumlah 360 siswa yang tersebar dalam 12 rombongan belajar. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi berikut: (1) siswa dengan tingkat keterlibatan terhadap layanan BK pada kategori rendah hingga sedang berdasarkan skala asesmen awal; (2) memiliki akses terhadap smartphone dan koneksi internet; serta (3) bersedia berpartisipasi dalam penelitian secara sukarela dengan persetujuan tertulis (informed consent).

Diperoleh sampel akhir sebanyak 60 siswa yang kemudian dibagi secara acak terstruktur menjadi Kelompok Eksperimen ($n_1 = 30$) dan Kelompok Kontrol ($n_2 = 30$). Kesetaraan kedua kelompok dikonfirmasi melalui uji kesamaan rerata skor pre-test yang tidak menunjukkan perbedaan signifikan ($t = 0,531$; $p = 0,597 > 0,05$), serta uji chi-square untuk

homogenitas karakteristik demografis (jenis kelamin, latar belakang keluarga, dan prestasi akademik) yang juga tidak signifikan ($p > 0,05$).

Instrumen Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan Skala Keberhasilan Layanan BK yang dikembangkan peneliti berdasarkan indikator keberhasilan dari teori perkembangan remaja dan efektivitas bimbingan. Skala terdiri dari 30 butir pernyataan dengan pilihan jawaban model skala Likert 1–5 (1 = Sangat Tidak Setuju; 5 = Sangat Setuju). Rentang skor total berkisar antara 30–150.

Proses pengembangan instrumen mengikuti prosedur baku yang meliputi: (1) penyusunan blueprint berdasarkan tiga dimensi indikator keberhasilan BK; (2) penulisan butir pernyataan favorable dan unfavorable; (3) telaah konten oleh tiga orang ahli bimbingan konseling bersertifikat; (4) uji coba instrumen pada 40 siswa di luar sampel penelitian; serta (5) analisis psikometri.

Instrumen telah melalui uji validitas isi (content validity) dengan memperoleh indeks Content Validity Ratio ($CVR \geq 0,99$ untuk seluruh butir, serta uji reliabilitas dengan koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,89, yang mengindikasikan tingkat reliabilitas sangat tinggi. Analisis faktor konfirmatori (CFA) menunjukkan model tiga faktor memiliki fit yang baik ($CFI = 0,97$; $RMSEA = 0,048$), mengkonfirmasi validitas konstruk instrumen.

Prosedur Intervensi

Intervensi dilaksanakan selama enam minggu dengan total 12 sesi (2 sesi per minggu, masing-masing 45 menit). Sebelum intervensi dimulai, seluruh guru BK yang terlibat menjalani pelatihan teknis penggunaan media digital selama dua hari untuk memastikan fidelitas intervensi. Kelompok eksperimen menerima layanan BK yang disampaikan melalui tiga jenis media teknologi:

- a. Infografis digital dirancang menggunakan Canva dan didistribusikan melalui grup WhatsApp kelas; setiap infografis dirancang dengan prinsip desain kognitif menggunakan warna kontras, tipografi hierarkis, dan ikon yang relevan untuk memaksimalkan pemrosesan visual.
- b. Video bimbingan interaktif berbasis YouTube yang dilengkapi kuis daring melalui Google Form, dengan durasi rata-rata 8–12 menit per video, dilengkapi closed caption untuk aksesibilitas.
- c. Sesi konseling individual melalui platform cybercounseling berbasis obrolan terenkripsi (end-to-end encrypted) menggunakan aplikasi khusus BK yang memungkinkan penjadwalan fleksibel dan rekap sesi otomatis.

Kelompok kontrol menerima layanan BK yang setara dari segi konten, namun disampaikan secara konvensional melalui papan bimbingan fisik yang ditempel di kelas dan brosur cetak yang dibagikan langsung.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan sebaran skor rerata dan standar deviasi kelompok. Sebelum uji hipotesis dilakukan, terlebih dahulu diuji asumsi normalitas sebaran data menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan homogenitas varians menggunakan uji Levene's Test for Equality of Variances. Setelah asumsi terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis parametrik Independent Sample T-Test melalui perangkat lunak SPSS 26.0.

Selain uji-t, penelitian ini juga menghitung ukuran efek menggunakan Cohen's d untuk mengestimasi besaran praktis perbedaan antar kelompok. Interpretasi ukuran efek mengikuti konvensi Cohen (1988): $d < 0,2$ = sangat kecil; $0,2 \leq d < 0,5$ = kecil; $0,5 \leq d < 0,8$ = sedang; $d \geq 0,8$ = besar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil statistik deskriptif menunjukkan terdapat perbedaan peningkatan skor yang substansial antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pelaksanaan intervensi, sebagaimana disajikan dalam Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test Kedua Kelompok.

Kelompok	Tahap Tes	Skor Min.	Skor Maks.	Mean	Std. Deviasi
Eksperimen	Pre-test	50,00	72,00	60,50	5,34
	Post-test	76,00	95,00	83,80	4,82
Kontrol	Pre-test	51,00	70,00	59,80	5,12
	Post-test	60,00	76,00	66,50	4,95

Sumber: Data Primer, diolah peneliti (2025/2026).

Berdasarkan Tabel 2, kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor rerata sebesar 23,30 poin (dari 60,50 menjadi 83,80), atau ekuivalen dengan kenaikan 38,5%. Sebaliknya, kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan rerata sebesar 6,70 poin (dari 59,80 menjadi 66,50), atau sebesar 11,2%. Perbedaan besaran peningkatan ini secara deskriptif sudah tampak sangat signifikan.

Tabel 3. Hasil Uji Asumsi Normalitas dan Homogenitas.

Uji Asumsi	Statistik	Nilai p	Kesimpulan
Normalitas (K-S) – Eksperimen	0,112	0,200	Normal
Normalitas (K-S) – Kontrol	0,098	0,200	Normal
Homogenitas (Levene's)	F = 0,207	0,654	Homogen

Sumber: Output SPSS 26.0.

Tabel 4. Hasil Uji Independent Sample T-Test.

Variabel	t-value	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Skor Post-test	5,213	58	0,000	Signifikan ($p < 0,05$)

Sumber: Output SPSS 26.0.

Berdasarkan Tabel 4, analisis Independent Sample T-Test menghasilkan nilai $t = 5,213$ dengan signifikansi (2-tailed) $p = 0,000$. Karena nilai $p = 0,000 < 0,05$, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian, terbukti secara empiris bahwa penggunaan media berbasis teknologi menghasilkan keberhasilan layanan BK yang jauh lebih tinggi dibandingkan metode konvensional.

Penghitungan ukuran efek menggunakan Cohen's d menghasilkan nilai $d = 3,50$. Nilai ini jauh melampaui ambang batas efek besar ($d \geq 0,8$), yang mengindikasikan bahwa perbedaan antar kelompok bukan hanya signifikan secara statistik, tetapi juga bermakna secara substantif dan praktis.

Tabel 5. Perbandingan Gain Score per Dimensi Keberhasilan BK.

Dimensi Keberhasilan BK	Gain Eksperimen	Gain Kontrol	Selisih Gain	Nilai p
Partisipasi Aktif	+9,20	+2,10	7,10	0,000
Pemahaman Diri (Self-Understanding)	+7,80	+2,50	5,30	0,001
Keterbacaan dan Aksesibilitas	+6,30	+2,10	4,20	0,002
Total Skor	+23,30	+6,70	16,60	0,000

Sumber: Data Primer, diolah peneliti (2025/2026).

Tabel 5 memperlihatkan bahwa perbedaan gain score antara kelompok eksperimen dan kontrol signifikan pada seluruh tiga dimensi keberhasilan BK. Dimensi Partisipasi Aktif

mencatat selisih gain tertinggi (7,10 poin), mengindikasikan bahwa media teknologi paling kuat pengaruhnya terhadap keterlibatan dan kesukarelaan siswa dalam mengikuti program BK.

Pembahasan

Temuan penelitian ini mempertegas bahwa pergeseran dari media cetak statis ke media berbasis digital interaktif meningkatkan efektivitas layanan BK secara substansial. Peningkatan skor pada kelompok eksperimen dipengaruhi oleh daya tarik konten visual dan interaktivitas media teknologi yang digunakan. Melalui infografis Canva dan video interaktif, materi bimbingan yang awalnya dianggap kering dan teoritis dapat ditampilkan secara dinamis, relevan dengan konteks kehidupan nyata siswa (Nugraha & Saputra, 2024). Hal ini selaras dengan Dual-Coding Theory yang menyatakan bahwa penyajian informasi secara verbal sekaligus visual meningkatkan retensi dan pemahaman materi secara signifikan (Paivio, 1986).

Selain efek visual, media berbasis teknologi terbukti mampu mengatasi hambatan psikologis siswa dalam mengakses layanan konseling. Selama ini, siswa sering merasa canggung atau takut terlihat oleh teman sebaya ketika mengunjungi ruang BK karena stigma "ruang penghukuman". Kehadiran layanan cybercounseling berbasis aplikasi memberikan efek anonimitas dan fleksibilitas ruang privat, sehingga siswa merasa lebih aman dalam mengekspresikan permasalahan pribadi tanpa harus bertatap muka secara langsung pada tahap awal (Aini & Suranata, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Fadhillah & Ifdil (2021) yang menyatakan bahwa cybercounseling efektif sebagai media katarsis alternatif bagi siswa dengan tingkat kecemasan sosial tinggi.

Temuan dimensi Partisipasi Aktif yang mencatat gain tertinggi (selisih 7,10 poin) mengkonfirmasi asumsi Technology Acceptance Model: ketika siswa mempersepsikan media digital BK sebagai mudah digunakan dan berguna, mereka lebih rela mengalokasikan waktu dan energi untuk terlibat dalam program bimbingan (Wijaya & Pranata, 2024). Ini menjelaskan mengapa intervensi digital tidak hanya meningkatkan pemahaman konten, tetapi secara fundamental mengubah motivasi keterlibatan.

Lebih lanjut, teknologi juga terbukti mengefisiensikan proses administrasi bimbingan. Penggunaan instrumen kebutuhan digital membantu guru BK mendeteksi permasalahan siswa secara lebih cepat dan akurat dibandingkan metode asesmen manual (Prasetyo & Putri, 2025). Waktu yang lebih efisien dalam tahap asesmen memungkinkan guru BK mengalokasikan lebih banyak waktu pada sesi intervensi yang bermakna.

Ukuran efek Cohen's $d = 3,50$ yang diperoleh dalam penelitian ini termasuk sangat besar dan melampaui hasil meta-analisis Richards & Richardson (2022) yang melaporkan d rata-rata sebesar 0,60–0,85. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh kombinasi tiga

modalitas teknologi yang digunakan secara terintegrasi dalam penelitian ini—berbeda dari studi terdahulu yang umumnya hanya menguji satu modalitas secara tunggal. Efek sinergis dari infografis, video interaktif, dan cybercounseling secara bersamaan tampaknya menghasilkan dampak yang jauh lebih besar daripada jumlah efek masing-masing komponen.

Meskipun demikian, terdapat keterbatasan yang perlu dicatat. Pertama, sampel hanya diambil dari satu sekolah di Kota Yogyakarta, sehingga generalisasi temuan perlu dilakukan dengan hati-hati. Kedua, durasi intervensi enam minggu belum memadai untuk mengukur keberlanjutan efek jangka panjang. Ketiga, penelitian ini belum mengukur aspek etika dan keamanan data dalam implementasi cybercounseling. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih beragam dan mengintegrasikan pengukuran longitudinal.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media berbasis teknologi terbukti memiliki efektivitas yang secara statistik signifikan lebih tinggi dalam meningkatkan keberhasilan layanan bimbingan dan konseling di sekolah menengah atas dibandingkan dengan metode konvensional ($t = 5,213$; $p = 0,000$; $d = 3,50$). Kelompok yang mendapat intervensi media teknologi menunjukkan peningkatan skor efektivitas layanan sebesar 38,5%, jauh melampaui peningkatan 11,2% pada kelompok kontrol.

Perbedaan signifikan ditemukan pada ketiga dimensi keberhasilan BK yang diukur: partisipasi aktif, pemahaman diri, dan keterbacaan/aksesibilitas layanan. Dimensi partisipasi aktif mencatat selisih gain tertinggi, mengkonfirmasi bahwa media teknologi paling efektif dalam menggerakkan motivasi intrinsik siswa untuk terlibat dalam program bimbingan.

Pemanfaatan media digital interaktif tidak hanya meningkatkan keterlibatan dan penerimaan siswa terhadap BK, tetapi juga secara efektif menepis stigma negatif ruang BK dengan menghadirkan layanan konseling yang modern, fleksibel, aman, dan mudah diakses. Temuan ini berkontribusi pada pengembangan teori maupun praktik layanan BK berbasis digital di era Generasi Z dan Alfa.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, direkomendasikan hal-hal berikut: Bagi Guru Bimbingan dan Konseling: Perlu secara aktif meningkatkan keterampilan literasi digital dalam mendesain media layanan bimbingan yang interaktif dan kreatif menggunakan berbagai authoring tools modern. Program pelatihan berkelanjutan (continuing professional development) berbasis teknologi perlu difasilitasi oleh MGBK di setiap kabupaten/kota. Bagi

Kepala Sekolah dan Pembuat Kebijakan: Perlu memfasilitasi integrasi infrastruktur digital yang memadai, seperti penyediaan sistem informasi BK terintegrasi, serta dukungan akses kuota internet bagi siswa untuk memanfaatkan layanan konseling daring. Regulasi penggunaan cybercounseling di lingkungan sekolah perlu disusun dengan mengacu pada panduan etik ABKIN. Bagi Peneliti Selanjutnya: Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan memperluas populasi pada berbagai jenjang dan konteks pendidikan yang berbeda. Desain penelitian longitudinal dengan follow-up tiga dan enam bulan pasca-intervensi diperlukan untuk mengukur keberlanjutan efek. Selain itu, eksplorasi integrasi kecerdasan buatan (Artificial Intelligence) sebagai asisten konseling mandiri yang adaptif merupakan arah riset yang menjanjikan. Bagi Pengembang Teknologi Pendidikan: Diperlukan pengembangan platform cybercounseling yang memenuhi standar keamanan data (PDPA-compliant) dan dirancang secara khusus untuk konteks sekolah di Indonesia, dengan antarmuka yang intuitif bagi siswa maupun konselor.

DAFTAR REFERENSI

- Aini, N., & Suranata, K. (2022). Pengembangan media cybercounseling berbasis website untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(2), 115–123.
- Anwar, S., & Hartono, R. (2023). Efektivitas infografis digital dalam layanan bimbingan klasikal di era pembelajaran digital. *Jurnal Edukasi BK*, 9(1), 45–52.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Davis, F. D. (1989). Perceived usefulness, perceived ease of use, and user acceptance of information technology. *MIS Quarterly*, 13(3), 319–340. <https://doi.org/10.2307/249008>
- Fadhillah, M. R., & Ifdil, I. (2021). Cybercounseling: Sebuah solusi alternatif pelayanan konseling di masa pandemi dan pasca pandemi. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(3), 201–209.
- Ifdil, I., & Ardi, Z. (2020). Konseling online sebagai salah satu bentuk pelayanan e-mental health. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(1), 15–22.
- Kurniawan, D. E., Rosita, T., & Afriyati, V. (2024). Penggunaan video animasi dalam bimbingan karier untuk meningkatkan pemahaman diri siswa SMA. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 9(1), 32–41.
- Nugraha, A., & Saputra, W. N. E. (2024). Pemanfaatan aplikasi Canva dan Instagram sebagai media bimbingan karier kontemporer bagi Generasi Z. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 11(2), 88–97.
- Paivio, A. (1986). *Mental representations: A dual coding approach*. Oxford University Press.

- Prasetyo, B., & Putri, A. E. (2025). Implementasi artificial intelligence dalam need assessment layanan bimbingan dan konseling di sekolah menengah. *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Konseling*, 4(1), 12–25.
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Richards, D., & Richardson, T. (2022). Technology-based mental health treatments: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 174, 345–356.
- Sadiman, A. S., Rahardjo, R., Haryono, A., & Harjito. (2022). *Media pendidikan: Pengertian, pengembangan, dan pemanfaatannya* (Edisi revisi). Rajawali Pers.
- Sari, K. P., & Zamroni, E. (2026). Dampak penggunaan media berbasis video interaktif terhadap pemahaman diri dan perencanaan karier siswa. *Jurnal Teori dan Praksis Pembelajaran*, 11(1), 30–39.
- Setyawan, I., & Mulawarman, M. (2023). Kesenjangan digital dalam implementasi layanan BK berbasis teknologi: Survei nasional guru BK SMA. *Jurnal Konseling Indonesia*, 8(2), 67–78.
- Suherman, U., & Kartadinata, S. (2021). Transformasi layanan bimbingan dan konseling berbasis teknologi di sekolah menengah. *Jurnal Paradigma Pendidikan*, 13(3), 312–320.
- Tapscott, D. (2023). *Growing up digital: The rise of the net generation* (Updated ed.). McGraw-Hill.
- UNESCO-SEAMEO. (2024). *Digital access and education report: Southeast Asia*. UNESCO Publishing.
- Wardhani, D. K., & Listyasari, W. D. (2023). Hubungan pemanfaatan platform digital BK dengan kepuasan siswa terhadap layanan konseling. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 9(1), 55–64.
- Wijaya, H., & Pranata, L. (2024). Technology acceptance model dalam konteks adopsi aplikasi konseling digital oleh siswa SMA. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 11(1), 22–35.