

## **APLIKASI *CYBERCOUNSELING* KOGNITIF PERILAKU BAGI GURU BK DI ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0**

**Nur Hidayah**  
**Universitas Negeri Malang**  
**Email: nur.hidayah.fip@um.ac.id**

### **ABSTRAK**

Era revolusi industri 4.0 menjadi perbincangan sangat menarik dan hangat pada dekade terakhir ini. Dalam sepuluh tahun terakhir sangat dirasakan perubahan dampaknya dalam berbagai sektor—entrepreneurship, medis, bisnis, marketing, teknologi, keamanan, politik, sosial budaya, pemerintahan, pendidikan, transportasi, dan layanan jasa lainnya. Menjamurnya media informasi di masyarakat susah dibendung, layanan jasa makin memanjakan, perubahan drastis profesi/pekerjaan di dunia industri dan masyarakat, dan digitalisasi berdampak pula bagi individu dalam bertindak dan berperilaku—termasuk siswa dan para pendidik. Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) di sekolah sangat membantu dalam pemecahan masalah manajemen, pembelajaran, dan pembinaan karakter, sikap, dan perilaku siswa. TIK penting pemanfaatannya bagi pemecahan masalah siswa—pribadi-sosial, akademik-karir. Guru BK membantu pemecahan masalah siswa melalui konseling dengan memanfaatkan teknologi dan informasi. Konseling berbasis TIK dikenal dengan konseling *online*, *cybercounseling*, *e-counseling* melalui media android, bestri, skype, whatsapp, facebook, tweeter, e-mail, instagram, youtube, google meet, zoom, hangout, dan semacamnya. Pergeseran paradigma konseling dari *face-to-face* ke konseling *online/cybercounseling* telah terjadi. Ditengarai banyaknya Guru BK mulai meninggalkan praktik konseling tatap muka dan menggantinya dengan konseling *online*. Namun, perubahan paradigma konseling tersebut membawa tantangan besar—praktiknya tidak dibarengi kesiapannya. Konseling *online* penting dikaji oleh Guru BK agar mampu menerapkan secara benar. Praktik *cybercounseling* Kognitif Perilaku dibahas bersama Guru BK dan pemerhati pendidikan di era revolusi industri 4.0.

**Kata kunci:** *cybercounseling*, konseling kognitif perilaku, revolusi industri 4.0, guru BK

### **ABSTRACT**

The era of the industrial revolution 4.0 has been a very interesting and warm conversation in the last decade. In the last ten years, the impact of change has been felt in various sectors—entrepreneurship, medical, business, marketing, technology, security, politics, social culture, government, education, transportation, and other services. The proliferation of information media in society is difficult to stop, services are increasingly spoiling, drastic changes in professions/jobs in the industrial and community worlds, and digitalization is also limited to individuals in acting and behaving—including students and educators. Utilization of information and communication technology (ICT) in schools is very helpful in problem solving management, learning, and fostering students' character, attitudes, and behavior. ICT is important for its use in solving students' problems—personal, social, academic, career. The BK teacher helps students solve their problems through counseling by utilizing technology and information. ICT-based counseling is known as online counseling, cybercounseling, e-

counseling through android media, bestri, skype, whatsApp, facebook, tweeter, e-mail, instagram, youtube, google meet, zoom, hangout, and the like. A shift in counseling paradigm from face-to-face to online counseling/cybercounseling has taken place. It is suspected that many BK teachers have begun to leave face-to-face counseling practices and replace them with online counseling. However, the change in the counseling paradigm posed a major challenge—its practice was not accompanied by its readiness. Online counseling is important to be reviewed by BK Teachers in order to be able to apply correctly. Cognitive Behavioral cybercounseling practices were discussed with BK Teachers and education observers in the era of the industrial revolution 4.0.

**Keywords:** *Cybercounseling, cognitive behavioral counseling, industrial revolution 4.0, BK teacher*

## PENDAHULUAN

Setelah gencar-gencarnya era MEA tahun 2015, maka era revolusi industri 4.0 tidak kalah pamornya bahkan lebih menggelegar. Dalam sepuluh tahun terakhir sangat dirasakan perubahan dampaknya dalam berbagai sektor—entrepreneurship, medis, bisnis, marketing, teknologi, keamanan, politik, sosial budaya, pemerintahan, pendidikan, transportasi, dan layanan jasa lainnya.

Revolusi industri 4.0 telah mengubah hidup dan kerja manusia secara fundamental—desrupsi (Schwab, 2017). Revolusi industri mengalami puncaknya saat ini dengan lahirnya teknologi digital yang berdampak masif terhadap hidup manusia di seluruh dunia. Revolusi industri generasi keempat mendorong sistem otomatisasi di dalam semua proses aktivitas. Teknologi internet yang semakin masif tidak hanya menghubungkan jutaan manusia di seluruh dunia tetapi juga telah menjadi basis bagi transaksi perdagangan dan transportasi secara *online*. Munculnya bisnis transportasi *online* seperti *Gojek*, *Uber*, dan *Grab* menunjukkan integrasi aktivitas manusia dengan teknologi informasi dan ekonomi menjadi semakin meningkat. Dengan demikian, berkembangnya teknologi *autonomous vehicle* (mobil tanpa supir), *drone*, aplikasi media sosial, bioteknologi, dan nanoteknologi semakin menegaskan bahwa dunia dan kehidupan manusia telah berubah secara fundamental.

Era disrupsi tersebut salah satunya ditandai tergusurnya pekerjaan tertentu oleh pekerjaan baru. Ditunjukkan sebanyak 57% pekerjaan yang ada sekarang, akan hilang dalam tiga periode revolusi industri 4.0, dari 2018-2030 (Dirjen Kemenaker). Pekerjaan tersebut adalah tukang pos, resepsionis, operator mesin, koki, agen perjalanan, dan ahli pengelasan. Selanjutnya, menurut Kepala BKN (Badan Kepegawaian Negara), hanya 65% dari pekerjaan saat ini akan hilang selama sepuluh tahun ke depan, salah satunya adalah proses bisnis dan kegiatan sosial. Namun, terdapat pekerjaan baru tumbuh di era revolusi industri 4.0. Selain

sektor pekerjaan menjadi penciri era revolusi industri periode empat sebagaimana disebutkan, ada di antaranya adalah sektor bisnis dan pelayanan jasa transportasi.

Sektor yang disebutkan terakhir sangat menggurikan, menjadi tantangan dan/atau peluang bagi siapapun yang ingin survive. Kondisi sekarang dapat dipersepsi positif dan/atau negatif bergantung bagaimana cara menyikapinya. Kadang terasa *euphoria* (euforia) kadang pula terasa menyedihkan bahkan menyakitkan bila keliru mempersepsinya. Eva, dkk., (2020) menegaskan bahwa setiap orang (siswa dan mahasiswa) berharap hidup sejahtera dan bahagia—*well being* diwujudkan dalam sikap dan tindakan sehari-hari dengan mengalami kehidupan penuh optimis, dinamis, lebih mendekatkan diri kepada Tuhan sang pencipta, bahkan mampu bersikap yang bertanggungjawab—alih-alih mengarahkan dan menempa *meaning of life* dalam hidupnya (Hidayah, dkk., 2017, 2019; Ningsih, dkk., 2017; Finayanti, dkk., 2019; Ginting, dkk., 2019).

Menjamurnya media informasi di masyarakat susah dikendalikan, tersedia layanan jasa transportasi makin memanjakan, perubahan drastis profesi/pekerjaan di dunia industri dan masyarakat seiring dengan generasi digital. Hidup di era ini tidak boleh hanyut melainkan dihadapinya dengan penuh spirit, semangat, optimis, penuh harap, lebih-lebih selektif dalam bertindak/berbuat. Hal tersebut belum tampak pada sikap dan perilaku siswa dalam kehidupan sehari-hari. Kebanyakan mereka memilih *uphoria*, apalagi dengan diterapkan kebijakan **Merdeka Belajar** di kalangan pendidikan Indonesia (Kemendikbud RI, 2019).

Kebijakan Kemendikbud RI dalam menerapkan merdeka belajar sebagai dampak revolusi industri generasi keempat. Merdeka belajar merupakan program kebijakan baru Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Esensi merdeka belajar adalah **kemerdekaan berpikir**. Implementasinya bahwa belajar dalam setting *outing class*—tidak hanya mendengarkan penjelasan guru, tetapi lebih membentuk karakter siswa yang berani, mandiri, cerdas dalam bergaul, beradab, sopan, dan berkompetensi, harapannya agar siswa siap bekerja dan kompeten, serta berbudi luhur di lingkungan masyarakat (Kemendikbud RI, 2019).

Implikasi kebijakan baru dalam pembelajaran, salah satunya bahwa sebagian besar pembelajaran dilakukan secara daring (online), membuat anak kian lekat dengan *gadget*. Penggunaan *gadget* masih sering dihindari/ditentang oleh sejumlah orangtua. Hal ini bisa dipahami, karena adanya sejumlah risiko negatif bila anak terlalu sering menggauli *gadget*. Orangtua yang kurang sepaham dengan pembelajaran daring (online), berpengaruh pada sikap dan tindakan siswa. Dengan kata lain, penerapan pembelajaran daring berdampak pada

pemahaman dan sikap yang berbeda antara orangtua, siswa, dan pihak berkepentingan (Depdikbud).

Seiring dengan kebijakan merdeka belajar dalam rangka peningkatan mutu sumber daya manusia menghadirkan masyarakat kaya akan kreatifitas dalam mengaktualisasikan ilmunya sendiri dan memaksa supaya tidak berpikir monoton merupakan tujuan yang paling utama dalam perubahan kebijakan pendidikan saat ini. Fokus pada peningkatan tiga indikator yaitu **numerasi**, merupakan peningkatan kemampuan penguasaan tentang angka-angka, **literasi** yaitu kemampuan menganalisa bacaan dan memahami di balik tulisan tersebut, dan **pembinaan karakter** yaitu melakukan pembelajaran gotong royong ke-*bhinnekaan*.

Ditengarahi bahwa penerapan merdeka belajar mengundang banyak persoalan oleh civitas akademik sekolah, di antaranya belum kokohnya konsep perubahan baru dari kebijakan lama, kurang siap material, fisik (infrastruktur), dan psikis. Sebagai ilustrasi, Guru ketika merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran daring menjadi problem sendiri—tidak semua sekolah sudah memfasilitasi pembelajaran daring melalui internet. Layanan pembinaan karakter—bimbingan dan konseling (BK) oleh Guru BK belum disiapkan secara matang baik konten, media, maupun sarana dan prasarana. Dari sisi siswa, mereka belum terbiasa mengalami belajar dengan sistem baru yaitu pengalaman belajar tanpa instruksional dari guru, mereka dituntut memilih sesuai dengan *passionnya*, siswa belum terlatih untuk memutuskan sendiri kapan belajar, menyelesaikan tugas, menemukan sumber belajar, dan membuat laporan pengalaman belajarnya. Alih-alih, budaya Indonesia kolektivitas yang mendarahdaging tiba-tiba semuanya berubah untuk membuat keputusan mandiri secara bijak. Persoalan baru oleh siswa yang akan muncul adalah banyaknya siswa yang akan mengalami kemunduran belajar akibat dari menunggu perintah/instruksi, karakter/gaya belajar yang unik, bersikap tidak mau susah-susah—malas belajar, kurang semangat, pesimis, dan tidak bertanggungjawab. Problematika siswa tersebut tentu segera dicarikan solusinya, melalui *helping profession* oleh Guru BK dengan *cybercounseling*.

Guru BK senantiasa bekerja sebagai *safe practioner* dengan penuh reflektif atas semua kinerja keprofesionalannya. Guru BK memiliki kompetensi personal dan profesional dalam memberikan layanan Bimbingan dan Konseling. Kompetensi tersebut diterjadikan oleh Guru BK melalui tindakan berikut (1) mengkaji penuh sadar atas perubahan sistem pendidikan di Indonesia bukan bersikap menolak, (2) menyiapkan diri dan memilih strategi layanan yang tepat, (3) memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) secara memadai untuk semua layanan BK, (4) merancang, mengimplementasi, dan menilai setiap kegiatan layanan BK berbasis TIK, dan (5) menerapkan layanan konseling *online/cybercounseling*.

Melalui komunikasi interaktif yang menyenangkan ini, akan dibahas pemanfaatan *cybercounseling* secara konseptual dan praktik sebagai media layanan konseling era revolusi industri 4.0. Harapannya para guru BK menjadi melek teknologi dalam kinerja profesionalnya. Tema ini disusun berbasis riset dan meta-analisis secara berkelanjutan.

## **PEMBAHASAN**

Bagian ini dibahas konsep pokok konseling Kognitif Perilaku, *cybercounseling*, dan aplikasinya. *Cybercounseling* sebagai media layanan konseling di era revolusi industri 4.0 dan kesadaran atas pemberlakuan merdeka belajar sebagai kebijakan baru dalam pendidikan.

### **1. Era Revolusi Industri 4.0**

Bidang-bidang yang mengalami terobosan berkat kemajuan teknologi baru di antaranya (1) robot kecerdasan buatan (artificial intelligence robotic), (2) teknologi nano, (3) bioteknologi, (4) teknologi komputer kuantum, (5) blockchain (seperti bitcoin), (6) teknologi berbasis internet, dan (7) printer 3D.

Era ini berawal dari latar terjadinya disrupsi yakni situasi perubahan kehidupan manusia yang fundamental. Sebagaimana telah disampaikan oleh Presiden Joko Widodo (2018), bahwa revolusi industri 4.0 telah mendorong inovasi-inovasi teknologi yang memberikan dampak disrupsi atau perubahan fundamental terhadap kehidupan masyarakat. Termasuk perubahan-perubahan tak terduga menjadi fenomena yang sering muncul pada era revolusi industri 4.0, lebih tidak terduga, bahwa layanan ojek *online* tidak sebatas sebagai alat transportasi alternatif tetapi juga merambah hingga bisnis layanan antar (online delivery order). Dengan kata lain, teknologi *online* telah membawa perubahan yang besar terhadap peradaban manusia dan ekonomi. Perubahan ini merupakan peluang bahkan tantangan bagi peradaban manusia.

#### **a. Peluang Revolusi Industri Generasi Empat**

Menurut Kasali (2017), disrupsi tidak hanya bermakna fenomena perubahan hari ini (today change), tetapi juga mencerminkan makna fenomena perubahan hari esok (the future change). Revolusi industri 4.0 membuka peluang yang luas bagi siapapun untuk maju. Teknologi informasi yang semakin mudah terakses hingga ke seluruh pelosok menyebabkan semua orang dapat terhubung didalam sebuah jejaring sosial. Banjir informasi seperti yang diprediksikan Futurolog Alvin Tofler (1970) menjadi realita ditemukan pada revolusi industri 4.0. Kemudahan mengakses internet senada dengan dinamika komunitas sosial makin eksis.

## **b. Tantangan Revolusi Industri Generasi Empat**

Revolusi industri generasi empat tidak hanya menyediakan peluang, tetapi juga tantangan bagi generasi milineal. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai pemicu revolusi industri juga diikuti dengan implikasi lain seperti pengangguran, kompetisi manusia vs mesin, dan tuntutan kompetensi yang semakin tinggi. Menurut Karnawati (2017), revolusi industri 4.0 dalam lima tahun mendatang akan menghapus 35% jenis pekerjaan. Bahkan pada 10 tahun mendatang jenis pekerjaan yang akan hilang bertambah menjadi 75%. Hal ini disebabkan pekerjaan yang diperankan oleh manusia setahap demi setahap digantikan dengan teknologi digitalisasi program. Dampaknya, proses produksi menjadi lebih cepat dikerjakan oleh pelibatan mesin daripada dikerjakan dengan pelibatan manusia.

Di Amerika Serikat, misalnya dengan berkembangnya sistem *online* perbankan telah memudahkan proses transaksi layanan perbankan. Akibatnya, 48.000 teller bank harus menghadapi pemutusan hubungan kerja karena alasan efisiensi (Sumber: <https://regional.kompas.com/read/2018/01/31/17225241/pekerjaan-yang-diprediksi-punah-akibat-revolusi-industri-apa-saja>). Lapangan pekerjaan yang potensial diotomatisasikan di antaranya usaha pengolahan (manufaturing), perdagangan ritel, transportasi dan pergudangan, tenaga administrasi, konstruksi, layanan makanan dan akomodasi, pertanian, perikanan, dan kehutanan, serta layanan kesehatan dan keuangan/asuransi. Dengan demikian, revolusi industri dapat mengancam makin tingginya pengangguran di Indonesia. Situasi pergeseran tenaga kerja manusia ke arah digitalisasi merupakan bentuk tantangan yang perlu direspon oleh para siswa. Dengan demikian, tantangan ini perlu dijawab dengan peningkatan kompetensi siswa dan guru BK terutama penguasaan teknologi komputer, keterampilan berkomunikasi, kemampuan bekerjasama secara kolaboratif, dan kemampuan untuk terus belajar dan adaptif terhadap perubahan lingkungan.

Oleh karena itu, untuk memanfaatkan peluang dan menjawab tantangan revolusi industri 4.0 para civitas akademik sekolah wajib memiliki kemampuan literasi data, teknologi, dan manusia (Sumber: <http://belmawa.ristekdikti.go.id/2018/01/17/era-revolusi-industri-4-0-perlu-persiapkan-literasi-data-teknologi-dan-sumber-daya-manusia/>). Literasi data dibutuhkan oleh siswa untuk meningkatkan *skill* dalam mengolah dan menganalisis data. Literasi teknologi menunjukkan kemampuan untuk memanfaatkan teknologi digital guna mengolah data dan informasi. Sedangkan literasi manusia wajib dikuasai karena menunjukkan elemen *softskill* atau pengembangan karakter individu untuk bisa berkolaborasi, adaptif, dan menjadi arif di era “banjir” nya informasi.

### c. Dampak Revolusi Industri 4.0 dalam Pendidikan

Seiring dengan pembangunan bangsa jangka menengah dan jangka panjang manusia Indonesia seutuhnya, maka terbitlah kebijakan baru Kemendikbud dalam pendidikan yakni **merdeka belajar**. Merdeka belajar adalah kemerdekaan berpikir, untuk mengarahkan para siswa agar pola berpikirnya tidak terkungkung monoton, melainkan berpikir tingkat tinggi (HOTS), mendorong berbuat kreatif dengan ide-ide orisinal dan menantang, bergairah, lebih membentuk karakter siswa yang berani, mandiri, cerdas dalam bergaul, beradab, sopan, dan berkompentensi, harapannya agar siswa siap bekerja dan kompeten, serta berbudi luhur di lingkungan masyarakat (Kemendikbud RI, 2019).

Merdeka Belajar dengan digitalisasi membawa dampak menantang bagi civitas akademik di sekolah. Realisasinya membutuhkan dukungan sekaligus keterlibatan orangtua sebagai mitra sekolah dengan cara memberikan pendampingan kepada anak-anak agar tidak hanyut oleh penggunaan *gadget* ke arah yang tidak fungsional. Pendampingan anak SD oleh orangtua adalah (1) membuat kesepakatan bahwa anak harus meminta izin orangtua untuk mengunduh atau membeli *game online* atau menonton film-film yang bisa mengganggu konsentrasi belajar. Pendampingan siswa SMP oleh orangtua adalah (1) mendampingi anak untuk dapat mengantisipasi risiko *cyberbullying* dan (2) melatih anak untuk belajar/berani menolak, menghilangkan, mengabaikan, dan tidak meneruskan konten negatif yang diterimanya—bersikap asertif. Pendampingan siswa SMA/MA/SMK oleh orangtua lebih ke arah mengasah *self-accepted* seperti (1) belajar mengenali *body image* dan (2) mendiskusikan dengan anak alasan dan latar belakang mengapa ia memilih foto dirinya untuk dipublikasikan.

## 2. Tahap-tahap Konseling Kognitif Perilaku

Tahap-tahap konseling Kognitif Perilaku meliputi: (a) tahap prakonseling, (b) tahap awal, (c) tahap tengah, dan (d) tahap akhir, sebagaimana diuraikan berikut.

### a. Tahap Pra-Konseling

Pada tahap ini konselor mempersiapkan sarana dan prasarana konseling, menyiapkan diri konselor dalam proses konseling. Selanjutnya, proses konseling diawali dengan salam dan penyambutan konseli dengan kondisi terbuka, pembicaraan topik netral perlu untuk dilakukan konselor dengan santai. Konselor perlu untuk dapat meyakinkan konseli bahwa pembicaraan konselor dan konseli dalam sesi konseling ini sebuah pembicaraan yang santai dan menyenangkan, konselor mengajak konseli untuk berdoa. Proses berdoa dapat dipimpin oleh konselor atau proses berdoa bisa juga dilakukan secara masing-masing. Tahap ini bertujuan untuk menciptakan hubungan kolaboratif antara konselor dan konseli.

Pada saat optimis telah terbentuk pada diri konseli, selanjutnya konselor melakukan *structuring*. Proses *structuring* ini diperlukan untuk memberikan batasan, baik batasan masalah, batasan waktu maupun batasan peran dalam diri konselor dan konseli. Proses pemberian *structuring* sangat tidak dianjurkan sepihak baik dari konselor maupun konseli, namun lebih ditekankan untuk ditentukan secara bersama. Cara ini akan mendukung interaksi positif dari kedua belah pihak. Ada 3 tahap konseling Kognitif Perilaku (Corey, 2013).

#### **b. Tahap Awal (Pertama)**

Tahap awal Konseling Kognitif Perilaku adalah pengumpulan data. Pada tahap ini konselor menginternalisasikan nilai-nilai konseli. Konselor mengajak konseli untuk mengeksplorasi dan memahami data kondisi diri konseli. Pada akhir tahap ini keterampilan konseli dalam memahami dirinya akan membantu proses rekonseptualisasi masalah yang ia hadapi.

Penggalian data dalam tahap ini berkaitan dengan masalah konseli yang sedang dihadapi, dilanjutkan dengan hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan konseli. Pada penggalian data tersebut, konselor memfokuskan penggalian terhadap aspek kognitif konseli sebagai data utama. Aspek perilaku dan emosi merupakan bagian yang turut digali sebagai data pendukung atas munculnya aspek kognitif konseli.

Pengkajian data dapat membantu konseli menganalisa hubungan data tersebut yang mungkin awalnya disepelekan dan tidak diperhitungkan oleh konseli. Data yang telah ditemukan dan dikemukakan konseli perlu untuk disusun dalam sebuah runtutan sistematis keterkaitan antar data. Konselor bertugas untuk membantu konseli menemukan keterkaitan antar data tersebut dengan aspek kognitif yang tetap menjadi fokus utama dalam pengkajian. Pengkajian keterkaitan antar data melibatkan data diri konseli, data yang terkait dengan *significant others* konseli. *Significant others* utama bagi konseli yakni orangtua, guru, kerabat, sahabat, pacar, dan orang-orang yang berpengaruh. Sosok orang yang berpengaruh merupakan sosok *significant-others* yang dekat dengan kehidupan konseli.

Proses dalam tahapan ini dilanjutkan pada eksplorasi diri konseli yang mengarah pada rekonseptualisasi masalah konseli. Pada fase ini, konseli diajak untuk menemukan keyakinan inti (*core belief*) yang maladaptif konseli. Keyakinan inti ini merupakan keyakinan-keyakinan yang mengganggu di dalam diri konseli yang tidak sesuai dengan kondisi masyarakat dan/atau sekolah. Kondisi Keyakinan yang maladaptif ini jelas mengganggu pikiran konseli. Dengan demikian, ditemukannya keyakinan inti konseli dapat menjadi langkah awal konseli menuju keyakinan inti yang lebih adaptif.

Pada saat konseli telah memahami keyakinan inti maladaptif yang selama ini menggangukannya, proses konseling dilanjutkan pada penentuan tujuan. Tujuan yang dimaksud berkaitan dengan permasalahan konseli pada umumnya, dan keyakinan inti konseli secara khusus. Tujuan konseling perlu dirumuskan secara jelas, spesifik, dan dapat dicapai. Proses penetapan tujuan tidak hanya dilakukan oleh konseli, namun melalui bimbingan dari konselor selaku model konseli. Meski demikian, konselor pun dianjurkan tidak terlalu direktif dalam membantu konseli menetapkan tujuannya.

### **c. Tahap Tengah (Kedua).**

Tahapan selanjutnya dalam proses konseling Kognitif Perilaku adalah tahapan inti atau penekanan dan peningkatan perubahan kognitif, emosional, dan perilaku. Pengelolaan pikiran dan perilaku konseli dilakukan dengan melanjutkan proses rekonseptualisasi *cognitive model* hingga konseli mampu meredefinisi masalah yang dialami dan memunculkan respon sikap dan perilaku yang adaptif serta sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial-budaya.

Pada tahap ini konselor mengajak konseli untuk menemukan pola kognisi baru yang ingin dibangun konseli. Pola kognisi tersebut mengacu pada implementasi *cognitive model* yang diyakini konseli (sesuai dengan budaya atau kebiasaan atas nilai-nilai yang diyakini) yang diterima oleh masyarakat sekitar dan/atau sekolah. Nilai yang diyakini oleh konseli menjadikan konstruksi dan pendefinisian ulang dari pola kognisi konseli seperti keyakinan spiritual dan peran *significant-others* konseli. Pada prosesnya, berpikir rasional dalam konsep kognitif perilaku berbasis keyakinan spiritual dan *significant-others* konseli sebagai bagian keyakinan (*core-belief*) diri konseli.

Proses konstruksi kognitif model konseli tidak hanya berhenti pada saat konseli menemukan keyakinan intinya, namun juga turut mengkaji bagaimana *intermediate belief* dan *automatic thought* konseli. *Intermediate belief* konseli berisi asumsi, peraturan, dan persepsi sebagai bentuk dari keyakinan inti konseli. Pada proses konseling, konselor perlu untuk membantu konseli menerjemahkan keyakinan intinya dalam bentuk *intermediate belief* yang bersifat asumsi, persepsi, dan peraturan. Asumsi, persepsi, dan peraturan yang dimiliki konseli juga turut dikaji tidak hanya kesesuaiannya dengan keyakinan inti, namun juga kesesuaiannya dengan kondisi kenyataan yang ada. Dengan demikian, kajian tersebut akan sesuai dengan tuntutan masyarakat dan/atau sekolah. Konseli perlu untuk benar-benar memahami keyakinan inti dan implementasinya dalam kehidupannya.

*Automatic thought* konseli sebagai respon otomatis terhadap situasi juga merupakan hal yang penting untuk dikaji, sehingga individu perlu untuk memberikan respon yang tepat terhadap situasi yang dihadapinya. *Automatic thought* yang sering muncul tanpa kendali, pada

proses ini perlu untuk dipahami dan dipelajari konseli. *Automatic thought* tidak dibiarkan muncul secara otomatis dan tak terkendali, namun dilakukan proses pertimbangan dan analisis singkat yang positif. Oleh karena itu, konselor dan konseli pada proses ini mendiskusikan *automatic thought-automatic thought* yang positif yang dapat dimunculkan konseli pada situasi gangguan atau penghambatnya.

Proses konstruksi kognitif model konseli yang berhasil akan memunculkan dampak perasaan dan perilaku bagi konseli pada saat diterapkan. Maka dari itu, proses selanjutnya yang dikaji dan dikelola adalah respon perasaan konseli. Respon perasaan tersebut mengantarkan konseli untuk dapat memunculkan perasaan positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Selanjutnya, proses pengelolaan perilaku dilakukan berbeda dengan pengelolaan emosi. Pengelolaan perilaku konseli menekankan pada keterampilan dan respon perilaku konseli yang adaptif dan positif. Pada tahap ini, pengelolaan perilaku mengarahkan konseli untuk berperilaku adaptif dan mampu menciptakan hubungan dan interaksi positif antara dirinya dengan orang lain dan lingkungannya.

Pada tahap ini dilakukan dengan mengimplementasikan teknik-teknik konseling Kognitif Perilaku. Terdapat tiga teknik yang dapat digunakan dalam konseling Kognitif Perilaku. Ketiga teknik tersebut adalah *Modeling*, *Self-Statement*, dan *Self Management* (Hidayah, dkk., 2017).

#### **d. Tahap Akhir (Ketiga)**

Sebelum proses konseling memasuki tahap akhir, konselor perlu memastikan bahwa konstruksi dari *cognitive model* konseli telah memiliki dasar yang kuat untuk dimiliki oleh konseli. Proses konseling pada tahap akhir ini, yakni konselor mengajak konseli untuk mengimplementasikan hasil pengelolaan pikiran, perasaan, dan perilakunya dalam kehidupannya. Selain itu, proses konseling pada tahap ini juga memiliki tujuan pemeliharaan perilaku dan penghindaran kekambuhan. Setelah kedua tujuan tersebut telah dicapai, konselor mengajak konseli untuk kembali berserah diri kepada Tuhan Yang Maha Esa melalui rasa syukur dan berdoa.

Pada tahap akhir ini, konselor mengawali dengan melakukan diskusi terkait kemungkinan hasil-hasil yang akan terjadi atas struktur kognisi, perasaan, dan perilaku konseli yang baru pada saat implementasi. Hasil tersebut dapat bersifat mendukung ataupun menghambat struktur kognisi dan perilaku konseli. Oleh karena itu, perlu untuk mendiskusikan dan merancang respon balik konseli terhadap situasi tersebut. Pendiskusan tersebut mengarahkan konseli untuk siap dalam menghadapi situasi yang terjadi dampak dari implementasi hasil konseling. Kesiapan konseli tersebut dapat menjadikan konseli lebih yakin

terhadap situasi yang dialami. Pada akhirnya, diharapkan konseli dapat merespon dengan segera dan adaptif untuk segala kondisi sebagai dampak dari implementasi hasil konseling, agar mencegah munculnya kekambuhan permasalahan konseli.

Selanjutnya, tindakan konselor pada proses *follow-up* dan pemantauan implementasi hasil konseling. Penjadwalan proses *follow-up* merupakan bagian penting dalam melakukan pemantauan terhadap implementasi hasil konseling. Proses *follow up* perlu dilakukan hingga implementasi hasil konseling menunjukkan hasil dan perkembangan ketercapaian target. Setelah itu, proses *follow up* dapat dikurangi frekuensi, latensi, dan durasinya.

Proses terakhir dari konseling Kognitif Perilaku adalah berdo'a. Pemanjatan do'a yang sejalan dengan keyakinan spiritual konseli, akan menjadi penguat bagi konseli dalam mengimplementasikan hasil konseling dalam kehidupannya sehari-hari. Pada saat konseli, telah benar-benar berhasil mengimplementasikan hasil konseling dengan baik, pemanjatan do'a tidak hanya ditujukan permohonan atas rahmat yang diberikan Tuhan Yang Maha Esa. Pemanjatan doa sebagai penutup seluruh sesi konseling merupakan bagian dari rasa syukur. Proses akhir ini bertujuan agar konseli tetap meyakini bahwa segala usaha untuk mengatasi permasalahannya juga merupakan kehendak Tuhan Yang Maha Kuasa yang patut disyukuri.

### 3. Aplikasi *Cybercounseling* Kognitif Perilaku

#### a. *Sekapursirih Cybercounseling*

Layanan konseling konvensional dilakukan secara tatap muka—*face to face*. Seiring perkembangan zaman, konseling dapat dilakukan secara *online*. Ada berbagai macam layanan konseling *online* yang populer, di antaranya melalui *e-mail*, *web-based counseling*, *telephone*, *instant-messaging* dan *video-conferencing* (Bloom, 2004; Goss, S., 2003; Kraus, dkk, 2011). Pada tahun 1980-an, layanan konseling *online* pertama kali masih bersifat satu arah. Konseling *online* saat ini bersifat dua arah atau bersifat *real-time* (bertatap muka secara maya). Layanan konseling *online* bersifat satu arah sering disebut dengan *e-counseling* (Mallen, et al, 2005).

Secara konseptual *e-counseling* sebenarnya sama dengan *e-learning* yakni memanfaatkan *Information and Communication Technology* (ICT/TIK) untuk mendukung layanan tatap muka (Hidayah, dkk., 2007). Manfaat penggunaan ICT dalam konseling adalah dapat mengatasi permasalahan diri konseli secara mandiri (*self-help*) dan membantu konselor dalam kondisi yang darurat di luar jam kerja. Selain dari segi manfaat, kelemahan penggunaan ICT yakni unsur-unsur dalam layanan konseling tatap muka belum terakomodir seluruhnya, seperti: tidak bisa mengenal lebih jauh baik konselor maupun konseli, terbatasnya ruang

komunikasi antara konselor dan konseli, dan konselor tidak bisa mengetahui bahasa nonverbal konseli (Akkoyunlu, et al, 2008, Hidayah, dkk., 2013).

Pada era digital yang dicitrakan dengan serba *online*, *internet*, *gadget*, atau *android* semakin memungkinkan layanan konseling *online* dilakukan dengan cara mengkombinasikan ICT dan tatap muka (*blended*). Istilah *blended* akrab didengar dalam konteks pembelajaran, yaitu *blended learning*. *Blended learning* merupakan metode pembelajaran yang mengkombinasikan antara sistem *e-learning* dengan metode konvensional (tatap muka) (Rooney, 2003). Demikian halnya dalam konteks layanan konseling, akrab dengan sebutan *cybercounseling*. *Cybercounseling* merupakan pengembangan dari *e-counseling*, yakni menggabungkan *e-counseling* dengan unsur-unsur konseling konvensional (Bloom, 2004).

Media *Cybercounseling* memungkinkan konselor dan konseli melakukan komunikasi tatap muka melalui layar monitor tanpa kehadiran fisik secara langsung melalui *videoconference*. Dengan *cybercounseling*, konselor dapat memberikan layanan konseling di mana saja dan kapan saja sesuai kesepakatan antara konselor dan konseli selama privasi tetap terjaga. Selain itu, perkembangan teknologi sudah tidak asing lagi bagi siswa, yang mana mereka sudah akrab dengan media sosial, seperti *BBM*, *whatsapp*, *facebook*, *twitter*, *blog*, *skype*, *bisri*, *instagram*, *e-mail*, *google meet*, *zoom*, *hangout*, dan yang semacam. Dengan demikian, pengguna—konselor dapat memilih media *cybercounseling* berupa *videoconference* sebagai *delivery system* untuk membantu konseli.

Hal ini dikuatkan oleh hasil penelitian Hidayah, dkk., (2015) bahwa tingkat keefektifan layanan konseling melalui *cybercounseling* mencapai kategori tinggi (57, 3%). Siswa menyatakan rasa senang untuk berkonsultasi melalui konseling yang disediakan di *website* sekolah. *Cybercounseling* dengan media *videoconference* yang dikembangkan di Indonesia selama ini masih berbasis *website*. Seperti halnya penelitian Prabawa (2015) yang mengembangkan *website cybercounseling* pendekatan realita untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa SMK dilanjutkan penelitian siber-konseling berbasis android untuk meningkatkan kejujuran siswa SMA (Prabawa, 2017). Selain itu, Hidayah, dkk. (2015) juga mengembangkan *website cybercounseling* pendekatan CBT untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* (SRL) siswa. Dapat dimaknai bahwa hadirnya layanan konseling *online* menjadi kebutuhan kedua pihak dan tidak dapat ditunda lagi pada era revolusi industri 4.0.

Penggunaan *website* sebagai media *cybercounseling* memiliki kelebihan dan kelemahan. Kelebihannya adalah dapat diakses di mana dan kapan saja, memungkinkan pengguna untuk bertemu secara *real-time*, hemat biaya, dan hemat waktu (Hidayah, dkk., 2015; Prabawa, 2017). Akan tetapi, beberapa kelemahan yang muncul di antaranya: pengguna

harus memiliki laptop/ komputer, pengguna harus memiliki akses internet yang kuat, dan dirasa kurang fleksibel jika dibandingkan dengan *smartphone android, iPhone*, yang bisa dibawa kemana-mana. Oleh karena itu, pencari *cybercounseling* ini berbasis *website* dan *android*.

#### **b. Aplikasi/Software Cybercounseling**

*Software cybercounseling* merupakan aplikasi konseling yang dapat digunakan oleh konselor berbasis *website* dan/atau *smartphone android*. *Software cybercounseling* dapat diunduh melalui *playstore* dengan nama *previewter*. Menu yang disajikan di antaranya: (1) tentang kami (pengembang), (2) petunjuk penggunaan, (3) instrumen, (4) menu hasil pengisian instrumen; dan (5) pilih konselor.

*Software* yang dikembangkan memiliki kerangka isi, sebagai berikut: (1) menu tentang kami memuat informasi *software* dan identitas pengembang; (2) menu petunjuk penggunaan berisi tentang tata cara menggunakan layanan *cybercounseling*; (3) instrumen; (4) menu hasil pengisian instrumen; dan (5) menu pilih konselor berisi daftar nama konselor beserta rekam jejak yang dapat dipilih untuk layanan *cybercounseling*.

Syarat minimum yang dibutuhkan untuk menjalankan aplikasi ini pada perangkat Android, di antaranya: (1) RAM 1 Gb; (2) Android 4.4 (Kitkat); (3) Prosesor quad core 1,3 Ghz versi 4.4; (4) Jaringan Internet 3,5G/ 4G; dan (5) Kamera depan minimal 5 MP.

#### **c. Prosedur Penggunaan Cybercounseling**

##### *1). Petunjuk Penggunaan Software*

##### *(a) Instalasi Software*

*Software cybercounseling* ini dapat dijalankan pada *smartphone* berbasis *android* dengan cara menginstal "*buildfire previewer*". Adapun "*buildfire previewer*" dapat di download melalui *playstore*. Langkah-langkah dalam instalasi "*buildfire previewer*" sebagai berikut.

- i. Buka Playstore pada *smartphone*
- ii. Ketik "*buildfire previewer*"
- iii. Ketuk "*BuilFire Previewer*"
- iv. Ketuk "*INSTAL*"
- v. Ketuk "*Accept*"
- vi. Tunggu Proses sampai selesai
- vii. Ketuk "*OPEN*"
- viii. Tunggu Proses sampai selesai
- ix. Ketuk "*Continue*"

- x. Ketuk “*Preview Your App*”
- xi. Masukkan alamat *e-mail* dan *password* yang sudah ditetapkan sebagai berikut.  
*E-mail*: [cybercounseling2016@gmail.com](mailto:cybercounseling2016@gmail.com)  
*Password*: *ekonseling*
- xii. Ketuk “*Log In*”
- xiii. Ketik “*cybercounseling2016*”
- xiv. Ketuk “*Load App*”
- xv. Ketuk “*Search*”
- xvi. Ketuk “*Cybercounseling2016*”
- xvii. Selesai, aplikasi sudah terinstal

(b) Membuka Aplikasi *Cybercounseling*

- i. Cari aplikasi dengan nama “*Previewer*” pada menu *smartphone* Anda dan ketuk aplikasi “*Previewer*”
  - ii. Ketuk “*Preview Your App*”
  - iii. Ketuk “*Load App*”
  - iv. Ketuk “*Cybercounseling2016*”
  - v. Geser ke atas dan ketuk “*Pilih Konselor*”
  - vi. Temukan nama Anda, misalkan nama yang Anda pilih adalah “*Nur Hidayah*”.  
Maka, ketuk “*Nur Hidayah*”.
  - vii. Ketuk “*Ayo Konseling*” untuk melakukan *cybercounseling* dengan konseli
  - viii. Ketuk “*Chrome*” dan ketuk “*Hanya Sekali*”
  - ix. Ketuk Lakukan Konseling sesuai prosedur konseling Kognitif Perilaku
- Cybercounseling* ini telah diunggah pada alamat akun Youtube: [profnurhidayahbk@gmail.com](mailto:profnurhidayahbk@gmail.com). Khusus *cybercounseling* Kognitif Perilaku dapat diakses melalui situs [www.nurhidayahbkum.esy.es](http://www.nurhidayahbkum.esy.es).

(c) Prosedur *Cybercounseling*

Petunjuk Sebelum *Cybercounseling*

- i. Konselor memastikan tersedianya jaringan internet yang kuat dan stabil.
- ii. Konselor menyiapkan tempat yang formal namun tidak mengurangi kenyamanan dan terjaga privasinya.
- iii. Konselor harus menjaga performansi ketika konseling (berpakaian rapi, menjaga sikap, komunikasi, dan kesopanan) untuk menumbuhkan kepercayaan konseli.
- iv. Konselor memiliki waktu  $\pm$  45 menit dalam satu kali sesi.

(d) Petunjuk *Cybercounseling*

Layanan *cybercounseling* ini menggunakan model konseling Kognitif Perilaku. Tahapan *cybercounseling* sebagai berikut.

*Tahap I: Persiapan*

Pada tahap persiapan, sedikitnya konselor harus menyiapkan dua hal penting. Pertama, konselor perlu menyiapkan beberapa aspek teknik terkait *hardware* (perangkat keras) dan *software* (perangkat lunak) yang digunakan untuk pelaksanaan layanan siber. *Hardware* yang dimaksud terdiri dari *smartphone* berbasis *android* yang terkoneksi internet, *headset*, *microphone*, dan perangkat pendukung lainnya. *Software* dapat berupa program yang menunjang berhasilnya penyelenggaraan layanan, misalnya *software/aplikasi android* sebagai media pelaksanaan layanan, *browser*, *e-mail*, dan sebagainya. Kedua, konselor juga perlu menyiapkan keterampilan dasar pelaksanaan layanan konseling profesional melalui media *online*.

*Tahap II: Proses Konseling*

Tahap *cybercounseling* tidak jauh berbeda dengan tahapan proses konseling tatap muka (*face-to-face*). Pada tahapan ini pemilihan pendekatan dan teknik disesuaikan dengan masalah yang dihadapi oleh konseli. Adapun model yang digunakan dalam *cybercounseling* ini adalah Konseling Kognitif Perilaku

*Tahap III: Pasca Konseling*

Tahap ini merupakan lanjutan dari tahapan sebelumnya. Setelah sesi *cybercounseling* berakhir dan dilakukan penilaian, maka terdapat empat kemungkinan kondisi yang muncul, di antaranya: (a) konseling akan sukses yang ditandai dengan adanya kondisi konseli yang sehat (*effective daily living/EDL*), (b) konseling akan dilanjutkan pada sesi tatap muka (*face-to-face*), (c) konseling akan dilanjutkan pada sesi *cybercounseling* berikutnya, dan (d) konseli akan dialih-tangankan (*referral*) pada konselor lain atau ahli lain.

**d. Etika dalam *Cybercounseling***

Etika yang perlu dimiliki oleh konselor saat melakukan konseling *online* adalah (1) konselor melakukan verifikasi identitas konseli menggunakan kode kata atau angka untuk menghindari pemalsuan data; (2) konselor menjelaskan prosedur dan kontrak konseling pada awal sesi; (3) konselor menjelaskan kemungkinan gangguan yang timbul dan mencari solusi apabila gangguan tersebut terjadi; (4) konselor menjelaskan cara mengatasi kesalahpahaman ketika video mati, hanya ada suara atau gambar saja atau gangguan sinyal; (5) konselor berkolaborasi dengan konseli untuk menjamin keprofesionalan (menjaga kerahasiaan data) dan menyediakan bantuan *referral*, jika dibutuhkan. Konselor dan konseli membangun kerja

sama untuk menentukan nomor telepon *hotline* krisis lokal dan nomor telepon darurat lokal; dan (6) konselor berkewajiban menciptakan kondisi agar konseli sadar tentang akses bebas publik ke internet. Misalnya, ada seseorang yang mengakses konseling internet, asesmen, informasi dan sumber daya instruksi berbasis *web* tanpa izin.

Beberapa situasi yang tidak direkomendasikan untuk melakukan konseling *online* adalah (1) konseli memiliki pikiran untuk menyakiti dan membunuh orang lain atau diri sendiri, (2) konseli berada pada situasi yang mengancam keselamatan jiwa, (3) konseli mempunyai sejarah situasi perilaku bunuh diri, kekerasan, dan kasar, (4) konseli mengalami delusi, (5) konseli mengalami halusinasi, dan (6) konseli menyalahgunakan alkohol dan obat-obatan.

#### **e. Keunggulan dan Keterbatasan *Cybercounseling***

##### 1. Keunggulan:

- 1) Pengoperasian *website* sangat mudah dan sederhana.
- 2) Tidak memerlukan registrasi untuk melakukan *videocall*.
- 3) Dapat digunakan untuk *videocall* sampai ke luar negeri (tidak terbatas jarak).
- 4) Suara dan visual video berkualitas bagus.
- 5) Hasil konseling dapat direkam.

##### 2. Keterbatasan:

- 1) Membutuhkan keterampilan khusus untuk melakukan analisis data.
- 2) Membutuhkan sambungan/jaringan internet yang baik.

## **PENUTUP**

Secara profesional Guru BK senantiasa belajar mengembangkan diri agar dapat memenuhi kompetensi profesional. Salah satu satunya adalah mengembangkan dan mengaplikasikan layanan *helping profession* yang memadai untuk menghadapi tantangan era revolusi industri generasi empat.

Masyarakat sudah mengenal *cybercounseling* sebagai media layanan konseling melalui dunia maya sejak awal abad 21. Seiring perkembangannya—era digital, *cybercounseling* dikenali sebagai media layanan konseling telah menggantikan layanan konseling *face-to-face* yang berangsur-angsur kurang diminati oleh siswa. *Cybercounseling* dilakukan secara *real time* melalui *teleconference* dan/atau *smartphone android*.

Implementasi *cybercounseling* sebagaimana konseling tatap muka menggunakan model-model konseling yang dipilih. Model konseling yang digunakan pada aplikasi ini adalah model konseling Kognitif Perilaku (CBT) yang merupakan hasil riset dan

pengembangan tahun 2006 sampai dengan 2018, terus dikembangkan secara berkelanjutan untuk memenuhi kebutuhan praksis bimbingan dan konseling di sekolah. Pada tahun 2020 ini dikembangkan *cybercounseling* SFBC.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akkoyunlu, B., & Soylu, M.Y. (2008). A Study Student's Perceptions in a Blended Learning Environment Based on Difference Learning Style. *Education Technology and Society*, 11 (1): 183–193.
- Asrowi. (2012). *Cybercounseling Sebagai Alternatif Pengembangan Komunikasi Konseling Individual Alternatif Dan Ansipatif Perkembangan Teknologi Modern*, (Online), (<https://himcyoo.wordpress.com/2012/06/02/cybercounseling-sebagai-alternatif-pengembangan-komunikasi-konseling-individual/#more-2143>).
- Bloom, J & Walz, G. (2004). *Cybercounseling & Cyberlearning: An Ancore*. Greensboro: CAPS Press.
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Eighth edition*. USA: Books Cole Co.
- Eva, N., Nur Hidayah, Pravisi Shanti, M. Khairul Anam & M. Iqbal Fakhru Firdaus. (2020). Social support and religiosity to psychological well-being between Indonesian students and Malaysian students. *Psychreg Journal of Psychology*. ISSN: 2515-138X.
- Goss, S., & Anthony, K. (2003). *Technology in Counselling and Psychotherapy: A practitioner's Guide*. New York: Palgrave Macmillan, Ltd.
- Finayanti, Juwita, Nur Hidayah, Adi Atmoko. (2019). Teknik *Ngudari Reribed* Untuk Mengarahkan *Meaning of Life*. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*. 4 (3): MARET, 274–278.
- Ginting, Herda Fitri Br, Nur Hidayah, Blasius Boli Lasan. (2019). Profil *Meaning of Life* Siswa Budaya Karo. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*. 4 (2): Februari. 242–246.
- Hidayah, N, Triyono, Punadji S. (2007). Pengembangan Model Konseling Kolaboratif Berbasis ICT Untuk Mengelola SRL Siswa SMP Se-Kota Malang. *Laporan Penelitian*. Malang: LP2M UM.
- Hidayah, N., M. Ramli. (2013). Pengembangan Model Konseling Kognitif Behavioral *Online* Untuk Meningkatkan SRL Siswa SMP. *Laporan Penelitian*. Tidak dipublikasikan. Malang: LP2M UM.
- Hidayah, N. (2015). Cognitive-Behavioral Cybercounseling to Improve Junior High School Students' Self-Regulated Learning. *International Journal of Academic Research, Part B, Social Sciences and Humanities*, 7 (4): July 2015, 2075–2107. Progress Publishing House, Progress IPS LLC. ISSN: 2075–4124.
- Hidayah, N. (2015). *Cybercounseling Kognitif Behavioral Untuk Meningkatkan SRL Siswa: Peluang Konselor Berdaya Saing di Era MEA*. *Pidato Pengukuhan Guru Besar*. Tidak dipublikasikan. Malang: Menristek UM.

- Hidayah, N, M. Ramli, Husni Hanafi. (2017). *Urgency Cognitive-Behavioral Counseling Based on Local Wisdom For Junior High School Counselor in East Java*. UNNES: *ISCET Atlantic Press*.
- Hidayah, N, M. Ramli, Husni Hanafi. (2019). *Cognitive-Behavioral Counseling Model Based on Local Wisdom at East Java*. DOI: 10.5220/0008408501090113; ISBN: 978-989-758-391-9 In *Proceedings of the 2nd International Conference on Learning Innovation (ICLI 2018)*: pages 109–113. SCITEPRESS–Science and Technology Publications, Lda. All rights reserved.
- Karnawati, D. (2017). *Revolusi industri, 75% jenis pekerjaan akan hilang*. <https://ekbis.sindonews.com/read/1183599/34/revolusi-industri-75-jenis-pekerjaan-akan-hilang-1488169341>.
- Kasali, R. (2017). *Meluruskan Pemahaman soal Disruption*. <https://ekonomi.kompas.com/read/2017/05/05/073000626/meluruskan.pemahaman.soal.disruption>.
- Kemendikbud RI. (2019). *Merdeka Belajar*. [www.kemdikbud.go.id](http://www.kemdikbud.go.id)\_2019/12.
- Kraus, R., Zack, J., Stricker, G. (2011). *Online Counseling A Handbook fo Mental Health Professional*. USA: Elsevier.
- Mallen, M., Vogel, D, R Rochlen, A., & Day, S. framework. (2005). *E-journal of The Counseling Psychologies*, 33 (6): 819–871.
- Ningsih, Y Mentari Catur Riyadi, Nur Hidayah, Blasius Boli Lasan. (2017). *Studi Meaning of Life Siswa Sekolah Menengah Pertama Etnis Tengger*. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (2): 76–85.
- Prabawa, A. (2017). *Pengembangan Cybercounseling Realita 2015*. Online counseling: Reviewing the literature from a counseling psychology Berbasis Android untuk Meningkatkan Kejujuran Akademik Siswa SMA. *Tesis*. Malang: PPs UM.
- Rooney, J. (2003). *Blended Learning Opportunities to enhance educational programming and meeting*. *Association Management*, 55 (5): 26–32.
- Schwab, K. (2017). *The fourth industrial revolution*. Crown Business Press.
- Tofler, A. (1970). *Future shock*. USA: Random House.
- Widada. J. (2018). <https://www.merdeka.com/uang/untung-rugi-revolusi-industri-40-versi-presiden-jokowi.html>.
- <https://regional.kompas.com/read/2018/01/31/17225241/pekerjaan-yang-diprediksi-punah-akibat-revolusi-industri-apa-saja>).