

## **PERAN SISTEM DIGITALISASI LAYANAN BK (BIMBINGAN DAN KONSELING) DALAM OPTIMALISASI DUKUNGAN PSIKOLOGIS DAN PENGENDALIAN STRES PADA SISWA PKL**

**Devi Triana<sup>1</sup>, Uman Suherman AS<sup>2</sup>, Ibrahim Al Hakim<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>devitrianabk@upi.edu, <sup>2</sup>umans@upi.edu, <sup>3</sup>Ibrahimalhakim@upi.edu

Universitas Pendidikan Indonesia

### **Abstract**

*This qualitative research, using a case study design through Focus Group Discussion (FGD), examines the role of implementing a digitized Guidance and Counseling (BK) service system in vocational schools to optimize psychological support and stress control for students during their Field Work Practice (PKL) period. PKL triggers significant psychological pressure due to demanding work environments, social adaptation issues, and interpersonal dynamics, leading to increased stress and difficulties in managing emotions. Students are reluctant to contact conventional BK teachers due to shyness, awkwardness, viewing the problem as minor, and being hindered by limited accessibility, slow response times, and constraints of distance/transportation costs. The digitalization of BK services emerges as an innovative solution to bridge this gap, aligning with the POAC management framework (Planning, Organizing, Actuating, Controlling). Essential features highly needed are: a 24-hour Personal Live Chat that offers absolute anonymity and guarantees data confidentiality. Students also require Stress Early Warning Notifications and a Daily Mood Journal. They prefer educational content based on animated videos relevant to the reality of PKL, such as tips on dealing with conflicts, and reject quick self-assessment tools. However, the main concerns regarding the implementation of digitalization are the school's infrastructure readiness (budget, network) and the students' readiness (internet quota costs, device limitations). The success of this digital system's adoption hinges upon the support of school facilities/infrastructure and the cultural shift from the conventional to the digital model.*

**Keywords:** *Digitalization of Guidance and Counseling (BK) Services, Psychological Support, Stress Control/Management, PKL Students*

### **Abstrak**

Penelitian kualitatif dengan desain studi kasus melalui Focus Group Discussion (FGD) ini mengkaji peran implementasi sistem digitalisasi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah kejuruan untuk mengoptimalkan dukungan psikologis dan pengendalian stres siswa selama Praktik Kerja Lapangan (PKL). PKL memicu tekanan psikologis signifikan akibat tuntutan lingkungan kerja, masalah adaptasi sosial, dan dinamika interpersonal, yang berujung pada peningkatan stres dan kesulitan mengelola emosi. Siswa enggan menghubungi Guru BK konvensional karena malu, sungkan, menganggap masalahnya kecil, dan terhambat oleh keterbatasan akses, waktu respons yang lambat, serta kendala jarak/biaya transportasi. Digitalisasi layanan BK muncul sebagai solusi inovatif untuk menjembatani kesenjangan ini, selaras dengan kerangka manajemen POAC (Planning, Organizing, Actuating, Controlling). Fitur esensial yang sangat dibutuhkan adalah Live Chat Personal 24 jam yang bersifat anonim dengan jaminan kerahasiaan data. Siswa juga membutuhkan Notifikasi Peringatan Dini Stres dan Jurnal Mood

Harian, serta menyukai konten edukasi berbasis video animasi yang relevan dengan realita PKL, menolak *self-assessment* cepat. Namun, implementasi digitalisasi memiliki kekhawatiran utama terkait kesiapan infrastruktur sekolah (anggaran, jaringan) dan kesiapan siswa (biaya kuota, keterbatasan perangkat). Keberhasilan penerapan system digital ini bergantung pada dukungan sarana prasarana dan kultural sekolah untuk transisi ke model digital.

**Kata Kunci:** Digitalisasi Layanan BK, Dukungan Psikologis, Pengendalian Stres, Siswa PKL

---

## PENDAHULUAN

Praktik Kerja Lapangan (PKL) sebagai jembatan antara dunia pendidikan dan dunia industri memberikan kesempatan bagi siswa, untuk mengaplikasikan teori dan mengembangkan keterampilan praktis. Namun, periode PKL juga sarat dengan tantangan psikologis yang signifikan. Siswa sering kali menghadapi tekanan besar terkait adaptasi cepat terhadap lingkungan dan budaya kerja yang baru, tuntutan penyelesaian tugas yang kompleks, serta perbedaan pola komunikasi dalam industri. Kondisi ini dapat memicu peningkatan stres dan beban psikologis yang signifikan pada siswa, berdasarkan penelitian dari Rahmawati, et al (2022) sebanyak 33,3 % siswa berada pada tingkat stress rendah dan 66,7 % berada pada tingkat stress sedang ketika melaksanakan PKL. Stres yang tidak tertangani dengan baik dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa, yang berdampak langsung pada kinerja PKL dan proses pembelajaran.

Mengidentifikasi tingginya potensi stres dan kebutuhan akan dukungan psikologis yang terstruktur menjadi krusial untuk memastikan keberhasilan PKL. Dukungan sosial baik dari keluarga, teman maupun guru memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesiapan kerja (Sari, 2017), hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari bahwa modal psikologis sebanyak 51,6% dan dukungan sosial 33,5% berkontribusi terhadap kesiapan kerja. Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah menjadi garda terdepan dalam memberikan dukungan psikologis. Tetapi, keterbatasan waktu, jarak geografis antara sekolah dan lokasi PKL, serta stigma yang masih melekat, sering kali menghambat efektivitas layanan BK secara *real-time* dan *personalized* bagi siswa PKL.

Masalah utama yang dihadapi adalah bagaimana menjamin layanan BK tetap tersedia, terjangkau, dan responsif meskipun siswa berada di luar lingkungan sekolah. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya inovasi dalam pengelolaan layanan BK, terutama dalam konteks Manajemen BK. Secara tradisional, proses *Planning* (perencanaan), *Organizing* (pengorganisasian), *Actuating* (pelaksanaan), dan *Controlling* (pengawasan) (Prayitnolayanan BK terkendala oleh batasan fisik.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa intervensi psikologis berbasis teknologi dapat efektif dalam mengelola permasalahan yang terjadi pada siswa (Handika et al, 2021). Berkaitan dengan isu ini, sistem digitalisasi layanan BK hadir sebagai solusi inovatif. Sistem ini memungkinkan pergeseran model manajemen BK dari konvensional ke digital, di mana fungsi:

1. Planning diwujudkan dalam penyusunan program BK yang adaptif dan terintegrasi dengan platform digital.
2. Organizing mencakup penataan sumber daya dan jadwal konseling *online*.
3. Actuating melibatkan implementasi layanan konseling, *e-modul* manajemen stres, dan asesmen kebutuhan yang dilakukan melalui aplikasi atau *web*.
4. Controlling dilakukan melalui fitur pemantauan digital yang merekam progres siswa, aktivitas layanan, dan efektivitas intervensi.

Untuk mengatasi keterbatasan tersebut, digitalisasi layanan BK muncul sebagai solusi yang mendesak. Inovasi ini menawarkan aksesibilitas yang tak terbatas ruang dan waktu, penggunaan yang efektif dan efisien (Gina, 2022). Handika et al (2021) menyatakan bahwa konseling yang dilakukan secara online pada saat covid efektif dalam mengatasi permasalahan siswa.

Permasalahan yang muncul ialah kurangnya dukungan psikologis dari layanan BK konvensional dalam pengelolaan stress selama siswa melakukan PKL. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada eksplorasi mendalam melalui Focus Group Discussion (FGD) untuk memahami secara komprehensif pengalaman, persepsi, dan kebutuhan seluruh pemangku kepentingan (*stakeholder*) terhadap pengembangan dan implementasi sistem digitalisasi layanan BK yang efektif dan relevan dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa selama periode PKL.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam peran implementasi sistem digitalisasi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah kejuruan dalam mengoptimalkan pemberian dukungan psikologis dan pengendalian tingkat stres yang dialami oleh siswa selama periode Praktik Kerja Lapangan (PKL). Melalui integrasi teknologi ini, diharapkan fungsi manajemen BK dapat berjalan lebih efisien dan terukur, sehingga menjembatani kesenjangan antara kebutuhan psikologis siswa PKL yang mendesak dengan keterbatasan akses layanan BK konvensional. Hasil penelitian ini

diharapkan memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan model BK modern yang adaptif terhadap dinamika pendidikan di era digital.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Partisipan berjumlah enam orang (6) yang terdiri dari tiga orang siswa kelas XII di SMK Negeri 3 Cilegon dan tiga orang guru BK. Kriteria pemilihan partisipan (*purposive sampling*) untuk siswa adalah siswa yang: a) telah menyelesaikan PKL; b) ditempatkan di sektor industri yang berlokasi di luar kota, sedangkan kriteria partisipan untuk guru BK ialah guru bimbingan konseling yang bekerja di SMK Negeri 3 Cilegon. Teknik pengumpulan data melalui *Focus Group Discussion* (FGD). FGD dilakukan untuk memicu diskusi interaktif di antara partisipan (Bisjoe, 2018) mengenai: (1) Fitur digital yang efektif dalam memberikan dukungan psikologis, (2) kemudahan akses layanan, (3) pengaruh sistem digitalisasi terhadap kemampuan pengelolaan stres. Data hasil transkrip FGD dianalisis menggunakan Analisis Tematik (Heriyanto, 2018). Proses analisis meliputi: (1) Transkripsi, (2) Pembacaan dan Koding Awal, (3) Pengelompokan Koding menjadi Tema Besar (digitalisasi bimbingan konseling, dukungan psikologis, pengelolaan stres), dan (4) Interpretasi data untuk membangun kesimpulan yang menghubungkan sistem digitalisasi BK dengan dukungan psikologis dalam pengelolaan stres.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari tiga orang siswa dan tiga orang guru BK. Ketiga siswa tersebut telah melaksanakan PKL di hotel dan di luar kota. Tiga orang guru BK yang menjadi partisipan ialah guru BK yang bekerja di SMKN 3 Cilegon

Berdasarkan hasil FGD seluruh partisipan memberikan pendapatnya mengenai Sistem Digitalisasi Layanan Bimbingan Konseling (BK) dalam Optimalisasi Dukungan Psikologis dan Pengendalian Stres pada siswa PKL sebagai berikut:

Tekanan atau stress selama PKL.

“..... Sulit beradaptasi dengan lingkungan baru (Karawang) dan kurangnya teman (merasa butuh waktu main, tetapi teman PKL sudah terlalu capek). Lingkungan kerja di hotel dan pekerjaan secara umum tidak terlalu signifikan menimbulkan stres.” Siswa 1

“..... Tekanan saat di divisi *service* karena interaksi antar karyawan dan sesama anak PKL yang kebanyakan perempuan sering "saling ngejatuhin". Hal ini sempat membuatnya *down* dan meminta pindah divisi ke *Pastry*.” Siswa 2

“..... Secara umum, tidak ada pengalaman yang membuatnya stres signifikan karena lingkungan kerjanya sangat *supportive*. Stres paling terasa hanya pada tekanan dari atasan yang menuntut pekerjaan harus *perfect*.” Siswa 3

Tindakan Awal Ketika Merasa Tertekan.

“..... Beradaptasi, menangis sebentar, lalu adaptasi lagi. Tidak menghubungi Guru BK/Pembimbing: Merasa malu dan *awkward* untuk terbuka, terutama karena Guru BK laki-laki dan ada sungkan karena perbedaan jenis kelamin. Lebih memilih cerita kepada teman dekat.” Siswa 1

“..... Langsung meminta pindah divisi kepada *Executive Chef*. Tidak menghubungi Guru BK/Pembimbing: Merasa masalahnya kecil dan tidak perlu dibawa ke sekolah” Siswa 2

“..... Berusaha untuk tidak mengulangi kesalahan dua kali. Tidak menghubungi Guru BK/Pembimbing: Merasa tidak ada masalah serius sehingga tidak perlu cerita.” Siswa 3

Aksesibilitas Layanan dan Hambatan Tatap Muka

“..... Guru mudah dihubungi melalui *chat*, namun siswa juga harus memahami waktu sibuk guru sehingga responsnya tidak selalu cepat (*fast response*).” Siswa 1

“..... Layanan BK Konvensional (Tatap Muka/Terjadwal di Sekolah), kurang efektif dan bahkan berpotensi menimbulkan stres baru. Alasannya karena jadwal kerja di hotel tidak tetap, jarak dari tempat PKL ke sekolah jauh, dan biaya transportasi (ongkos) yang mahal.” Siswa 2

“..... Kami merasa kehadiran tatap muka saat libur adalah pemborosan waktu istirahat dan biaya.” Siswa 3

## Kebutuhan Layanan BK dalam Sistem Digital (Aplikasi)

### Fitur Aplikasi dan Isu Privasi

“..... Sangat penting untuk penanganan stres mendadak.” Siswa 1

“..... Sangat diperlukan. Jika aplikasi bersifat anonim, kemungkinan banyak yang akan menggunakannya (sekitar 80%) karena tidak semua anak mau identitasnya diketahui saat cerita. Jika tidak anonim, pemakaian akan turun drastis (sekitar 40%).” Siswa 2

“..... Sangat penting. Siswa tidak akan menggunakan aplikasi jika kerahasiaan tidak terjaga dan data curhat dapat diakses oleh pihak sekolah selain Guru BK. Harus ada jaminan dari awal mengenai siapa saja yang dapat mengakses data.” Siswa 3

### Media Komunikasi Paling Nyaman

“..... *Live Chat* lebih *fast response* dan bisa digunakan untuk curhat panjang lebar tanpa merasa malu, terutama jika bersifat anonim.” Siswa 1

“..... Lebih nyaman daripada telepon terjadwal yang bisa menimbulkan rasa deg-degan atau sungkan.” Siswa 2

“..... *Live Chat* biasa kurang efektif karena pesan bisa tertimbun. Disarankan fitur *chat* yang personal, di mana siswa bisa memilih Guru BK yang akan dihubungi (mirip sistem HaloDoc).” Siswa 3

### Fitur Interaktif dan Konten Edukasi

“..... *Self Assessment* (Kuesioner Cepat) Kurang disarankan/tidak cocok. Kami khawatir hasil tes akan dimanipulasi atau malah membuat mereka terhipnotis dan semakin stres karena terdiagnosis sendiri.” Siswa 1

“..... Fitur Interaktif (Pengelola Stres) video Animasi tentang motivasi, relaksasi pernapasan, atau *mindful breaks*. Anak muda (minim literasi) cenderung bosan dengan konten modul berbentuk tulisan, tetapi dapat menyimak audio/video (seperti *podcast* atau YouTube) sambil melakukan hal lain.” Siswa 2

“..... Konten Edukasi Relevan Tips dan Trik yang sangat *relate* dengan realita PKL dalam format video/animasi, seperti: Tips berkomunikasi dengan atasan galak, Cara menangani teman yang resek, Mengatasi jam kerja berlebihan, Menyiapkan fisik, kebersihan, dan sopan santun.” Siswa 3

Hasil FGD dengan guru bimbingan konseling.

Masalah Psikologis/Adaptasi Siswa PKL yang Paling Umum

Tiga masalah utama yang sering dilaporkan siswa adalah: Mental dan Stres Kerja, Tuntutan dan Kultur Lapangan, Kesenjangan dan Emosi.

“..... Siswa belum memiliki mental kerja yang terbentuk, menyebabkan mereka sering mengeluh, khawatir berlebihan (terutama karena jarak tempuh dan pulang malam), dan ingin pindah tempat PKL.” Guru BK 1

“..... Siswa PKL sering dibebani tugas yang lebih banyak dibanding karyawan, merasa pekerjaannya tidak sesuai dengan yang diinginkan (misalnya ingin di dapur, ditempatkan di *service*), dan mengalami senioritas.” Guru BK 2

“..... Adanya kesenjangan antara teori di sekolah dengan praktik di lapangan. Siswa juga kesulitan mengelola emosi dan konflik (kesal, tersinggung, akhirnya menangis).” Guru BK 3

Tantangan Utama Layanan BK Konvensional

Tantangan terbesar yang dihadapi guru BK saat mendampingi siswa PKL di lokasi yang jauh adalah: Aksesibilitas dan Waktu Respons, Koordinasi dan Birokrasi.

“..... Jarak yang jauh dan jam kerja siswa yang padat menyebabkan respons menjadi lambat, konseling tertunda berhari-hari, dan penanganan segera menjadi terhambat.” Guru BK 2

“..... Kurangnya koordinasi antara guru BK, pembimbing, dan supervisor lapangan. Terkadang pembimbing cuek atau pihak industri melakukan *punishment* sendiri tanpa laporan ke sekolah.” Guru BK 1

Manfaat Digitalisasi Layanan BK

Sistem digitalisasi layanan BK dianggap sangat bermanfaat, terutama untuk deteksi dini dan *monitoring*: Deteksi Dini dan Efisiensi, *Monitoring* Harian, Penyederhanaan Administrasi.

“..... Memungkinkan layanan jarak jauh, dapat memperluas jangkauan *screening*, dan meningkatkan efisiensi layanan.” Guru BK 3

“..... Guru dapat memantau kehadiran dan *mood* harian siswa dengan alat sederhana seperti survei *mood* harian (*Google Form*), serta mendeteksi lokasi siswa menggunakan *Sharelock* atau *Google Maps*.” Guru BK 1

“..... Proses administrasi dan pelaporan menjadi lebih sederhana, cepat, terstruktur, transparan, dan data dapat dianalisis serta terarsip rapi secara digital.” Guru BK 2

#### Fitur Aplikasi BK Paling Esensial

“..... Meskipun ketiga fitur dinilai krusial, Jurnal *Mood* Harian Siswa rasanya paling efektif dan dapat diterapkan di SMK 3 saat ini karena keterbatasan akses HP (*handphone* satu keluarga, HP jadul/tidak *support*) dan masalah finansial siswa terkait kuota.” Guru BK 1

“..... Jurnal harian yang ditulis siswa (konvensional/digital sederhana) sudah menjadi alat kontrol dan pemantauan yang dilakukan sekolah.” Guru BK 2

“..... Jurnal *mood* harian (berupa grafik/riwayat) akan membantu melihat korelasi antara kejadian di PKL dengan perubahan *mood*.” Guru BK 3

Batasan Etika dan Profesionalisme dalam Digital. Asas Kerahasiaan, Fitur Keamanan, Informed Consent dan Disclaimer, Kolaborasi dan Rujukan:.

“..... Guru BK harus menjamin layanan bersifat rahasia (komitmen awal) dan hanya menyampaikan informasi ke pihak terkait (wali kelas/ketua jurusan) jika ada urgensi.” Guru BK 3

“..... Dapat menggunakan fitur seperti timer (agar *chat* hilang otomatis) untuk menghilangkan jejak data sensitif.” Guru BK 1

“..... Aplikasi harus menyertakan *informed consent* dan *disclaimer* yang menyatakan aplikasi bukan layanan krisis darurat 24 jam.” Guru BK 2

“..... Diperlukan fitur rujukan otomatis (dengan notifikasi dan catatan ringkas) ke wali kelas/koordinator PKL dan daftar kontak rujukan eksternal (psikolog, psikiater) jika kasus siswa di luar batas kompetensi guru BK (misalnya *burnout* ekstrem, kasus kriminal).” Guru BK 1

Kekhawatiran Implementasi Digital: Kesiapan Infrastruktur Sekolah, Kesiapan Siswa (SDM & Resistensi), Adaptasi.

“..... Terkait ketersediaan anggaran untuk membuat *platform* (server, lisensi, pemeliharaan jangka panjang).” Guru BK 3

“.....Masalah finansial terkait kuota internet, HP yang tidak *support*, dan kurangnya literasi digital siswa (misalnya tidak tahu atau lupa *email* untuk *login*).” Guru BK 1

“..... Dibutuhkan sosialisasi dan waktu adaptasi agar siswa tidak salah mengisi atau kesulitan menggunakan fitur. ” Guru BK 2

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini fenomena Praktik Kerja Lapangan (PKL) pada siswa SMK mengandung tantangan psikologis yang signifikan karena tuntutan lingkungan kerja baru, adaptasi sosial, dan beban tugas yang berbeda dari sekolah. Hal ini dapat memicu peningkatan tingkat stress pada siswa yang sedang melaksanakan PKL. Guru BK melaporkan tiga masalah psikologis utama: mental yang belum terbentuk (menyebabkan keluhan dan keinginan pindah), tuntutan dan kultur lapangan (senioritas, dibebani tugas lebih dari karyawan, dan pekerjaan tidak sesuai jurusan), serta kesenjangan teori-praktik yang berujung pada kesulitan mengelola emosi dan konflik. Siswa PKL mengkonfirmasi tekanan ini, khususnya terkait adaptasi di lingkungan baru dan dinamika interpersonal ("saling ngejutuhin") di divisi kerja yang didominasi perempuan, yang bahkan sempat membuat siswa ingin pindah divisi.

Saat merasa tertekan, siswa cenderung mencari dukungan suportif dari teman dekat atau mencoba beradaptasi, dan bahkan langsung meminta pindah divisi kepada atasan di industri. Mayoritas siswa tidak menghubungi Guru BK karena menganggap masalahnya kecil, malu, atau merasa *awkward* dan sungkan dengan perbedaan jenis kelamin guru. Hal ini menggarisbawahi pentingnya lingkungan kerja yang suportif yang menurut siswa jauh lebih penting daripada uang saku/transport dari tempat penyelenggara PKL. Guru BK konvensional juga terhambat oleh aksesibilitas dan waktu respons yang lambat karena jarak dan jam kerja siswa yang padat. Layanan tatap muka/terjadwal dinilai kurang efektif karena memakan waktu istirahat dan biaya transportasi. Kesulitan dalam memberikan layanan BK secara *real-time* ini menunjukkan perlunya inovasi untuk menjamin ketersediaan layanan.

### Digitalisasi dan Manajemen BK Berbasis POAC

Sistem digitalisasi layanan BK hadir sebagai solusi (Maharani et al, 2025) inovatif yang menawarkan aksesibilitas tak terbatas ruang dan waktu, serta efektivitas dan efisiensi. Pergeseran ini memungkinkan integrasi teknologi dalam fungsi Manajemen

BK, yang secara tradisional terbagi dalam POAC (Planning, Organizing, Actuating, Controlling) (Prayitno, 2018).

1. Planning (Perencanaan): Digitalisasi memungkinkan penyusunan program BK yang lebih adaptif dan terintegrasi dengan platform. Kebutuhan fitur yang teridentifikasi dalam FGD (Jurnal Mood Harian, Notifikasi Stres, Rekapitulasi Modul Relaksasi) menjadi basis perencanaan program intervensi yang diprioritaskan.
2. Organizing (Pengorganisasian): Digitalisasi membantu penataan sumber daya dan penjadwalan konseling *online*. Siswa menyatakan media paling nyaman adalah Live Chat Personal (mirip HaloDoc) karena *fast response* dan memungkinkan curhat panjang lebar tanpa malu (terutama jika anonim), yang lebih disukai daripada telepon terjadwal.
3. Actuating (Pelaksanaan): Implementasi layanan menjadi layanan jarak jauh. Siswa menganggap aplikasi 24 jam sangat penting untuk penanganan stres mendadak. Untuk menjaga efektivitas dan *acceptance*, siswa sangat membutuhkan fitur anonimitas (80% siswa akan menggunakan jika anonim) dan jaminan kerahasiaan data curhatan mereka. Siswa juga menolak *self-assessment* (kuesioner cepat) karena khawatir hasil tes dimanipulasi atau justru menambah stres. Sebaliknya, mereka menyarankan konten edukasi yang relevan dengan realita PKL, seperti video animasi tips berkomunikasi dengan atasan galak atau menangani teman yang resek, karena mereka cenderung bosan dengan konten modul berbentuk tulisan.
4. Controlling (Pengawasan): Fitur pemantauan digital merekam progres dan efektivitas intervensi. Guru BK dapat melakukan deteksi dini dan monitoring harian melalui survei *mood* harian (Google Form) atau mendeteksi lokasi siswa (Sharelock/Google Maps). Fitur esensial yang disepakati adalah Notifikasi Peringatan Dini (jika skor stres di ambang batas) dan Jurnal Mood Harian. Selain itu, digitalisasi menyederhanakan proses administrasi dan pelaporan, di mana data dapat dianalisis menjadi grafik/diagram, terssip, dan diakses dengan cepat. Untuk kasus di luar kompetensi, diperlukan fitur rujukan otomatis dan daftar kontak rujukan eksternal (psikolog/psikiater).

### Kekhawatiran Implementasi dan Tantangan Adopsi Digital

Meskipun manfaatnya besar, implementasi sistem digitalisasi memiliki kekhawatiran terbesar:

1. Kesiapan Infrastruktur Sekolah: Terutama terkait ketersediaan anggaran jangka panjang untuk pembuatan *platform* (server, lisensi, dan pemeliharaan) serta kendala jaringan internet.
2. Kesiapan Siswa (SDM & Resistensi): Adanya masalah finansial siswa terkait kuota internet, keterbatasan HP yang tidak *support* atau HP yang dipakai satu keluarga, serta kurangnya literasi digital (misalnya tidak tahu atau lupa *email* untuk *login*).
3. Adaptasi: Dibutuhkan sosialisasi dan waktu adaptasi agar siswa dapat menggunakan aplikasi dengan benar.

Oleh karena itu, implementasi digital harus didukung oleh kesiapan sarana prasarana dan kultural sekolah untuk menerima perubahan dari konvensional ke digitalisasi.

### SIMPULAN

Praktik Kerja Lapangan (PKL) bagi siswa SMK memicu tekanan psikologis yang signifikan yang berasal dari tuntutan lingkungan kerja, masalah adaptasi sosial (termasuk dinamika interpersonal negatif), dan kesenjangan antara teori dan praktik di sekolah. Masalah psikologis utama yang dilaporkan mencakup *mental yang belum matang*, *budaya lapangan yang berat* (senioritas, beban tugas berlebihan/tidak sesuai jurusan), dan *kesulitan mengelola emosi*.

Meskipun membutuhkan dukungan, siswa PKL enggan menghubungi Guru BK konvensional karena menganggap masalahnya kecil, malu/sungkan, atau terhambat oleh keterbatasan aksesibilitas, waktu respons yang lambat, dan kendala jarak/waktu. Siswa menggarisbawahi bahwa lingkungan kerja yang suportif jauh lebih penting daripada uang saku.

Digitalisasi layanan BK adalah solusi inovatif dan mendesak untuk mengatasi kendala aksesibilitas dan waktu respons, yang sejalan dengan kerangka manajemen POAC (Planning, Organizing, Actuating, Controlling). Implementasi digitalisasi ini memiliki kekhawatiran utama terkait kesiapan infrastruktur sekolah (anggaran, jaringan) dan kesiapan siswa (biaya kuota, keterbatasan perangkat, literasi digital). Oleh karena itu,

keberhasilan adopsi bergantung pada dukungan sarana prasarana dan kultural sekolah untuk transisi dari model konvensional ke digital.

## REFERENSI

- Bisjoe, H., & Rizal, A. (2018). Menjaring Data dan Informasi Penelitian melalui FGD (Focus Group Discussion): Belajar dari Praktik Lapangan. *Jurnal Penelitian Sosial dan Ekonomi Kehutanan*, 15(1), 17–27. <https://doi.org/10.20886/buleboni.2018.v15.pp17-27>
- Handika, M., & Herdi, H. (2021). Efektivitas Layanan E-Counseling dalam Membantu Permasalahan Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Paedagogy*, 8(4), 506–511. <https://doi.org/10.33394/jp.v8i4.3948>
- Hifsy, I., Firman, & Neviyarni. (2022). Implementasi Manajemen Bimbingan dan konseling (POAC) untuk Pelayanan Bimbingan Konseling yang Efektif. *Education & Learning*, 2(2), 74–78. <http://journal.medanresourcecenter.org/index.php/EL>
- Maharani, R., Firman, & Neviyarni. (2025). Model Manajemen POAC dalam Layanan Bimbingan dan Konseling: Tinjauan Sistematis Terhadap Efektivitas Implementasi di Sekolah. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 771–783. <https://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/edusociety>
- Prayitno. (2018). *Konseling Profesional Yang Berhasil*. Rajawali Pers.
- Rahmawati, A. V., Priasmoro, D. P., & Kurniawan, A. W. (2022). Gambaran tingkat stres siswa SMK program 4 tahun kelas XIII SIJA saat melakukan praktek kerja lapangan. *Nursing Information Journal*, 2(1), 14–19. <https://doi.org/10.54832/nij.v2i1.262>
- Sari, E. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesiapan Kerja. *Jurnal Psikoborneo*, 5(2), 177–183. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4375>