

EFEKTIVITAS PELATIHAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING BERBASIS DIGITAL UNTUK PENGUATAN IDENTITAS REMAJA

EFFECTIVENESS OF DIGITAL GUIDANCE AND COUNSELING TRAINING FOR ADOLESCENT IDENTITY

¹⁾Padmi Dhyah Yulianti, ²⁾Venty, ³⁾MA.Primaningrum Dian Marthaningtyas

Bimbingan dan Konseling, FIP, Universitas PGRI Semarang

*Email: padmidyah@upgris.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara remaja membangun identitas, berinteraksi sosial, dan memahami diri sehingga menghadirkan tantangan baru bagi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah. Kondisi ini menuntut guru BK memiliki kompetensi yang adaptif dalam mendampingi pembentukan identitas remaja di era digital. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kompetensi guru BK dalam memahami dinamika krisis identitas remaja, mentransformasikan paradigma layanan BK, serta menyusun program layanan berbasis penguatan identitas remaja. Mitra kegiatan adalah SMA Negeri 1 Temanggung dan Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) Kabupaten Temanggung. Metode yang digunakan meliputi pendidikan masyarakat, difusi ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEKS), serta pelatihan melalui ceramah interaktif, diskusi, studi kasus, workshop, refleksi praktik, dan penyusunan rencana tindak lanjut (RTL). Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman guru BK mengenai dinamika identitas remaja di era digital, terbentuknya paradigma layanan BK yang lebih berorientasi pada pengembangan potensi dan kesehatan mental, serta tersusunnya dokumen RTL dan rancangan program BK yang lebih adaptif terhadap kebutuhan peserta didik. Peserta juga memberikan respon positif dan mengharapkan adanya pendampingan berkelanjutan. Implikasi kegiatan ini bagi masyarakat adalah meningkatnya kapasitas sekolah dalam menyediakan layanan pendampingan yang preventif, reponsif serta relevan dengan kehidupan digital para remaja. Peningkatan kompetensi guru BK diharapkan dapat membantu remaja dalam mengembangkan identitas diri yang sehat, meningkatnya pengetahuan tentang kesehatan mental, mencegah perilaku beresiko di ruang digital serta memperkuat kerjasama antara sekolah, keluarga dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan perkembangan yang aman dan suportif. Program ini menunjukkan bahwa pelatihan berbasis digital efektif meningkatkan kapasitas profesional guru BK serta menjadi strategi yang relevan untuk memperkuat layanan BK dalam mendukung perkembangan identitas dan kesejahteraan psikologis remaja.

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling, Guru, Kompetensi Digital, Pelatihan, Remaja

ABSTRACT

The rapid advancement of digital technology has transformed how adolescents develop their identities, engage in social interactions, and understand themselves, creating new challenges for school guidance and counseling services. This condition requires school

counselors to develop adaptive competencies to effectively support adolescent identity formation in the digital era. This community service program aimed to enhance school counselors' competencies in understanding adolescent identity crises, transforming the paradigm of guidance and counseling services, and designing identity-strengthening counseling programs. The program was conducted in collaboration with SMA Negeri 1 Temanggung and the Temanggung Regency Guidance and Counseling Teachers Association (MGBK). The methods employed included community education, the dissemination of science and technology (IPTEKS), and professional training through interactive lectures, group discussions, case studies, workshops, reflective practice, and the development of follow-up action plans. The results indicated an improvement in school counselors' understanding of adolescent identity dynamics in the digital era, the development of a service paradigm that places greater emphasis on individual potential and mental health, and the completion of follow up action plans and guidance and counseling program designs that were more adaptive to students' need. Participants also provided positive responses and expressed the need for continuous mentoring. The societal implications of this program include the increased capacity of schools to provide preventive, responsive and contextually relevant support services for adolescents' digital lives. Improved competencies among school counselors are expected to help adolescents develop healthy identities, enhance their mental health, prevent risky behavior in digital environments, and strengthen collaboration among schools, families, and communities in creating safe and supportive development environments. This program demonstrates that digital based training is effective in strengthening the professional capacity of school counselors and represents a relevant strategy for improving guidance and counseling services in support of adolescents' identity development and psychological wellbeing.

Keyword: Training, Guidance and counseling, digital competence, Teacher

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan yang sangat cepat dalam kehidupan remaja. Internet, media sosial, dan berbagai *platform* digital telah mengubah pola komunikasi dan memengaruhi cara remaja membangun konsep diri, berinteraksi dengan lingkungan sosial, serta membentuk identitas personal. Masa remaja oleh Erikson termasuk dalam tahap identity versus role confusion (Nadiyah et al., 2021; Rusuli, n.d.). Dimana pada fase ini remaja mulai mengeksplorasi nilai, peran sosial dan pembentukan identitas melalui interaksi dengan lingkungannya.

Derasnya arus informasi dan tingginya paparan media digital menyebabkan proses pembentukan identitas remaja menjadi semakin kompleks. Hal ini karena remaja dihadapkan pada berbagai standar sosial, budaya, dan gaya hidup yang beragam. Berbagai fenomena menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tidak diimbangi dengan kemampuan regulasi diri dapat meningkatkan kecenderungan melakukan

perbandingan sosial (*social comparison*), mengalami *fear of missing out* (FOMO), rendahnya penerimaan diri, hingga kebingungan identitas (Corke et al., 2025; Szasz, n.d.).

Kondisi kebingungan identitas remaja, perbandingan sosial berpotensi memengaruhi kesehatan mental remaja (Rantanen et al., 2021). Contohnya seperti meningkatnya kecemasan, stres, rendahnya harga diri, bahkan munculnya perilaku berisiko. Oleh karena itu, sekolah sebagai lingkungan pendidikan memiliki peran strategis dalam membantu peserta didik mengembangkan identitas diri yang positif melalui layanan Bimbingan dan Konseling (BK) (Konseling Gusjigang & Irawan, 2024).

Guru BK merupakan tenaga profesional yang memiliki tanggung jawab untuk memfasilitasi perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier peserta didik. Namun demikian, dinamika perkembangan remaja di era digital menuntut guru BK untuk memiliki kompetensi yang lebih adaptif. Layanan BK tidak lagi hanya berorientasi pada penyelesaian masalah (*problem-focused approach*), tetapi perlu bergeser menuju pendekatan perkembangan (*developmental guidance*) yang menekankan penguatan identitas, kesejahteraan psikologis, serta pengembangan potensi peserta didik. Kenyataannya, masih banyak guru BK yang menghadapi keterbatasan dalam memahami karakteristik generasi digital maupun dalam mengembangkan program layanan yang responsif terhadap tantangan tersebut.

Berbagai hasil penelitian memperkuat pentingnya penguatan kompetensi guru BK dalam mendampingi perkembangan identitas remaja (Fan et al., 2026; 2025). Penggunaan media sosial memberikan pengaruh yang kompleks terhadap kesejahteraan psikologis remaja, bergantung pada karakteristik individu serta kualitas interaksi yang dibangun melalui media digital (Khalaf et al., 2023). Penggunaan teknologi digital memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis remaja sehingga diperlukan pendampingan yang tepat dari lingkungan pendidikan (Firanaya Ramadhani et al., n.d.). Penelitian juga menunjukkan intensitas penggunaan media sosial berkaitan dengan meningkatnya kecemasan, depresi, dan tekanan psikologis pada remaja (Budury et al., 2019).

Dari perspektif layanan BK, program BK komprehensif perlu berorientasi pada perkembangan peserta didik melalui layanan yang bersifat preventif, developmental, dan

sistematis. Di Indonesia menunjukkan bahwa layanan BK perlu terus bertransformasi mengikuti perubahan karakteristik peserta didik (Epenta Sitepu et al., 2026) agar mampu memberikan layanan yang relevan dengan kebutuhan perkembangan zaman. Selain itu, beberapa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan kapasitas guru BK menunjukkan bahwa pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam mengembangkan layanan yang lebih inovatif, namun sebagian besar masih berfokus pada keterampilan teknis, literasi digital, atau penggunaan media pembelajaran, sementara aspek penguatan identitas remaja sebagai fokus utama layanan BK masih relatif terbatas.

Berdasarkan hasil diskusi awal dengan Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) Kabupaten Temanggung dan SMA Negeri 1 Temanggung sebagai mitra pelaksana, diperoleh informasi bahwa guru BK memerlukan penguatan kapasitas dalam memahami dinamika krisis identitas remaja di era digital, melakukan transformasi paradigma layanan BK, serta menyusun program layanan yang lebih adaptif terhadap perkembangan peserta didik. Kondisi tersebut menjadi dasar penyusunan program pengabdian kepada masyarakat ini.

Melalui kegiatan pelatihan, diskusi reflektif, dan workshop penyusunan rencana tindak lanjut, program ini diharapkan dapat meningkatkan kompetensi guru BK dalam memahami perkembangan identitas remaja, mengembangkan layanan BK berbasis penguatan identitas positif, serta menyusun program BK yang inovatif dan responsif terhadap tantangan era digital. Dengan demikian, layanan BK di sekolah diharapkan mampu menjadi ruang yang mendukung perkembangan psikologis remaja sehingga mereka memiliki identitas yang lebih matang, sehat, dan resilien dalam menghadapi perubahan sosial yang terus berkembang.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan kompetensi guru Bimbingan dan Konseling dalam memahami dinamika pembentukan identitas remaja di era digital, mentransformasikan paradigma layanan BK menuju pendekatan yang berorientasi pada pengembangan potensi dan kesehatan mental, serta menyusun program layanan BK berbasis penguatan identitas remaja yang adaptif terhadap tantangan era disrupsi digital.

METODE

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini menggunakan kombinasi metode Pendidikan Masyarakat (Community Education), Pelatihan (Training), dan Difusi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Difusi IPTEKS). Ketiga metode tersebut dipilih karena sesuai dengan permasalahan yang dihadapi mitra, yaitu perlunya peningkatan kapasitas guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam mendampingi pembentukan identitas remaja pada era disrupsi digital (Granic et al., 2020).

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Rabu, 13 Mei 2026 di Ruang Serbaguna SMA Negeri 1 Temanggung dengan peserta guru BK yang tergabung dalam Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) Kabupaten Temanggung. Metode Pendidikan Masyarakat digunakan untuk meningkatkan wawasan dan kesadaran guru BK mengenai dinamika perkembangan identitas remaja, tantangan psikososial di era digital, serta pentingnya transformasi paradigma layanan BK yang berorientasi pada pengembangan potensi, kesehatan mental, dan penguatan identitas positif peserta didik. Kegiatan pendidikan masyarakat diwujudkan melalui penyampaian materi ilmiah, diskusi interaktif, dan refleksi bersama mengenai berbagai fenomena yang dihadapi guru BK di sekolah.

Metode Pelatihan digunakan untuk meningkatkan kompetensi praktis guru BK dalam merancang layanan yang lebih adaptif terhadap kebutuhan peserta didik. Pelatihan dilaksanakan melalui ceramah interaktif, studi kasus, diskusi kelompok, workshop, simulasi penyusunan program, dan penyusunan Rencana Tindak Lanjut (RTL). Melalui metode ini peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan konseptual, tetapi juga memiliki keterampilan dalam mengembangkan layanan BK berbasis penguatan identitas remaja.

Selanjutnya, metode Difusi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Difusi IPTEKS) diterapkan melalui transfer hasil penelitian dan perkembangan keilmuan terkini mengenai identitas remaja, kesehatan mental, media digital, serta praktik layanan BK berbasis bukti (*evidence-based counseling*). Proses difusi dilakukan dengan mengintegrasikan hasil-hasil penelitian ke dalam materi pelatihan, penyediaan bahan ajar, serta pendampingan penyusunan program BK yang dapat diimplementasikan pada masing-masing sekolah.

Pelaksanaan program dilakukan secara partisipatif dengan melibatkan guru BK sebagai mitra aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga mengidentifikasi kebutuhan sekolah, merefleksikan praktik layanan yang telah berjalan, mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, serta menyusun solusi yang sesuai dengan kondisi sekolah masing-masing. Pendekatan partisipatif ini diharapkan mampu meningkatkan rasa memiliki (*ownership*) terhadap program sehingga hasil pelatihan lebih mudah diimplementasikan secara berkelanjutan.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahapan utama sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan dan Identifikasi Kebutuhan

Tahap ini diawali dengan koordinasi bersama SMA Negeri 1 Temanggung dan MGBK Kabupaten Temanggung untuk mengidentifikasi kebutuhan mitra, menentukan prioritas permasalahan, menyusun materi pelatihan, menyiapkan instrumen evaluasi, serta menyusun jadwal pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap Pendidikan Masyarakat, Difusi IPTEKS, dan Pelatihan

Tahap ini merupakan inti kegiatan yang meliputi penyampaian materi mengenai transformasi paradigma layanan BK, dinamika krisis identitas remaja di era digital, dampak media sosial terhadap perkembangan psikologis remaja, serta strategi penguatan identitas positif melalui layanan BK. Materi disampaikan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, studi kasus, dan berbagi praktik baik (*best practice*) sehingga peserta memperoleh pemahaman konseptual sekaligus aplikatif.

3. Tahap Workshop dan Penyusunan Rencana Tindak Lanjut (RTL)

Peserta melakukan refleksi terhadap pelaksanaan layanan BK di sekolah masing-masing, mengidentifikasi kesenjangan antara kondisi aktual dengan kebutuhan peserta didik, kemudian menyusun RTL sebagai bentuk implementasi hasil pelatihan. Pada tahap ini tim pengabdian berperan sebagai fasilitator yang memberikan umpan balik terhadap rancangan program yang disusun peserta.

4. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi dilakukan melalui evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati tingkat partisipasi peserta, keterlibatan dalam diskusi, dan kualitas RTL yang disusun. Evaluasi hasil dilakukan menggunakan angket umpan balik untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta, perubahan paradigma layanan BK,

tingkat kepuasan terhadap pelatihan, serta kesiapan mengimplementasikan program di sekolah.

Sebagai bentuk keberlanjutan program, tim pengabdian melakukan pendampingan implementasi RTL, memfasilitasi pengembangan komunitas praktik guru BK melalui MGBK Kabupaten Temanggung, serta menyusun rekomendasi pengembangan model layanan BK berbasis penguatan identitas remaja yang dapat direplikasi pada sekolah lain. Berikut bagan ringkasan kegiatan yang dilakukan:



Gambar 1. Bagan Metode dan tahapan pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan ini diikuti oleh 33 guru BK yang terdiri atas 28 perempuan (84,85%) dan 5 laki-laki (15,15%). Guru BK memiliki masa kerja berkisar antara 1 hingga 34 tahun, dengan rata-rata masa kerja 11,39 tahun (median = 9 tahun). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas guru BK telah memiliki pengalaman profesional yang memadai dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Berikut distribusi jenis kelamin peserta pelatihan:

Tabel 1. Distribusi jenis kelamin peserta

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan (P)	28	84,85%
Laki-laki (L)	5	15,15%
Total	33	100%

Pada hasil olah data setelah peserta mengikuti kegiatan Pelatihan PKM. Analisis deskriptif menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah mengikuti pelatihan. Rata-rata skor pretest sebesar 77,58 (SD = 17,33), sedangkan rata-rata skor posttest meningkat menjadi 93,33 (SD = 10,51). Dengan demikian, terdapat peningkatan rata-rata sebesar 15,76 poin atau sekitar 20,31% dibandingkan dengan skor sebelum pelatihan.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Skor Pretest dan Posttest

Variabel	n	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Pretest	33	77,58	17,33	40	100
Posttest	33	93,33	10,51	60	100

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, distribusi data diuji menggunakan uji Shapiro–Wilk terhadap selisih skor pretest dan posttest. Hasil uji menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($W = 0,881$; $p = 0,002$). Oleh karena itu, pengujian perbedaan skor dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test, yang merupakan prosedur nonparametrik untuk data berpasangan.

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest ($W = 0,00$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Selain signifikansi statistik, besaran pengaruh intervensi juga dihitung menggunakan Cohen's d, yang menghasilkan nilai 1,08, sehingga termasuk dalam kategori large effect. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan yang terjadi tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga memiliki makna praktis yang kuat.

Tabel 3. Besaran Pengaruh Pelatihan

Perbandingan	Selisih Mean	Cohen's d	Interpretasi
Posttest–Pretest	15,76	1,08	Large Effect

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan secara efektif meningkatkan pengetahuan peserta mengenai materi yang disampaikan. Temuan ini didukung oleh peningkatan skor rata-rata sebesar 15,76 poin, perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0,001$), serta besaran pengaruh yang termasuk kategori besar (Cohen's $d = 1,08$). Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan diterima.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pelatihan memberikan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada guru Bimbingan dan Konseling. Peningkatan rerata skor sebesar 15,76 poin dengan *effect size* yang besar mengindikasikan bahwa perubahan yang terjadi tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga bermakna secara praktis. Temuan ini sejalan dengan teori Adult Learning (Andragogy) yang dikembangkan oleh Knowles (1984), yang menyatakan bahwa orang dewasa belajar secara lebih efektif ketika materi yang dipelajari memiliki relevansi langsung dengan tuntutan pekerjaan dan dapat segera diaplikasikan dalam praktik profesional (Yahya et al., 2023).

Dalam konteks pelatihan ini, materi pelatihan berfokus pada kesehatan mental remaja dan implementasi layanan BK berbasis digital (Suryawati et al., 2025), dua isu yang saat ini menjadi tantangan nyata di sekolah. Relevansi tersebut meningkatkan keterlibatan peserta selama proses pelatihan sehingga memungkinkan terjadinya proses konstruksi pengetahuan yang lebih mendalam. Ketika peserta memandang materi sebagai solusi atas permasalahan yang mereka hadapi, motivasi belajar meningkat dan informasi baru lebih mudah diintegrasikan dengan pengalaman profesional yang telah dimiliki. Berikut adalah dokumentasi kegiatan pelatihan.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan.

Berdasarkan hasil pelatihan terdapat peningkatan skor setelah pelatihan. Hal ini dapat dijelaskan melalui perspektif *Constructivist Learning Theory*. Menurut Vygotsky, pengetahuan tidak diperoleh secara pasif, melainkan dibangun melalui proses interaksi antara informasi baru dengan pengalaman sebelumnya (Tohari & Rahman, 2024). Mayoritas peserta dalam penelitian ini memiliki pengalaman kerja yang relatif panjang. Pengalaman tersebut menjadi fondasi kognitif yang memungkinkan peserta mengaitkan konsep-konsep baru mengenai kesehatan mental dengan kasus-kasus nyata yang pernah mereka tangani di sekolah. Dengan demikian, pelatihan tidak hanya menambah informasi baru, tetapi juga mereorganisasi struktur pengetahuan yang telah dimiliki peserta sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif.

Temuan penelitian juga konsisten dengan *Social Cognitive Theory* dari Bandura (1986) yang menjelaskan bahwa pembelajaran terjadi melalui observasi, latihan, diskusi, dan pengalaman langsung (Literasiologi Literasi Kita Indonesia et al., n.d.). Selama pelatihan, peserta memperoleh kesempatan untuk mengamati demonstrasi, mendiskusikan studi kasus, serta melakukan praktik penyelesaian masalah. Aktivitas tersebut meningkatkan keyakinan peserta terhadap kemampuan mereka dalam mengidentifikasi dan menangani permasalahan kesehatan mental remaja. Bandura menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan sering kali menjadi tahap awal berkembangnya *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya

menjalankan tugas tertentu (Rozianti et al., 2026). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang ditemukan dalam penelitian ini berpotensi menjadi dasar bagi peningkatan kompetensi profesional guru BK dalam memberikan layanan konseling yang lebih efektif.

Nilai Cohen's d sebesar 1,08 menunjukkan bahwa pelatihan memberikan pengaruh yang besar terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Dalam penelitian intervensi pendidikan, *effect size* yang besar menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi bukan sekadar akibat fluktuasi statistik, melainkan merupakan dampak nyata dari intervensi yang diberikan. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pengembangan kompetensi guru melalui pelatihan yang dirancang secara sistematis mampu menghasilkan perubahan yang substansial (Siagian & Mumpuniarti, 2025). Keberhasilan pelatihan ditunjukkan oleh peningkatan pengetahuan, keterampilan, maupun sikap peserta setelah mengikuti program. Selain perubahan kognitif dan teknis, program pelatihan sistematis berdampak pada sikap profesional guru dan dinamika hubungan dalam lingkungan sekolah. Perubahan ini mencakup peningkatan kolaborasi antar-rekan sejawat serta sikap yang lebih adaptif dalam menghadapi tantangan di kelas (Al Dhaheri, Salma Musabbah, 2017).

Berdasarkan hasil pengabdian ini, pelatihan berhasil mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirancang. Peningkatan pengetahuan yang diperoleh peserta memiliki implikasi penting bagi pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Metode identifikasi dini yang efektif melibatkan peningkatan kapasitas pendidik melalui pelatihan literasi kesehatan mental yang terstruktur (Baxter et al., 2022). Pengetahuan yang lebih baik mengenai kesehatan mental memungkinkan guru BK melakukan identifikasi dini terhadap masalah psikologis siswa, memberikan intervensi awal secara tepat, serta melakukan rujukan kepada tenaga profesional apabila diperlukan.

Selain itu, meningkatnya pemahaman mengenai pendekatan layanan berbasis digital memberikan peluang bagi guru BK untuk mengembangkan layanan yang lebih adaptif terhadap karakteristik Generasi Z dan Generasi Alpha. Hal ini menjadi semakin penting mengingat meningkatnya kebutuhan layanan konseling yang fleksibel, mudah diakses, serta sesuai dengan perkembangan teknologi pendidikan. Hasil pelatihan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pelatihan

profesional mampu meningkatkan kompetensi guru dalam memberikan layanan kesehatan mental di sekolah (Rojas-Andrade et al., 2024). Berbagai studi melaporkan bahwa pelatihan yang mengintegrasikan penyampaian materi, diskusi, simulasi kasus, dan praktik reflektif memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan penyampaian materi secara satu arah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa desain pelatihan yang bersifat aktif dan kontekstual lebih efektif dalam meningkatkan kapasitas profesional peserta.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) melalui Pelatihan Layanan BK Berbasis Digital untuk Penguatan Identitas Remaja berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan kompetensi pengetahuan guru BK dalam mengimplementasikan layanan BK berbasis digital. Hal ini dibuktikan oleh peningkatan skor pengetahuan peserta dari rata-rata 77,58 menjadi 93,33, yang secara statistik berbeda signifikan ($p < 0,001$) dengan besaran efek yang besar (*Cohen's d* = 1,08). Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan tidak hanya meningkatkan pemahaman konseptual peserta, tetapi juga memperkuat kesiapan profesional guru BK dalam merancang dan melaksanakan layanan yang sesuai dengan karakteristik remaja di era digital. Dengan demikian, pelatihan ini dapat direkomendasikan sebagai model pengembangan kompetensi guru BK yang berpotensi mendukung penguatan identitas remaja melalui layanan bimbingan dan konseling yang inovatif, adaptif, dan berbasis teknologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Budury, S., Fitriasari, A., & Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, F. (2019). PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KEJADIAN DEPRESI, KECEMASAN DAN STRES PADA MAHASISWA USE OF SOCIAL MEDIA ON EVENTS OF DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS AMONG UNIVERSITY STUDENTS. *BMJ*, 6, 205–208. <https://doi.org/10.36376/bmj.v6i2>
- Corke, L., Maksyutynska, K., Jones, J. M., & George, T. P. (2025). The Relationship Between Social Media Use, and Mental Health Disorders in Adolescents and Young Adults: A Scoping Review. *Annals of Clinical Psychiatry*, 36(3), 89–99. <https://doi.org/10.1177/10401237251344098>

- Epenta Sitepu, Evan Raja Natanael Siregar, Lovian Malona Br. Manullang, & Kristian Nehemia Sianipar. (2026). Transformasi Digital dalam Layanan BK. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 3(2), 26–35. <https://doi.org/10.62383/katalis.v3i2.3141>
- Fan, Z., An, Y., Zhao, H., & Peng, H. (2026). The effect of internet involvement on digital literacy among older adults: The multiple mediations of internet use and internet sense of control. *Acta Psychologica*, 262. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.106076>
- Firanaya Ramadhani, A., Chusnulitta Jatnika, D., Ilmu Kesejahteraan Sosial, D., & Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, F. (n.d.). *DINAMIKA INTERAKSI SOSIAL REMAJA DI ERA DIGITAL DAN PERAN PEKERJA SOSIAL*. <https://doi.org/10.40159/share.v14i2.59963>
- Granic, I., Morita, H., & Scholten, H. (2020). Beyond Screen Time: Identity Development in the Digital Age. *Psychological Inquiry*, 31(3), 195–223. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2020.1820214>
- Khalaf, A. M., Alubied, A. A., Khalaf, A. M., & Rifaey, A. A. (2023). The Impact of Social Media on the Mental Health of Adolescents and Young Adults: A Systematic Review. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.42990>
- Konseling Gusjigang, J., & Irawan, S. (2024). *Analisis Implementasi Bimbingan Konseling Komprehensif di Sekolah (Sebuah Tinjauan Teoritis dan Praktis)*. 10(2), 162–172. <https://doi.org/10.24176/jkg.v20i2.13826>
- Literasiologi Literasi Kita Indonesia, J., Irama, D., & Risal, S. (n.d.). *IMPLEMENTASI TEORI BELAJAR SOSIAL MENURUT ALBERT BANDURA DALAM PEMBELAJARAN PAI*. <https://doi.org/10.47783/literasiologi.v9i4>
- Nadiah, S., Nadhirah, N. A., & Fahriza, I. (2021). *QUANTA HUBUNGAN FAKTOR PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL DENGAN IDENTITAS VOKASIONAL PADA REMAJA AKHIR*. 5(1). <https://doi.org/10.22460/q.v2i1p21-30.642>
- Rantanen, T., Gluschkoff, K., Silvennoinen, P., & Heponiemi, T. (2021). The associations between mental health problems and attitudes toward web-based health and social care services: Evidence from a finnish population-based study. *Journal of Medical Internet Research*, 23(9). <https://doi.org/10.2196/28066>
- Rojas-Andrade, R., Aranguren Zurita, S., & Prosser Bravo, G. (2024). Teachers as School Mental Health Professionals and their Daily Practices. *School Mental Health*, 16(2), 566–576. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09664-8>
- Rozianti, Z. L., Meilani, S., Hasri, S., & . S. (2026). Relevansi Teori Kognitif Sosial Bandura Terhadap Motivasi Kerja Guru Di Lembaga Pendidikan Islam. *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, 7(1), 54–58. <https://doi.org/10.54660/ijmrge.2026.7.1.54-58>
- Rusuli, I. (n.d.). PSIKOSOSIAL REMAJA: SEBUAH SINTESA TEORI ERICK ERIKSON DENGAN KONSEP ISLAM. In *Jurnal As-Salam* (Vol. 6, Number 1).
- Scholarworks@uaeu, S., Musabbah, S., & Dhaheri, A. (2017). *The Perceived Impact of the Empowerment (TAMKEEN) Training The Perceived Impact of the Empowerment (TAMKEEN) Training Programme on Improving Cycle Two Teachers' Competencies in Programme on Improving Cycle Two Teachers' Competencies in Al-Ain City United Arab Emirates Al-Ain City United Arab Emirates*. https://scholarworks.uaeu.ac.ae/all_thesesTheses.707. https://scholarworks.uaeu.ac.ae/all_theses/707

- Siagian, I. A., & Mumpuniarti, M. (2025). Transforming Pedagogical Competence Through Structured Module Development Training. *Journal of Innovation and Research in Primary Education*, 4(4), 3533–3541. <https://doi.org/10.56916/jirpe.v4i4.2532>
- Suryawati, C. T., Susilo, A. T., Wijayanti, F., Asrowi, & Surur, N. (2025). UTILIZING DIGITAL MEDIA FOR GUIDANCE AND COUNSELING IN EDUCATION. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*, 13(1), 599–624. <https://doi.org/10.26811/peuradeun.v13i1.1165>
- Szasz, I. (n.d.). *The Greatest Dangers of Social Media to Human Beings*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15474856>
- Tohari, B., & Rahman, A. (2024). Konstruktivisme Lev Semonovich Vygotsky dan Jerome Bruner: Model Pembelajaran Aktif dalam Pengembangan Kemampuan Kognitif Anak. *Nusantara: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 209–228. <https://doi.org/10.14421/njpi.2024.v4i1-13>
- Yahya, A. I. B., Purnama, S., & Supeno, S. (2023). Eksplorasi Prinsip Andragogi dalam Pendidikan Orang Dewasa: Sebuah Studi Kualitatif pada Pendidikan Formal dan Non-Formal di STIP Jakarta. *PTK: Jurnal Tindakan Kelas*, 5(1), 136–152. <https://doi.org/10.53624/ptk.v5i1.505>