

Penguatan Kapasitas Konselor melalui Diseminasi Aplikasi “KONSELO” sebagai Multi-Platform Konseling Online Berbasis Sustainable Development Goals

Zadrian Ardi¹, Ilmiyati Rahmy Jasril², Frischa Meivilona Yendi³, Soeci Izzati Adlya⁴

*Corresponding author, e-mail: zadrian@fip.unp.ac.id

Abstract

The second year of the P3UPT program for the KONSELO application focused on broader dissemination of the online counseling platform to all districts and cities in West Sumatra. This community service activity was implemented through a series of webinars, face-to-face workshops, Training of Trainers (ToT), and FGD-based application upgrading involving counselors affiliated with PD ABKIN West Sumatra and CV Rumah Konseling Handayani. The results showed a significant increase in counselors' ability to operate the KONSELO application, as well as strengthening the digital counseling service network to reach university students experiencing academic stress across West Sumatra. This activity also led to the development of a sustainable partner business scheme and improved financial management for partner institutions, thereby supporting the achievement of Sustainable Development Goals (SDGs), particularly in the domain of Good Health and Well-being.

Abstrak:

Tahun kedua program P3UPT aplikasi KONSELO berfokus pada diseminasi yang lebih luas dari platform konseling online kepada seluruh kabupaten/kota di Sumatera Barat. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui serangkaian webinar, workshop tatap muka, Training of Trainer (ToT), dan upgrading aplikasi berbasis FGD yang melibatkan konselor yang tergabung dalam PD ABKIN Sumatera Barat dan CV Rumah Konseling Handayani. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada kemampuan konselor dalam mengoperasikan aplikasi KONSELO, sekaligus memperkuat jaringan pelayanan konseling digital untuk menjangkau mahasiswa yang mengalami stres akademik di seluruh Sumatera Barat. Kegiatan ini juga menghasilkan pengembangan skema bisnis partner yang berkelanjutan dan peningkatan manajemen finansial mitra, sehingga mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya pada domain Good Health and Well-being.

Keywords: Online Counseling, Academic Stress, KONSELO Application, SDGs, Counselor Capacity Building

Zadrian Ardi
Universitas Negeri Padang
Padang, West Sumatra
Indonesia

Ilmiyati Rahmy Jasril
Universitas Negeri Padang
Padang, West Sumatra
Indonesia

Frischa Meivilona Yendi
Universitas Negeri Padang
Padang, West Sumatra
Indonesia

Soeci Izzati Adlya
Universitas Negeri Padang
Padang, West Sumatra
Indonesia

Conflict of Interest Disclosures: The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript



Pendahuluan

Kondisi psikologis yang kondusif merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan mahasiswa dalam proses belajar di perguruan tinggi (Ardi et al., 2022; Sang et al., 2018). Di antara berbagai faktor psikologis, stres akademik menjadi variabel yang paling signifikan memberikan kontribusi negatif terhadap kesehatan mental, kondisi emosional, keberfungsian psikologis, dan kemampuan belajar mahasiswa (Ardi et al., 2022; Butt et al., 2021). Tekanan ini bersumber dari berbagai stressor akademik, seperti tuntutan tugas, perubahan sistem pendidikan, hubungan interpersonal di kampus, hingga tekanan karir masa depan.

Temuan dari penelitian sebelumnya memperkuat urgensi intervensi terhadap kondisi stres akademik mahasiswa. Lebih dari 88% generasi Y dan Z mengalami kondisi stres akibat tuntutan akademik, dan 54% di antaranya berdampak pada kualitas tidur dan istirahat (Ramachandiran & Dhanapal, 2018). Survei yang dilakukan di Universitas Negeri Padang pada Mei 2022 terhadap 615 mahasiswa dari berbagai fakultas menunjukkan bahwa lebih dari 18% mahasiswa mengalami tingkat stres akademik yang tinggi, sedangkan 67% berada pada kategori stres sedang. Kondisi ini diperparah oleh rendahnya keterjangkauan dan pemanfaatan layanan konseling yang tersedia.

Sebagai respons terhadap kondisi tersebut, Tim Pengabdian dari Universitas Negeri Padang telah mengembangkan aplikasi konseling online bernama KONSELO sejak tahun 2018. Aplikasi ini dapat diakses melalui laman <https://konselo.potensia.id> dan memungkinkan pertemuan konselor-klien secara real-time melalui fitur chat maupun video call. Pada tahun pertama (2023), program P3UPT difokuskan pada sosialisasi dan pelatihan penggunaan aplikasi kepada pengurus dan konselor mitra di Sumatera Barat, yang berhasil meningkatkan pemahaman dan kemampuan dasar konselor dalam mengoperasikan platform digital tersebut.

Pada tahun kedua (2024), program ini memasuki fase diseminasi yang lebih luas, yaitu memperluas jangkauan pelatihan kepada seluruh konselor di perguruan tinggi negeri yang tersebar di seluruh kabupaten/kota di Sumatera Barat. Target sasaran pada tahun kedua adalah 1.500 mahasiswa yang dapat dilayani melalui platform KONSELO, dengan melibatkan konselor dari seluruh anggota PD ABKIN Sumatera Barat dan CV Rumah Konseling Handayani. Selain itu, kegiatan tahun kedua juga berfokus pada upgrading aplikasi berdasarkan masukan FGD, penguatan manajemen mitra, dan pengembangan skema bisnis berkelanjutan.

Metode

Pendekatan dan Penerapan IPTEK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tahun kedua dilaksanakan menggunakan pendekatan hybrid yang mengintegrasikan sesi daring dan luring. Metode ini dipilih untuk menjangkau konselor yang tersebar di seluruh wilayah Sumatera Barat secara lebih efektif dan efisien. Secara rinci, metode yang digunakan pada tahun kedua meliputi:

1. FGD (Focus Group Discussion) lanjutan bersama pengurus PD ABKIN Sumatera Barat dan konselor mitra untuk evaluasi dan upgrading fitur aplikasi KONSELO berdasarkan pengalaman pengguna di lapangan.
2. Webinar series dan workshop tatap muka yang dilaksanakan secara bertahap di seluruh kabupaten/kota di Sumatera Barat, guna meningkatkan literasi digital dan keterampilan penggunaan aplikasi KONSELO di kalangan konselor perguruan tinggi.
3. Training of Trainer (ToT) tahap kedua yang ditujukan untuk memperkuat kapasitas konselor senior sebagai pendamping bagi rekan sejawat dalam implementasi konseling online.
4. Evaluasi distribusi produk pada tiap-tiap pos mitra di daerah, guna memastikan pemerataan akses dan penggunaan aplikasi KONSELO oleh konselor di seluruh wilayah Sumatera Barat.
5. Pendampingan implementasi alur bisnis bagi mitra, mencakup pelatihan skema partner dan pengelolaan keuangan berbasis aplikasi.

Peran dan Partisipasi Mitra

Sasaran dari kegiatan tahun kedua adalah seluruh konselor perguruan tinggi negeri yang tergabung dalam PD ABKIN Sumatera Barat, dengan target jumlah mahasiswa yang dapat dilayani sebesar 1.500 orang. Peserta dari tahun pertama yang telah mendapatkan pelatihan dasar berperan sebagai mentor atau pendamping pada proses diseminasi yang lebih luas. Mitra utama dalam kegiatan ini adalah PD ABKIN Sumatera Barat yang mengoordinasikan sebaran konselor di seluruh kabupaten/kota, serta CV Rumah Konseling Handayani sebagai mitra pengembangan inovasi konseling.

Evaluasi Program

Evaluasi pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga tahap, yaitu: (1) Penilaian segera (LAISEG) yang dilakukan tepat setelah setiap kegiatan untuk mengukur penguasaan materi dan efektivitas prosedur; (2) Penilaian jangka pendek (LAIJAPEN) yang dilakukan satu minggu hingga sebulan setelah kegiatan; dan (3) Penilaian jangka panjang (LAIJAPANG) yang dilakukan satu hingga enam bulan setelah kegiatan guna mengukur dampak dan perubahan pada mitra.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan yang Dilakukan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun kedua dimulai sejak diterbitkannya Surat Keputusan LP2M Universitas Negeri Padang Nomor 2130/UN35.15/PM/2024 pada tanggal 30 Mei 2024. Kegiatan dilaksanakan secara hybrid, yaitu sesi daring melalui Zoom Meeting pada tanggal 13–14 Agustus 2024 dan sesi luring yang menjangkau seluruh wilayah Sumatera Barat. Pada sesi daring, hari pertama difokuskan pada pemantapan konsep konseling online dan perkembangan fitur terbaru aplikasi KONSELO, sedangkan hari kedua berfokus pada pelatihan penggunaan aplikasi secara individual dan pendampingan teknis.

Sesi luring dilaksanakan dalam skema webinar dan workshop tatap muka yang diselenggarakan secara bertahap di berbagai lokasi mitra di seluruh kabupaten/kota Sumatera Barat. Kegiatan ini melibatkan konselor dari perguruan tinggi negeri di Sumatera Barat, termasuk konselor yang tergabung dalam jaringan PD ABKIN. Dalam setiap sesi, peserta mendapatkan pelatihan terkait: (1) optimalisasi penggunaan fitur KONSELO terbaru, (2) integrasi pendekatan konseling terstruktur berbasis SFBC (Solution Focused Brief Counseling) dalam layanan online, dan (3) pemahaman alur bisnis dan skema partner dalam ekosistem KONSELO.

Kegiatan upgrading aplikasi dilakukan berdasarkan hasil FGD yang melibatkan pengurus mitra dan pengguna aktif di lapangan. Masukan yang diperoleh mencakup peningkatan stabilitas server, penambahan fitur asesmen psikologis terintegrasi, dan penyederhanaan antarmuka pengguna untuk memudahkan konselor yang belum terbiasa dengan teknologi digital. Tim pengembang merespons masukan tersebut dengan melakukan pembaruan terhadap fitur-fitur inti aplikasi, sehingga layanan konseling online dapat dilakukan dengan lebih efektif dan efisien.

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Berdasarkan evaluasi yang dilakukan, terdapat beberapa hasil utama yang dicapai dalam kegiatan pengabdian tahun kedua:

1. Peningkatan Kompetensi Konselor. Konselor perguruan tinggi di seluruh Sumatera Barat menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan mengoperasikan aplikasi KONSELO. Hal ini tercermin dari hasil survei pasca-pelatihan yang menunjukkan bahwa lebih dari 85% peserta merasa mampu menggunakan fitur-fitur utama KONSELO secara mandiri, dibandingkan dengan hanya sekitar 40% sebelum kegiatan berlangsung.
2. Perluasan Jaringan Layanan Konseling Digital. Kegiatan tahun kedua berhasil memperluas jangkauan KONSELO ke seluruh kabupaten/kota di Sumatera Barat, dengan target 5.000 pengguna aktif melalui skema diseminasi yang terstruktur. Konselor yang telah mengikuti pelatihan ToT berperan sebagai mentor bagi rekan sejawat di instansinya masing-masing.
3. Peningkatan Kapasitas Kelembagaan Mitra. PD ABKIN Sumatera Barat dan CV Rumah Konseling Handayani memperlihatkan kemajuan dalam manajemen organisasi dan tata kelola layanan konseling. Penerapan skema bisnis partner yang dirancang dalam program ini memungkinkan mitra untuk menghasilkan pendapatan yang lebih stabil dan berkelanjutan dari aktivitas konseling online.
4. Upgrading Aplikasi KONSELO. Berdasarkan masukan FGD, aplikasi KONSELO mengalami pembaruan pada beberapa fitur kunci, termasuk peningkatan kapasitas server untuk mendukung mass production layanan bagi pengguna di seluruh Sumatera Barat, serta penambahan asesmen psikologis terintegrasi yang dapat digunakan konselor dalam proses layanan.

Faktor Pendukung dan Penghambat

Pelaksanaan kegiatan didukung oleh beberapa faktor, di antaranya: tingginya motivasi konselor dalam mengikuti pelatihan, ketersediaan infrastruktur teknologi yang memadai pada konselor peserta, kapabilitas fasilitator yang tinggi dalam bidang konseling online, serta dukungan tim mahasiswa sebagai panitia teknis kegiatan. Dukungan kelembagaan dari LP2M UNP dan komitmen mitra juga menjadi faktor kunci keberhasilan program.

Di sisi lain, beberapa kendala ditemukan dalam pelaksanaan kegiatan. Pada sesi daring, gangguan koneksi internet di beberapa daerah terpencil di Sumatera Barat masih menjadi hambatan dalam penyampaian materi. Selain itu, keberagaman latar belakang demografis peserta—khususnya konselor senior—memerlukan pendekatan pendampingan yang lebih intensif dan individual. Pada sesi luring, ketidakhadiran sebagian konselor perguruan tinggi disebabkan oleh kesibukan pengajaran di instansi masing-masing.

Pembahasan

Hasil kegiatan tahun kedua ini mengkonfirmasi bahwa model diseminasi bertahap yang diawali dari inti organisasi (pengurus mitra) menuju anggota yang lebih luas merupakan strategi yang efektif dalam program pengembangan kapasitas berbasis teknologi (Ardi et al., 2019; Ifdil et al., 2020). Keberhasilan ToT dalam menciptakan agen perubahan di lingkungan mitra sejalan dengan prinsip keberlanjutan program pengabdian, di mana dampaknya tidak berhenti setelah kegiatan berakhir, melainkan terus berlanjut melalui praktik mandiri dan pendampingan sebaya.

Peningkatan signifikan kompetensi konselor dalam penggunaan teknologi konseling online selaras dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa pelatihan berbasis praktik langsung lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan teknologi dibandingkan pelatihan teori semata (Ardi et al., 2019). Aplikasi KONSELO sebagai media konseling online juga terbukti dapat meningkatkan aksesibilitas layanan, terutama bagi mahasiswa yang mengalami hambatan geografis atau stigma sosial dalam mengakses konseling konvensional.

Dari perspektif SDGs, kegiatan ini berkontribusi langsung pada pencapaian tujuan ke-3 (Good Health and Well-being) melalui peningkatan akses layanan kesehatan mental bagi mahasiswa. Penggunaan teknologi dalam layanan konseling juga selaras dengan semangat inovasi berkelanjutan yang menjadi landasan SDGs tujuan ke-9 (Industry, Innovation and Infrastructure). Komersialisasi aplikasi KONSELO melalui skema bisnis partner turut mendukung tujuan ke-8 (Decent Work and Economic Growth) dengan membuka peluang pendapatan yang berkelanjutan bagi konselor mitra.

Kesimpulan

Kegiatan P3UPT tahun kedua berhasil memperluas jangkauan implementasi aplikasi KONSELO sebagai platform konseling online multiplatform ke seluruh kabupaten/kota di Sumatera Barat. Melalui serangkaian webinar, workshop tatap muka, ToT, dan FGD upgrading aplikasi, konselor mitra menunjukkan peningkatan kapasitas yang signifikan dalam menggunakan teknologi konseling online. Program ini juga berhasil memperkuat kelembagaan mitra melalui pengembangan skema bisnis partner yang berkelanjutan, sehingga layanan konseling online dapat terus beroperasi secara mandiri setelah program berakhir. Ke depannya, perluasan pilot project KONSELO ke provinsi-provinsi lain di Indonesia diharapkan dapat semakin memperkuat kontribusi program ini terhadap pencapaian SDGs, khususnya pada domain Good Health and Well-being.

References

- Ardi, Z. (2021). The Analysis of Solution Focused Brief Counseling Contribution in Reducing First-Year Students Academic Stress Symptoms. 2nd Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium (PSSHERS 2020), 382–386.
- Ardi, Z., Eseadi, C., Ade, A. H., Hidayat, H., & Guspriadi, Y. (2022). Students' study pressures during the Covid-19 global pandemic: exploration of the effects of workload, self-expectation, grade worriness and despondency on college students in Indonesia. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 7(1), 32–47.
- Ardi, Z., Neviyarni, N., & Daharnis, D. (2019). *Konselo App: The Future of Distance Counselling and Therapy Applications Based on Android Technology*. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(6), 231–244.
- Ardi, Z., & Putri, S. A. (2020). The analysis of the social media impact on the millennial generation behavior and social interactions. *Southeast Asian Journal of Technology and Science*, 1(2), 70–77.

-
- Bai, S., Elavsky, S., Kishida, M., Dvořáková, K., & Greenberg, M. T. (2020). Effects of Mindfulness Training on Daily Stress Response in College Students: Ecological Momentary Assessment of a Randomized Controlled Trial. *Mindfulness*, 11(6), 1433–1445.
- Butt, S., Mahmood, A., Saleem, S., Rashid, T., & Ikram, A. (2021). Students' Performance in Online Learning Environment: The Role of Task Technology Fit and Actual Usage of System During COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12.
- Capone, V., Caso, D., Donizzetti, A. R., & Procentese, F. (2020). University Student Mental Well-Being during COVID-19 Outbreak: What Are the Relationships between Information Seeking, Perceived Risk and Personal Resources Related to the Academic Context? *Sustainability*, 12(17), 7039.
- Ifdil, I., Fadli, R. P., Suranata, K., Zola, N., & Ardi, Z. (2020). Online mental health services in Indonesia during the COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102153.
- Karaman, M. A., Lerma, E., Vela, J. C., & Watson, J. C. (2019). Predictors of academic stress among college students. *Journal of College Counseling*, 22(1), 41–45.
- Putra, A. H., Neviyarni, & Firman. (2022). Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi pada Era Society 5.0. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 1(1), 128–136.
- Ramachandiran, M., & Dhanapal, S. (2018). Academic Stress Among University Students: A Quantitative Study of Generation Y and Z's Perception. *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities*, 26(3).
- Ramli, N. H. H., Alavi, M., Mehrihezahad, S. A., & Ahmadi, A. (2018). Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: Mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences*, 8(1), 12.
- Sang, Z., Pan, Y., Deng, Y., & Zhao, J. (2018). Academic stress and mental health among students in Chinese universities. *Journal of Mental Health*, 27(5), 463–471.