

CYBER COUNSELING BERBASIS COGNITIVE BEHAVIORAL

Oleh: Gede Danu Setiawan¹

Abstrak

Pada masa revolusi industri 4.0 internet menjadi bagian kehidupan masyarakat modern, termasuk siswa. Media internet digunakan oleh para siswa untuk berkomunikasi, mencari sumber belajar, bermain, menonton video, youtube, mendengarkan musik, bisnis, dan lain sebagainya. Media tersebut mudah digunakan, memiliki asas kerahasiaan, praktis, dan dapat diakses dari mana saja, bahkan dapat diaplikasikan dalam layanan bimbingan dan konseling. Teramati terdapat kendala di sekolah yaitu keterbatasan waktu konselor dalam memberikan layanan konseling, sedangkan beban belajar siswa sangat padat, sehingga mereka kurang mendapat pelayanan konseling secara *face to face*. Oleh karena itu layanan konseling online atau disebut *cybercounseling* menjadi pilihan utama konselor sekolah. Model konseling yang dipilih di antaranya Konseling Kognitif Perilaku atau disebut dengan *Cognitive Behavioral*.

Kata-kata kunci: cyber counseling, kognitif- perilaku, konselor

Abstract

During the industrial revolution 4.0, internet has become a part of modern society, including students. Internet media is used by students to communicate, find learning resources, play, watch videos, YouTube, listen to music, do business, and so on. The media is easy to use, has the principle of confidentiality, is practical, and can be accessed from anywhere, it can even be applied in guidance and counseling services. It was observed that there were obstacles in the school, namely the limited time of counselors in providing counseling services, while the student's learning load was very dense, thus they do not receive face-to-face counseling services. Therefore, online counseling services or called *cybercounseling* are the main choice of school counselors. The counseling model chosen is Cognitive Behavioral Counseling or is called Cognitive Behavioral Counseling.

Keywords: cyber counseling, cognitive-behavioral, counsellor

PENDAHULUAN

Perspektif baru layanan bimbingan dan konseling mengarah pada kemudahan konseli belajar untuk: (1) mengakses informasi bermutu tentang kesempatan belajar, (2) memberikan bantuan pribadi untuk mengintegrasikan hidup, belajar, dan bekerja, serta

¹ Gede Danu Setiawan adalah Staf Edukatif di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unipas

(3) menumbuhkembangkan individu sebagai pribadi, profesional, dan warganegara yang *self-motivated*. Pelayanan bimbingan dan konseling memfasilitasi konseli mengelola perilaku yang efektif, meningkatkan keberfungsian individu dalam lingkungan, dan mengarah ke capaian *common good*. Pada era informasi konselor dituntut terampil menggunakan dan mengelola media bimbingan dan konseling berbasis *ICT*, termasuk memanfaatkan blog di internet (ABKIN, 2007; Depdiknas, 2008; Hidayah, dkk, 2007)

Pelayanan konseling *face to face* di sekolah belakangan ini kurang diminati oleh siswa (15% saja siswa memanfaatkan layanan konseling, selebihnya mereka dilayani bukan melalui layanan konseling) (Hidayah, 2013). Pelayanan konseling yang dilakukan secara *face to face* (konvensional) memiliki banyak kelemahan di antaranya konseli harus menemui konselor secara langsung, proses konseling membutuhkan waktu lebih lama, konseli sedikit waktu untuk menemui konselor. Disisi lain tenaga konselor terbatas. Dengan demikian terobosan baru untuk mengembangkan konseling *online cyber counseling* sangat diperlukan agar siswa dapat memanfaatkan layanan konseling yang diberikan oleh konselor tanpa harus bertemu secara *face to face* melainkan dilakukan melalui jarak jauh (*distance/remote counseling*).

Sudah saatnya harus dikaji secara mendalam mengapa pelayanan yang bersifat kuratif ini ditinggalkan oleh para siswa. Oleh karena itu, diarpakan layanan konseling tetap terlaksana secara efektif dan menjadi unggulan dalam sistem pelayanan di sekolah, maka pilihan model layanan konseling *online cyber* sangat tepat. Melalui *cybercounseling* siswa tidak terikat oleh jarak dan waktu ketika berkonsultasi dengan konselor, bahkan dapat dilakukan di luar jam sekolah.

Teramati di lapangan keterbatasan tenaga konselor tidak seimbang dengan banyaknya siswa yang dibimbing sehingga menjadi sebuah kendala. Hal itulah yang membuat layanan konseling secara *face to face* kurang terlaksana secara efektif, bahkan perlahan mulai ditinggalkan. Di samping itu, kebutuhan konseli sekarang bukan konseling konvensional alih-alih *face to face*, melainkan mereka lebih nyaman jika konseling dilakukan tidak bertatap muka secara langsung. Oleh karena itu pengembangan model pelayanan konseling *online* penting dirancang sebagai terobosan baru untuk menggantikan layanan konseling *face to face* (Hidayah, dkk, 2010; 2013; 2015). Melalui layanan konseling *online cyber*, tidak mengharuskan konseli datang ke ruang konseling, sedangkan kedekatan emosional tetap terjamin, sebab interaksi kedua pihak dihadirkan

di layar komputer, yang seolah-olah bertemu secara langsung. Dengan demikian, layanan konseling *online* merupakan kebutuhan mendasar masyarakat modern, karena interaksi tidak terbatas oleh jarak dan waktu (*distance counseling*).

Layanan konseling *online* menggunakan model konseling tertentu. Model Konseling Kognitif Perilaku terintegrasi ke dalam *cybercounseling*. Model Konseling Kognitif Perilaku merupakan salah satu model konseling yang berorientasi kognitif-perilaku.

PEMBAHASAN

Cognitive Behavioral

Model Konseling Kognitif Perilaku merupakan model konseling integratif antara orientasi konseling kognitif dan konseling behavioral yang dikembangkan oleh Aaron Beck pada tahun 1976 (Beck, 2011). Sebagaimana konseling *Rational emotive* memandang kognisi terdiri dari sistem keyakinan irasional. Masalah berasal dari preokupasi konseli oleh penilaian orang lain tentang dirinya dan penyimpangan dari kesempurnaan dan kasih sayang yang mutlak ditafsirkan sebagai bencana yang mengerikan. *Self-instructional training* memandang perilaku dan emosi dikendalikan oleh pembicaraan hasil pembelajaran diri, yang diinternalisasikan pada masa kanak-kanak. Polapola pikiran yang idiosinkratik mungkin berkembang, yang merupakan pikiran malasuai. Kognisi dipandang sebagai bagian rangkaian respons yang mengarahkan pada perilaku yang kemudian meninggalkan kesadaran sebagai perilaku otomatis. *Cognitive therapy* memandang kognisi terdiri atas gaya-gaya pikiran irasional. Pikiran yang dikaburkan menyebabkan perhatian terpilih dan prediksi konsekuensi yang salah. Hal tersebut mengarahkan pada citra konsekuensi yang dikaburkan. Falsafah konseling *Rational emotive* dan *Cognitive therapy* inilah yang mendasari dikembangkannya Konseling Kognitif Perilaku (Corey, 2005, 2009; Capuzzi, 2003).

Kerangka kerja konseling Kognitif Perilaku merupakan bentuk konseling yang memadukan prinsip dan prosedur konseling Kognitif dan konseling Perilaku dalam upaya membantu konseli mencapai perubahan perilaku yang diharapkan (Corey, 2005, 2009; Ramli, 2005). Tujuan konseling Kognitif Perilaku ialah membantu konseli mengidentifikasi dan mengubah proses kognitif spesifik yang berhubungan dengan masalah afeksi dan tingkah lakunya. Secara lebih khusus, tujuan konseling Kognitif

Perilaku tersebut ialah membantu konseli (1) mengelola kesadaran terhadap pola-pola hubungan kognisi-perilaku-afeksi malasuai yang dialami konseli. Tujuan ini dapat dicapai dengan meminta konseli memantau pikiran, perasaan, dan tingkah lakunya yang terjadi sebelum, selama, dan sesudah situasi masalah tertentu; (2) mengelola seperangkat kognisi baru yang dapat dipakai dan mempengaruhi konseli untuk berubah dengan cara menyusun alternatif kognisi perilaku dan afeksi baru yang dapat mengganti kognisi, perilaku, dan afeksi malasuai; (3) mengelola kompetensi yang diperlukan untuk mengatasi kelemahan konseli dengan cara mendorong konseli mempraktikkan pola kognisi baru dalam kehidupan baik dalam bentuk perilaku tertutup maupun terbuka; dan (4) meningkatkan keefektifan kompetensi konseli dalam pengembangan kognisi, perilaku, afeksi baru sebagaimana yang ditetapkan.

Karakteristik Konseling Kognitif Perilaku meliputi: (1) Konseling Kognitif Perilaku berdasarkan model kognitif dalam menjelaskan perilaku emosional. Konseling Kognitif Perilaku berdasarkan pada fakta ilmiah bahwa pikiran menyebabkan perasan dan tingkah laku, bukan halhal yang bersifat eksternal, seperti manusia, situasi, dan peristiwa; (2) Konseling Kognitif Perilaku lebih singkat dan dalam waktu terbatas. Konseling Kognitif Perilaku sesi pertemuannya cepat dan rata-rata pertemuan konseli pendek; (3) Situasi hubungan konseling yang baik diperlukan akan tetapi tidak menjadi fokus. Konseling Kognitif Perilaku yakin bahwa konseli berubah saat mereka belajar berpikir dengan cara yang berbeda, karena itu konseling Kognitif Perilaku memusatkan pada pembelajaran keterampilan swaterapi yang rasional; (4) Konseling Kognitif Perilaku merupakan suatu upaya bersama antara konselor dan konseli. Peran konselor ialah mendengarkan, mengajar, dan mendorong saat konseli berbicara, belajar, dan melaksanakan apa yang mereka pelajari; (5) Konseling Kognitif Perilaku berdasarkan pada filsafat stoics. Konseling Kognitif Perilaku tidak mengajarkan konseli bagaimana cara merasakan, namun mengajarkan manfaat merasakan misalnya, tenang saat berhadapan dengan situasi yang tidak diinginkan. Konseling Kognitif Perilaku menekankan fakta bahwa memiliki situasi-situasi yang tidak diinginkan apakah ia merasa bingung tentang situasi-situasi tersebut atau tidak. Jika bingung tentang masalahnya, maka ia memiliki dua problem, yaitu masalah dan kebingungan tentang masalah tersebut; (6) Konseling Kognitif Perilaku menggunakan metode Sokrates. Para Konselor Kognitif Perilaku ingin memperoleh suatu pemahaman permasalahan konseli dengan baik. Karena

itu sering mengajukan pertanyaan seperti ‖Bagaimana saya tahu bahwa mereka benar-benar menertawakan saya?‗. ‖Bukankah mereka menertawakan sesuatu yang lain?‗; (7) Konseling Kognitif Perilaku terstruktur dan direktif. Konselor Kognitif Perilaku memiliki agenda spesifik bagi setiap sesi. Teknik/konsep spesifik diajarkan pada setiap sesi. Konseling Kognitif Perilaku memusatkan bantuan kepada konseli untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Bersifat direktif, namun demikian Konselor Kognitif Perilaku tidak bercerita kepada konselinya apa yang perlu dilakukan—melainkan mengajarkan konseli bagaimana mengerjakannya; (8) Konseling Kognitif Perilaku berdasarkan pada model pendidikan. Asumsi yang didukung secara ilmiah bahwa kebanyakan reaksi emosi dan perilaku itu dipelajari. Karena itu, tujuan konseling ialah membantu konseli belajar menghindari reaksi-reaksi yang tidak diinginkan, dan Konseling Kognitif Perilaku menunjukkan bahwa perilaku kognitif memiliki manfaat tambahan yang mengarah pada hasil jangka panjang. Jika orang-orang memahami bagaimana dan mengapa mereka berbuat baik maka dapat terus melakukan apa yang membuat mereka baik; (9) Teori dan teknik Konseling Kognitif Perilaku berdasarkan pada metode induktif. Aspek pokok pemikiran rasional ialah bahwa pemikiran tersebut berdasarkan fakta, bukan hanya berdasarkan asumsi yang dibuat. Karena itu, metode induktif mendorong konselor untuk melihat pikiran-pikirannya sebagaimana dihipotesiskan yang dapat dipertanyakan dan diuji. Jika konselor mendapatkan bahwa hipotesis kita tidak benar, maka dapat mengubah pikiran kita sesuai dengan situasi yang sebenarnya; dan (10) Pekerjaan rumah merupakan ciri pokok Konseling Kognitif Perilaku. Konseling Kognitif Perilaku menetapkan tugas-tugas berupa bacaan dan mendorong konseli berlatih teknik-teknik yang dipelajari agar tujuan yang ingin dicapai dapat terwujud.

Tahap-tahap Konseling Kognitif Perilaku adalah:

Tahap Awal (Pertama). Tahap pertama Konseling Kognitif Perilaku adalah pengumpulan data. Tahap ini bertujuan membantu konseli menentukan masalah yang dihadapi dan merumuskan tujuan konseling. Oleh karena itu konselor melatih konseli menjadi pengamat yang baik terhadap perilakunya sendiri. Dalam tahap ini, konseli membuat catatan harian untuk memantau sendiri sasaran perilaku yang akan diubah, menjawab angket, mengikuti tes, dan sebagainya. Di samping tujuan pokok sebagaimana telah di sebutkan, maka pada tahap ini diharapkan agar (1) konseli menyadari bahwa data yang berhubungan dengan masalah yang dialaminya yang sebelumnya tidak pernah

diperhatikan bahkan disepelekan, dan (2) eksplorasi diri konseli berpengaruh terhadap proses rekonseptualisasi masalah yang dihadapi, sehingga dapat diselesaikan secara efektif.

Tahap Tengah (Kedua). Tahap kedua Konseling Kognitif Perilaku merupakan tahap peningkatan perubahan kognitif, emosional, dan perilaku. Tahap ini bertujuan membantu konseli mengelola pikiran dan perilaku yang adaptif. Setelah konseli mulai mendefinisikan masalah yang dialami, konseli belajar melaksanakan perilaku baru yang kompleks atau menghasilkan perilaku yang cocok dengan situasi baru. Pada tahap kedua ini konseli diharapkan dapat mencapai perubahan pada tiga domain, yaitu (1) perubahan perilaku terbuka, (2) aktivitas pengaturan diri (*self regulated*), dalam hal ini konselor bekerjasama dengan konseli untuk membantu mengubah pernyataan diri, gambaran diri, dan perasaan yang mengganggu fungsi adaptif, dan (3) perubahan struktur kognitif konseli.

Tahap Akhir (Ketiga). Tahap ketiga merupakan tahap konsolidasi, generalisasi, pemeliharaan perilaku, dan penghindaran dari kekambuhan. Tahap ini melibatkan kognisi dan peran konseli mengenai perubahan. Selama tahap akhir ini konselor bersama konseli mengadakan konsolidasi perubahan yang telah dicapai, meningkatkan generalisasi dan pemeliharaan pengaruh konseling serta mengurangi kemungkinan konseli untuk kambuh lagi. Pada tahap ini konselor diharapkan membantu konseli (1) mampu mengaitkan perubahan yang telah dicapai dengan khasanah dirinya, dan (2) meningkatkan kelanggengan manfaat konseling yang dialaminya dengan antisipasi kekambuhan sewaktu-waktu.

Cyber counseling

Pelayanan konseling di era global sekurang-kurangnya mengandung dua hal pokok yang harus diperhatikan, yaitu penggunaan teknologi informasi dan pendekatan lintas budaya (*multiculturer*). Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) merupakan salah satu pendorong terjadinya globalisasi, untuk itu penguasaan TIK mutlak (Wilson, 1997). Wahab (2000) mengemukakan 4 alasan pentingnya menggunakan TIK, yaitu: (1) informasi yang disimpan secara elektronik memiliki fleksibilitas dalam mengakses dan memanfaatkannya, (2) komputer merupakan alat yang memiliki kemampuan tinggi dalam mengelola informasi, (3) memudahkan para pengambil keputusan dalam mencapai

informasi yang diperlukan, dan (4) komputer sebagai alat untuk memproses informasi, memiliki tingkat aplikasi dalam setiap langkah manajemen. Salah satu penggunaan komputer yang semakin memacu globalisasi adalah internet (Lecaroz dalam UNESCO, 2003; Kraus, R et al, 2011).

Komputer sebagai media, sedikitnya memiliki empat fungsi utama, yaitu (1) menerima input; (2) memproses input sesuai dengan programnya; (3) menyimpan perintah-perintah dan hasil pengolahan, dan (4) menyediakan output dalam bentuk informasi (Jogiyanto, 2005). Menerima input artinya komputer menerima masukan data; proses input artinya data input diolah oleh komputer ke dalam suatu bentuk yang diinginkan sesuai instruksi yang digunakan; menyimpan perintah-perintah dan hasil merupakan proses menjadikan data tersimpan di memori komputer (*computer memory*) dengan nama file tertentu; dan menyediakan output dalam bentuk informasi merupakan proses kerja komputer untuk menjadikan data yang telah diproses diubah bentuknya ke dalam informasi yang dikehendaki pengguna (*brainware*). Dengan kata lain komputer merupakan media elektronik yang digunakan untuk memproses data, mengubah data menjadi informasi yang dibutuhkan oleh konseli.

Goss, S & Kate Anthony (2003) mengemukakan empat kecenderungan dalam hubungannya dengan perkembangan komputer dan konseling, yaitu (1) konselor harus memberikan perhatian yang besar dan memiliki perencanaan yang sistematis penggunaan komputer dalam konseling, (2) akan semakin terjadi interelasi antara fungsi-fungsi konseling sebagai hasil penggunaan komputer, (3) konselor akan semakin tampak imajinatif dan inovatif, dan (4) konselor akan selalu dituntut secara reguler mengevaluasi perangkat lunak yang relevan dengan konseling.

Berdasar pada penggunaan *cybercounseling* tentu mengarah pada pengembangan media konseling (Goss, S & Kate Anthony, 2003). Artinya selain konseling dilakukan secara *face-to-face*, kini mengubah paradigma lama menjadi paradigma baru yaitu konseling dilakukan melalui jarak jauh (*distance/remote counseling*) baik secara *online* (konseli-konselor berhubungan langsung dengan internet pada saat yang sama) maupun *off line* (ketika respon konseli-konselor terdapat jarak waktu) (Kraus, R, et al, 2011). Adapun jenis model konseling *online* dipilih yang sesuai dengan kebutuhan dan akseptabel yaitu *cybercounseling*.

Pelayanan konseling *online cybercounseling* (Bloom & Wartz, 2004; Goss, S & Kate Anthony, 2003, Kraus, R, et al, 2011) memaknai bahwa layanan konseling dilakukan untuk membantu konseli melalui dunia maya internet. Konseli menghubungi konselor dengan membuka *blogger* yang tersedia pada *situs* layanan konseling. Melalui transaksi jarak jauh konselor dan konseli menjalin komunikasi konseling untuk menemukan pemecahan masalah. Kedua pihak saling kontak dan tampak pada layar komputer, karena layanan *cybercounseling* ini disiapkan untuk menghindari *empty technology*, akan tetapi tetap menjaga kontak emosional konselor dan konseli. Pelayanan *cybercounseling* dapat dilakukan secara *blended*, bahwa dalam pertemuan antara konselor dan konseli dapat mendiskusikan atau memperdalam permasalahan yang terdapat dalam program layanan konseling dan menentukan tindak lanjutnya (Hidayah, 2013). Dengan demikian pemanfaatan layanan konseling tidak dibatasi oleh kedekatan tempat, melainkan konseli sebagai (konsumen) bebas untuk memilih dan menggunakan atau memanfaatkan layanan profesional sesuai dengan kebutuhan dan keyakinannya.

Model *cybercounseling* (CAC/IAC) memiliki nilai kemanfaatan yang tinggi bagi konselor di antaranya dapat menjadikan konselor (1) sebagai pribadi terlatih, efektif, dan efisien dalam menggunakan *IT*, (2) sebagai pendidik yang peduli terhadap pendidikan berbasis *IT*, (3) lebih terampil menggunakan *IT* untuk layanan bimbingan dan konseling, (4) memiliki kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber teknologi, seperti internet sesuai dengan kebutuhan, dan kamera untuk pengembangan, implementasi, dan evaluasi kegiatan bimbingan dan konseling, (5) lebih tertarik mengembangkan multimedia konseling, (6) dapat mendesain, menciptakan dan mengevaluasi suatu program *software* bagi layanan bimbingan dan konseling, (7) memahami implikasi legal dan etis dari penggunaan teknologi dalam layanan bimbingan dan konseling, dan (8) mampu menggunakan teknologi sebagai alat atau *tool* secara efektif guna mengelola data dan pengembangan diri siswa (Hines, 2002).

Persyaratan yang disiapkan oleh konselor sebelum melakukan *cybercounseling* adalah (1) konselor memastikan ada sambungan internet pada laptop/komputer yang dipakai, karena kecepatan internet mempengaruhi kualitas gambar dan suara ketika konseling berlangsung, (2) konselor menyiapkan *headset/microphone* sebagai alat bantu komunikasi ketika proses *cybercounseling* berlangsung, dan (3) konselor menyiapkan *camera portable* (jika menggunakan komputer PC). Etika yang perlu dimiliki oleh

konselor pada saat melakukan konseling *online* adalah (1) memahami potensial dan informasi tentang konseli, (2) kemungkinan untuk memberikan kepedulian dan persetujuan kepada konseli saat konseling, (3) pemahaman tentang identitas konseli, (4) pemahaman tentang resiko kerahasiaan dari komunikasi *online*, (5) menjaga komunikasi pribadi dan menyimpan data, dan (6) penentuan pihak yang mengelola biaya untuk konseling *online*.

Beberapa situasi yang tidak direkomendasikan untuk melakukan konseling *online* adalah: (1) konseli memiliki pikiran untuk menyakiti dan membunuh orang lain atau diri sendiri, (2) konseli berada pada situasi yang mengancam jiwa, (3) konseli mempunyai sejarah situasi perilaku bunuh diri, kekerasan, dan kasar, (4) konseli mempunyai delusi, (5) konseli mengalami halusinasi, dan (6) konseli menyalahgunakan alkohol dan obat-obatan. Keunggulan *cybercounseling* adalah: (1) pengoperasian *website* sangat mudah dan sederhana, (2) tidak memerlukan registrasi untuk melakukan *videocall*, (3) dapat digunakan untuk *videocall* sampai di luar negeri (tidak terbatas jarak), (4) suara dan visual video berkualitas bagus. Keterbatasan *cybercounseling* adalah (1) belum ada alat perekam yang terintegrasi dalam *website*, (2) membutuhkan keterampilan khusus untuk melakukan analisis data, dan (3) membutuhkan sambungan internet yang baik.

SIMPULAN

Konselor sebagai ahli dalam layanan bimbingan dan konseling senantiasa mengikuti perkembangan teknologi dan mengaplikasikannya dalam tugas sehari-hari. Layanan konseling menjadi tantangan di era globalisasi. Oleh karena itu, konselor harus *literate technology*, selain menguasai teori, teknik, dan prosedur konseling, mereka terampil menggunakan teknologi informasi secara tepat.

Cybercounseling dipilih untuk memenuhi proporsi pemberian layanan konseling atas program layanan BK lainnya, seperti layanan dasar, layanan perencanaan individu, dan dukungan sistem. Dengan demikian, layanan konseling tetap menjadi prioritas program BK di sekolah.

Tantangan bagi konselor untuk mengubah paradigma lama layanan konseling *face to face* menjadi *cybercounseling*. Model konseling yang ditawarkan adalah Konseling Kognitif Perilaku. Alasan model Konseling Kognitif Perilaku dipilih, karena model

tersebut lebih berorientasi kognitif dan perilaku serta lebih singkat sesi yang digunakan selama proses penyelesaian masalah konseli.

DAFTAR PUSTAKA

- ABKIN. 2007. *Naskah Akademik: Penataan Program Pendidikan Profesional Konselor Pada Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: ABKIN.
- Beck, A.T. 1976. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: A Meridian Book.
- Beck, J.S. 2011. *Cognitive Behavior Therapy Basic and Beyond*. 2nd. New York: The Guildford Press Spring Street.
- Bloom, J.W & Garry R. Waltz. 2004. *Cybercounseling and Cyberlearning: An Ancore*. Greensboro: CAPS Press.
- Capuzzi, D. & D.R. Gross. 2003. *Counseling and Psychotherapy: Theories and Intervention*. 3rd ed. Columbus: Merrill Prentice Hall.
- Corey, Gerald. 2005. *Theory and Practice for Counseling and Psychotherapy*. 7th.ed. California: Brooks/Cole.
- Corey, G. 2009. *Theory and Practice for Counseling and Psychotherapy*. 8th.ed. California: Brooks/Cole.
- Depdiknas. 2008. *Permendiknas nomor 27 tahun 2008 tentang Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor*. Jakarta: Depdiknas.
- Goss, S & Kate Anthony. 2003. *Technology in Counselling and Psychotherapy: A Practitioner's Guide*. NY: Palgrave MacMillan.
- Hidayah, N., dkk. 2007. —Pengembangan Model Konseling Kolaboratif Berbasis ICTI. *Laporan Penelitian*. Tidak dipublikasikan. Malang: Lemlit Universitas Negeri Malang.
- Hidayah, N., dkk. 2010. Pengembangan Model Konseling REB untuk Mengelola SRL Konseli. *Laporan Penelitian*. Tidak dipublikasikan. PHKI Program Studi BK FIP UM. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Hidayah, N., dkk, 2013. Pengembangan Model Konseling Kognitif Behavioral *Online Untuk Mengelola SRL Siswal*. *Laporan Penelitian*. Tidak dipublikasikan. Malang: LP2M Universitas Negeri Malang.
- Hidayah, N., dkk, 2015. Pengembangan *Cybercounseling* Kognitif Behavioral Untuk Meningkatkan SRL Siswal. *Laporan Penelitian*. Tidak dipublikasikan. Malang: BLU FIP Universitas Negeri Malang.
- Hines, P.L.T. 2002. —Student Technology Competencies for School Counseling Program. *Journal of Technology in Counseling Vol.2.2*. Tersedia di dalam Mendukung Penyelenggaraan Pendidikan Jarak jauh. Tersedia di: http://jtc.colstate.edu/vol2_2.2/hines.htm, (14 Juni 2004).
- Jogiyanto. 2005. *Pengenalan Komputer: Dasar Komputer, Pemrograman, Sistem Informasi, dan Inteligensi Buatan*. Yogyakarta: Andi.
- Kraus, R, et al. 2011. *Online Counseling A Handbook for Mental Health Professionals*. India: Elsevier Inc.
- Ramli, M. 2005. —*Terapi Perilaku Kognitif*. *Artikel*. Dalam Mamat Supriatna (2005). *Pendidikan dan Konseling di Era Global*. Bandung: BK UPI.

- UNESCO. 2003. *Using ICT for Quality Teaching, Learning and Effective Management*. Bangkok: UNESCO Asia & Pacific Regional Bureau for Education.
- Wahab, A. 2000. Membangun Kemampuan Menejemen Pendidikan Melalui Pemanfaatan Teknologi Komunikasi dan Informasi dalam rangka Otonomi Daerah dan Otonomi Pendidikan. Tersedia di: <http://www.depdiknas.go.id/sikep/Issue/SENTRA2/F49.html>. (2 Juni 2004).
- Wilson, M. 1997. *The Information Edge*. London: Pitman Publishe