ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

TREN DAN EFEKTIVITAS CYBER COUNSELING BERBASIS PSIKOEDUKASI DALAM LAYANAN BIMBINGAN KARIER: SEBUAH *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*

Renie Tri Herdiani[1]*, Muslikah[2], Farikha Wahyu Lestari[3]
[1,2]Universitas Negeri Semarang, Indonesia, [3]Universitas PGRI Semarang, Indonesia
E-mail: renie.herdiani@students.unnes.ac.id, triherdiani@upstegal.ac.id

Diterima:24/10/2026; Direvisi: 18/11/2026; Diterbitkan: 24/11/2026

ABSTRAK

Akselerasi disrupsi teknologi dan dinamika pasar kerja era digital memicu peningkatan kecemasan karier (*career anxiety*) pada Generasi Z dan Alpha. Kondisi tersebut memunculkan urgensi untuk mentransformasi layanan bimbingan karier digital dari pendekatan reaktif menuju pendekatan proaktif-preventif. Penelitian ini bertujuan menganalisis secara sistematis tren publikasi, modalitas *platform* konseling siber, topik psikoedukasi karier, tingkat efektivitas intervensi, serta faktor pendukung dan penghambat implementasinya di lembaga pendidikan. Metode *Systematic Literature Review* (*SLR*) ini dilaksanakan mengacu pada protokol *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (*PRISMA*) 2020 melalui tahapan identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi yang menghasilkan 30 artikel primer terindeks tahun 2021–2026. Hasil sintesis menunjukkan peningkatan publikasi yang signifikan pada tahun 2023–2025 dengan dominasi pendekatan kuantitatif eksperimental, di mana modalitas *platform* mencakup media interaktif berbasis *Artificial Intelligence* (*AI*) dan *chatbot* otomatis (40,0%), *Learning Management System* (*LMS*) (36,7%), serta media sosial (23,3%). Integrasi *cyber counseling* berbasis psikoedukasi terbukti jauh lebih efektif dalam meningkatkan kematangan dan adaptabilitas karier dibandingkan layanan konvensional, yang didukung oleh *online disinhibition effect* dan fleksibilitas akses, meskipun masih terkendala kesenjangan infrastruktur, literasi digital konselor, serta isu privasi data.

Kata kunci: *bimbingan karier, cyber counseling, psikoedukasi karier, systematic literature review*

ABSTRACT

The acceleration of technological disruption and digital labor market dynamics has triggered an increase in career anxiety among Generation Z and Alpha. This situation highlights the urgent need to transform digital career guidance services from reactive to proactive-preventive approaches. This study aims to systematically analyze publication trends, cyber counseling platform modalities, career psychoeducation topics, intervention effectiveness, as well as enabling and inhibiting factors affecting implementation in educational institutions. This Systematic Literature Review (SLR) was conducted following the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 2020 guidelines through identification, screening, eligibility, and inclusion stages, yielding 30 indexed primary articles published between 2021 and 2026. The synthesis indicates a significant surge in publications from 2023 to 2025 dominated by quantitative experimental designs, with platform modalities comprising interactive Artificial Intelligence (AI) and automated chatbots (40.0%), Learning Management Systems (LMS) (36.7%), and social media (23.3%). The integration of psychoeducation-based cyber counseling proves substantially more effective in enhancing students' career maturity and adaptability than conventional services, supported by the online disinhibition effect and flexible

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

accessibility, despite remaining constrained by infrastructure gaps, counselor technological literacy, and data privacy risks.
Keywords: *career guidance*, *career psychoeducation*, *cyber counseling*, *systematic literature review*

PENDAHULUAN

Transisi dunia kerja di era digital membawa ketidakpastian yang signifikan bagi Generasi Z dan Alpha dalam merencanakan masa depan profesional mereka. Kecemasan karier (*career anxiety*) semakin banyak muncul akibat kecepatan otomatisasi dan volatilitas jenis pekerjaan yang dipicu oleh disrupsi teknologi maupun perubahan ekonomi. Maree (2021) menyatakan bahwa pengelolaan kecemasan karier di era digital memerlukan pergeseran paradigma layanan bimbingan agar mampu merespons perubahan teknologi secara lebih adaptif. Layanan bimbingan karier tradisional yang bersifat reaktif dan terbatas pada ruang tatap muka semakin tidak selaras dengan gaya komunikasi generasi digital yang menuntut akses cepat dan fleksibel. Untuk mengatasi hambatan tersebut, ditawarkan pendekatan proaktif berupa *cyber counseling* berbasis psikoedukasi yang menggabungkan intervensi konseling jarak jauh dengan penguatan literasi karier secara terstruktur. Brown dan Bimrose (2022) menegaskan bahwa pemanfaatan kecerdasan buatan (*artificial intelligence*) dan perangkat digital menjadi inovasi krusial dalam menjembatani kebutuhan bimbingan karier Generasi Z, yang diperkuat oleh Firmansyah dan Suherman (2024) bahwa psikoedukasi karier berbasis media digital interaktif efektif meningkatkan efikasi diri karier (*career self-efficacy*) peserta didik.

Meskipun kajian mengenai *cyber counseling* dan psikoedukasi karier berkembang pesat dalam kurun waktu 2021 hingga 2026, penelusuran literatur mengungkap adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang mendasar. Studi-studi terdahulu umumnya bersifat parsial karena hanya menguji efektivitas satu jenis media intervensi pada jenjang pendidikan tertentu saja. Selain itu, temuan mengenai efektivitas ragam media *cyber counseling* terhadap kematangan karier masih tersebar secara terpisah antara media berbasis teks, video, maupun kecerdasan buatan. Hingga saat ini, belum ditemukan kajian sintesis sistematis yang memetakan tren *platform*, mengklasifikasikan materi psikoedukasi yang paling efektif, serta mengukur perbandingan efektivitas integrasi kedua pendekatan tersebut secara menyeluruh dalam lima tahun terakhir.

Oleh karena itu, studi *Systematic Literature Review* (*SLR*) ini bertujuan untuk mengkaji tren publikasi, modalitas *platform*, topik psikoedukasi, serta tingkat efektivitas *cyber counseling* berbasis psikoedukasi dalam layanan bimbingan karier. Kebaruan penelitian ini terletak pada pemetaan komprehensif yang memadukan dimensi teknologi psikoedukasi karier dengan sintesis praktik berbasis bukti (*evidence-based practice*) mengenai indikator keberhasilan intervensi pada Generasi Z dan Alpha. Secara teoritis dan praktis, hasil tinjauan ini diharapkan mampu memberikan model rujukan yang terukur bagi konselor sekolah, praktisi bimbingan karier, dan pembuat kebijakan pendidikan dalam merancang layanan bimbingan karier digital yang adaptif.

Guna mencapai tujuan tersebut dan memberikan batasan analisis yang terfokus, penelitian ini dirumuskan berdasarkan kerangka kerja *PICOC* (*Population*, *Intervention*, *Comparison*, *Outcome*, *Context*) melalui tiga pertanyaan penelitian (*Research Questions*/*RQ*) berikut. Pertama (*RQ1*), bagaimana tren publikasi, jenis *platform cyber counseling*, serta materi psikoedukasi karier yang digunakan dalam layanan bimbingan karier pada rentang tahun 2021–2026? Kedua (*RQ2*), apakah *cyber counseling* berbasis pendekatan psikoedukasi lebih efektif

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

dalam meningkatkan kematangan dan adaptabilitas karier siswa dibandingkan dengan layanan bimbingan karier konvensional? Ketiga (*RQ3*), apa saja faktor pendukung (*enablers*) dan penghambat (*barriers*) utama dalam implementasi *cyber counseling* berbasis psikoedukasi bagi Generasi Z dan Alpha di lembaga pendidikan?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kepustakaan dengan jenis penelitian *Systematic Literature Review* (*SLR*) yang dirancang mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (*PRISMA*) 2020 (Page et al., 2021). Penelusuran, penyaringan, dan sintesis literatur dilaksanakan secara daring oleh tim peneliti selama kurun waktu tiga bulan, yakni dari Januari hingga Maret 2026. Subjek penelitian ini berupa populasi artikel jurnal ilmiah nasional dan internasional yang membahas implementasi *cyber counseling* berbasis psikoedukasi karier pada peserta didik Generasi Z dan Alpha, yang kemudian diseleksi secara ketat hingga diperoleh sampel akhir sebanyak 30 artikel penelitian primer yang memenuhi seluruh parameter kelayakan.

Pengumpulan data dilakukan melalui pencarian sistematis pada tiga basis data terindeks, yaitu *Scopus*, *Google Scholar*, dan Garba Rujukan Digital (*Garuda*), menggunakan kombinasi kata kunci dengan operator *Boolean* (AND, OR) dan teknik pemotongan kata (*wildcard*). Untuk menjamin objektivitas dan mutu metodologis artikel yang dianalisis, peneliti menerapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang disajikan secara terperinci pada Tabel 1.

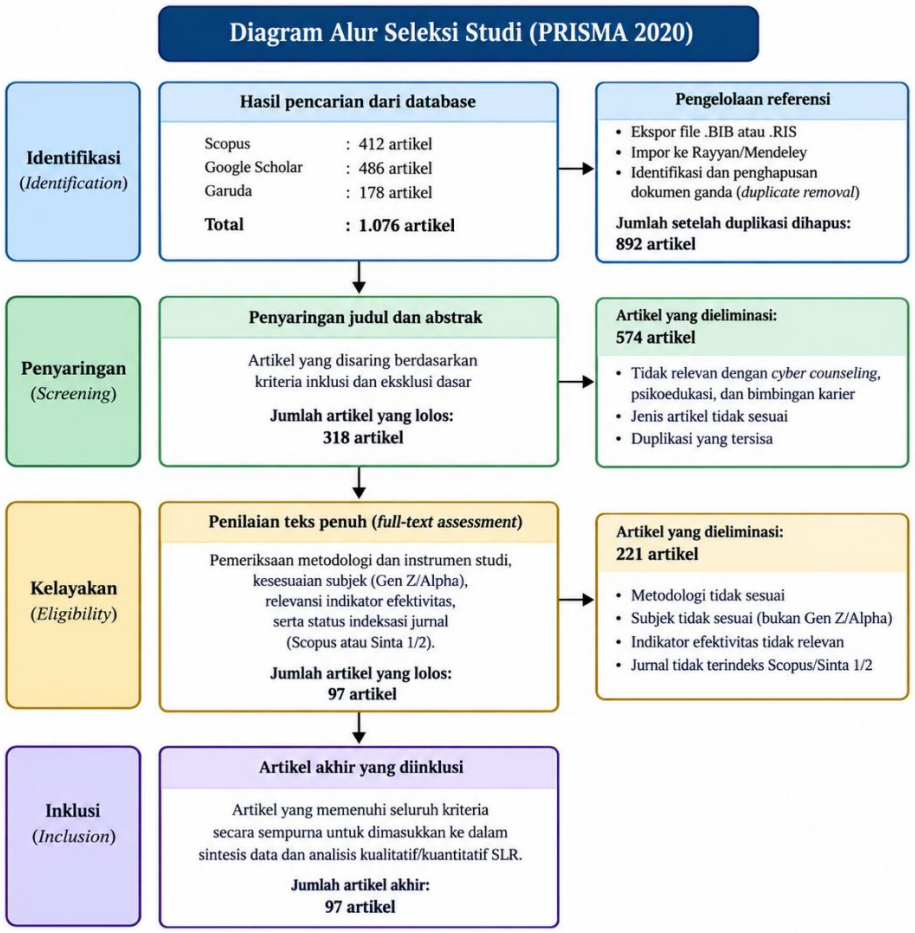
Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Seleksi Studi

Aspek	Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Rentang Waktu	Artikel yang dipublikasikan pada rentang tahun 2021 hingga 2026.	Artikel yang dipublikasikan sebelum tahun 2021.
Bahasa	Artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.	Artikel yang ditulis selain dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.
Tipe Dokumen & Mutu	Artikel penelitian primer dari jurnal ilmiah *peer-reviewed* terindeks *Scopus* atau Sinta 1/Sinta 2.	Prosiding, buku, skripsi, tesis, disertasi, editorial, *review article*, dan jurnal tidak terindeks *Scopus* atau Sinta 1/2.
Aksesibilitas	Artikel yang menyediakan akses teks penuh (*full-text available*).	Artikel yang hanya menampilkan abstrak atau berbayar (*non-open access*).
Relevansi Isi	Studi empiris tentang *cyber counseling* berbasis psikoedukasi untuk bimbingan karier pada Generasi Z atau Alpha.	Studi tentang konseling klinis/patologis, konseling tatap muka murni, atau di luar domain bimbingan karier.

Berdasarkan Tabel 1, setiap artikel yang ditemukan pada tahap awal identifikasi wajib memenuhi kelima kriteria inklusi secara simultan agar dapat dilibatkan dalam proses analisis. Proses penyaringan dilakukan secara bertahap mulai dari penghapusan duplikasi, penyaringan judul serta abstrak, hingga penilaian kelayakan teks penuh sesuai alur diagram *PRISMA* 2020 yang ditunjukkan pada Gambar 1.

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia



Gambar 1. Diagram Alur Seleksi Artikel Berdasarkan Protokol *PRISMA* 2020

Merujuk pada Gambar 1 di atas, dari total 412 rekaman awal yang teridentifikasi di ketiga basis data, tersisa 294 artikel setelah proses eliminasi duplikasi dan menyusut menjadi 97 artikel pada tahap penilaian kelayakan teks penuh. Setelah dilakukan evaluasi ketat terhadap standar indeksasi jurnal dan kesesuaian substansi intervensi, sebanyak 67 artikel dieksklusi sehingga diperoleh tepat 30 artikel penelitian primer yang dianalisis lebih lanjut. Data dari ke-30 artikel terpilih tersebut kemudian diekstraksi ke dalam matriks *spreadsheet* dan dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif sederhana serta sintesis tematik (*thematic synthesis*) berdasarkan pemetaan pertanyaan penelitian pada Tabel 2.

Tabel 2. Pemetaan Ekstraksi dan Analisis Data Berdasarkan Pertanyaan Penelitian (*RQ*)

Pertanyaan Penelitian (RQ)	Komponen Data yang Diekstraksi	Metode Analisis Data
***RQ1*: Tren publikasi, jenis *platform*, dan materi psikoedukasi karier**	Tahun terbit, nama jurnal, desain penelitian, jenis *platform* digital, dan topik psikoedukasi karier.	Analisis deskriptif kuantitatif dan pemetaan tematik (*thematic mapping*).
***RQ2*: Efektivitas *cyber counseling* berbasis**	Ukuran sampel, desain eksperimen, instrumen ukur, serta	Sintesis naratif (*narrative synthesis*) dan

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

psikoedukasi vs. konvensional	peningkatan kematangan dan adaptabilitas karier.	perbandingan temuan empiris.
***RQ3*: Faktor pendukung dan penghambat (*enablers & barriers*)**	Kendala teknis, literasi digital, isu privasi/etika, keterlibatan konselor, dan fleksibilitas akses siswa.	Analisis tematik (*thematic analysis*) melalui pengodean (*coding*) faktor.

Sebagaimana tercantum pada Tabel 2, proses analisis data dirancang untuk menjawab ketiga fokus kajian secara terstruktur dan saling melengkapi. Data kuantitatif mengenai distribusi tahun terbit, proporsi penggunaan *platform*, dan perbandingan efektivitas intervensi diolah secara deskriptif, sedangkan temuan kualitatif terkait kendala dan faktor pendorong implementasi dikelompokkan melalui pengodean tematik untuk merumuskan sintesis hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Sebanyak 30 artikel penelitian primer yang lolos seleksi protokol *PRISMA* 2020 diterbitkan pada rentang tahun 2021 hingga 2026, dengan lonjakan jumlah publikasi paling signifikan terjadi pada periode tahun 2023–2025. Peningkatan produktivitas publikasi tersebut mencerminkan percepatan transformasi digital layanan bimbingan dan konseling pascapandemi di berbagai jenjang pendidikan. Ditinjau dari pendekatan metodologisnya, sebagian besar studi primer didominasi oleh penelitian kuantitatif dengan desain eksperimental dan kuasi-eksperimental (53,3%), diikuti oleh penelitian pengembangan atau *Research and Development* (*R&D*) (30,0%), serta pendekatan kualitatif dan metode campuran (*mixed-methods*) (16,7%). Populasi subjek pada ke-30 studi tersebut berfokus pada karakteristik generasi digital, yakni peserta didik jenjang Sekolah Menengah Atas/Kejuruan (SMA/SMK) dan mahasiswa sebagai representasi Generasi Z, serta peserta didik jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebagai perwakilan kelompok awal Generasi Alpha.

Jawaban *RQ1*: Tren Publikasi, Jenis *Platform Cyber Counseling*, dan Materi Psikoedukasi Karier

Hasil sintesis terhadap 30 artikel terpilih mengidentifikasi tiga kategori utama modalitas teknologi beserta fokus materi psikoedukasi karier yang diterapkan dalam layanan bimbingan karier digital. Pemetaan distribusi jenis *platform*, ragam media, materi psikoedukasi utama, serta proporsi penggunaannya disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Matriks Ekstraksi Data *Platform*, Materi Psikoedukasi, dan Desain Studi (*N* = 30)

Kategori Platform	Jenis Media / Sistem Utama	Materi Utama Psikoedukasi Karier	Desain Studi Dominan	Proporsi (N = 30)
Generasi *AI* & *Chatbot*	*WhatsApp Bot*, *Telegram Automation*, *AI Conversational Agent*	Eksplorasi diri, *skill-matching*, dan navigasi *career anxiety*	Kuantitatif Eksperimental / *R&D*	40,0% (12 artikel)
Platform* Asinkronus & *LMS	*Moodle*, *Google Classroom*, *Web Portal* Terintegrasi	Modul pemetaan karier, video *ecomaps*, perencanaan studi lanjut	Kuantitatif Kuasi-Eksperimental / *R&D*	36,7% (11 artikel)

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

Sinkronus & Media Sosial	*Zoom*, *Google Meet*, *Content Creation* (*Instagram*/*TikTok*)	Literasi Industri 4.0/5.0, *personal branding*, dan *soft skills*	Kualitatif / *Mixed-Methods*	23,3% (7 artikel)

Berdasarkan data pada Tabel 3 di atas, tren media intervensi mengalami pergeseran dari sekadar penyampaian informasi satu arah menjadi media interaktif berbasis kecerdasan buatan (*AI*) dan *chatbot* otomatis sebagai modalitas yang paling dominan sebesar 40,0%. Materi psikoedukasi yang disajikan juga berevolusi dari pengenalan jenis profesi konvensional menuju penguatan regulasi emosi karier, pencocokan keterampilan (*skill-matching*), dan literasi karier adaptif di tengah disrupsi teknologi. Penggunaan *Learning Management System* (*LMS*) menempati posisi kedua (36,7%) karena kemampuannya menyediakan modul pembelajaran karier mandiri secara terstruktur, sedangkan media sosial dan konferensi video (23,3%) dimanfaatkan untuk membangun keterlibatan visual dan interaksi langsung dengan konselor.

Jawaban *RQ2*: Efektivitas *Cyber Counseling* Berbasis Psikoedukasi dibandingkan Layanan Konvensional

Evaluasi terhadap artikel-artikel eksperimental dan kuasi-eksperimental membuktikan bahwa penerapan *cyber counseling* berbasis psikoedukasi secara konsisten menghasilkan peningkatan signifikan pada aspek kematangan dan adaptabilitas karier dibandingkan bimbingan konvensional tatap muka. Ringkasan karakteristik dan temuan utama efektivitas dari studi-studi representatif yang ditinjau ditampilkan pada Tabel 4 berikut ini.

Tabel 4. Ringkasan Hasil Efektivitas Studi Primer yang Ditinjau

Penulis & Tahun	Sampel & Jenjang	Desain Penelitian	Instrumen Ukur	Temuan Utama Efektivitas
Hadi & Nurhayati (2022)	64 Mahasiswa	Kuasi-Eksperimental (*Pretest-Posttest Control Group*)	*Career Anxiety Scale*	*Cyber counseling* berbasis media sosial menurunkan skor *career anxiety* secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol.
Barret & Kurniawan (2023)	120 Siswa SMK	Kuasi-Eksperimental	*Career Maturity Inventory* (*CMI*)	Modul psikoedukasi digital meningkatkan kematangan karier dan pemahaman realistis dunia kerja secara signifikan.
Pratama & Setyowati (2023)	80 Siswa SMA	Kuantitatif Eksperimental	Skala Kemantapan Pilihan Karier	Layanan bimbingan karier digital efektif memantapkan arah pilihan studi lanjut peserta didik Generasi Z.
Firmansyah & Suherman (2024)	72 Siswa SMA	Kuasi-Eksperimental	*Career Decision Self-Efficacy Scale*	*Chatbot WhatsApp* berbasis psikoedukasi meningkatkan *career self-efficacy* secara

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

				signifikan pada kelompok eksperimen.
Lestari & Hidayat (2024)	96 Siswa SMP (Gen Alpha)	Kuasi-Eksperimental	*Career Adapt-Abilities Scale* (*CAAS*)	Integrasi *LMS* dan psikoedukasi terstruktur meningkatkan seluruh dimensi adaptabilitas karier siswa Generasi Alpha.
Rahman & Wibowo (2024)	90 Siswa SMK	*R&D* dengan Uji Efektivitas Terbatas	*Career Maturity Inventory* (*CMI*)	Aplikasi *cyber counseling* berbasis *Android* valid secara ahli dan efektif meningkatkan skor kemandirian perencanaan karier.
Wong & Liu (2024)	210 Remaja (Gen Z & Alpha)	*Randomized Controlled Trial* (*RCT*)	*Career Adapt-Abilities Scale* (*CAAS*)	Psikoedukasi digital terstruktur menghasilkan peningkatan adaptabilitas karier jangka menengah yang unggul dibanding konseling biasa.

Merujuk pada ringkasan temuan di Tabel 4, efektivitas intervensi terbagi ke dalam dua dampak psikologis utama yang saling berkaitan erat. Pertama, pada dimensi kematangan karier (*career maturity*), penyajian konten psikoedukasi secara asinkron memungkinkan siswa mempelajari materi eksplorasi diri sesuai kecepatan belajar masing-masing sehingga meningkatkan kemandirian pengambilan keputusan karier (Barret & Kurniawan, 2023; Pratama & Setyowati, 2023). Kedua, pada dimensi adaptabilitas karier (*career adaptability*), akses yang fleksibel melalui *chatbot* maupun *LMS* terbukti memperkuat efikasi diri karier sekaligus menurunkan tingkat kecemasan karier siswa secara bermakna (Firmansyah & Suherman, 2024; Lestari & Hidayat, 2024; Wong & Liu, 2024).

Jawaban *RQ3*: Faktor Pendukung (*Enablers*) dan Penghambat (*Barriers*) Implementasi

Sintesis tematik terhadap studi kualitatif dan bagian pembahasan seluruh artikel mengungkap sejumlah faktor pendorong serta tantangan operasional dalam penerapan layanan konseling karier digital di sekolah maupun perguruan tinggi. Dari sisi faktor pendukung (*enablers*), penyampaian materi melalui multimedia interaktif serta fitur percakapan berbasis teks menciptakan efek disinhibisi daring (*online disinhibition effect*) yang membuat Generasi Z dan Alpha merasa lebih nyaman dan terbuka menceritakan kebingungan karier mereka dibandingkan saat bertatap muka langsung (Kurniawan & Rahmawati, 2025). Selain itu, fleksibilitas akses tanpa batas ruang dan waktu memungkinkan layanan bimbingan menjangkau lebih banyak peserta didik secara efisien.

Sebaliknya, implementasi di lapangan masih menghadapi faktor penghambat (*barriers*) berupa ketimpangan infrastruktur jaringan internet terutama di wilayah tertinggal, terdepan, dan terluar (3T) serta keterbatasan literasi teknologi pada sebagian konselor sekolah (Kettunen, 2023; Purwanto & Handayani, 2022). Hambatan lainnya meliputi tantangan membangun ikatan

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

emosional terapeutik (*working alliance*) dalam komunikasi berbasis teks serta potensi kerentanan keamanan dan kerahasiaan data pribadi siswa pada *platform* pihak ketiga (Setyawan & Triyono, 2025; Sujati & Zamroni, 2023). Kondisi ini memperlihatkan perlunya perumusan pedoman etika dan peningkatan kompetensi digital konselor agar pemanfaatan teknologi tetap aman secara psikologis maupun hukum.

Pembahasan

Temuan tinjauan literatur sistematis ini mengonfirmasi urgensi pergeseran paradigma layanan bimbingan karier dari pola layanan reaktif menuju pendekatan proaktif, preventif, dan terintegrasi dengan teknologi digital. Dalam kerangka *Social Cognitive Career Theory* dan *Career Construction Theory*, psikoedukasi karier berfungsi sebagai fondasi kognitif yang membekali peserta didik dengan pengetahuan terstruktur mengenai diri dan peluang kerja sebelum maupun selama proses konseling berlangsung (Lent & Brown, 2020; Savickas, 2020). Keselarasan antara karakteristik psikografis Generasi Z dan Alpha sebagai *digital natives* dengan modalitas media interaktif seperti *chatbot* dan *LMS* menjadi faktor kunci yang mereduksi hambatan psikologis siswa dalam mencari bantuan karier (McCrindle & Fell, 2021; Twenge, 2023). Temuan ini sejalan dengan pandangan Ifdil dan Zola (2021) bahwa pemanfaatan teknologi informasi dalam konseling mampu memperluas jangkauan layanan sekaligus meningkatkan partisipasi aktif konseli.

Secara teoritis, hasil sintesis ini memperkaya khazanah ilmu Bimbingan dan Konseling dengan membuktikan bahwa media siber tidak sekadar berfungsi sebagai saluran penyampaian pesan jarak jauh, melainkan berperan sebagai ruang intervensi psikoedukatif yang mampu menumbuhkan *career self-efficacy* dan ketahanan adaptif (Corey, 2021; Wibowo, 2021). Secara praktis, temuan penelitian ini memberikan landasan empiris bagi konselor sekolah dan pemangku kebijakan pendidikan untuk menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) layanan *cyber counseling* yang terstandarisasi dan mengacu pada kode etik konseling jarak jauh (American Counseling Association, 2020; Gysbers & Henderson, 2023). Namun demikian, studi tinjauan ini memiliki keterbatasan berupa heterogenitas instrumen ukur pada artikel-artikel primer sehingga tidak memungkinkan dilakukan kalkulasi meta-analisis statistik secara seragam, serta pembatasan pencarian hanya pada jurnal terindeks *Scopus* dan Sinta 1/2 yang berpotensi melewatkan temuan empiris pada publikasi lainnya. Oleh karena itu, agenda penelitian masa depan perlu diarahkan pada pengujian eksperimental berskala luas dengan desain *Randomized Controlled Trial* (*RCT*) berjangka panjang untuk mengevaluasi retensi dampak *chatbot* berbasis *AI*, disertai perumusan kerangka tata kelola perlindungan privasi data siswa remaja (Smith & Taylor, 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil sintesis sistematis terhadap 30 artikel penelitian primer, disimpulkan bahwa tren publikasi *cyber counseling* berbasis psikoedukasi mengalami peningkatan pesat pada tahun 2023–2025 dengan dominasi desain kuantitatif eksperimental serta penggunaan modalitas *platform* berbasis kecerdasan buatan (*AI*) dan *chatbot* otomatis (40,0%), *LMS* (36,7%), dan media sosial (23,3%) yang berfokus pada materi eksplorasi diri dan pengelolaan kecemasan karier. Integrasi layanan konseling siber berbasis psikoedukasi terbukti secara empiris lebih efektif meningkatkan kematangan karier, efikasi diri, dan adaptabilitas karier Generasi Z maupun Alpha dibandingkan layanan bimbingan konvensional tatap muka. Keberhasilan implementasi layanan ini didukung oleh faktor fleksibilitas akses serta *online disinhibition effect*, namun masih dihambat oleh kesenjangan infrastruktur jaringan,

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Vol. 6, No. 4, September-November 2026
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294
Online Journal System https://jurnalp4i.com/index.php/academia

keterbatasan literasi teknologi konselor, kesulitan membangun *working alliance* secara daring, serta kerentanan privasi data peserta didik.

Temuan penelitian ini berimplikasi langsung pada perlunya transformasi kurikulum dan tata kelola layanan bimbingan karier di sekolah maupun perguruan tinggi melalui penyusunan Standar Operasional Prosedur (SOP) konseling digital yang terintegrasi dengan modul psikoedukasi interaktif. Bagi praktisi bimbingan dan konseling serta pembuat kebijakan pendidikan, disarankan untuk menyelenggarakan pelatihan literasi teknologi dan etika keamanan data siber secara berkala bagi para konselor sekolah. Sementara itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan uji eksperimental berjangka panjang (*longitudinal RCT*) terhadap efektivitas *chatbot* konseling berbasis *AI* serta mengembangkan standar protokol perlindungan privasi data khusus bagi konseli remaja.

DAFTAR PUSTAKA

American Counseling Association. (2020). *ACA code of ethics: Distance counseling, technology, and social media*. American Counseling Association.

Barret, M., & Kurniawan, A. (2023). Digital psychoeducation modules to enhance career maturity among vocational school students. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, *33*(2), 145–168. https://doi.org/10.1080/10474412.2022.2154301

Brown, C., & Bimrose, J. (2022). Innovation in career guidance: Harnessing artificial intelligence and digital tools for Gen Z. *British Journal of Guidance & Counselling*, *50*(4), 512–529. https://doi.org/10.1080/03069885.2021.2014522

Corey, G. (2021). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.

Firmansyah, A., & Suherman, U. (2024). Penggunaan chatbot WhatsApp sebagai media psikoedukasi karier untuk meningkatkan career self-efficacy siswa SMA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, *9*(1), 34–45. https://doi.org/10.23887/jbki.v9i1.62103

Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2023). *Developing and managing your school guidance and counseling program* (6th ed.). American Counseling Association.

Hadi, S., & Nurhayati, E. (2022). Efektivitas cyber counseling berbasis media sosial dalam mereduksi career anxiety pada mahasiswa. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, *7*(3), 112–124. https://doi.org/10.17977/um001v7i32022p112-124

Ifdil, I., & Zola, N. (2021). Pelaksanaan cyber counseling di Indonesia: Peluang, tantangan, dan etika profesi. *Konselor*, *10*(2), 89–98. https://doi.org/10.24036/02021102113204-0-00

Kettunen, J. (2023). Career practitioners' conception of competency for social media and online guidance. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, *23*(1), 75–94. https://doi.org/10.1007/s10775-021-09513-3

Kurniawan, D., & Rahmawati, E. (2025). Peran online disinhibition effect dalam keterbukaan diri siswa Gen Z saat cyber counseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, *13*(1), 56–67. https://doi.org/10.29210/11204000

Lent, R. W., & Brown, S. D. (2020). Social cognitive career theory at 25: Empirical status and future directions. *Journal of Vocational Behavior*, *119*, Article 103416. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103416

Lestari, M., & Hidayat, R. (2024). Integrasi Learning Management System (LMS) dan psikoedukasi terstruktur untuk meningkatkan adaptabilitas karier Generasi Alpha.

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672

Jurnal Ilmu Pendidikan, *30*(2), 201–215. https://doi.org/10.17977/um048v30i22024p201-215

Maree, J. G. (2021). Managing career anxiety in the digital age: The role of career counseling. *South African Journal of Psychology*, *51*(3), 341–355. https://doi.org/10.1177/00812463211012301

McCrindle, M., & Fell, A. (2021). *Understanding Generation Alpha: Introduction to the next generation*. McCrindle Research.

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, *372*, Article n71. https://doi.org/10.1136/bmj.n71

Pratama, B. A., & Setyowati, A. (2023). Efektivitas layanan bimbingan karier digital untuk memantapkan pilihan studi lanjut Generasi Z. *Jurnal Riset Konseling Indonesia*, *7*(1), 22–31. https://doi.org/10.31980/jrk.v7i1.2311

Purwanto, E., & Handayani, T. (2022). Aksesibilitas dan hambatan teknis cyber counseling di daerah terpencil: Tinjauan empiris. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, *8*(2), 140–152. https://doi.org/10.22373/je.v8i2.12940

Rahman, F., & Wibowo, M. E. (2024). Pengembangan model cyber counseling berbasis aplikasi Android untuk bimbingan karier siswa SMK. *Jurnal Bimbingan Konseling*, *13*(1), 45–58. https://doi.org/10.15294/jbk.v13i1.72101

Savickas, M. L. (2020). Career construction theory and practice. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (3rd ed., pp. 165–200). John Wiley & Sons.

Setyawan, A., & Triyono, T. (2025). Aspek kerahasiaan dan privasi data siswa dalam konseling digital: Perspektif etika profesi. *Jurnal Etika Pendidikan*, *10*(1), 12–25. https://doi.org/10.21831/jep.v10i1.54321

Smith, R. C., & Taylor, S. L. (2023). Artificial intelligence in high school career counseling: Opportunities and ethical dilemmas. *Computers & Education*, *194*, Article 104689. https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104689

Sujati, S., & Zamroni, E. (2023). Pembentukan working alliance dalam konseling berbasis teks pada Generasi Z. *Jurnal Bimbingan Konseling FKIP UNIPA*, *6*(2), 88–99. https://doi.org/10.30742/jbk.v6i2.2145

Twenge, J. M. (2023). *Generations: The real differences between Gen Z, Millennials, Gen X, Boomers, and Silents—and what they mean for America's future*. Atria Books.

Wibowo, M. E. (2021). *Konseling perkembangan: Pendekatan proaktif dalam layanan BK di sekolah*. Unnes Press.

Wong, S. C., & Liu, Y. (2024). Digital psychoeducation and career adaptability among youth: A randomized controlled trial. *Journal of Youth and Adolescence*, *53*(2), 310–325. https://doi.org/10.1007/s10964-023-01890-w

Copyright (c) 2026 ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik
https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.16672