

Pemanfaatan Teknologi dalam Layanan *Cyber Konseling*: Sobat Sambat PILAR PKBI Jawa Tengah

Hilyatul Auliya¹, Dwi Rizqi Faridatussaidah², Anjani Pramesti³, Hartatik⁴, Muhammad Nur Syafii⁵, Muhammad Nur Hasan⁶, Namira Choirani Fajri⁷

¹ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

² UIN Walisongo Semarang, Indonesia

³ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

⁴ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

⁵ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

⁶ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

⁷ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

Corresponding Author:

Namira Choirani Fajri, UIN Walisongo Semarang, Indonesia

Email: namira.c@walisongo.ac.id

Abstract.

The development of digital technology has brought significant changes to counseling services, particularly in improving access to reproductive health for adolescents. This study aims to analyze the effectiveness and challenges of the digital counseling service Sobat Sambat Pro developed by PILAR PKBI Java as an innovation in youth-friendly services. The method used is a literature review with a descriptive qualitative approach, through an analysis of various scientific sources related to online counseling and adolescent reproductive health. The results of the study show that this service utilizes digital technology and peer counseling approaches to increase adolescents' knowledge and positive attitudes toward reproductive health. The application of the cyber counseling model enables flexible, inclusive service that maintains user privacy, which is an important aspect in building client trust. The web-based system with the waterfall method also strengthens the effectiveness and security of the service. This research contributes to expanding understanding of technology integration in professional counseling services and serves as a foundation for developing innovative studies in the field of adolescent reproductive health in the digital era.

Keywords: Cyber Counseling, Youth-Friendly Services, Peer Counseling

Abstrak.

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan dalam layanan konseling, terutama dalam meningkatkan akses terhadap kesehatan reproduksi bagi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas dan tantangan layanan konseling digital Sobat Sambat Pro yang dikembangkan oleh PILAR PKBI Jawa Tengah sebagai inovasi layanan ramah remaja. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan pendekatan kualitatif deskriptif, melalui telaah berbagai sumber ilmiah terkait konseling daring dan kesehatan reproduksi remaja. Hasil kajian menunjukkan bahwa layanan ini memanfaatkan teknologi digital dan pendekatan konseling sebaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif remaja terhadap kesehatan reproduksi. Penerapan model *cyber counseling* memungkinkan layanan yang fleksibel, inklusif, serta menjaga privasi pengguna, yang menjadi aspek yang penting dalam membangun kepercayaan klien. Sistem berbasis web dengan metode waterfall juga memperkuat efektivitas dan keamanan layanan. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman mengenai integrasi teknologi pada layanan konseling profesional serta menjadi dasar untuk pengembangan kajian inovatif di bidang kesehatan reproduksi remaja di era digital.

Kata kunci: *Cyber Counseling*, Layanan Ramah Remaja, Konseling Sebaya

PENDAHULUAN

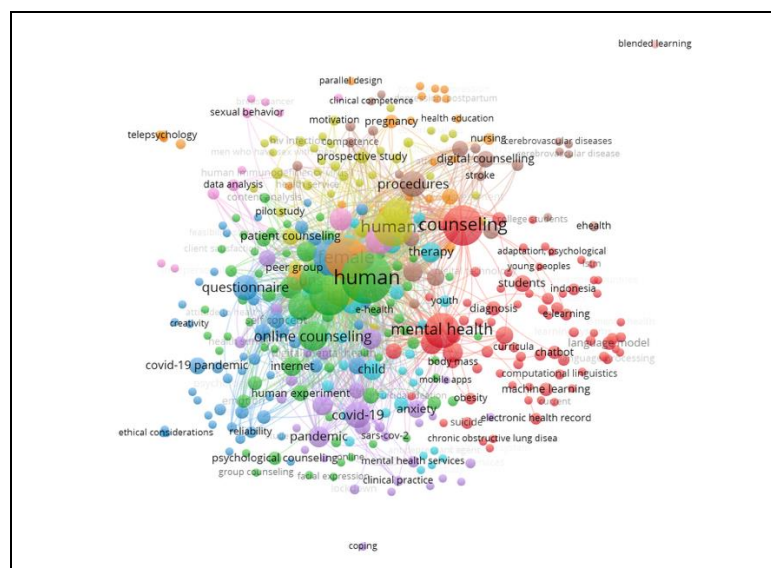
Dalam sepuluh tahun terakhir, kemajuan pesat dalam teknologi digital telah membawa perubahan besar pada berbagai aspek kehidupan, termasuk bidang layanan konseling (Rimayati, 2023). Inovasi teknologi ini memungkinkan konselor dan lembaga sosial untuk memperluas jangkauan layanan mereka, sehingga lebih mudah dan efektif dalam melayani klien dari berbagai lokasi. Sistem konseling daring telah menjadi solusi penting yang memfasilitasi komunikasi antara konselor dan klien tanpa terbatas oleh lokasi atau waktu. Melalui berbagai platform digital seperti chat, panggilan video, email, dan media sosial, proses konseling dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kenyamanan klien, menawarkan fleksibilitas yang lebih besar dibandingkan metode tradisional (Nasution, Daharnis & Ifdil, 2024). Perubahan dalam metode komunikasi ini tidak hanya mencerminkan adaptasi terhadap perkembangan teknologi, tetapi juga sebagai respon terhadap meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan social ditengah perubahan social yang pesat serta tekanan psikologis yang kompleks.

Selain itu, penggunaan teknologi dalam layanan konseling juga membuka peluang untuk menjangkau kelompok yang sebelumnya sulit diakses, seperti individu di daerah terpencil atau mereka yang memiliki keterbatasan mobilitas (Adela, Neviyarni & Nirwana, 2025). Meningkatnya penggunaan konseling daring diakui secara internasional dalam penyediaan layanan kesehatan mental (Dlaza & Marais, 2025). Keamanan data dan kerahasiaan juga merupakan aspek penting yang terus dikembangkan untuk menjaga kepercayaan klien dalam menggunakan layanan konseling daring. Transformasi digital ini tidak hanya memperluas akses tetapi juga meningkatkan kualitas interaksi dan dukungan yang dapat diberikan oleh konselor, baik secara real-time maupun asinkron karena merupakan bentuk dari *self-help* (Pashko *et al.*, 2025). Oleh karena itu, teknologi digital dapat dilihat sebagai katalis yang memperkuat efektivitas layanan konseling dalam memenuhi kebutuhan masyarakat modern (Smith, 2024).

Digitalisasi layanan konseling juga merupakan upaya strategis di Indonesia untuk mengatasi keterbatasan akses terhadap layanan psikologis, terutama di daerah dengan sumber daya tenaga kerja yang kurang. Sebagai lembaga sosial yang berfokus pada kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga, Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) meluncurkan Sobat Sambat Pro, sebuah layanan konseling digital yang ramah remaja yang diberikan oleh psikolog profesional. Layanan ini menunjukkan komitmen PKBI Jawa Tengah untuk meningkatkan akses ke konseling yang aman, terpercaya, dan relevan dengan kebutuhan remaja modern. Sobat Sambat Pro memungkinkan remaja dan masyarakat umum mendapatkan pendampingan psikologis secara daring dengan pendekatan yang lebih fleksibel, personal, dan tetap menjunjung tinggi prinsip kerahasiaan (Prihmaningrum, 2022).

Urgensi penelitian ini berangkat dari kenyataan bahwa meskipun layanan konseling digital seperti sobat sambat pro menawarkan kemudahan dan efisiensi, penerapannya masih menghadapi menghadapi berbagai tantangan. Tantangan tersebut meliputi penggunaan teknologi yang berpotensi rentan, kendala dalam hubungan interpersonal, dan penggunaan metode yang beragam (Ifdil *et al.*, 2025). Menurut (Smith, 2024) faktor kepercayaan dan privasi menjadi elemen krusial dalam menentukan keberhasilan layanan konseling berbasis teknologi. Klien cenderung lebih terbuka dalam situasi yang aman dan terjamin kerahasiaannya, sedangkan hambatan teknologi atau kesalahpahaman dalam komunikasi digital dapat mengurangi kualitas hubungan terapeutik.

Hasil pemetaan bibliometrik menggunakan *VOSviewer* menunjukkan bahwa penelitian mengenai layanan konseling digital memiliki beberapa klaster tematik utama yang saling berkaitan. Klaster hijau menyoroti topik “*online counseling*”, “*patient counseling*”, dan “*e-health*” yang berfokus pada penerapan teknologi dalam proses konseling dan pelayanan kesehatan mental. Klaster merah menampilkan tema “*mental health*,” “*students*,” “*youth*,” dan “*Indonesia*”, yang menggambarkan meningkatnya perhatian terhadap kesehatan mental remaja dan mahasiswa, terutama dalam konteks pembelajaran digital. Sementara itu, klaster biru berpusat pada isu “*covid-19*,” “*pandemic*,” dan “*psychological counseling*”, yang menunjukkan bahwa dorongan utama perkembangan riset ini adalah kebutuhan akan layanan daring selama masa pandemi. Selain itu, klaster oranye kecil seperti “*telepsychology*,” “*digital counselling*,” dan “*ethical considerations*” menunjukkan dimensi baru terkait profesionalisme dan etika layanan daring.



Gambar 1. Peta visualisasi co-occurrence kata kunci terkait digital counseling berdasarkan data publikasi internasional (Hasil Analisis VOSviewer, 2025).

Dari keseluruhan peta, tampak bahwa fokus penelitian global masih terpusat pada aspek klinis dan pendidikan tinggi, sedangkan kajian tentang model layanan konseling digital berbasis komunitas dan ramah remaja masih relatif jarang muncul. Oleh karena itu, penelitian mengenai Sobat Sambat Pro oleh PKBI Jawa Tengah menempati posisi penting untuk mengisi celah tersebut.

Permasalahan utama yang dapat diidentifikasi adalah adanya kesenjangan antara potensi besar layanan konseling digital dengan efektivitas implementasinya di lapangan. Di satu sisi, Sobat Sambat Pro memiliki visi kuat untuk menyediakan ruang aman bagi remaja dan masyarakat dalam mengakses dukungan psikologis secara profesional; namun di sisi lain, belum banyak penelitian yang secara komprehensif menelaah bagaimana model layanan ini diimplementasikan, diterima oleh pengguna, dan dinilai efektivitasnya dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis klien. Tanpa pemahaman yang mendalam, terdapat risiko bahwa digitalisasi layanan justru menjadi formalitas tanpa memberikan dampak psikologis yang signifikan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi tinggi untuk mengidentifikasi kekuatan, kelemahan, dan peluang pengembangan Sobat Sambat Pro dalam perspektif pelayanan konseling profesional berbasis teknologi (Gading, 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas, tantangan, dan strategi pengembangan layanan konseling digital Sobat Sambat Pro yang dikembangkan oleh PILAR PKBI Jawa Tengah. Secara khusus, penelitian ini berupaya mengidentifikasi sejauh mana layanan tersebut mampu memenuhi kebutuhan psikologis klien, bagaimana dinamika hubungan antara konselor dan klien dalam konteks digital, serta bagaimana aspek keamanan dan etika diterapkan dalam sistem layanan. Sementara itu Sobat Sambat Pro dipahami sebagai model layanan konseling profesional berbasis digital yang diselenggarakan oleh PILAR PKBI Jawa Tengah, yang mengedepankan pendekatan ramah remaja serta prinsip aksesibilitas, keamanan, dan empati. Melalui penelitian ini, diharapkan muncul pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana digitalisasi dapat memperkuat efektivitas layanan konseling sosial, sekaligus menjadi fondasi bagi pengembangan kebijakan dan praktik konseling profesional di era digital (Wulandari, Kartini & Purnami, 2025).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk memperoleh informasi, suatu pendekatan penelitian yang dilakukan dengan cara menelaah, mengidentifikasi, dan menganalisis berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik penelitian. Metode ini dipilih karena fokus penelitian terletak pada upaya mengkaji dan memahami bentuk-bentuk inovasi layanan kesehatan reproduksi remaja berbasis digital, seperti yang diterapkan oleh program

sobat sambat PILAR PKBI Jawa Tengah, serta mengaitkan dengan teori dan temuan penelitian sebelumnya. Pendekatan penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan tujuan untuk menggambarkan fenomena secara mendalam dan komprehensif berdasarkan kajian literatur yang telah ada (Snyder, 2019). Penelitian tidak berfokus pada pengujian hipotesis, melainkan lebih menitikberatkan pada pemahaman secara konseptual dan kontekstual dari berbagai studi terdahulu yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja dan layanan konseling digital.

Data yang digunakan bersifat sekunder, mencakup artikel jurnal ilmiah, buku-buku akademik, laporan penelitian, dan metode penelitian harus memiliki relevansi yang berhubungan dengan topik kesehatan reproduksi remaja, layanan konseling digital, dan inovasi teknologi kesehatan masyarakat, serta dapat dipertanggungjawabkan secara akademis. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan yang relevan dan mendalam mengenai efektivitas serta strategi digital yang diterapkan oleh PILAR PKBI Jawa Tengah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Cyber Counseling

Bimbingan dan konseling melalui internet ataupun telepon dikenal dengan istilah *cyber counseling*. *Cyber counseling* merupakan suatu paradigma baru dalam konseling yang dilakukan dengan menggunakan internet maupun telepon. Lahirnya *cyber counseling* menempatkan profesi bimbingan dan konseling ke dalam layanan yang langsung bebas dan terbuka. Hal ini sesuai dengan pendapat Sunaryo Kartadinata yang mengungkapkan bahwa tantangan yang muncul dari posisi semacam itu ialah dihadapkannya layanan bimbingan dan konseling ke dalam diversifikasi kebutuhan bimbingan dan konseling yang semakin lebar, target populasi layanan semakin luas dan bervariasi, tujuan konseling semakin berorientasi pada perkembangan dalam konteks atau sistem untuk jangka panjang, strategi intervensi akan banyak bernuansa teknologi, dan lingkup layanan menjadi semakin luas dan beragam (Kartadinata, 2001). *Cyber counseling* diharapkan dapat menjadi salah satu upaya untuk membantu menangani permasalahan yang dihadapi remaja.

Cyber counseling merupakan salah satu inovasi yang memberikan sebuah pelayanan bagi para remaja untuk dapat mengembangkan potensi yang mereka miliki melalui kecanggihan teknologi yang berkembang saat ini. Karena permasalahan remaja tidak luput dari kurang pahamiannya para remaja akan diri dan kemampuan diri yang mereka miliki. *Cyber counseling* diarahkan agar remaja tertarik untuk mendiskusikan permasalahan dan rintangan yang tengah mereka hadapi dalam terjangnya arus globalisasi dengan cara yang lebih modern. Tujuan

tersebut dimaksudkan untuk membantu para remaja meminimalisir permasalahan yang mereka hadapi.

Cyber counseling, atau konseling daring, merupakan proses konseling yang dilakukan dengan memanfaatkan media virtual tanpa perlu adanya pertemuan tatap muka secara langsung antara konselor dan klien. Dasar hukum pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling secara virtual telah diatur dalam berbagai regulasi, seperti Undang-Undang, Peraturan Pemerintah, keputusan menteri, serta peraturan lain yang mengatur penyelenggaraan bimbingan dan konseling. Salah satu landasan pentingnya tertuang dalam Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014, yang menjelaskan pola layanan sebagai pedoman pelaksanaan administrasi bimbingan dan konseling di sekolah. Selain itu, peraturan tersebut juga memberikan arah baru bagi pengelolaan layanan bimbingan dan konseling pada jenjang pendidikan dasar dan menengah, termasuk dalam konteks pelaksanaannya melalui media digital (Sukamto, 2022).

Pemanfaatan kecanggihan teknologi seperti inilah yang dianggap sangat menguntungkan di era pandemi covid. Pada masa penyebaran *Covid-19*, *cyber counseling* mulai marak dikembangkan (Gnugesser *et al.*, 2025). Salah satu inovasi yang dimiliki oleh layanan bimbingan dan konseling ialah konseling online atau yang dikenal dengan sebutan *cyber counseling* (Sukoco, 2018). Selain dapat mengurangi terjadinya kontak fisik dengan orang lain, *cyber counseling* juga dapat memberikan efektifitas dalam hal waktu, serta kecepatan dalam memberikan penanganan terhadap permasalahan dari konseli. Selain itu, pemberian konseling yang dilakukan secara formal juga memiliki kendala seperti tidak sebanding antara jumlah konselor dengan konseli, hal lain yang menjadi kendala dari kegiatan konseling luar jaringan ialah, kurangnya profesionalitas dari seorang konselor dalam kegiatan keikutsertaan pengembangan di era kecanggihan teknologi.

Pada dasarnya, kegiatan konseling yang dilakukan di jenjang pendidikan formal sangat terbatas, baik dari jumlah konselor maupun waktu. Akan tetapi, *cyber counseling* inilah yang menjadi solusi dari keterbatasan tersebut. Kegiatan ini juga harus didukung oleh para konselor dengan kemampuan ilmu teknologi yang memadai, serta peningkatan terhadap profesionalitas para konselor terhadap klien mereka. Keuntungan yang didapat dari kegiatan *cyber counseling* ini sendiri ialah, memudahkan konselor dalam memberikan konseling, lain dari hal itu juga dapat meningkatkan profesional serta produktifitas dari seorang konselor dalam proses konseli. Tak cukup sampai disitu, kemajuan teknologi di era pandemi yang didukung dengan kegiatan *cyber counseling* juga memberikan efektifitas terhadap konselor dalam kegiatan konseli di ruang virtual.

Cyber counseling dapat dimaknai sebagai pemberian konseling dalam lingkup virtual. Para ahli seperti Gibson & Cartwright (2014) mengartikan *cyber counseling* sebagai konseling

yang dapat dilakukan tanpa *face to face* dengan maksud, konseling yang dapat dilakukan melalui format jarak jauh dengan bantuan koneksi internet serta kecanggihan teknologi. Hal ini yang kemudian dapat disebut dengan *e-counseling*. Ahli lain seperti Bloom & Canning (2004) juga mengungkapkan pendapatnya mengenai *cyber counseling*, yaitu proses konseling profesional yang pelaksanaannya dilakukan dengan pengiriman informasi dengan jarak jauh. Proses konseling seperti ini tentu dilakukan dengan memanfaatkan media elektronik yang terhubung dengan internet.

Berdasarkan definisi tersebut, *cyber counseling* dapat disimpulkan sebagai proses layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara virtual dengan memanfaatkan teknologi komunikasi seperti internet atau telepon tanpa harus bertemu secara langsung antara konselor dan konseli. Adanya *cyber counselling* juga telah terbukti bermanfaat untuk kelompok yang berpendidikan (Asabere *et al.*, 2025). *Cyber counseling* merupakan inovasi baru dalam bidang konseling yang memberikan kesempatan bagi konselor untuk memberikan layanan secara lebih fleksibel, efektif, dan efisien. Layanan ini bertujuan membantu individu, khususnya remaja, dalam mengembangkan potensi diri serta mengatasi permasalahan yang dihadapi.

Sobat Sambat Pro

Layanan konseling sebaya yang dikenal sebagai Sobat Sambat Pro, merupakan inisiatif dari pusat informasi dan layanan remaja (PILAR) yang dikelola oleh PKBI Jawa tengah. Program ini dirancang secara khusus untuk menghadirkan layanan yang ramah remaja dengan fokus utama pada isu kesehatan reproduksi dan seksualitas. Sebagai tujuan utama, Sobat Sambat berfungsi sebagai platform konseling remaja, di mana peserta muda dapat berbagi keluhan atau memperoleh informasi terkait kesehatan reproduksi secara pribadi dan aman. Selanjutnya, melalui layanan ini juga difokuskan upaya peningkatan aksesibilitas, yang bertujuan mempermudah remaja dalam mengakses konseling serta informasi kesehatan dengan harapan mengurangi stigma sosial yang kerap menghambat serta meningkatkan pemahaman tentang isu-isu kesehatan yang sering dianggap tabu. Dalam rangka memperkuat kapabilitas teknisnya, PKBI Jawa Tengah sedang mengembangkan aplikasi berbasis web yang memfasilitasi interaksi antara konseli dan konselor berliensi dengan pengembangan aplikasi menggunakan metode pengembangan perangkat lunak berbasis web dengan pendekatan *waterfall* dan *framework* codeigniter, strategi ini memungkinkan penyesuaian desain sesuai kebutuhan pengguna secara sistematis (Al Fajar, Dar & Rohani, 2022).

Dari sisi metodologi pendekatan konseling sebaya, literatur menunjukkan bahwa intervensi berbasis sejawat (*operr-based*) memiliki keunggulan dalam memperbaiki pengetahuan dan sikap remaja terhadap kesehatan reproduksi dan seksualitas. Sebagai contoh,

review (Mason-Jones *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa program peer based dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap SRH (*sexual and reproductive health*) pada remaja. Demikian pula, penelitian pada kelompok usia 15-24 tahun menemukan perbaikan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi *peer-education*. Oleh karena itu, pilihan model konseling sebaya oleh Sobot Sambat Pro bukan sekadar operasional tetapi memiliki dasar teoritis yang kuat: melalui kesetaraan usia, dan sosial antar peserta, konselor sebaya mampu menciptakan ruang komunikasi yang lebih terbuka, mengurangi hambatan emosional serta stigma, dan memungkinkan remaja merasa lebih didengar dan dipahami. Secara integrative, pengembangan aplikasi berbasis web melalui “framework CodeIgniter” dengan pendekatan model *waterfall* pun menghadirkan dimensi teknis yang mendukung efektivitas layanan. Pendekatan *waterfall* yang sistematis mulai dari analisis kebutuhan, desain sistem, implementasi, pengujian hingga pemeliharaan memungkinkan pengembangan aplikasi yang menyesuaikan kebutuhan pengguna remaja serta memastikan reliabilitas sistem (Krisdiawan *et al.*, 2022).

Dengan demikian layanan Sobot Sambat Pro melakukan dua hal secara bersamaan: yaitu memfasilitasi interaksi *peer-counseling* yang ramah remaja serta menghadirkan medium digital berbasis web yang mempermudah akses menjaga privasi, yang keduanya secara sinergis mengatasi hambatan tradisional dalam layanan kesehatan reproduksi remaja seperti keterbatasan tenaga konselor profesional, stigma sosial, dan akses geografis yang sulit. Kombinasi yang menghadirkan inovasi penting dalam layanan kesehatan reproduksi remaja: bukan hanya memindahkan layanan ke ranah digital, tetapi juga mengubah mekanisme penyampaian dari layanan formal tatap muka ke model yang lebih partisipatif, inklusif, dan adaptif terhadap gaya hidup generasi muda.

Upaya Inovatif Layanan Kesehatan Reproduksi

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai persoalan kesehatan reproduksi (seperti kehamilan di usia muda, infeksi menular seksual, pernikahan dini) karena perubahan fisik, psikologis, sosial yang cepat. Pada fase ini, mereka mulai mengalami kematangan biologis dan dorongan seksual yang meningkat, namun seringkali belum disertai dengan pemahaman yang memadai tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas. Selain itu keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan yang ramah remaja serta minimnya informasi yang akurat dan komprehensif memperburuk situasi ini. Banyak remaja masih mengandalkan sumber informasi yang tidak terverifikasi, seperti media sosial atau teman sebaya, yang kerap kali justru menimbulkan kesalahpahaman atau perilaku berisiko. Menurut penelitian Kassa *et al.* (2018), kurangnya pendidikan seksualitas komprehensif di sekolah dan stigma sosial terhadap pembicaraan mengenai seksualitas menjadi hambatan utama dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja.

Faktor sosial, budaya, dan nilai-nilai konservatif di masyarakat juga turut memengaruhi pola perilaku remaja dalam mengakses layanan kesehatan reproduksi. Banyak remaja, khususnya perempuan, merasa takut atau malu untuk mencari informasi atau konsultasi dengan tenaga kesehatan karena takut dihakimi atau dicap negatif (Wahyuningsih *et al.*, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa persoalan kesehatan reproduksi remaja tidak hanya berkaitan dengan aspek biologis, tetapi juga erat dengan konteks sosial, budaya, dan pendidikan. Oleh sebab itu, upaya penanganan masalah kesehatan reproduksi remaja harus dilakukan secara holistik, mencakup edukasi komprehensif, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan yang ramah remaja, sekaligus pemanfaatan teknologi digital sebagai sarana edukatif dan konseling. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis teknologi seperti *mobile health* dan platform digital interaktif dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan perilaku positif remaja terkait kesehatan reproduksi. Melalui pendekatan inovatif dan partisipatif, diharapkan remaja dapat menjadi agen perubahan yang berdaya dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka sendiri.

KESIMPULAN

Layanan konseling digital Sobat Sambat Pro yang dikembangkan oleh PILAR PKBI Jawa Tengah efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap positif remaja terhadap kesehatan reproduksi melalui pemanfaatan teknologi digital dan pendekatan konseling sebaya. *Cyber counseling* memberikan layanan yang fleksibel, inklusif, dan menjaga privasi pengguna, sehingga membangun kepercayaan klien meskipun tantangan seperti keamanan data dan komunikasi jarak jauh masih perlu diatasi. Sistem berbasis web dengan metode waterfall memperkuat keamanan dan efektivitas layanan. Layanan ini berhasil mengatasi keterbatasan tenaga konselor profesional, stigma sosial, dan akses geografis yang sulit dengan memberikan pendekatan partisipatif dan ramah remaja.

Sebagai rekomendasi, pengembangan kapasitas konselor dalam pengelolaan emosional secara daring dan peningkatan keamanan data sangat penting untuk memperkuat kepercayaan pengguna. Hal ini perlu dilakukan evaluasi lebih lanjut terkait penerimaan pengguna dan dampak psikologis layanan ini secara langsung. Selain itu, kebijakan dan program kesehatan reproduksi remaja perlu mengintegrasikan inovasi digital secara sistematis untuk memperluas akses layanan yang berkualitas dan relevan dengan kebutuhan generasi muda di era digital. Dan pemanfaatan teknologi digital harus terus dikembangkan untuk mendukung kesejahteraan reproduksi remaja secara menyeluruh.

REFERENCE

- Adela, N., Neviyarni, N., & Nirwana, H. (2025). Cyber Counseling sebagai metode meningkatkan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah: Literature Review. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(12).
- Al Fajar, M., Dar, M. H., & Rohani, R. (2022). Application of Waterfall model in development of family planning participants information system. *Sinkron*, 7(2), 679-686. <https://doi.org/10.33395/sinkron.v7i2.11387>
- Asabere, N. Y., Kuworye, S., Asare, I. O., Lawson, G., Gagblezu, D. S., Seme, E., & Bentil, E. (2025). Improving Counseling Sessions Through an Interactive Web-Based Application in the Context of Higher Education. *Advances in Public Health*, 2025(1), 1228350. <https://doi.org/10.1155/adph/1228350>
- Bloom, D. E., & Canning, D. (2004). Global demographic change: Dimensions and economic significance.
- Dlaza, Z., & Marais, R. (2025). Students' attitudes towards using information and communication technology for the purpose of counselling. *Transformation in Higher Education*, 10, 492. https://hdl.handle.net/10520/ejc-thed_v10_n1_a492
- Gading, I. K. (2020). The Development of Cyber Counseling as a Counseling Service Model for High School Students in the Digital Age. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 9(2), 301. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v9i2.25469>
- Gibson, K., & Cartwright, C. (2014). Young people's experiences of mobile phone text counselling: Balancing connection and control. *Children and youth services review*, 43, 96-104. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.05.010>
- Gnugesser, E., Jöllenbeck, M., Schlenger, W., & Ochsmann, E. (2025). Navigating the digital shift: Working conditions and employee health in digital social care. *Journal of Innovation & Knowledge*, 10(3), 100706. <https://doi.org/10.1016/j.jik.2025.100706>
- Ifdil, I., Zatrachadi, M. F., Darmawati, D., Istiqomah, I., & Bakar, A. Y. A. (2025). Online Counseling on Global Issues: Systematic Literature Review. *JOIV: International Journal on Informatics Visualization*, 9(3), 1111-1117. <https://dx.doi.org/10.62527/joiv.9.3.2448>
- Kassa, G. M., Arowojolu, A. O., Odukogbe, A. A., & Yalew, A. W. (2018). Prevalence and determinants of adolescent pregnancy in Africa: A systematic review and Meta-analysis. *Reproductive Health*, 15(1), 1-17. <https://doi.org/10.1186/s12978-018-0640-2>
- Krisdiawan, R., Syarifudin, S., Asikin, N., Mutaqqin, M., & Ilhamsyah, R. (2022). *Implementation of the Waterfall Model for the Development of the Independent and Pinunjul Posyandu Application (Si Ayu Maju) in Kuningan Regency*. <https://doi.org/10.4108/eai.2-12-2021.2320264>
- Mason-Jones, A. J., Freeman, M., Lorenc, T., Rawal, T., Bassi, S., & Arora, M. (2023). Can Peer-based Interventions Improve Adolescent Sexual and Reproductive Health Outcomes? An Overview of Reviews. *Journal of Adolescent Health*, 73(6), 975-982. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.05.035>
- Nasution, A. Z. I., Daharnis, D., & Ifdil, I. (2024). Penerapan teknologi informasi dalam bimbingan karir: Implikasi terhadap kematangan karir siswa SMA. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 239-254.

- Pashko, T., Tovstukha, O., Chernovska, L., Serhieieva, I., & Chumak, O. (2025). Impact of crisis events on the family and technologies of psychological support to overcome the consequences. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 100580. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2025.100580>
- Prihmaningrum A. M. V. (2022). Penguatan Layanan Cybercounseling pada Pasca Pandemi Covid-19. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 1(2), 43-56. <https://doi.org/10.24090/j.assertive.v1i2.7084>
- Rimayati, E. (2023). *Cyber Counseling: Inovasi Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Era Digital*. Asadel Liamsindo Teknologi.
- Smith, M. A. (2024). Counselor Educators' Acceptance of Immersive and Interactive Virtual Reality as a Pedagogical Tool. *Doctoral Dissertations and Projects*. 5709. <https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/5709>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104(July), 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Sukamto, S. (2022). Cyber Counseling: Media & Solusi Layanan Konseling Di Tengah Pandemi Covid-19. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 19(1), 88-106. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2022.191-06>
- Sukoco, K. W. (2018). Konseling Individu Melalui Cyber Counseling Terhadap Pembentukan Konsep Diri Peserta Didik. *Seminar Nasional Bimbingan Konseling*, 2(1), 87-91.
- Wahyuningsih, S., Widati, S., Praveena, S. M., & Azkiya, M. W. (2024). Unveiling barriers to reproductive health awareness among rural adolescents: a systematic review. *Frontiers in Reproductive Health*, 6(November), 1-9. <https://doi.org/10.3389/frph.2024.1444111>
- Wulandari, N., Kartini, A., & Purnami, C. T. (2025). Effectiveness of Digital Interventions in Improving Knowledge and Attitudes of Adolescent Mental Health: A scoping review. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, 6(1), 557-577. <https://doi.org/10.59141/jist.v6i1.8904>