

## **Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Alat Dalam Cyber Konseling**

Cut Tarisa, Dinda Putri Kustiana, Nur Jihan Maimanah, Afwan Syahril Manurung

[Afwansyahril789@gmail.com](mailto:Afwansyahril789@gmail.com)

### **Abstrak**

Kemajuan teknologi telah mengubah berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam bidang konseling. Media sosial, yang awalnya digunakan sebagai sarana komunikasi dan hiburan, kini menjadi alat potensial dalam pelaksanaan cyber konseling. Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi pemanfaatan media sosial sebagai alat dalam cyber konseling, mencakup kelebihan, tantangan, dan dampaknya terhadap proses konseling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis literatur sebagai metode utama. Hasil menunjukkan bahwa media sosial mampu meningkatkan aksesibilitas layanan konseling, namun memerlukan perhatian khusus terhadap privasi, etika, dan kompetensi konselor. Pemanfaatan media sosial harus dilakukan secara bijak dan profesional untuk memastikan efektivitas layanan konseling.

**Kata Kunci:** Media sosial, cyber konseling, teknologi, layanan konseling, etika konseling.

### **Pendahuluan**

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah memengaruhi berbagai sektor, termasuk bidang psikologi dan konseling. Salah satu inovasi yang muncul adalah cyber konseling, yaitu layanan konseling yang dilakukan secara daring menggunakan perangkat teknologi. Media sosial, seperti WhatsApp, Instagram, dan Facebook, telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari masyarakat. Penggunaannya dalam konseling menawarkan fleksibilitas dan aksesibilitas, terutama bagi individu yang kesulitan menjangkau layanan konseling secara konvensional.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Masfufah, Nur Fazria, And Ida Rindaningsih. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Guru: Literatur Riview." *Else (Elementary School Education Journal): Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar* 8.1 (2024).

Pemanfaatan media sosial dalam bidang cyber konseling semakin berkembang pesat seiring dengan kemajuan teknologi dan peningkatan aksesibilitas internet di seluruh dunia. Media sosial menyediakan platform yang mudah diakses dan dapat menjangkau audiens yang lebih luas, sehingga menawarkan potensi besar dalam memberikan layanan konseling secara daring. Namun, di balik berbagai keuntungan yang ditawarkan, muncul pula sejumlah pertanyaan terkait etika, privasi, dan efektivitas dari pendekatan ini. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana media sosial dapat digunakan secara optimal dalam cyber konseling, serta mengidentifikasi peluang dan tantangannya.

Salah satu keuntungan utama dari pemanfaatan media sosial dalam cyber konseling adalah kemudahan akses. Dengan menggunakan media sosial, individu yang membutuhkan bantuan psikologis dapat dengan mudah menghubungi konselor tanpa perlu datang langsung ke kantor atau klinik. Hal ini sangat bermanfaat bagi mereka yang tinggal di daerah terpencil atau memiliki keterbatasan mobilitas. Selain itu, media sosial juga memungkinkan konselor untuk menjangkau audiens yang lebih luas, termasuk kelompok usia muda yang lebih akrab dengan penggunaan teknologi digital.

Selain kemudahan akses, media sosial juga menawarkan fleksibilitas waktu bagi pengguna. Individu dapat mengakses layanan konseling kapan saja sesuai dengan jadwal mereka, tanpa terikat oleh jam kerja kantor. Ini sangat membantu bagi mereka yang memiliki jadwal padat atau bekerja dengan jadwal yang tidak teratur. Konselor juga dapat memberikan respons secara cepat melalui pesan instan atau fitur obrolan yang tersedia di platform media sosial, sehingga interaksi antara konselor dan klien menjadi lebih dinamis dan responsif.<sup>2</sup>

Namun, di balik berbagai keuntungan tersebut, terdapat beberapa tantangan yang perlu diatasi dalam pemanfaatan media sosial untuk cyber konseling. Salah satu tantangan utama adalah terkait dengan masalah privasi. Media sosial merupakan platform publik yang terbuka, sehingga informasi pribadi yang

---

<sup>2</sup> Agustina, Agustina, And Juhaini Alie. "Pengaruh Lingkungan Kerja, Motivasi Kerja, Dan Pengembangan Karir Terhadap Kinerja Guru Di Kecamatan Muara Lakitan." *Journal Of Economic, Bussines And Accounting (Costing)* 7.6 (2024): 1190-1202.

dibagikan oleh klien bisa saja diakses oleh pihak ketiga tanpa sepengetahuan atau izin dari klien. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk memastikan bahwa komunikasi dengan klien dilakukan melalui saluran yang aman dan terenkripsi untuk melindungi privasi dan kerahasiaan data klien.

Selain privasi, aspek etika juga menjadi perhatian utama dalam cyber konseling melalui media sosial. Konselor harus memastikan bahwa mereka mematuhi standar etika profesi dalam memberikan layanan konseling daring. Ini termasuk menjaga kerahasiaan informasi klien, memberikan layanan yang sesuai dengan keahlian dan kompetensi mereka, serta memastikan bahwa mereka tidak melampaui batas-batas profesional dalam interaksi mereka dengan klien. Konselor juga harus menyadari adanya risiko penyalahgunaan informasi yang dapat terjadi di platform media sosial dan mengambil langkah-langkah preventif untuk menghindarinya.

Efektivitas adalah aspek lain yang sering dipertanyakan dalam pemanfaatan media sosial untuk cyber konseling. Beberapa studi menunjukkan bahwa konseling daring dapat sama efektifnya dengan konseling tatap muka dalam beberapa situasi, namun efektivitasnya dapat bervariasi tergantung pada jenis masalah yang dihadapi oleh klien dan pendekatan yang digunakan oleh konselor. Misalnya, untuk masalah-masalah tertentu seperti gangguan kecemasan ringan atau depresi ringan, konseling daring melalui media sosial mungkin dapat memberikan hasil yang baik. Namun, untuk kasus-kasus yang lebih kompleks dan membutuhkan intervensi yang mendalam, konseling tatap muka mungkin tetap diperlukan.<sup>3</sup>

Selain itu, keberhasilan cyber konseling melalui media sosial juga sangat bergantung pada keterampilan komunikasi konselor. Karena interaksi dalam konseling daring seringkali dilakukan melalui teks atau pesan instan, konselor harus memiliki kemampuan untuk menyampaikan empati, dukungan, dan pemahaman melalui tulisan. Mereka juga perlu dapat membaca dan menafsirkan dengan tepat ekspresi emosional yang disampaikan oleh klien dalam bentuk teks. Untuk itu,

---

<sup>3</sup> Wibowo, Ardhi, And Dewi Yanti. "Pelaksanaan Supervisi Kepala Sekolah Dalam Meningkatkan Kinerja Guru Pendidikan Agama Islam Di Smkn 1 Mesuji Raya." *Unisan Jurnal* 3.5 (2024): 780-791.

pelatihan khusus dalam keterampilan komunikasi digital dapat sangat membantu meningkatkan efektivitas layanan konseling daring.

Di sisi lain, penggunaan media sosial dalam cyber konseling juga membuka peluang untuk inovasi dan pengembangan metode baru dalam memberikan layanan psikologis. Misalnya, beberapa platform media sosial telah mulai mengintegrasikan teknologi kecerdasan buatan untuk memberikan dukungan awal kepada pengguna sebelum mereka berbicara langsung dengan konselor manusia. Teknologi ini dapat membantu mengidentifikasi masalah-masalah umum yang dihadapi oleh pengguna dan memberikan saran-saran awal yang berguna. Selain itu, media sosial juga dapat digunakan untuk membentuk komunitas dukungan bagi individu yang menghadapi masalah serupa, sehingga mereka dapat saling berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan dari sesama pengguna.

Untuk memaksimalkan manfaat dari media sosial dalam cyber konseling, penting untuk mengembangkan panduan dan kebijakan yang jelas mengenai penggunaan platform ini. Kebijakan tersebut harus mencakup aspek privasi, etika, dan keamanan, serta menetapkan standar kualitas untuk layanan yang diberikan. Konselor juga perlu terus memperbarui pengetahuan dan keterampilan mereka seiring dengan perkembangan teknologi, sehingga mereka dapat memberikan layanan yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan klien.

## **Kajian Teori**

### **Cyber Konseling**

Cyber konseling adalah bentuk layanan konseling yang diberikan melalui media elektronik seperti email, aplikasi pesan instan, atau platform media sosial. Layanan ini merupakan inovasi dalam bidang psikologi yang memungkinkan konselor dan klien untuk terhubung tanpa harus bertemu secara langsung. Menurut penelitian Barak et al. (2008), cyber konseling telah menunjukkan efektivitasnya dalam meningkatkan aksesibilitas layanan konseling, terutama bagi individu yang berada di daerah terpencil atau memiliki keterbatasan fisik. Dalam konteks ini, cyber konseling menjadi solusi yang menjanjikan untuk mengatasi hambatan

geografis dan fisik yang sering kali menghalangi akses terhadap layanan konseling konvensional.<sup>4</sup>

Keunggulan utama dari cyber konseling adalah fleksibilitasnya. Klien dapat menjadwalkan sesi konseling sesuai dengan waktu yang mereka miliki, tanpa harus memikirkan perjalanan ke lokasi konseling. Selain itu, media elektronik memungkinkan konselor dan klien untuk berkomunikasi melalui berbagai format, seperti teks, suara, atau video. Ini memberikan pilihan yang lebih luas bagi klien untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran mereka dengan cara yang paling nyaman. Namun, keunggulan ini juga disertai dengan tantangan tertentu, seperti keterbatasan dalam membaca bahasa tubuh atau ekspresi wajah, yang biasanya merupakan elemen penting dalam konseling tatap muka. Oleh karena itu, konselor perlu mengembangkan keterampilan khusus untuk memahami klien melalui komunikasi daring.

Dalam pelaksanaannya, cyber konseling juga menghadapi beberapa hambatan teknis. Koneksi internet yang tidak stabil, perangkat yang tidak memadai, atau kurangnya pemahaman teknologi dari klien atau konselor dapat menjadi kendala dalam proses konseling. Untuk mengatasi masalah ini, konselor harus memastikan bahwa mereka memiliki perangkat dan koneksi internet yang memadai, serta memberikan panduan teknis kepada klien sebelum sesi konseling dimulai. Dengan demikian, gangguan teknis dapat diminimalkan, sehingga proses konseling dapat berjalan dengan lancar.<sup>5</sup>

### **Media Sosial sebagai Alat Konseling**

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, dan penggunaannya dalam cyber konseling memberikan peluang besar untuk menjangkau klien yang lebih luas. Media sosial memiliki berbagai fitur, seperti pesan instan, panggilan video, dan grup diskusi, yang dapat dimanfaatkan dalam proses konseling. Misalnya, aplikasi seperti WhatsApp memungkinkan komunikasi

---

<sup>4</sup> Pratama, Muhamad Ilham. "Peranan Kepala Sekolah Terhadap Kinerja Guru "The Role Of The Principal In Teacher Performance"(Studi Pada Sma Bakti Sahabat)." *Jemsi (Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi)* 10.4 (2024): 2694-2700.

<sup>5</sup> Saputri, Rahmawati Eka, Et Al. "Hubungan Kedisiplinan Guru Terhadap Kinerja Guru Disekolah Dasar." *Sindoro: Cendikia Pendidikan* 8.7 (2024): 21-30.

cepat dan langsung melalui pesan teks, sementara platform seperti Zoom atau Google Meet memungkinkan interaksi yang lebih mendalam melalui panggilan video. Fitur-fitur ini memberikan fleksibilitas bagi konselor dan klien untuk memilih metode komunikasi yang paling sesuai dengan kebutuhan mereka.

Menurut Kaplan dan Haenlein (2010), media sosial juga memungkinkan interaksi yang lebih personal dan fleksibel antara konselor dan klien. Misalnya, konselor dapat memberikan dukungan emosional kepada klien melalui pesan instan di luar jam konseling yang dijadwalkan, selama ini disepakati sebelumnya. Hal ini dapat meningkatkan rasa kepercayaan dan kenyamanan klien dalam berbagi masalah mereka. Selain itu, media sosial memungkinkan konselor untuk mengakses informasi tambahan tentang klien, seperti latar belakang sosial atau minat mereka, yang dapat membantu konselor memahami klien dengan lebih baik. Namun, penggunaan informasi ini harus dilakukan dengan izin klien dan mematuhi prinsip kerahasiaan.

Di sisi lain, penggunaan media sosial dalam konseling juga memerlukan perhatian khusus terhadap batasan profesional. Media sosial sering kali digunakan untuk tujuan pribadi, dan konselor harus berhati-hati untuk tidak mencampurkan kehidupan profesional dan pribadi mereka. Misalnya, konselor harus menghindari menerima permintaan pertemanan dari klien di akun media sosial pribadi mereka, kecuali jika akun tersebut memang dikhususkan untuk tujuan profesional. Dengan demikian, batasan yang jelas antara hubungan profesional dan pribadi dapat dijaga, sehingga hubungan konseling tetap berjalan dalam kerangka etika yang benar.

Selain itu, media sosial memungkinkan konselor untuk menjangkau kelompok klien yang lebih luas melalui kampanye atau program edukasi daring. Misalnya, konselor dapat menggunakan platform seperti Instagram atau YouTube untuk membagikan konten edukasi tentang kesehatan mental, seperti cara mengatasi stres atau mengenali tanda-tanda depresi. Konten ini tidak hanya membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental, tetapi juga dapat menarik minat individu yang membutuhkan bantuan konseling untuk mencari dukungan lebih lanjut. Dengan memanfaatkan media

sosial secara kreatif, konselor dapat memainkan peran yang lebih aktif dalam mempromosikan kesehatan mental di masyarakat.<sup>6</sup>

### **Etika dalam Cyber Konseling**

Etika merupakan aspek penting dalam pelaksanaan cyber konseling, terutama dalam konteks penggunaan media sosial. Konselor memiliki tanggung jawab untuk memastikan kerahasiaan dan privasi klien, yang menjadi tantangan utama dalam konseling daring. Media sosial sering kali rentan terhadap pelanggaran privasi, seperti kebocoran data atau akses yang tidak sah oleh pihak ketiga. Oleh karena itu, konselor harus menggunakan platform yang aman dan terenkripsi untuk melindungi data klien. Selain itu, konselor harus memberikan penjelasan kepada klien tentang risiko privasi yang mungkin terjadi dan mendapatkan persetujuan tertulis sebelum sesi konseling dimulai.

Kode etik konseling juga menekankan pentingnya kompetensi konselor dalam menggunakan teknologi. Konselor harus memiliki pemahaman yang baik tentang cara kerja platform yang mereka gunakan, serta kemampuan untuk mengatasi masalah teknis yang mungkin muncul selama sesi konseling. Pelatihan khusus tentang penggunaan teknologi dan etika dalam konseling daring dapat membantu konselor untuk memenuhi standar profesional yang diperlukan. Selain itu, konselor harus tetap mematuhi prinsip-prinsip dasar konseling, seperti menghormati otonomi klien, berperilaku non-diskriminatif, dan menjaga hubungan yang berpusat pada klien.<sup>7</sup>

Tantangan lain dalam konteks etika adalah pengelolaan hubungan profesional antara konselor dan klien. Media sosial memungkinkan komunikasi yang lebih personal, yang dapat mengaburkan batas antara hubungan profesional dan pribadi. Untuk mengatasi hal ini, konselor harus menetapkan batasan yang jelas sejak awal, seperti hanya menggunakan platform tertentu untuk komunikasi konseling dan membatasi interaksi di luar sesi konseling. Dengan demikian,

---

<sup>6</sup> Fitri, Ainul. *Strategi Kepemimpinan Kepala Sekolah Dalam Meningkatkan Kinerja Guru Di Sekolah Dasar Negeri 145 Seluma*. Diss. Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2024.

hubungan konseling tetap berjalan dalam kerangka profesional yang sehat dan produktif.

Selain itu, etika dalam cyber konseling juga mencakup penanganan situasi krisis. Dalam konseling daring, konselor mungkin menghadapi situasi di mana klien membutuhkan bantuan segera, seperti saat mengalami pikiran untuk bunuh diri atau menghadapi kekerasan dalam rumah tangga. Dalam situasi seperti ini, konselor harus memiliki prosedur yang jelas untuk merujuk klien ke layanan darurat atau profesional lainnya yang dapat memberikan bantuan langsung. Konselor juga harus memberikan informasi kontak darurat kepada klien sejak awal, sehingga klien tahu siapa yang dapat dihubungi jika membutuhkan bantuan di luar sesi konseling.

Secara keseluruhan, etika dalam cyber konseling menuntut konselor untuk selalu bertindak dalam kepentingan terbaik klien, dengan mempertimbangkan aspek privasi, keamanan, dan kesejahteraan klien. Dengan mengikuti pedoman etika yang berlaku, konselor dapat memberikan layanan konseling yang efektif dan terpercaya melalui media sosial, sambil tetap menjaga integritas profesional mereka. Pendekatan yang etis dan bertanggung jawab dalam cyber konseling tidak hanya melindungi klien, tetapi juga membantu membangun reputasi yang baik bagi konselor dan profesi konseling secara keseluruhan.<sup>8</sup>

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Keunggulan Media Sosial dalam Cyber Konseling**

Media sosial memiliki sejumlah keunggulan signifikan yang menjadikannya alat yang sangat efektif dalam pelaksanaan layanan cyber konseling. Salah satu keunggulan utamanya adalah aksesibilitas yang tinggi. Klien dapat mengakses layanan konseling kapan saja dan di mana saja, tanpa terbatas oleh lokasi geografis. Hal ini sangat bermanfaat bagi individu yang tinggal di daerah terpencil atau yang memiliki keterbatasan mobilitas, seperti difabel atau lansia. Dengan kemudahan ini, hambatan fisik atau geografis yang sebelumnya menghalangi akses ke konseling dapat diminimalisir secara signifikan.

---

<sup>8</sup> Hasibuan, Putri Mulianda, And Yusuf Hadijaya. "Implementasi Budaya Organisasi Dalam Meningkatkan Kinerja Guru." *Journal Of Education Research* 5.3 (2024): 2802-2809.

Selain aksesibilitas, fleksibilitas media sosial juga menjadi faktor penting dalam keberhasilannya sebagai alat konseling. Media sosial menyediakan berbagai fitur, seperti pesan teks, panggilan suara, dan panggilan video, yang memungkinkan konselor dan klien untuk memilih metode komunikasi sesuai dengan kenyamanan mereka. Klien yang merasa canggung untuk berbicara secara langsung dapat memilih komunikasi melalui teks, sedangkan mereka yang ingin interaksi lebih personal dapat menggunakan fitur panggilan video. Kebebasan ini memberikan pengalaman yang lebih personal dan dapat meningkatkan kenyamanan serta keterbukaan klien dalam sesi konseling.

Efisiensi waktu dan biaya juga menjadi daya tarik utama penggunaan media sosial dalam cyber konseling. Dengan media sosial, klien tidak perlu melakukan perjalanan fisik ke lokasi konselor, yang berarti mereka dapat menghemat waktu dan biaya transportasi. Hal ini sangat relevan dalam kehidupan modern yang serba cepat, di mana waktu adalah sumber daya yang berharga. Efisiensi ini tidak hanya dirasakan oleh klien, tetapi juga oleh konselor yang dapat menangani lebih banyak klien dalam waktu yang sama dengan menggunakan platform daring.

### **Tantangan Penggunaan Media Sosial dalam Cyber Konseling**

Di balik berbagai keunggulan tersebut, penggunaan media sosial dalam cyber konseling juga menghadirkan tantangan yang harus diatasi. Salah satu tantangan utama adalah privasi dan keamanan data. Dalam era digital, risiko kebocoran data menjadi salah satu isu yang sangat diperhatikan, terutama dalam layanan yang melibatkan informasi pribadi seperti konseling. Media sosial sering kali menggunakan server publik, yang dapat meningkatkan risiko peretasan atau penyalahgunaan data. Oleh karena itu, konselor harus memastikan bahwa mereka menggunakan platform yang terenkripsi dan aman untuk melindungi kerahasiaan klien.<sup>9</sup>

Kurangnya interaksi tatap muka juga menjadi tantangan signifikan dalam cyber konseling. Interaksi langsung memungkinkan konselor untuk membaca ekspresi non-verbal klien, seperti bahasa tubuh, nada suara, dan ekspresi wajah,

---

<sup>9</sup> Haratua, Chandra S., Et Al. "Faktor Intrinsik Dan Ekstrinsik Yang Mempengaruhi Kinerja Guru." *Attractive: Innovative Education Journal* 6.3 (2024): 195-205.

yang sering kali memberikan petunjuk penting tentang keadaan emosional klien. Dalam komunikasi melalui media sosial, terutama dalam bentuk pesan teks, elemen-elemen ini sering kali hilang, sehingga konselor harus lebih jeli dalam memahami pesan klien berdasarkan konteks dan isi komunikasi.

Aspek etika dan kompetensi konselor juga menjadi perhatian penting dalam pelaksanaan cyber konseling melalui media sosial. Konselor harus memiliki pemahaman mendalam tentang teknologi yang mereka gunakan, termasuk potensi risikonya. Selain itu, mereka harus mematuhi kode etik profesional, seperti menjaga kerahasiaan informasi klien dan tidak menggunakan media sosial untuk kepentingan pribadi yang dapat merusak hubungan profesional. Kompetensi teknologi ini menjadi syarat penting untuk memastikan bahwa layanan yang diberikan tetap berkualitas dan sesuai dengan standar profesional.

### **Dampak terhadap Proses Konseling**

Penggunaan media sosial dalam cyber konseling telah memberikan dampak positif yang signifikan terhadap proses konseling secara keseluruhan. Salah satu dampaknya adalah meningkatnya keterlibatan klien dalam sesi konseling. Klien yang merasa nyaman dengan platform media sosial cenderung lebih terbuka dan responsif dalam berbagi masalah mereka. Hal ini terutama berlaku bagi generasi muda yang sudah terbiasa dengan penggunaan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Dengan media sosial, konselor dapat membangun hubungan yang lebih baik dengan klien, yang pada akhirnya dapat meningkatkan efektivitas proses konseling.<sup>10</sup>

Selain itu, media sosial juga memungkinkan perluasan jangkauan layanan konseling. Konselor dapat menjangkau klien dari berbagai latar belakang dan lokasi geografis, yang sebelumnya sulit dijangkau melalui metode konvensional. Dengan demikian, media sosial menjadi alat yang sangat berguna untuk menjembatani kesenjangan dalam akses layanan kesehatan mental, terutama di daerah-daerah dengan sumber daya terbatas.

---

<sup>10</sup> Afriza, Desra, And Suci Hartati. "Pelaksanaan Supervisi Kepala Madrasah Dalam Meningkatkan Kinerja Guru Pendidikan Agama Islam Smpn 03 Banjar Agung Tahun Pelajaran 2023/2024." *Unisan Jurnal* 3.2 (2024): 49-55.

Namun, penggunaan media sosial dalam konseling juga memerlukan adaptasi teknik konseling konvensional agar sesuai dengan karakteristik platform digital. Misalnya, konselor harus mengembangkan kemampuan komunikasi tertulis yang efektif untuk memastikan bahwa pesan mereka dipahami dengan baik oleh klien. Selain itu, konselor juga perlu mengintegrasikan elemen-elemen teknologi, seperti penggunaan emoji atau stiker, untuk menggantikan ekspresi non-verbal yang hilang dalam komunikasi daring. Adaptasi ini membutuhkan waktu dan upaya, tetapi dapat menghasilkan pengalaman konseling yang lebih baik bagi klien.

### **Kesimpulan**

Pemanfaatan media sosial sebagai alat dalam cyber konseling menawarkan peluang besar untuk meningkatkan aksesibilitas dan fleksibilitas layanan konseling. Namun, tantangan terkait privasi, etika, dan kompetensi konselor harus diatasi agar layanan ini dapat berjalan secara efektif. Dengan pendekatan yang bijak dan profesional, media sosial dapat menjadi alat yang efektif dalam mendukung kesehatan mental masyarakat di era digital. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengembangkan pedoman dan praktik terbaik dalam penggunaan media sosial untuk cyber konseling.

### **Daftar Pustaka**

- Afriza, D., & Hartati, S. (2024). Pelaksanaan supervisi kepala madrasah dalam meningkatkan kinerja guru pendidikan agama Islam SMPN 03 Banjar Agung tahun pelajaran 2023/2024. *Unisan Jurnal*, 3(2), 49–55.
- Agustina, A., & Alie, J. (2024). Pengaruh lingkungan kerja, motivasi kerja, dan pengembangan karir terhadap kinerja guru di Kecamatan Muara Lakitan. *Journal of Economic, Business and Accounting (Costing)*, 7(6), 1190–1202.
- Fitri, A. (2024). Strategi kepemimpinan kepala sekolah dalam meningkatkan kinerja guru di Sekolah Dasar Negeri 145 Seluma. (Disertasi, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno, Bengkulu).
- Hasibuan, P. M., & Hadijaya, Y. (2024). Implementasi budaya organisasi dalam meningkatkan kinerja guru. *Journal of Education Research*, 5(3), 2802–2809.
- Haratua, C. S., et al. (2024). Faktor intrinsik dan ekstrinsik yang mempengaruhi kinerja guru. *Attractive: Innovative Education Journal*, 6(3), 195–205.

- Masfufah, N. F., & Rindaningsih, I. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja guru: Literatur riview. *Else (Elementary School Education Journal): Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 8(1).
- Pratama, M. I. (2024). Peranan kepala sekolah terhadap kinerja guru “The role of the principal in teacher performance” (Studi pada SMA Bakti Sahabat). *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, dan Akuntansi)*, 10(4), 2694–2700.
- Saputri, R. E., et al. (2024). Hubungan kedisiplinan guru terhadap kinerja guru di sekolah dasar. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 8(7), 21–30.
- Wibowo, A., & Yanti, D. (2024). Pelaksanaan supervisi kepala sekolah dalam meningkatkan kinerja guru pendidikan agama Islam di SMKN 1 Mesuji Raya. *Unisan Jurnal*, 3(5), 780–791.