

OPTIMALISASI LAYANAN BK DI SEKOLAH DALAM PELAKSANAAN CYBERCOUNSELING SEBAGAI UPAYA MEREDUKSI NARKOLEMA PADA PELAJAR

Faiz Mudhokhi

Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Email: faizmudhokhi.2021@student.uny.ac.id

ABSTRAK

Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh pada masa pandemi secara tidak langsung memberikan kesempatan kepada siswa untuk bisa mengakses konten narkolema. Narkolema adalah pornografi yang dapat di akses manusia lewat mata yang dapat merusak otak. Layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah seharusnya mampu untuk mereduksi siswa dalam mengakses konten tersebut dan salah satu layanan yang dapat digunakan adalah cybercounseling. Tujuan dari artikel adalah untuk mengetahui strategi optimalisasi layanan BK di sekolah dalam pelaksanaan cybercounseling sebagai upaya mereduksi narkolema pada pelajar. Penulisan artikel ini menggunakan metode penelitian studi pustaka dengan menghimpun dan mengkaji menggunakan sumber literatur berupa buku, artikel prosiding, jurnal nasional maupun jurnal internasional yang berkaitan dengan variabel penelitian. Didapatkan hasil Guru Bimbingan dan Konseling dengan berbagai permasalahannya diharuskan mampu mereduksi akses siswa berkaitan dengan narkolema melalui cybercounseling. Pelaksanaan cybercounseling dapat berbentuk konseling virtual melalui aplikasi video conference (zoom/video call whatsapp), atau aplikasi messenger (facebook messenger/whatsapp), selain itu juga dapat didukung dengan pembuatan Papan Bimbingan Online dengan website serta penggunaan sosial media untuk memberikan kesempatan interaksi dua arah antar guru BK dan siswa. Dengan adanya perkembangan tersebut, maka sudah selayaknya guru bimbingan dan konseling meningkatkan pemahaman dan kemampuan berkaitan dengan cybercounseling. Hal tersebut dilakukan agar guru BK mampu untuk memberikan layanan melalui internet dalam bentuk cybercounseling agar dapat menjangkau siswa tanpa mengenal waktu dan jarak.

Kata kunci: *layanan BK, cybercounseling, narkolema, pornografi*

PENDAHULUAN

Pencapaian program pendidikan yang ada didalam lembaga pendidikan yang membangun calon pemimpin bangsa yang berkualitas, sekolah menjadi salah satu tempat yang paling disorot dalam perkembangan karakter generasi anak bangsa. Berkaitan dengan hal tersebut, harapan agar siswa dapat menjalani pendidikan secara nyaman dan dapat menjadi individu yang berprestasi, baik aspek kognitif, aspek afektif, maupun psikomotor, Guru Bimbingan dan Konseling (BK) tak luput menjadi salah satu bagian pendukung dalam kesuksesan ideal proses pendidikan siswa.

Diantara proses sekolah pendidikan sekolah tersebut, perubahan situasi dan kondisi pendidikan di Indonesia mengalami perubahan drastis dengan adanya Pandemi Covid-19 (Nashruddin & Tanasy, 2021). Kegiatan belajar di sekolah yang dulu tatap muka berubah menjadi sistem online (daring) atau pembelajaran jarak jauh, hal itu juga termasuk kreativitas pendidikan lainnya. UNESCO sebagai Organisasi PBB yang mengurus pendidikan, keilmuan, dan kebudayaan menerangkan bahwa lebih dari 850 juta siswa di dunia tidak bisa belajar di sekolah akibat virus Covid-19 (Sudirman, 2020).

Namun jauh sebelum masa pandemi, perkembangan teknologi di Indonesia sudah meningkat drastis. Pesatnya transformasi teknologi pada dekade terakhir memberikan dampak perubahan pada berbagai sektor. Diantaranya adalah media, kemudahan penyampaian dan pertukaran pesan disuguhkan dengan oleh teknologi. Pada perkembangan teknologi tersebut, muncul juga media yang diberi nama media “baru” (*new media*). Munculnya *new media* dipengaruhi oleh Computer Mediated Comunication (CMC). CMC merupakan segala bentuk komunikasi antar individu, individu maupun kelompok dengan komputer pada suatu jaringan internet. Blog, Twitter, Youtube, Facebook, dan bentuk lain merupakan bentuk dari CMC. Situs-situs tersebut memungkinkan penggunaanya berbagi informasi dalam bentuk teks, gambar, audio dan video (Mochamad Nursalim, 2017).

Kehadiran media “baru” ini juga telah mempengaruhi kehidupan anak dan remaja. Melalui media baru, anak dan remaja dapat mengalami dan belajar tentang berbagai aspek, bahkan memperoleh ide-ide tentang dunia melalui media. Data menunjukkan bahwa jumlah anak pada usia 13-17 tahun yang mengakses media sosial di Indonesia pada tahun 2020 yaitu 7,1% anak perempuan dan 6,2% anak laki-laki (Hootsuite & We are Social, 2020).

Bertemunya titik perkembangan teknologi komunikasi di Indonesia dan masa pandemi Covid-19 semakin membuat proses komunikasi, khususnya dalam pembelajaran daring seolah merasa termudahkan. Anak usia pelajar menjadi semakin cakap untuk melaksanakan pembelajaran daring dengan menggunakan gadget, dan mau tidak mau mereka juga akan mengakses internet dengan berbagai informasi.

Pada proses pembelajaran daring pelajar di masa pandemi, “musuh lama” yang seperti diam namun bergerak adalah Narkolema. Narkolema (narkoba lewat mata) adalah pornografi yang biasa diakses manusia melalui mata yang mempunyai daya rusak pada otak lebih berat dibandingkan pengguna narkoba. Narkolema merusak 5 bagian otak manusia sekaligus sedangkan pengguna narkoba hanya merusak 3 bagian

otak penggunanya, sehingga narkolema sangat berbahaya. Seperti halnya pengguna narkoba yang dapat mengalami kecanduan, pengguna pornografi (Narkolema) juga dapat mengalami kecanduan. (Winarti & Sunarti, 2020).

Salah satu sumber tempat remaja mendapatkan materi seks, baik dalam bentuk pornografi maupun dalam bentuk pendidikan, ialah internet. Dengan internet, remaja dapat dengan mudah mengakses materi pornografi. Narkolema selama ini seakan tertutup dengan maraknya game online yang diakses melalui gadget, padahal jika diamati pornografi juga masuk kedalam game online dengan tampilan-tampilan gambar yang tidak sesuai dengan umur yang justru mengarah ke Narkolema.

Berdasarkan data Survei Komite Nasional Perlindungan Anak Indonesia pada tahun 2010 terungkap bahwa 97% remaja pernah menonton atau mengakses materi pornografi, 93% remaja pernah berciuman, 62,7% remaja pernah berhubungan badan dan 21% remaja Indonesia telah melakukan aborsi. (Hasyim et al., 2018).

Penelitian tahun 2017 mengenai End Child Prostitution, Child Pornography, and Trafficking of Children for Sexual Purposes (ECPAT) Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 97% anak usia 14-18 tahun terpapar konten pornografi dari internet yang berakibat 40% dari jumlah tersebut melakukan kekerasan seksual. Sementara itu, survey yang dilakukan oleh dr. Bernie Endyami Medise, Sp.A mengatakan bahwa pada tahun 2016 sekitar 52% anak Indonesia menemukan konten pornografi melalui iklan dan 14% dari jumlah tersebut mengakui telah mengakses situs porno secara sadar. Secara tidak langsung, hal tersebut akan berdampak pada anak di masa depannya. (MACHYUDIN AGUNG HARAHAHAP, 2021).

Di antara hiruk-pikuk perkembangan teknologi dan permasalahannya, Guru Bimbingan dan konseling menjadi salah satu faktor yang dapat membantu siswanya. Seperti yang tertuang dalam Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling merupakan layanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan berkembang secara optimal, dalam hal ini guru BK memberikan layanan yang berkaitan dengan pengembangan dan pengarahan di bidang pribadi, sosial, belajar dan karir dengan tujuan untuk memandirikan peserta didik atau siswa. (Ramli et al., 2020).

Perkembangan Teknologi Informasi yang sangat cepat dapat membantu memudahkan penyelenggaraan sistem pendidikan ditengah wabah Covid-19 yang sedang menyerang Indonesia dan banyak negara-negara lain didunia. Dengan adanya teknologi, para guru dan perangkat sekolah lainnya dapat memberikan ruang lebih luas bagi siswa untuk menyelenggarakan proses pembelajaran di luar kelas. Guru dapat menyelenggarakan sistem pembelajaran dengan cara berkolaborasi sehingga dapat memperkaya ilmu dan pengetahuan bagi siswa. Semisal dengan berdiskusi maupun penugasan online yang tidak terbatas jarak dan waktu. Termasuk proses layanan bimbingan dan konseling dilakukan oleh Guru BK/Konselor sekolah dalam menyiapkan peserta didik / konseli yang berkembang secara optimal di era revolusi industri 4.0 dan dalam kondisi pandemi Covid-19 yang belum kunjung mereda.

Hal tersebut diikuti dengan adanya perkembangan konsep pelaksanaan konseling yang sudah lazim dilakukan adalah dengan format tatap muka langsung antara konselor dengan konseli, namun sejalan dengan pesatnya perkembangan teknologi proses konseling hadir dengan metode yang berbeda, itu artinya proses konseling tidak hanya dimaknai sebagai pertemuan tatap muka (*face to face*) antara konselor dengan konseli yang dilakukan di ruangan, namun lebih dari itu konseling dapat dilakukan dengan format jarak jauh dan dengan bantuan teknologi yang dihubungkan oleh jaringan internet, yang dikenal dengan istilah e-konseling, atau cybercounseling atau dikenal juga dengan istilah virtual konseling. Proses konseling dapat diselenggarakan dengan berbagai media yang memungkinkan hubungan konseling jarak jauh.

Namun hal ini terkadang menjadi bertolak belakang dengan kenyataan dilapangan dimana fungsi layanan BK berdasarkan aturan tersebut tidak dapat terealisasi dengan baik. Beberapa kendala yang muncul menjadi seperti ketidaksesuaian jumlah siswa yang diampu oleh Guru BK karena keterbatasan sekolah menyediakan Guru BK, juga dengan kekurangan pemahaman Guru BK dengan perkembangan teknologi yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung layanan Bimbingan dan Konseling.

Berdasarkan permasalahan diatas, dapat disimpulkan jika dalam perkembangan teknologi saat ini didukung dengan adanya perubahan kegiatan belajar siswa karena pandemi Covid-19, siswa semakin mudah mengakses internet dengan gadget yang mana hal tersebut sekaligus juga semakin membuka akses kemudahan pelajar dengan konten Narkolema. Kemudian dengan kondisi layanan Guru BK di sekolah serta berkaitan dengan perkembangan konsep cybercounseling, seharusnya dapat menjadi salah satu cara dalam mereduksi konten Narkolema pada pelajar.

Selanjutnya, peneliti membuat rumusan masalah bagaimanakah strategi optimalisasi layanan BK di sekolah dalam pelaksanaan cybercounseling sebagai upaya mereduksi narkolema pada pelajar. Hal ini diharapkan peneliti mampu memberikan strategi agar pelayanan BK di sekolah dapat optimal khususnya dalam pelaksanaan cybercounseling yang ditujukan untuk mereduksi narkolema pada pelajar.

TINJAUAN PUSTAKA

Narkolema adalah pornografi yang dapat di akses manusia lewat mata yang dapat merusak otak. Karena itulah istilah narkolema digunakan, yang bisa disebut sebagai narkoba millenium baru. Undang- Undang pornografi No. 44 tahun 2008 pasal 1 ayat 1, pornografi adalah gambaran, sketsa, ilusi, foto, bunyi, tulisan, gambar bergerak, animasi kartun, percakapan, gerak tubuh dan pesan lainnya melalui berbagai bentuk media komunikasi yang membuat eksploitasi yang melanggar norma keasusilaan di dalam masyarakat. Media pornografi bisa melalui beberapa jenis seperti TV, radio, internet, telepon dan komunikasi lainnya serta surat kabar, majalah dan barang cetakan lainnya. (Purwaningsih, 2020).

Konten tersebut biasanya mulai diakses oleh anak yang memasuki masa remaja, yang diawali dengan terjadinya kematangan organ reproduksi, juga dengan perubahan pada diri remaja, termasuk terhadap minat seksual remaja. Meningkatnya minat seksual

remaja tersebut mendorong remaja untuk mencari tahu hal-hal yang berkaitan dengan seksualitas melalui berbagai media. Jika tidak diarahkan dan diawasi dengan benar keingintahuan remaja tersebut justru akan membawanya pada akses terhadap konten pornografi. (Maisya & Masitoh, 2020).

Gambar yang mengandung pornografi secara teori dapat merusak sel-sel otak selama masa pertumbuhan. Otak bagian depan sebagai pusat decision making dan analisis terjadi perusakan sel pada otak remaja yang kecanduan konten porno. Pada lapisan terluar otak atau yang disebut dengan 'materi abu-abu' sebanyak 4,4 % akan semakin kecil dan menipis². Kelompok usia 12-17 tahun adalah konsumen terbesar pornografi di internet. Sembilan dari 10 anak berusia antara 8-16 tahun telah melihat pornografi di internet. Kebanyakan pornografi terakses tanpa sengaja ketika seorang anak sedang menyelesaikan pekerjaan rumah. (Astrika et al., 2021).

Seperti halnya pengguna narkoba yang dapat mengalami kecanduan, pengguna pornografi (Narkolema) juga dapat mengalami kecanduan. Kecanduan pornografi akan merusak bagian otak yang bernama PFC (Pre Frontal Cortex), yaitu bagian otak yang berfungsi untuk pusat pertimbangan dan mengambil keputusan. PFC hanya ada pada manusia dan tidak ada pada binatang, bagian otak ini akan matang dengan sempurna pada usia 25 tahun, PFC ini mudah rusak karena benturan fisik, zat kimia, narkoba, napza dan narkolema/pornografi. Sistem limbik yang mengatur emosi, makan, minum dan naluri seksual di dalam otak akan mengaktifkan zat kimia otak bernama dopamine yang memberikan rasa kesenangan, penasaran dan kecanduan. Dopamine juga akan aktif jika seseorang mengkonsumsi narkoba sehingga candu narkoba sama dengan candu narkolema. (Winarti & Sunarti, 2020).

Adiksi pornografi memiliki dampak terhadap perilaku anak, kesehatan serta menyebabkan kerusakan yang serius pada otak. Remaja yang terpapar pornografi cenderung melakukan perilaku menyimpang seperti masturbasi (onani), berciuman, dan berhubungan seksual.

Dalam pedoman kurikulum berbasis kompetensi bidang bimbingan dan konseling tersirat bahwa suatu sistem layanan bimbingan dan konseling di sekolah tidak mungkin tercipta, terselenggara, dan tercapai dengan baik apabila tidak memiliki suatu sistem pengelolaan (manajemen) yang profesional dalam mutu. Untuk itu diperlukan tenaga pembimbing yang profesional dalam mengelola system layanan bimbingan dan konseling berbasis kompetensi yang terintegrasi di sekolah (Robiatur Rohmah, 2019).

Senada dengan hal tersebut, sebagai pengembangan diri peserta didik maka sekolah menyediakan layanan bimbingan dan konseling yang terintegrasi dalam sistem pendidikan dalam bentuk. Idealnya, sekolah juga sebaiknya mengadakan program BK untuk meningkatkan mutu belajar dan memberikan ruang dan waktu berbagi masalah sosial dan pribadi (Daempal, 2021).

Kemudian, pengembangan diri dapat dilakukan melalui pelayanan bimbingan dan konseling yang difasilitasi atau dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling (BK) atau konselor sekolah. Pengembangan diri yang dilakukan dalam bentuk pelayanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk memfasilitasi peserta didik berkenaan dengan

masalah diri pribadi dan kehidupan sosial, belajar, dan pembentukan karir. Materi yang diberikan juga berkenaan dengan kehidupan pribadi, sosial, belajar, dan karir peserta didik, sehingga peserta didik dapat mengembangkan segala potensi yang dimilikinya di semua bidang. Bentuk pelayanan bimbingan dan konseling adalah dengan memberikan 9 layanan bimbingan dan konseling dan melakukan 6 kegiatan pendukung bimbingan dan konseling (Su'ainah, Aliman, 2019).

Layanan BK di sekolah seharusnya juga meliputi layanan dasar, layanan responsi, layanan peminatan dan perencanaan individual peserta didik, dan dukungan sistem. Dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling metode yang dilakukan sesuai program kegiatan yang telah dirumuskan sebelumnya seperti bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individual ataupun konseling kelompok serta metode-metode lainnya yang mendukung kegiatan bk seperti konferensi kasus, advokasi ataupun konsultasi. Selain itu dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling diteliti juga berbagai aspek baik bidang layanan bimbingan konseling, jenis layanan bimbingan konseling, pemberian motivasi kepada peserta didik dan juga kegiatan pembentukan karakter seperti ekstrakurikuler (Hidayat et al., 2020).

Namun, dengan adanya konsep ideal layanan BK di sekolah, dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling tidak selalu berjalan dengan baik. Terdapat beberapa permasalahan-permasalahan yang menjadi hambatan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling. Permasalahan-permasalahan tersebut seperti yang telah ditemukan dalam beberapa sekolah seperti sarana dan prasarana yang tidak memadai, kurangnya jumlah guru BK di sekolah, serta latar belakang guru BK di sekolah yang sebenarnya tidak berasal dari bidang bimbingan dan konseling, sehingga tidak menguasai segala hal yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling dan tidak dapat membantu siswa, guru-guru lain, maupun sekolah dalam mengatasi segala permasalahan yang terjadi, dan tidak dapat mengembangkan potensi peserta didik, serta tidak dapat membantu sekolah dalam mengembangkan sekolah yang memiliki mutu yang lebih tinggi. (Delarosa, 2019).

Pada masa perkembangan internet belum jamak, guru BK sering hanya berperan sebagai penyampai pesan dengan menggunakan komunikasi langsung (*direct communication*), pola ini membuat siswa kurang aktif hanya menerima materi BK saja. Kondisi ini tidak dalam perkembangannya sepertinya tidak cukup dalam memberikan layanan bantuan kepada siswa. Bimbingan dan konseling haruslah memandang siswa sebagai individu yang aktif, memiliki kemampuan dan potensi yang perlu dieksplorasi secara optimal. Selain memandang penting peran aktif siswa, bimbingan dan konseling juga menuntut peran guru BK lebih luas. Di antara tugas guru BK tersebut adalah sebagai perancang program bimbingan dan konseling dalam kata lain mampu merancang program bimbingan dan konseling yang baik dan termasuk di dalamnya merancang media bimbingan dan konseling (Mochamad Nursalim, 2017).

Sejalan dengan perkembangan teknologi komputer serta interaksi antara guru bimbingan dan konseling dengan siswa tidak hanya dilalui melalui hubungan tatap muka tetapi dapat juga dilakukan melalui internet dalam bentuk "cybercounseling". Layanan bimbingan dan konseling ini merupakan salah satu model pelayanan

konseling yang inovatif dalam upaya menunjukkan pelayanan yang praktis dan bisa dilakukan dimana saja asalkan ada koneksi atau terhubung dengan internet. (Devita Ayu Mei Dina, Annisa Sofiana, Novia Wahyuningtyas, 2016).

Senada dengan penjelasan diatas, cyber Counseling adalah salah satu model konseling yang bersifat virtual atau konseling yang berlangsung melalui bantuan koneksi internet dimana konselor dan konseli tidak hadir secara fisik pada ruang dan waktu yang sama, dalam hal ini proses konseling berlangsung melalui internet dalam bentuk web-site, e-mail, facebook, video conference (yahoo massanger) dan ide inovatif lainnya (KIRANA, 2019).

Kemudian, pengembangan model layanan bimbingan konseling melalui cybercounseling berbasis website bagi siswa SMA ini diharapkan dapat mengoptimalkan layanan bimbingan konseling yang bertujuan membantu mengatasi permasalahan pribadi, sosial, belajar, dan karier siswa dalam rangka membantu memahamkan potensi yang dimiliki kaitannya dengan studi lanjut maupun karier yang akan dijalaninya (Fahyuni et al., 2020).

METODE PENELITIAN

Penulisan artikel ini menggunakan metode penelitian studi pustaka dengan menghimpun dan mengkaji menggunakan sumber literatur berupa buku, artikel prosiding, jurnal nasional maupun jurnal internasional yang berkaitan dengan variabel penelitian. Upaya dalam mengumpulkan sumber kajian diharapkan dapat memperoleh informasi mengenai konteks dan karaktersitik bahan kajian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pornografi mempunyai sejarah yang panjang walaupun awalnya tidak mengarah pada hal tersebut. Diawali dengan munculnya karya seni patung dan lukisan yang secara seksual bersifat sugestif dan eksplisit, dilanjutnya dengan munculnya foto-foto yang eksplisit tak lama setelah ditemukannya fotografi, demikian pula dengan karya-karya film yang paling tua juga sudah menampilkan gambar-gambar telanjang, maupun gambaran lainnya yang secara seksual bersifat eksplisit (Dewi, 2019).

Dalam perkembangannya pornografi dalam satu dekade ini mulai disebut dengan NARKOLEMA, yaitu akronim dari Narkoba Lewat Mata. Hal ini disebabkan efek dari narkolema hampir sama dengan efek dari narkoba. Narkolema merusak 5 bagian otak manusia sekaligus sedangkan pengguna narkoba hanya merusak 3 bagian otak penggunaannya, sehingga narkolema sangat berbahaya. (Winarti & Sunarti, 2020).

Munculnya kebijakan Pembelajaran Jarak Jauh juga secara tidak langsung memberikan kesempatan siswa untuk bisa mengakses internet yang didalamnya cukup banyak konten narkolema, efek dari hal tersebut adalah tingginya jumlah pengguna internet pada usia anak. Hal ini juga menunjukkan bahwa anak dengan sangat mudah mengakses internet. Banyak anak menggunakan smartphone orang tuanya untuk mendapatkan akses internet, tidak hanya menggunakan laptop atau personal computer (PC). Anak yang dikategorikan disini adalah anak yang berusia mulai dari 6 tahun

hingga 15 tahun. Dimana usia ini, keingintahuan anak sudah sangat tinggi dan anak dinilai mampu menggunakan fasilitas internet yang ada di smartphone. Menariknya bahwa banyak kasus dan cerita dari para ibu bahwa anak mereka sangat senang bila mendapatkan handphone orang tuanya yang dapat digunakan untuk membuka channel Youtube atau game online. (MACHYUDIN AGUNG HARAHAHAP, 2021).

Menurut Junaida (2019) yang dikutip Harapap (2021), menjelaskan bahwa minimal terdapat tiga dampak negatif pada anak dari kecanduan internet yaitu pertama; tumbuh kembang anak menjadi tidak optimal karena anak terlalu lama duduk asyik dengan gadget, kedua; anak dan remaja kita mengalami kecanduan untuk selalu menggunakan gadget, bukan sekedar untuk mencari informasi tetapi juga untuk bermain, berkomunikasi dengan orang lain di dunia maya dan mengakses pornografi ((MACHYUDIN AGUNG HARAHAHAP, 2021).

Dalam perkembangan anak usia pelajar di sekolah, Guru BK memiliki posisi yang penting. Menurut Permendikbud Nomor 111/2014, bimbingan dan konseling merupakan layanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mandiri dan berkembang secara optimal, dalam hal ini guru BK memberikan layanan yang berkaitan dengan pengembangan dan pengarahan di bidang pribadi, sosial, belajar dan karir dengan tujuan untuk memandirikan peserta didik atau siswa (Ramli et al., 2020).

Senada dengan hal tersebut, dapat disimpulkan juga jika tugas pokok guru bimbingan konseling (BK) adalah melaksanakan kegiatan layanan dan kegiatan pendukung kepada peserta didik. Dalam menyelenggarakan kegiatan layanan dan kegiatan pendukung, guru BK perlu memahami karakteristik siswa asuh termasuk perilaku, perkembangan fisik, dan psikisnya. Dengan memahami karakteristik siswa asuh guru BK dapat memilih pendekatan dan teknik yang tepat dalam memperlakukan mereka sebagai manusia, mengetahui kebutuhan mereka, dan merelevansikan program BK untuk memenuhi kebutuhan tersebut. (Kusmanto, 2013).

Namun, diantara kondisi perkembangan anak, teknologi, serta tugas guru bimbingan dan konseling, muncul permasalahan yang timbul dari pelayanan konseling yang dilakukan oleh konselor/guru BK di sekolah, seperti lemahnya pengetahuan guru serta keterampilan menggunakan teknologi, guru tidak update tentang informasi yang terbaru tentang perkembangan zaman dan guru/konselor tidak berinisiatif dalam mengembangkan kemampuan dalam melakukan pelayanan di sekolah. Hal seperti ini tampak ketika guru menggunakan media pelayanan di dalam kelas, media yang ditampilkan masih media lama yang menggunakan metode ceramah dan media chart, guru menggunakan teknologi hanya untuk media sosial dan tidak menggunakan untuk pembelajaran, jika guru mampu menggunakan teknologi dengan baik maka banyak informasi yang dapat diberikan kepada siswa. (Dianto & Putri, 2019).

Kondisi saat ini memang menjadi tantangan tersendiri bagi para guru bimbingan dan konseling (BK)/ Konselor untuk dapat berperan serta dapat menguasai keterampilan di dalamnya. Keterampilan menggunakan perangkat teknologi informasi dan komunikasi tidaklah menjadi hal yang mudah bagi guru bimbingan dan konseling

(BK)/Konselor dikarenakan mereka dituntut untuk bisa mengoperasikan perangkat tersebut. Namun terlepas dari itu semua dengan hadirnya teknologi informasi dan komunikasi di bidang bimbingan dan konseling hendaknya dapat menambah wawasan dan pengetahuan guru tersebut untuk mencari referensi, diskusi dan sebagainya. (Devita Ayu Mei Dina, Annisa Sofiana, Novia Wahyuningtyas, 2016).

Di antara perkembangan teknologi saat ini, sudah mulai banyak akademisi merancang adanya konsep Bimbingan dan Konseling Online. Cyber Counseling adalah strategi atau konseling bimbingan dan konseling virtual yang berlangsung melalui bantuan koneksi internet. Dalam hal ini proses konseling berlangsung melalui internet dalam bentuk web site, e-mail, Facebook, videoconference (Yahoo massager) dan ide-ide inovatif lainnya. Proses konseling dengan menggunakan konseling cyber atau konseling virtual berarti konselor dan klien tidak hadir secara fisik dalam waktu dan ruang yang sama (Budianto et al., 2019).

Menurut Saputra et al, menjelaskan bahwa salah satu proses konseling adalah cyber counseling yang didefinisikan sebagai praktek konseling profesional yang terjadi ketika konseli dan konselor berada secara terpisah dan memanfaatkan media elektronik untuk berkomunikasi melalui internet. Meninjau dari tingkat efisien cyber counseling merupakan pilihan tepat yang dapat dilakukan saat ini, yang didukung dengan adanya society 5.0 untuk mengoptimalkan dan pemanfaatan teknologi dalam menyelesaikan berbagai bidang pekerjaan tanpa mengurangi atau menghilangkan komponen utama yakni kualitas manusianya dalam hal ini adalah guru bk atau konselor. Kemudian salah satu kelebihan dari cybercounseling, media seperti facebook, instagram, skype, twitter, whatsapp tersebut mudah digunakan, memiliki asas kerahasiaan, praktis, dan dapat diakses dari mana saja. Bahkan, media tersebut dapat diaplikasikan dalam layanan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, cyber counseling menjadi pilihan bagi para peserta didik untuk mengkonsultasikan problem mereka (Saputra et al., 2020).

Berkaitan dengan pelaksanaan konseling yang bersifat tatap muka, dalam pelaksanaan cybercounseling ada beberapa modifikasi. Menurut Pasmawati (Pasmawati, 2016) ada 5 tahapan konseling dalam cybercounseling, yaitu:

1. Tahap Pengantaran; Sama seperti konseling tatap muka langsung, cyber counseling juga melakukan tahap pengantaran, dengan didahului proses penstrukturan sederhana, boleh menggunakan bahasa yang mudah dipahami konseli, artinya tidak terlalu panjang seperti penstrukturan dalam konseling tatap muka, hal yang sangat penting pada tahap ini prinsipnya adalah membangun hubungan emosional yang baik, nyaman antara konselor dan konseli, sehingga tercipta hubungan yang luwes, sehingga konseli akan lebih muda terbuka dan sukarela menyampaikan permasalahannya pada konselor. Penstrukturan juga dapat dilakukan berdasarkan status dari konseli, jika isi statusnya menunjukkan adanya indikasi bahwa konseli sedang mengalami masalah, disamping itu penguatan juga sangat dibutuhkan dalam membentuk hubungan yang baik dengan konseli. Kontak pertama antara konselor dan konseli mempunyai pengaruh yang menentukan bagi kelangsungan pertemuan selanjutnya.

Hubungan yang akrab antara konselor dan konseli serta saling mempercayai harus dapat ditumbuhkan dan dikembangkan.

2. Tahap Penjajakan; merupakan tahap yang sangat menentukan dalam arah tahap pembinaan dalam konseling, pada tahapan ini konselor melakukan pendalaman terhadap masalah konseli, dengan cara melakukan teknik pertanyaan terbuka, refleksi, dorongan minimal, dan beberapa teknik yang lain, pada tahapan ini juga sangat dibutuhkan keterampilan konselor untuk dapat mengungkap penyebab masalah yang terjadi pada konseli, bagaimana cerita awal proses terjadinya masalah, sasaran penjajakan adalah hal-hal yang dikemukakan konseli bersangkutan dengan perkembangan dan permasalahannya dalam hubungan konseling
3. Tahap Penafsiran; Tahap penafsiran merupakan tahap ketiga dari proses konseling, yang tujuannya memberikan makna atau arti dari masalah yang dialami konseli. Hal ini merupakan bagian dari teknik-teknik umum konseling perorangan, memaknai hasil dari proses penjajakan masalah. Pengungkapan masalah konseli diawal sesi konseling belum tentu sama dengan hasil penjajakan dalam konseling, sehingga diperlukan penafsiran terhadap masalah yang dialami oleh konseli, yang bermuara pada ketepatan dalam menyelesaikan masalah
4. Tahap Pembinaan; Inti tahap pembinaan yakni meneguhkan hasrat konseli dalam menetapkan tujuan, mengembangkan program, merencanakan skedul, merencanakan pemberian penguatan, dan mempersonalisasikan langkah-langkah yang harus ditempuh, atau dapat juga dimaknai sebagai tahapan yang dilakukan untuk memberikan penguatan terhadap keputusan yang diambil oleh konseli terhadap pemecahan masalah. Hal ini merupakan bagian dari teknik-teknik umum konseling.
5. Tahap Penilaian/mengakhiri konseling; terhadap hasil layanan konseling perorangan perlu dilakukan tiga jenis penilaian, yaitu: penilain segera, penilaian jangka pendek dan penilaian jangka panjang. Penilaian segera (LAISEG), yaitu penilaian pada akhir layanan konseling perorangan. Fokus penilaian segera diarahkan kepada diperolehnya informasi dan pemahaman baru (*understanding*), dicapainya keringanan beban perasaan (*comfort*) dan direncanakannya kegiatan pasca konseling (*action*).

Keberhasilan proses konseling adalah tercapainya kondisi yang lebih baik dari ketiga poin tersebut, maksudnya dengan adanya konseling, konseli mendapatkan pemahaman baru tentang cara pandang dalam menghadapi masalah, sehingga ada perubahan dalam memandang sesuatu yang selama ini berat, bisa jadi ringan, sesuatu yang selama ini tidak mungkin bisa menjadi mungkin. Selanjutnya untuk poin kedua terkait dengan perasaan, proses konseling merupakan proses katarsis, artinya konseli mencurahkan semua masalahnya pada konselor, sehingga tidak ada hal-hal yang ditutup-tutupi, dengan demikian ada perasaan lega setelah menceritakan masalahnya pada konselor. Selanjutnya ada planing yang akan dilakukan setelah konseling, sejatinya

setiap masalah pasti ada jalan keluarnya sama halnya dengan penyakit. Maka sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. Pada hakikatnya ketika seseorang mendapatkan musibah, bencana, ujian, ataupun masalah sebenarnya mereka tahu jalan keluarnya, namun butuh penguatan untuk menentukan pilihan langkah yang dapat diambil dalam penyelesaian masalah tersebut, disinilah peran seorang konselor, membantu konseli mengambil keputusan dalam menyelesaikan masalahnya (Pasmawati, 2016).

Bentuk cybercounseling yang lain adalah pemanfaatan media online lainnya untuk layanan bimbingan dan konseling. Penggunaan sosial media seperti, Facebook, Twitter, Instagram, Tiktok, dapat digunakan sebagai media layanan informasi untuk siswa. Penggunaan website juga dapat dimanfaatkan sebagai Papan Bimbingan Online yang menyampaikan materi-materi berbagai bidang layanan. Berkaitan dengan penggunaan sosial media khususnya facebook, Prasetiawan menjelaskan bahwa cybercounseling berbantuan facebook dapat digunakan sebagai media pemberian bantuan psikologis kepada siswa (konseli) secara online melalui facebook agar siswa dapat memenuhi kebutuhan akan konseling yang mereka perlukan, memahami, menerima dan mengarahkan dan mengaktualisasikan serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal, untuk kepentingan hidup dan perkembangannya sebagai dasar pengambilan keputusan yang tepat. Untuk melakukan kegiatan cyber counseling, idealnya sekolah atau konselor yang bersangkutan dapat menyediakan website tersendiri yang dipergunakan khusus untuk kepentingan Bimbingan dan Konseling bagi para siswanya (Prasetiawan & Prasetiawan, 2016).

Penggunaan TIK dalam BK sebagai media canggih yang akan mempermudah jalannya suatu pelayanan BK, sebagai cara untuk meningkatkan keterampilan dan kreatifitas guru BK dalam menyajikan layanan BK yang dinamis sehingga konseli tidak merasa jenuh dan menganggap BK ketinggalan zaman. Penggunaan media internet ini dapat menjadi alat untuk meningkatkan prestise BK pada masyarakat, sebagai layanan dukungan sistem pada BK agar administrasi yang dilakukan menjadi lebih efektif dan efisien, sebagai media untuk mempermudah dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi dalam kegiatan BK. Selain itu dapat juga bisa sebagai media yang dapat meningkatkan produktifitas kinerja guru BK, juga sebagai media untuk menghilangkan masalah jarak dan waktu yang dialami guru BK dan konseli ketika pelayanan BK berlangsung. (Angelina et al., 2020).

Dalam upaya mereduksi Narkolema pada pelajar, guru BK dapat menggunakan referensi diatas. Penggunaan website sebagai media informasi untuk menyampaikan materi berkaitan dengan narkolema, yang kemudian dapat didukung dengan penyampaian media informasi melalui sosial media yang dapat menjadi media 2 arah antara guru BK dan siswa. Selain itu penggunaan media messenger atau video conference juga dapat digunakan sebagai media untuk pelaksanaan konseling virtual yang pelaksanaan dapat mengikuti tahapan-tahapan yang sudah ditentukan.

SIMPULAN

Narkolema adalah pornografi yang dapat diakses manusia lewat mata yang dapat merusak otak. Gambar yang mengandung pornografi secara teori dapat merusak sel-sel otak selama masa pertumbuhan. Otak bagian depan sebagai pusat decision making dan analisis terjadi perusakan sel pada otak remaja yang kecanduan konten porno. Selain itu, pengguna pornografi (Narkolema) juga dapat mengalami kecanduan. Pada proses pembelajaran daring di masa pandemi, secara tidak langsung juga memberikan kesempatan siswa untuk dapat mengakses konten pornografi, oleh karena itu Guru Bimbingan dan Konseling dengan berbagai permasalahannya harus mampu mereduksi akses siswa berkaitan dengan narkolema melalui cybercounseling. Pelaksanaan cybercounseling dapat berbentuk konseling virtual melalui aplikasi video conference (zoom/video call whatsapp), atau aplikasi messenger (facebook messenger/whatsapps), selain itu juga dapat didukung dengan pembuatan Papan Bimbingan Online dengan website serta penggunaan sosial media untuk memberikan kesempatan interaksi dua arah antar guru BK dan siswa.

Dengan adanya perkembangan tersebut, maka sudah selayaknya guru bimbingan dan konseling meningkatkan pemahaman dan kemampuan berkaitan dengan cybercounseling. Hal tersebut dilakukan agar guru BK mampu untuk memberikan layanan melalui internet dalam bentuk cybercounseling agar dapat menjangkau siswa tanpa mengenal waktu dan jarak.

SARAN

Berdasarkan tulisan penulis, perlu dilakukan pelaksanaan pelatihan untuk guru BK agar dapat melaksanakan bentuk cybercounseling untuk memberikan layanan BK kepada siswa melalui internet, didukung dengan penguatan strategi penyampaian informasi Guru BK agar dapat menyampaikan informasi dengan baik tanpa ada hambatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, P. R., Dewi, R. S., Khairani, A., & ... (2020). E-Sistem BK Berbasis Web untuk Meningkatkan Akuntabilitas Manajemen Bimbingan dan Konseling. ... *Daring IIBKIN* 2020, 2000(1). <http://conference.um.ac.id/index.php/bk3/article/view/306>
- Astrika, F., Eka, A., & Yuneta, N. (2021). *Penyuluhan Tentang Narkolema Pada Remaja di Kelurahan Wonorejo Kabupaten Karanganyar The Health Education of Narkolema for Adolescents In Wonorejo Karanganyar*. 9(2), 47–54.
- Budianto, A. E., Aziz, A., & Hidayah, N. (2019). ICT application in cyber counseling as a teacher accelerator with optimizing WhatsApp based mobile computing. *Journal of Physics: Conference Series*, 1375(1), 1–10. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1375/1/012006>

- Daempal, Y. S. (2021). *MANAJEMEN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DI SMA BUNDA HATI KUDUS JAKARTA*. 12(April), 1–13.
- Delarosa, A. (2019). *Administrasi Layanan Khusus Bimbingan dan Konseling*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/bqj92>
- Devita Ayu Mei Dina, Annisa Sofiana, Novia Wahyuningtyas, C. P. B. (2016). APLIKASI CYCO (CYBER COUNSELING): ALTERNATIF MODEL KONSELING DI SEKOLAH. In *Prosiding Seminar Nasional Optimalisasi Active Learning dan Character Building dalam Meningkatkan Daya Saing Bangsa di Era Masyarakat Ekonomi Asean (MEA)*.
- Dewi, R. (2019). Upaya Pencegahan Narkolema (pornografi) pada Peserta Didik dengan Layanan Informasi di SMP 2 Hulu Sungkai Lampung Utara. *Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*.
- Dianto, M., & Putri, B. N. D. (2019). Media Pelayanan Bimbingan Konseling dan Tantangan Konselor dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0. *Konvensi Nasional Bimbingan Dan Konseling XXI, April*, 99–104.
- Fahyuni, E. F., Romadlon, D. A., Hadi, N., Haris, M. I., & Kholifah, N. (2020). Model aplikasi cybercounseling Islami berbasis website meningkatkan self-regulated learning. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 7(1), 93–104. <https://doi.org/10.21831/jitp.v7i1.34225>
- Hasyim, W., Arafah, A. N. B., Shaqylla, S., & Saleh, U. (2018). Mengenali Kecanduan Situs Porno Pada Remaja: Gambaran Mengenai Faktor Penyebab Dan Bentuk Kecanduan Situs Porno Remaja. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 3(2), 41. <https://doi.org/10.26858/talenta.v3i2.6524>
- Hidayat, W., Suryana, Y., & Fauziah, F. (2020). Manajemen Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 14(2), 346. <https://doi.org/10.52434/jp.v14i2.1004>
- Hootsuite & We are Social. (2020). Indonesian Digital Report 2020. *Global Digital Insights*, 247. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-indonesia>
- KIRANA, D. L. (2019). Cybercounseling Sebagai Salah Satu Model Perkembangan Konseling Bagi Generasi Milenial. *Al-Tazkiah*, 8(1), 51–63. <https://doi.org/10.20414/altazkiah.v8i1.1101>
- Kusmanto, A. S. (2013). Penggunaan Media Dalam Pelayanan Bimbingan Dan Konseling. *Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muria Kudus*, 53(9), 1689–1699.
- MACHYUDIN AGUNG HARAHAHAP, S. A. (2021). *Aksesibilitas Anak Terhadap Media : Internet Sehat Bagi Anak*. 8(1).
- Maisya, I. B., & Masitoh, S. (2020). Derajat Keterpaparan Konten Pornografi Pada Siswa Smp Dan Sma Di Dki Jakarta Dan Banten Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 117–126. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2463>

- Mochamad Nursalim. (2017). *PERAN KONSELOR DALAM MENGANTISIPASI KRISIS MORAL ANAK DAN REMAJA MELALUI PEMANFAATAN MEDIA "BARU."* 59–65.
- Nashruddin, N., & Tanasy, N. (2021). School Policies on the Use of Android Devices in Students Learning Activities during the Covid-19 Pandemic Condition. *Lembaran Ilmu Kependidikan*, 50(1), 66-73.
- Pasmawati, H. (2016). *CYBER COUNSELING SEBAGAI METODE PENGEMBANGAN LAYANAN KONSELING DI ERA GLOBAL.*
- Prasetyawan, H., & Prasetyawan, H. (2016). Cyber Counseling Assisted With Facebook To Reduce Online Game Addiction. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 28. <https://doi.org/10.24127/gdn.v6i1.409>
- Purwaningsih, S. &. (2020). Faktor-Faktor Determinasi Narkolema. *Intan Husada*, 8(1), 36–47.
- Ramli, M., Hidayah, N., Eva, N., Hanafi, H., & Saputra, N. M. A. (2020). Pengembangan Kompetensi Bk Online Pada Guru Sekolah Menengah Atas Kota Malang. *Prosiding Hapemas*, 1(1), 496–509. <http://conference.um.ac.id/index.php/hapemas/article/view/285>
- Robiatur Rohmah. (2019). Urgensi Manajemen Bimbingan Konseling dalam Melahirkan Peserta Didik Berkarakter. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 4(1), 102–115. <https://doi.org/10.35316/jpii.v4i1.174>
- Saputra, N. M. A., Hidayatullah, H. T., Abdullah, D., & Muslihati. (2020). Pelaksanaan Layanan Cyber Counseling pada Era Society 5.0: Kajian Konseptual. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Malang*, 5, 73–79.
- Su'ainah, Aliman, O. J. (2019). *Manajemen Layanan Bimbingan Dan Konseling Di SMA.* <https://doi.org/10.31227/osf.io/mzy3d>
- Sudirman. (2020). Optimalisasi Peran Konselor Sekolah Dengan Implementasi Aplikasi Layanan Bimbingan & Konseling (e - Konseling) Pada Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Mahajana Informasi*, 5(1), 85–93.
- Winarti, Y., & Sunarti, S. (2020). Pendidik Sebaya Sebagai Metode alternatif dalam Peningkatan Pengetahuan Mencegah Narkolema (Narkoba Lewat Mata) pada Siswa SMPN 4 Di Samarinda. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(2), 151–160. <https://doi.org/10.33024/jdk.v9i2.1531>