

## Keterbukaan Diri Melalui Cyber Counseling (Studi Kasus Layanan Konseling Individual Pada Siswa MTS Zia Salsabila)

Dinda Hidjayanti <sup>1</sup>, Ivo Liza Miranda <sup>2</sup>, Nur Azizah <sup>3</sup>, Nursholihat Ujung <sup>4</sup>, Rizka Aulia Yanda <sup>5</sup>, Sartika Dara Alida Harahap <sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan  
Korespondensi penulis: [dindahidjayanti@gmail.com](mailto:dindahidjayanti@gmail.com)

***Abstract.** Self-disclosure through cyber counseling or online counseling has become increasingly popular in recent years. This is because more and more people feel comfortable seeking counseling or psychotherapy help online rather than in person. Advances in communication technology and the internet have made online counseling more accessible and acceptable to many people. Online counseling also provides clients with greater anonymity and privacy, allowing them to be more open about the problems they face. In addition, online counseling also provides convenience in terms of time and place. Clients do not need to come to the counseling place in person, so they can save time and transportation costs. Online counseling also allows clients to conduct counseling sessions from a comfortable and safe place for them. However, keep in mind that online counseling also has some drawbacks. One of them is the lack of social interaction which can affect the counselor's ability to observe the client's body language and facial expressions. In addition, online counseling also requires higher technology and data security skills to maintain client privacy and confidentiality.*

**Keywords:** Cyber Counseling, Individual Counseling, Students

**Abstrak.** Keterbukaan diri melalui cyber counseling atau konseling daring telah menjadi semakin populer dalam beberapa tahun terakhir. Hal ini terjadi karena semakin banyak orang yang merasa nyaman untuk mencari bantuan konseling atau psikoterapi secara daring daripada secara langsung. Adanya kemajuan teknologi komunikasi dan internet membuat konseling daring semakin mudah diakses dan diterima oleh banyak orang. Konseling daring juga memberikan anonimitas dan privasi yang lebih besar bagi klien, sehingga memungkinkan mereka untuk lebih terbuka tentang masalah yang mereka hadapi. Selain itu, konseling daring juga memberikan kemudahan dalam hal waktu dan tempat. Klien tidak perlu datang ke tempat konseling secara langsung, sehingga mereka dapat menghemat waktu dan biaya transportasi. Konseling daring juga memungkinkan klien untuk melakukan sesi konseling dari tempat yang nyaman dan aman bagi mereka. Namun, perlu diingat bahwa konseling daring juga memiliki beberapa kelemahan. Salah satunya adalah kurangnya interaksi sosial yang dapat memengaruhi kemampuan konselor untuk mengamati bahasa tubuh dan ekspresi wajah klien. Selain itu, konseling daring juga membutuhkan keterampilan teknologi dan keamanan data yang lebih tinggi untuk menjaga privasi dan kerahasiaan klien.

**Kata kunci:** Cyber Counseling, Konseling Individual, Siswa

## **LATAR BELAKANG**

Pada sesuatu interaksi antara orang dengan orang lain, apakah orang lain hendak menerima ataupun menolak kita, gimana kita mau orang lain mengenali tentang kita, hendak ditetapkan oleh gimana orang dalam mengungkapkan diri. Komunikasi antarpribadi tersebut berbentuk suatu self disclosure ataupun proses mengungkapkan data individu kita kepada orang lain ataupun kebalikannya. Salah satu jenis komunikasi dimana data menimpa diri (self) yang umumnya dirahasiakan diri orang lain, saat ini dikomunikasikan kepada orang lain. Tidak seluruh orang mempunyai keahlian buat mengatakan permasalahannya ataupun yang kerap diucap dengan pengungkapan diri. Keterbukaan diri timbul kerana hasil interaksi dengan area, pola asuh orangtua serta pengalaman. Akibat yang timbul dari seorang yang introvert merupakan tidak dapat ataupun susah buat membongkar kasus yang lagi dialami sebab tidak sanggup buat menceritakan serta memohon komentar dari orang lain. (Mathematics, 2016)

Di masa globalisasi dikala ini, banyak kemajuan yang mulai dialami pada seluruh zona. Pembelajaran jadi salah satu bidang yang banyak hadapi pergantian dalam style belajar dan mengajarnya, tidak terkecuali bidang tutorial serta konseling yang pula turut berakibat dengan terdapatnya globalisasi yang setelah itu mendesak kenaikan mutu layanannya. Kemudahan yang ditawarkan buat mendesak kenaikan kualitas layanan tutorial serta konseling cocok kebutuhan di masa yang serba kilat serta praktis ini, salah satunya merupakan dengan pemakaian perlengkapan, dan media komunikasi yang menolong dalam proses pemberian layanan. Layanan dalam tutorial serta konseling setelah itu bergerak mengarah pada arah digitalisasi, yang setelah itu diucap dengan cyber counseling. Pemakaian Cyber Counseling ialah praktek konseling handal yang terjalin kala konseli serta konselor terletak secara terpisah serta menggunakan media elektronik buat berbicara lewat internet. (Korohama& Owa, 2022)

Bidang tutorial serta konseling turut terbawa- bawa dengan terdapatnya globalisasi yang mendesak kenaikan hendak mutu layanannya. Kemudahan yang ditawarkan oleh globalisasi inilah yang mendesak kenaikan kualitas layanan tutorial serta konseling cocok kebutuhan di masa yang serba kilat serta praktis ini, salah satunya merupakan dengan pemakaian perlengkapan, dan media komunikasi yang menolong dalam proses pemberian layanan. Guna utama dari seseorang konselor merupakan buat menolong mengentaskan kasus serta meningkatkan kemampuan yang dipunyai konseli

dalam kedudukannya selaku konselor kondisi keterbukaan diri sangat mempengaruhi terhadap keterbukaan diri dari konseli. (Astuti et al., 2019)

Seseorang konselor yang wajib senantiasa mengerahkan keahlian akademiknya buat melaksanakan layanan konseling, butuh terus berinovasi. Salah satu terobosan baru dalam konseling merupakan cybercounseling. Cybercounseling diberikan mengingat perbandingan jumlah konselor serta siswa yang tidak sepadan. Perbandingan jumlah yang tidak sepadan mempengaruhi pada mutu layanan yang diberikan kepada siswa. Orang yang bertanggungjawab merupakan orang yang bisa menyelaraskan antara kemauan, tujuan, kebutuhan dengan 4 ukuran sikap, ialah: benak (kognitif), perasaan (afektif), aksi (behavior), serta fisiologis. Perihal itu diibaratkan jadi kesatuan komponen suatu mobil. Benak serta aksi merupakan roda depan serta perasaan serta fisiologis merupakan roda balik. Layanan konseling yang bisa digunakan buat menyelaraskan 4 aspek tersebut ialah lewat konseling realita. Konseling realita ditawarkan sebab konseling ini teruji bisa tingkatkan penyesuaian diri siswa.

Keterbukaan diri bisa menjadikan anak muda lebih adaptif, yakin diri, kompeten, bisa diandalkan, sanggup berlagak positif, serta objektif. Kebalikannya orang yang kurang sanggup membuka diri, hendak susah membiasakan diri, kurang yakin diri, mencuat perasaan khawatir, takut, merasa rendah diri, serta tertutup. Semacam halnya dengan siswa kelas IX MTs yang masuk pada fase anak muda. Selaku siswa serta masyarakat sekolah baru, mereka diharapkan sanggup membuka diri dengan baik supaya menggapai pertumbuhan yang maksimal. Sanggup membuka diri terhadap area baru, mengatakan perasaan, mengatakan komentar, serta bertukar pengalaman ialah aspek berarti keterbukaan diri dalam bersosial. (Prabawa et al, 2018)

Komunikasi sendiri hendak lebih efisien serta mengasyikkan bila seorang sanggup serta berani mengatakan benak serta perasaan secara terbuka serta mudah. Guna utama dari seseorang konselor merupakan buat menolong mengentaskan kasus serta meningkatkan kemampuan yang dipunyai konseli dalam kedudukannya selaku konselor kondisi keterbukaan diri sangat mempengaruhi terhadap keterbukaan diri dari konseli, Havighurst berkata kalau salah satu tugas pertumbuhan anak muda merupakan sanggup menjalankan ikatan baru serta lebih matang dengan sahabat sebata ataupun lawan tipe, keterbukaan diri yang dicoba oleh anak muda umumnya diungkapkan menimpa hal-hal yang bertabiat universal, semacam permasalahan trend, style hidup, hobi, pengalaman

hidup, serta yang lain, sebaliknya yang bertabiat spesial semacam halnya permasalahan individu yang lagi dialaminya. Bersumber pada pengalaman Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di salah satu SMA Swasta di kota Madiun, periset menciptakan sebagian indikasi yang nampak menampilkan keterbukaan diri yang kurang pada siswa. Dikala periset membagikan layanan di kelas, beberapa siswa nampak malu buat membagikan komentar, malu buat bertanya serta malu buat sharing kasus yang lagi dirasakan sehingga siswa yang keterbukaan diri yang kurang hendak cenderung diam saja dikelas, memandang kasus yang sudah dijabarkan, dirasa butuh buat melaksanakan riset dengan guna buat tingkatan keterbukaan diri siswa dengan memakai layanan konseling kelompok berbasis cyber- counseling via video call whatsapp. (Maulidia & Widodo, 2022)

Kemajuan teknologi yang sangat pesat berakibat terhadap area dan data lewat banyak media. Data bisa berbentuk bernilai positif ataupun negatif, perihal ini pastinya sangat pengaruhi timbulnya permasalahan. Sepanjang ini keluhan psikis terus menjadi bertambah akibat banyaknya pergantian kehidupan yang lebih dahulu belum sempat terjalin (Purwanto & Dalis, 2018).

Dari sinilah timbul cyber counseling ataupun dengan kata lain, aktivitas konseling yang bisa dicoba dalam ruang virtual yang pastinya dengan pemanfaatan teknologi serta jaringan internet. Cyber counseling maksudnya yakni suatu praktek konseling handal yang komunikasi antara konselor serta konselinya memakai media elektronik ataupun internet. Aktivitas ini lumayan menolong untuk para konselor dan konseli dalam melaksanakan aktivitas tutorial konseling. Tidak hanya kurangi terbentuknya pertemuan secara tatap muka di masa pandemi. Cyber counseling ataupun yang diketahui dengan proses konseling dengan sokongan media virtual ialah sesuatu proses pemberian konseling yang bisa dicoba secara virtual tanpa berjumpa secara langsung. Sebagaimana landasan yuridis menimpa tutorial konseling yang dicoba secara virtual termuat dalam Undang- Undang Peraturan Pemerintah, keputusan menteri dan peraturan lain yang mengendalikan menimpa proses tutorial serta konseling. Sebagaimana yang termuat dalam Permendikbud No 111 Tahun 2014 menarangkan menimpa pola layanan selaku acuan pemberian layanan administrasi tutorial serta konseling di sekolah. Landasan yuridis lain pula termuat pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No 111 Tahun 2014 tentang pelayanan tutorial serta konseling pada jalan pembelajaran bawah

serta menengah, membagikan pemikiran baru menimpa arah dari manajemen tutorial serta konseling.

Cyber counseling sendiri ialah aktivitas yang butuh buat dilaksanakan mengingat tingginya angka konseli yang memerlukan penolong dalam perihal berbagi dan memohon pemecahan dalam sesuatu kasus. Perihal ini teruji dari banyaknya keluhan konseli terhadap permasalahan yang mereka hadapi, apalagi salah satu tempat aktivitas cyber counseling mengatakan tingginya lonjakan konseli yang melaksanakan konseling secara virtual. Pemanfaatan kecanggihan teknologi semacam inilah yang dikira sangat menguntungkan di masa dikala ini. Salah satu inovasi yang dipunyai oleh layanan tutorial serta konseling yakni konseling online ataupun yang diketahui dengan istilah cyber counseling.

Tidak hanya bisa kurangi terbentuknya kontak raga dengan orang lain, cyber counseling pula bisa membagikan efektifitas dalam perihal waktu, dan kecepatan dalam membagikan penindakan terhadap kasus dari konseli. Tidak hanya itu, pemberian konseling yang dicoba secara resmi pula mempunyai hambatan semacam tidak sebanding antara jumlah konselor dengan konseli, perihal lain yang jadi hambatan dari aktivitas konseling luar jaringan yakni, minimnya profesionalitas dari seseorang konselor dalam aktivitas keikutsertaan pengembangan di masa kecanggihan teknologi.

Pada dasarnya, aktivitas konseling yang dicoba di jenjang pembelajaran resmi sangat terbatas, baik dari jumlah konselor ataupun waktu. Hendak namun, cyber counseling inilah yang jadi pemecahan dari keterbatasan tersebut. Aktivitas ini pula wajib didukung oleh para konselor dengan keahlian ilmu teknologi yang mencukupi, dan kenaikan terhadap profesionalitas para konselor terhadap klien mereka. Keuntungan yang didapat dari aktivitas cyber counseling ini sendiri yakni, mempermudah konselor dalam membagikan konseling, lain dari perihal itu pula bisa tingkatkan handal dan produktifitas dari seseorang konselor dalam proses konseli. Pemberian layanan kepada konseli pula bisa teratasi dengan efisien serta secara efektif. Tidak lumayan hingga disana, kemajuan teknologi di masa pandemi yang didukung dengan aktivitas cyber counseling pula membagikan efektifitas terhadap konselor dalam aktivitas konseli di ruang virtual.(Meilisa Devi et al., 2022)

## **METODE PENELITIAN**

Sebelum melakukan penelitian tentunya kita harus mengetahui apa itu metode penelitian, metode penelitian secara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan untuk kegunaan tertentu. Maksud secara ilmiah ini adalah bahwa kegiatan ini bersandar pada ciri-ciri keilmuan yakni rasional, sistematis dan empiris. Pada metode penelitian kali ini kami menggunakan metode deskriptif.

Mengapa kami menggunakan metode deskriptif? Karena metode ini adalah jenis penelitian yang mendeskripsikan suatu kegiatan, peristiwa atau kejadian yang sedang terjadi. Sama halnya seperti kegiatan konseling individu yang menjadi pusat perhatian kami, sehingga kami mengangkat judul Keterbukaan Diri Melalui Cyber Counseling (Studi Kasus Layanan Konseling Individual Pada Siswa MTS Zia Salsabila). Karena untuk menerapkan konseling individu melalui cyber counseling yang baik haruslah mengerti akan strategi yang diterapkan dan harus dikuasai oleh seorang konselor, oleh karena itu kami meneliti tentang cyber counseling dengan layanan konseling individu terhadap peserta didik sekolah yang mana berguna untuk meningkatkan rasa keterbukaan siswa atas masalah yang dihadapinya serta menjadikan siswa tersebut kualitas dan siswa tersebut diharapkan akan menjadi lebih baik dalam bersosialisasi di lingkungan sekolah.

Adapun teknik pengumpulan data yang kami pakai dalam penelitian yaitu menggunakan teknik wawancara dengan guru yang bersangkutan dan dengan menggunakan study literature atau penelitian perpustakaan guna membantu melengkapi data dalam penelitian kami, Penelitian ini berasal dari buku, jurnal, dan dokumen resmi lainnya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Fenomena kasus dikala ini menjelang, anak muda ke berusia hadapi banyak pengaruh dari luar yang menimbulkan anak muda terbawa pengaruh oleh area tersebut. Sehingga anak muda yang tidak dapat membiasakan ataupun menyesuaikan diri dengan area yang senantiasa berganti ganti menyebabkan sikap yang maladatif, semacam contohnya sikap kasar yang bisa merugikan orang lain serta pula diri sendiri (Puspitasari, D, N. 2019).

Bagi Maclaen dalam Sherzer& Stone, konseling merupakan sesuatu proses yang terjalin dalam ikatan tatap muka antara seseorang orang yang tersendat oleh sebab masalah- masalah yang tidak bisa diatasinya sendiri dengan seseorang pekerja yang handal, ialah orang yang sudah terlatih serta pengalaman menolong orang lain menggapai pemecahan- pemecahan terhadap tipe kesusahan individu. Layanan konseling orang merupakan dorongan yang diberikan oleh konselor ataupun guru BK kepada seseorang siswa dengan tujuan berkembangnya kemampuan siswa, sanggup menanggulangi permasalahan diri sendiri serta bisa membiasakan diri secara positif.

Secara garis besar tujuan utama layanan konseling orang merupakan menolong orang mewujudkan dirinya selaku manusia seutuhnya supaya menggapai kebahagiaan hidup di dunia serta akhirat. Ada pula konseling ialah sesuatu upaya dorongan yang dicoba dengan 4 mata ataupun tatap muka antara konselor serta konseli yang berisi usaha yang laras, unik, human( manusiawi), yang dicoba dalam atmosfer kemampuan serta yang didasarkan atas norma- norma yang berlaku, supaya konseli mendapatkan konsep diri serta keyakinan diri sendiri dalam membetulkan tingkah lakunya pada dikala ini serta bisa jadi pada masa yang hendak tiba.

Guna tutorial serta konseling hendak menciptakan uraian tentang suatu oleh pihak- pihak tertentu cocok dengan kepentingan pengembangan partisipan didik uraian meliputi:

- 1) Uraian tentang diri sendiri partisipan didik paling utama oleh partisipan didik sendiri, orang tua, guru pada biasanya serta guru pembimbing,
- 2) Uraian tentang area partisipan didik( tercantum di dalamnya area keluarga serta sekolah) paling utama oleh partisipan didik sendiri, orang tua, guru pada biasanya serta guru pembimbing,
- 3) Uraian area yang lebih luas( tercantum di dalamnya data jabatan/ pekerjaan, data sosial serta budaya/ nilai- nilai paling utama oleh partisipan didik.(Nursyifa & Rosita, 2021)

### **Cyber Counseling**

Cyber counseling adalah jenis layanan konseling yang dilakukan melalui internet, menggunakan teknologi seperti email, pesan instan, video atau panggilan suara. Layanan ini memungkinkan konselor dan klien untuk berkomunikasi secara online, dari lokasi yang berbeda-beda dan pada waktu yang fleksibel.

Cyber counseling dapat membantu orang untuk mengatasi masalah emosional, psikologis, dan interpersonal, seperti depresi, kecemasan, kecanduan, masalah hubungan, dan lain sebagainya. Layanan ini juga dapat membantu orang yang kesulitan untuk mendapatkan layanan konseling secara langsung, seperti orang yang tinggal di daerah terpencil, orang yang memiliki mobilitas terbatas, atau orang yang merasa tidak nyaman untuk datang ke kantor konseling. Namun, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam cyber counseling. Pertama, konselor perlu memastikan bahwa klien memiliki akses yang memadai ke teknologi dan internet. Kedua, konselor perlu memastikan bahwa dan kerahasiaan klien tetap terjaga, terutama dalam hal pengiriman dan penyimpanan data online. Ketiga, konselor perlu memastikan bahwa klien mengerti tentang risiko dan keamanan dalam menggunakan teknologi, serta mengambil tindakan pencegahan yang tepat.

Selain itu, ada juga beberapa keterbatasan dalam layanan cyber counseling. Misalnya, beberapa klien mungkin lebih nyaman untuk berinteraksi secara langsung dengan konselor, atau mungkin membutuhkan dukungan fisik atau tatap muka. Selain itu, terkadang masalah teknis atau koneksi internet yang buruk dapat mengganggu proses konseling. Namun, dengan memperhatikan hal-hal di atas dan menggunakan teknologi dengan bijak, layanan cyber counseling dapat menjadi pilihan yang efektif dan efisien untuk membantu orang yang membutuhkan layanan konseling.

### **Keterbukaan Diri (Self Disclosure)**

De Vito melaporkan kalau keterbukaan diri merupakan sesuatu tipe komunikasi menimpa data tentang diri orang yang umumnya dirahasiakan tetapi kebalikannya, perihal itu dikomunikasikan kepada orang lain. Pengungkapan diri memfasilitasi pengembangan serta pembuatan ikatan interpersonal yang murni serta bermakna. Bagi Barak, Keterbukaan diri mengacu pada sikap komunikasi dimana seorang mengatakan aspek dirinya sendiri menimpa data individu, pengalaman, pemikiran individu, serta perasaan individu. Bagi Omarzu, seorang membuka menimpa data dirinya diakibatkan oleh sebagian perihal semacam terdapatnya kemauan buat diterima dalam warga, pengembangan ikatan, ekspresi diri, klarifikasi diri, serta kontrol sosial. Aspek- aspek keterbukaan diri (self disclosure) meliputi tujuan, jumlah, valensi, kejujuran, serta kecermata. Searsmenarangkan kalau sikap keterbukaan diri mempunyai sebagian khasiat

semacam menaikkan data menimpa diri sendiri, keahlian menanggulangi permasalahan, komunikasi yang efisien, ikatan penuh arti, serta terwujudnya kesehatan mental.

Intensi Menggunakan Layanan Tutorial Konseling Bagi Rochman Natawidjaja, tutorial konseling merupakan sesuatu proses pemberian dorongan kepada orang yang dicoba secara berkesinambungan, biar orang tersebut bisa menguasai dirinya, sehingga ia mampu memusatkan dirinya serta bisa berperan secara normal, cocok dengan tuntutan serta kondisi area sekolah, keluarga, warga serta kehidupan pada biasanya. Sebaliknya intensi membuktikan seberapa kokoh seorang bersedia berupaya serta merancang buat mewujudkan suatu aksi. Dalam riset ini, yang diartikan dengan intensi menggunakan layanan tutorial konseling merupakan hasrat seorang buat menggunakan layanan tutorial konseling lewat aktivitas konsultasi, pembinaan serta pemberian dorongan yang didasarkan atas faktor- faktor motivasional, perilaku, norma sosial, kontrol diri, serta kepercayaan buat menunjukkan sikap supaya sanggup meningkatkan kemampuan diri serta menanggulangi permasalahan- permasalahan dirinya dengan orang lain. Aspek- aspek dari intensi menggunakan layanan tutorial konseling meliputi aksi, sasaran, konteks, serta waktu. (Shurur, 2015)

### **Keterbukaan Diri Siswa dalam Layanan Konseling Individual**

Konseling individual ialah dorongan yang diberikan oleh seseorang pakar kepada siswa lewat tatap muka secara langsung buat proses tunjua konseling. Secara khusus pertemuan konseling antara konselor serta siswa hendak membangun ikatan konseling yang meningkatkan individu dalam rangka mengentaskan tiap permasalahan yang terdapat. Senada dengan yang dikemukakan Willis, S kalau konseling merupakan sesuatu proses yang terjalin dalam ikatan seorang dengan seorang ialah orang yang hadapi permasalahan yang tidak bisa diatasinya, dengan seseorang petugas handal yang sudah mendapatkan latihan serta pengalaman buat menolong supaya siswa membongkar kesulitannya. Perihal senada pula diungkapkan Willis, S kalau layanan konseling individual proses dorongan secara langsung lewat tatap muka antara guru BK serta siswa dalam rangka pengentasan kesusahan siswa.

Berikutnya bagi Prayitno& Erman Amti pemberian dorongan yang dicoba lewat wawancara konseling oleh seseorang pakar (konselor) kepada orang yang lagi hadapi suatu permasalahan siswa yang bermuara pada teratasinya permasalahan yang dialami siswa. Bersumber pada dari komentar di atas bisa disimpulkan layanan konseling individual ialah proses dorongan yang diberikan konselor kepada siswa buat mengentaskan kasus yang dirasakan dengan tatap muka. Lewat layanan konseling individual siswa lebih terbuka dalam mengantarkan kasus sebab merasa dihargai serta diberikan reinforcement oleh konselor. Buat membuat siswa terbuka didalam proses konseling individual terdapat sebagian azaz yang bisa diterapkan dalam proses konseling individual salah satunya, azaz kesukarelaan, azaz keterbukaan, azaz kerahasiaan serta azaz kenormatifan.

Bagi Prayitno& Erman Amti menarangkan azas- azas dalam proses koseling yang butuh dicermati, selaku berikut:

- 1) Azaz kesukarelaan, lewat layanan konseling individual siswa diharapkan sanggup tiba secara sukarela dalam mengatakan permasalahanya tanpa terdapat paksaan dari pihak lain, disisi lain guru BK pula secara ikhlas menolong siswa, sehingga siswa bisa terbuka mengatakan tiap kasus.
- 2) Azaz keterbukaan, dalam layanan konseling individual sangat dibutuhkan untuk siswa serta guru BK terbuka dalam proses konseling dengan tujuan tercapainya proses konseling.
- 3) Azaz kerahasiaan, dalam layanan konseling individual data yang disampai siswa butuh disembunyikan oleh guru BK disekolah. Apabila seseorang guru BK bisa melindungi kerahasiaan hingga siswa hendak yakin terhadap guru BK nya, perihal ini sangat memastikan keterbukaan siswa dalam mengatakan permasalahan.
- 4) Azaz kenormatifan, dalam proses layanan konseling individual butuh dicermati norma- norma yang berlaku baik ditinjau dari norma agama semacam seseorang siswa yang mempunyai kepercayaan yang berbeda hingga butuh menghargai kepercayaan dianut siswa, berikutnya norma adat semacam seseorang siswa mempunyai latar balik budaya batak sebaliknya guru BK budaya minang hingga guru BK butuh menghargai budaya yang dipunyai siswa.

Berikutnya Bagi Tohirin terdapat sebagian metode yang bisa membuat siswa terbuka dalam konseling: Metode Rapport, ialah metode yang digunakan buat menjembatani ikatan antara konselor serta siswa. Misalnya, sambutan serta sapaan yang diberikan kepada siswa

- a) Sikap Attending, ialah upaya konselor mengahampiri siswa yang diwujudkan dalam wujud kontak mata, bahasa badan serta bahasa lisan. Sikap attending yang baik hendak tingkatkan harga diri siswa, menghasilkan atmosfer yang akrab dan ekspresi perasaan siswa dengan leluasa.
- b) Metode Stukturing, ialah proses penetapan batas oleh konselor tentang hakikat, batas- batas, serta tujuan proses konseling.
- c) Empati, ialah keahlian konselor buat merasakan apa yang dialami oleh siswa, merasa serta berpikir bersama siswa. Empati tersebut dicoba bertepatan dengan sikap attending. Riset Gainau melaporkan buat membuat siswa terbuka dalam konseling, konselor musti berempati kepada klien. Berikutnya Handari menciptakan kalau empati yang ditunjukkan siswa dalam proses konseling membuat proses konseling jadi efisien, sehingga siswa bisa terbuka dalam proses konseling. Jadi disimpulkan kalau dalam proses konseling individual seseorang guru BK sanggup berempati terhadap siswa dalam mengemukakan kasus yang dirasakan, sehingga siswa terbuka dalam kepada guru BK.
- d) Metode bertanya ataupun persoalan terbuka, ialah persoalan yang diberikan konselor kepada siswa yang leluasa buat siswa jawab yang menggambarkan tentang dirinya. Metode ini pula wajib diiringi dengan attending serta empati.

Perihal yang menarik, dalam riset Gainau, Meter ditemui kalau dalam membagikan konseling, keterbukaan diri siswa hendak timbul apabila siswa tidak lagi mempersoalkan azaz kerahasiaan yang diterapkan konselor. Buat ikatan konseling sedemikian rupa sehingga siswa percaya kalau konselor berlagak terbuka serta percaya hendak azaz kerahasiaan memanglah terselengara. Hal- hal dicermati dalam menjalankan ikatan konseling yang baik antaran lain:

- a) Terdapatnya sesuatu permasalahan yang jadi pusat pembicaraan; oleh sebab itu ikatan antara konselor serta murid tidak bertabiat rekreatif, namun bertabiat profesional
- b) Siswa merasa memerlukan/ menanggulangi perkaranya; hingga ia hendak mengalami konselor yang diharapkan hendak bisa membagikan dorongan, malah pada dikala murid anak muda binggung, merasa tidak berdaya, belum bisa mengambil keputusan, meras terombang- ambing serta sebagainya, siswa mulai menyadari kalau ia memerlukan dorongan.
- c) Ada ikatan individu antara konselor serta siswa; ikatan individu itu wajib dibentuk/ diciptakan serta dibina baik sepanjang berbicara. Murid menyimpan keyakinan pada konselor sehingga rela membuka diri; konselor menghargai karakter siswa.
- d) Konselor tidak mengambil oper tanggung jawab serta tidak mengambil sesuatu keputusan untuk siswa- siswi. Konselor menolong dengan bermacam mungkin serta mengambil ketegasan. (Nasyar& Ahmad, 2020)

Bersumber pada hasil pengamatan serta wawancara menampilkan kalau tutorial konseling Individual bisa menanggulangi sikap kasar pada siswa sehabis memperoleh layanan konseling individual. Hasil riset ini pula menampilkan terdapatnya kalau rata-rata sikap kasar sehabis terdapatnya layanan konseling orang lebih rendah dibandingkan dengan saat sebelum memperoleh layanan konseling individual. Perihal ini menampilkan layanan konseling individual yang dicoba sehabis kasus siswa dikenal dicoba dengan efisien, dimana konselor bekerja sama dengan wali kelas, serta orang tua, serta pula kepala sekolah. Layanan konseling individual jadi efisien cuma sebab kerjasama antara wali kelas, waka kesiswaan, serta kepala sekolah saja, melainkan dengan terdapatnya keterbukan siswa dalam menyampaikan permasalahan serta pula terdapatnya riferal antar konselor.

Tujuan spesial diadakannya tutorial serta konseling individual di MTS Zia Salsabila merupakan selaku berikut:

1. Buat menciptakan sesuatu pergantian, revisi, anak muda jadi tenang, berlagak luas dada serta memperoleh pencerahan

2. Buat menciptakan sesuatu pergantian, revisi serta kesopanan tingkah laku anak muda yang bisa membagikan khasiat baik dari diri sendiri, area keluarga, serta area sosial dimana anak muda bertempat tinggal.
3. Buat menciptakan kecerdasan spiritual pada diri anak muda sehingga timbul serta tumbuh, rasa kemauan buat berbuat taat mematuhi seluruh perintah.

Buat menciptakan kemampuan ilmiah anak muda, sehingga dengan kemampuan itu anak muda bisa melaksanakan tugasnya dengan baik serta benar, anak muda bisa mengatasi bermacam perkara hidup, serta bisa membagikan kemanfaatan serta keselamatan untuk lingkungannya pada bermacam aspek. (Fauza & Chalidaziah, 2021)

## **KESIMPULAN**

Keterbukaan diri melalui layanan konseling individu berbasis cyber counseling dapat menjadi alternatif yang efektif bagi mereka yang memerlukan dukungan psikologis atau terapi namun merasa tidak nyaman untuk mencarinya secara langsung. Melalui konseling daring, klien dapat merasa lebih anonim dan merasa lebih mudah untuk membuka diri tentang masalah yang mereka hadapi. Dalam hal keterbukaan diri, konseling daring dapat memberikan klien kesempatan untuk lebih mudah berbicara tentang masalah yang mereka hadapi. Karena klien merasa lebih nyaman dan anonim, mereka mungkin lebih terbuka dan jujur tentang perasaan dan pikiran mereka daripada jika mereka harus berbicara secara langsung dengan konselor. Selain itu, konseling daring juga memberikan kesempatan bagi klien untuk merefleksikan diri mereka sendiri dan memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri.

Namun, konseling daring juga memiliki beberapa kelemahan yang harus diperhatikan, seperti kurangnya interaksi sosial dan risiko keamanan data. Oleh karena itu, konseling daring harus dijalankan oleh profesional yang terlatih dan memiliki keahlian teknologi yang memadai untuk memastikan kerahasiaan dan privasi klien terjaga dengan baik. Secara keseluruhan, keterbukaan diri melalui layanan konseling individu berbasis cyber counseling dapat membantu klien memperoleh dukungan psikologis dan terapi yang mereka butuhkan. Namun, perlu diingat bahwa setiap bentuk konseling harus disesuaikan dengan kebutuhan dan preferensi klien, sehingga memastikan konseling dapat memberikan manfaat yang optimal bagi kesehatan mental dan emosional klien.

## DAFTAR REFERENSI

- Astuti, D., Wasidi, & Sinthia, R. (2019). ISSN 2599-1221 (Cetak) ISSN 2620-5343 (Online) [https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia). *Jurnal Consilia*, 2(1), 66–74. [https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia)
- Fauza, W., & Chalidaziah, W. (2021). *Konseling Individual dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa*. *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(1), 43–52. <https://doi.org/10.32505/syifaulqulub.v2i1.3236>
- Korohama, K. E. P., & Owa, V. (2022). Pengaruh Penggunaan Cyber Counseling Terhadap Keterbukaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 7 Kupang. *Haumeni Journal of Education*, 2(1), 76–84. <http://ejurnal.undana.ac.id/index.php/haumeni/article/view/7071%0Ahttps://ejurnal.undana.ac.id/index.php/haumeni/article/download/7071/3760>
- Mathematics, A. (2016). 濟無No Title No Title No Title. 2, 1–23.
- Maulidia, C., & Widodo, B. (2022). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Berbasis Cyber-Counseling Via Video Call WhatsApp dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(5), 1495–1500. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i5.593>
- Meilisa Devi, L., Azizah, N. A., & MA, S. (2022). *Cyber Counseling: Sebuah Solusi Layanan Konseling Ditengah Pandemi Covid-19*. *Interational Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 2, 260–271. <http://conference.uin-suka.ac.id/index.php/icighttp://conference.uin-suka.ac.id/index.php/article/view/669>
- Nasyar, A., & Ahmad, R. (2020). Self-Disclosure Students Reveal Problem in Individual Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3), XX–XX. <https://doi.org/10.24036/00278kons2020>
- Nursyifa, S. A., & Rosita, T. (2021). LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA (Studi kasus pada tiga siswa kelas IX di SMP Raksanagara Cihampelas ). *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(1), 25. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.4818>
- Prabawa, A. F., Ramli, M., & Fauzan, L. (2018). Pengembangan Website Cybercounseling Realita untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 59–68. <https://doi.org/10.17977/um001v3i22018p059>
- Purwanto, H., & Dalis, S. (2018). E-Pelayanan Konsultasi Kesehatan Peduli Remaja Pada Puskesmas Bekasi. *Simetris: Jurnal Teknik Mesin, Elektro Dan Ilmu Komputer*, 9(1), 147–160. <https://doi.org/10.24176/simet.v9i1.1820>
- Puspitasari, D. N. (2019). Pelatihan Keterampilan Sosial untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, vol 9 -eISSN 2541.
- Shurur, M. (2015). Hubungan Antara Keterbukaan Diri (Self Disclosure) dan Intensi Memanfaatkan Layanan Bimbingan Konseling Terhadap Perilaku Agresif. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(4), 373–386. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i4.3878>