

Minat Remaja Terhadap Layanan Cybercounseling

Timotius Fernaldy, A. Setyandari

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sanata Dharma

aldirwork27@gmail.com, asetyandari@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat minat remaja terhadap layanan *cybercounseling* dengan memperhatikan jenis kelamin (putra, putri) dan periode perkembangan remaja (remaja madya dan akhir). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan subjek sebanyak 94 remaja yang berasal dari Daerah Istimewa Yogyakarta, Sumatra Utara, Jambi, Banten, Jawa Barat, Kepulauan Riau, Daerah Khusus Ibu Kota Jakarta, dan Papua Tengah. Pengumpulan data menggunakan skala minat terhadap *cybercounseling* yang berjumlah 37 item pernyataan. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat minat remaja putra terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada pada kategori sedang (53%). Tingkat minat remaja putri terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada pada kategori tinggi (53%). Tingkat minat remaja madya terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada pada kategori tinggi (60%). Tingkat minat remaja akhir terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada pada kategori sedang (49 %). Tersedianya layanan *cybercounseling* perlu dipertimbangkan oleh para penyedia jasa konseling untuk remaja sebagai salah satu alternatif.

Kata Kunci: *Cybercounseling*, Minat, Remaja

PENDAHULUAN

Remaja adalah adalah masa transisi dari anak menuju dewasa yang dimulai ketika seseorang berada pada usia antara 12 hingga 22 tahun. Rentang usia ini krusial bagi perkembangan individu karena pada rentang ini, seorang individu mengalami perubahan fisiologis, kognitif, emosional dan sosial. (Yusuf., dkk 2021). Yusuf juga juga menjelaskan bahwa pada masa remaja, individu sering menghadapi berbagai persoalan mulai dari kenakalan remaja hingga persoalan kesehatan mental. Adapun persoalan yang dihadapi remaja seperti kecanduan narkoba, aksi kriminal, putus sekolah, kenakalan, percobaan bunuh diri, hingga menderita kecemasan, dan depresi. Liputan yang disampaikan oleh Gloriabarus, (2022) menyampaikan data dari Indonesia National Adolescent Mental Health Sruvey yang menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dengan jenis gangguan mental kecemasan, depresi, gangguan perilaku, serta stres pasca trauma dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD).

Berbagai persoalan yang dialami remaja perlu mendapatkan bantuan profesional, maka dari itu konseling merupakan salah satu bantuan proffesional yang dilakukan untuk membantu remaja dalam menghadapi berbagai persoalannya. Winkel & Hastuti, (2004) menjelaskan bahwa konseling merupakan salah satu layanan pokok dari Bimbingan dan Konseling yang bertujuan untuk membantu konseli agar dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus. Prayitno (2004) mengungkapkan bahwa konseling pada remaja pada awalnya dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli. Namun seiring perkembangan teknologi dan informasi khususnya internet

konseling tidak hanya dilakukan sebatas pertemuan tatap muka, melainkan juga dapat diselenggarakan dengan bantuan internet yang memungkinkan konselor dan konseli terhubung tanpa batasan ruang dan waktu. Konseling berbasis internet ini dikenal dengan istilah *cybercounseling*. *Cybercounseling* memungkinkan konselor dan konseli tidak hadir di waktu dan ruang yang sama, sehingga konseling dapat dilakukan dengan lebih efisien. Perkembangan *cybercounseling* semakin pesat seiring dengan meningkatnya penggunaan internet di Indonesia selama 3 tahun terakhir. Badan Pusat Statistik BPS-Statistics Indonesia (2025) mencatat di sepanjang tahun 2022 - 2024, persentase penduduk usia 5 tahun ke atas yang pernah mengakses internet dalam 3 bulan terakhir. Data menunjukkan bahwa tahun 2022 sebesar 66,48%; 2023 sebesar 69,21%; dan 2024 sebesar 72,78%.

Namun, dalam praktiknya, konseling daring memiliki beberapa keterbatasan. Petrus & Sudibyo, (2017) mengungkapkan beberapa kelemahan *cybercounseling* seperti 1) keterbatasan dalam pengungkapan ekspresi wajah dan tubuh. 2) Dinamika dalam proses konseling kurang mendapat perhatian. 3) Gangguan terhadap dinamika konseling tidak dapat sepenuhnya dikontrol. 4) Konselor harus memiliki keterampilan dalam menginterpretasi kata – kata verbal. Keterbatasan ini menyebabkan preferensi yang berbeda bagi remaja dalam memilih layanan konseling. bagi beberapa remaja *cybercounseling* dapat menjadi alternatif yang lebih efektif karena tidak terbatas ruang dan waktu saat akan melaksanakan konseling, namun bagi sebagian remaja *cybercounseling* belum dapat menjamin asas kerahasiaan dalam pelaksanaannya. Hal ini didukung oleh survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 13 remaja secara acak. Dari 13 remaja, ditemukan data bahwa 10 diantara 13 lebih nyaman menggunakan konseling luring dengan alasan asas kerahasiaan yang lebih terjamin. lebih mudah dan nyaman dalam bercerita dengan konseling tatap muka dan keterbatasan perangkat dalam mengakses *cybercounseling*.

Berdasarkan beberapa fenomena dan survei awal yang peneliti lakukan, maka penelitian ini akan melihat tingkat minat remaja terhadap layanan *cybercounseling*. Penelitian mengenai minat terhadap layanan *cybercounseling* sudah dilakukan oleh Jinggoi (2025) yang mengungkapkan bahwa tingkat minat peserta didik kelas IX SMP N 3 Yogyakarta berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 47,69% dan kategori tinggi sebesar 45,38%. Hasil penelitian yang dilakukan jinggoi dilakukan pada remaja di dalam satu institusi pendidikan yaitu SMP N 3 Yogyakarta, sehingga penelitian ini akan mencakup subjek yang lebih luas yaitu remaja yang ditinjau dari jenis kelamin dan periode perkembangan remaja.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Sugiyono (2022), berpendapat penelitian deskriptif adalah bentuk penelitian yang digunakan untuk mengetahui nilai yang berkenaan terhadap keberadaan variabel mandiri, baik hanya pada satu variabel atau lebih. Dalam penelitian ini, peneliti tidak melakukan perbandingan variabel pada sampel lain, ataupun mencari hubungan variabel dengan variabel lain. Penelitian ini bersifat menggambarkan, mendeskripsikan atau memotret pada objek yang diteliti.

Penelitian ini menggambarkan tingkat minat remaja terhadap layanan *cybercounseling* dengan menggunakan analisis deskriptif. Penelitian ini dilakukan pada Bulan Mei 2025 dengan subjek penelitian sebanyak 94 remaja yang berusia 15 hingga 21 tahun yang merupakan peserta didik SMP, SMA, dan Mahasiswa. Domisili subjek penelitian tersebar dalam 9 provinsi yaitu Sumatra Utara, Kepulauan Riau, Jambi, Banten, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Jawa Barat, Jawa Timur, dan Papua Tengah.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang berupa skala Likert. Kuesioner disebarikan melalui media sosial dengan menggunakan *google form*. Sugiyono (2018), mengungkapkan skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (variabel penelitian). Dalam skala likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator yang menjadi titik tolak penyusun item instrumen.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis deskriptif menggunakan penetapan kriteria kategorisasi. Azwar (2012) menyatakan bahwa penetapan kriteria kategorisasi didasari asumsi bahwa skor populasi subjek terdistribusi secara normal yang terbagi atas enam satuan deviasi standar. Standar deviasi dihitung dengan rumus rentang skor/6. Mean teoritik dihitung dengan rumus skor tertinggi + skor terendah/2. Kriteria kategorisasi dihitung dengan menggunakan rumus norma kategorisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh, tingkat minat remaja putra dapat digambarkan sebagai berikut :

Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Minat terhadap *Cybercounseling* pada Remaja Putra

| Norma | Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|--|--------------------|-----------|------------|---------------|
| $\mu + 1,5 \sigma < X$ | $120 < X$ | 4 | 10% | Sangat Tinggi |
| $\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$ | $102 < X \leq 120$ | 15 | 37% | Tinggi |
| $\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$ | $83 < X \leq 102$ | 22 | 53% | Sedang |
| $\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$ | $65 < X \leq 83$ | 0 | 0% | Rendah |
| $X \leq \mu - 1,5 \sigma$ | $X \leq 65$ | 0 | 0% | Sangat Rendah |

Tabel 2. Kategorisasi Tingkat Minat terhadap *Cybercounseling* pada Remaja Putri

| Norma | Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|--|--------------------|-----------|------------|---------------|
| $\mu + 1,5 \sigma < X$ | $120 < X$ | 6 | 11% | Sangat Tinggi |
| $\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$ | $102 < X \leq 120$ | 28 | 53% | Tinggi |
| $\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$ | $83 < X \leq 102$ | 18 | 34% | Sedang |
| $\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$ | $65 < X \leq 83$ | 1 | 2% | Rendah |
| $X \leq \mu - 1,5 \sigma$ | $X \leq 65$ | 0 | | Sangat Rendah |

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat minat remaja putra terhadap *cybercounseling* berada dalam kategori sangat tinggi sebesar 10%, tinggi sebesar 37% dan

sedang sebesar 53%, Sedangkan tingkat minat terhadap *cybercounseling* pada remaja putri berada dalam kategori sangat tinggi sebesar 11%, tinggi 53%, sedang 34% dan rendah 2%. Dari hasil tersebut tampak bahwa remaja putri lebih memiliki ketertarikan untuk menggunakan layanan *cybercounseling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri memiliki minat terhadap *cybercounseling* dalam kategori tinggi (53%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Rosida & Harnimayanti (2025) yang menyebutkan bahwa penggunaan gadget pada remaja banyak didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan (69,3%). Kondisi ini dapat terjadi karena perempuan lebih memiliki kesadaran dalam mencari bantuan psikologis seperti *cybercounseling* (Yulia, 2021).

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Minat terhadap *Cybercounseling* pada Remaja Madya

| Norma | Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|--|--------------------|-----------|------------|---------------|
| $\mu + 1,5 \sigma < X$ | $120 < X$ | 1 | 2% | Sangat Tinggi |
| $\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$ | $102 < X \leq 120$ | 28 | 60% | Tinggi |
| $\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$ | $83 < X \leq 102$ | 17 | 36% | Sedang |
| $\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$ | $65 < X \leq 83$ | 1 | 2% | Rendah |
| $X \leq \mu - 1,5 \sigma$ | $X \leq 65$ | | | Sangat Rendah |

Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Minat terhadap *Cybercounseling* pada Remaja Akhir

| Norma | Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|--|--------------------|-----------|------------|---------------|
| $\mu + 1,5 \sigma < X$ | $120 < X$ | 9 | 19% | Sangat Tinggi |
| $\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$ | $102 < X \leq 120$ | 15 | 32% | Tinggi |
| $\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$ | $83 < X \leq 102$ | 23 | 49% | Sedang |
| $\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$ | $65 < X \leq 83$ | 0 | 0 | Rendah |
| $X \leq \mu - 1,5 \sigma$ | $X \leq 65$ | 0 | 0 | Sangat Rendah |

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar (60%) remaja madya memiliki tingkat minat terhadap layanan *cybercounseling* dalam kategori tinggi, sedangkan 36% pada kategori sedang. Data ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah remaja madya memiliki tingkat minat yang tinggi untuk menggunakan layanan *cybercounseling*. Jika dilihat dari teori perkembangan remaja, pada masa remaja madya, individu mulai memasuki tahapan yang lebih matang dan luas. Pada tahap ini remaja telah mampu membuat rencana dan mengambil keputusan tentang masa depan, serta remaja mulai memandang orang tua sering mengintervensi kebebasannya, bahkan menolak tradisi/budaya atau sistem kepercayaan orang tua. Pada masa remaja madya, remaja sudah menyadari akan kesejahteraan psikologis yang meliputi penerimaan diri, dan tujuan hidup pribadi (Yusuf dkk., 2021). Kondisi ini dapat mendorong kesadaran remaja madya akan bantuan profesional dari *cybercounseling*. Selain itu data dari kominfo (2023) mengungkapkan bahwa pada Provinsi D.I Yogyakarta penggunaan gadget pada remaja usia 13-19 tahun mengalami peningkatan yang cukup signifikan yaitu tahun 2022 sebanyak 48,37%. Diikuti kabupaten Sleman sebanyak 17,7% dan Kabupaten Bantul sebanyak 16,26%.

Hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa remaja akhir memiliki tingkat minat terhadap *cybercounseling* dalam kategori sangat tinggi sebesar 19%, tinggi sebesar 32% dan sedang sebesar 49%. Hasil ini menunjukkan bahwa minat remaja akhir tergolong sedang terhadap *cybercounseling*. Hal ini terjadi karena didasari oleh karakteristik remaja akhir yang sudah mampu mengendalikan diri dengan eksplorasi terhadap pendidikan pekerjaan, peranan keluarga dan hubungan personal. Remaja cenderung tidak berkonflik dengan orang tua, remaja sudah dapat menyeimbangkan antara kebebasan dan keterikatan. Sehingga kebutuhan akan bantuan psikologis tergolong sedang - tinggi.

Secara keseluruhan, layanan *cybercounseling* bagi remaja cukup diminati, layanan ini memiliki tingkat minat sedang hingga tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa konseling yang dulu dilakukan *face to face* sekarang dapat dilakukan secara daring melalui bantuan teknologi dan internet.. Hampir sebagian besar kegiatan remaja tidak lagi dibatasi ruang dan waktu, termasuk kegiatan konseling secara daring. Bagi remaja, kegiatan konseling daring dapat membantu menghemat biaya, tenaga, dan dapat dilakukan dimana saja.

Petrus & Sudibyo (2017), mengungkapkan bahwa bagi sebagian konseli, konseling secara daring akan membuat konseli merasa lebih nyaman dan berani terbuka untuk bercerita. Konseling daring juga mempermudah remaja dalam mengakses layanan konseling. Remaja tidak lagi harus mengantre lama untuk mendapatkan layanan konseling. Zaren dkk., (2020) juga mengungkapkan bahwa remaja mungkin lebih memilih konseling *online* dibandingkan tatap muka karena beberapa alasan seperti keterbatasan fisik, alasan keuangan, serta daerah yang kurang terjangkau akses konselor profesional. Dengan konseling daring, remaja juga akan menjadi lebih terbuka untuk bercerita. Penelitian Puspita dkk. (2020), mengungkapkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok berbasis *cybercounseling* via *WhastApp* dapat meningkatkan keterbukaan diri pada subjek mahasiswa. Hal ini berarti, *cybercounseling* secara tidak langsung membantu konseli terbuka untuk bercerita sehingga memudahkan konselor dalam memberikan bantuan yang tepat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai minat remaja terhadap layanan *cybercounseling*, dapat disimpulkan bahwa : (1) Tingkat minat remaja putra terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada pada kategori sedang (53%). (2) Tingkat minat remaja putri terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada dalam kategori tinggi (53%). 3) Tingkat minat remaja madya terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada pada kategori tinggi (60%). (4) Tingkat minat remaja akhir terhadap layanan *cybercounseling* sebagian besar berada dalam kategori tinggi (32%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa cukup banyak remaja yang berminat terhadap layanan *cybercounseling*. Hal ini dapat menjadi masukan penting bagi penyedia jasa konseling untuk mempertimbangkan adanya layanan *cybercounseling*. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian terhadap *cybercounseling* dapat memperhatikan pula latar belakang subjek penelitian, sehingga faktor – faktor yang mempengaruhi minat remaja dapat dikaji lebih dalam. Penggunaan metode kualitatif juga disarankan agar penelitian dapat mengungkap dengan detail faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya minat remaja terhadap *cybercounseling*.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS-Statistics Indonesia. (2025). *Statistik Indonesia Statistical Yearbook Of Indonesia 2025* (Vols. 53, 2025). BPS-Statistics Indonesia.
- Gloriabarus. (2022). *Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental*. Universitas Gadjah Mada. [https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental/#:~:text=Hasil%20penelitian%20ini%20juga%20menunjukkan,%2Dtrauma%20\(PTSD\)%20dan%20gangguan](https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental/#:~:text=Hasil%20penelitian%20ini%20juga%20menunjukkan,%2Dtrauma%20(PTSD)%20dan%20gangguan)
- Jinggoi. (2025). *Tingkat Minat Siswa SMP Negeri 3 Yogyakarta Terhadap Layanan Cybercounseling*. Skripsi. Universitas Sanata Dharma.
- Kominfo, D. . Y. (2023) 'DI Yogyakarta Raih Indeks Literasi Digital Tertinggi Nasional pada 2022 [Yogyakarta Special Region Wins Highest National Digital Literacy Index in 2022]', Katadata.co.id, (2022).
- Petrus, J., & Sudiby, H. (2017). Kajian Konseptual Layanan Cybercounseling. *Konselor*, 6(1), 6. <https://doi.org/10.24036/02017616724-0-00>
- Prayitno. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT Rineka Cipta.
- Priyatno, D. (2018). *SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum*. Andi.
- Puspita, D., Elita, Y., & Sinthia, R. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Cyber-Counseling Via Whatsappterhadap Keterbukaan Diri Mahasiswa Bimbingan Dan Konselingsemester 4a Universitas Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2(3), 271–281. <https://doi.org/10.33369/consilia.2.3.271-281>
- Saifuddin Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Media Abadi.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2008). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Pt Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, S., Sugandhi, N., & Saomah, A. (2021). *Bimbingan dan Konseling Remaja*. Remaja Rosdakarya.
- Zeren, S. G., Erus, S. M., Amanvermez, Y., Buyruk-Genc, A., Yilmaz, M. B., & Duy, B. (2020). The Effectiveness of Online Counseling for University Students in Turkey: A Non-Randomized Controlled Trial. *European Journal of Educational Research*, volume–9–2020(volume–9–issue–2–april–2020), 825–834. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.9.2.825>