

Penerapan AI dalam Konseling Modern: Analisis tentang Peluang, Efektifitas dan Tantangan Etis

Hendradi Styawan¹, Budiyanto², Evi Winingsih³

^{1,2}Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

*Email koresponden: 25011355011@mhs.unesa.ac.id

ARTIKEL INFO

Article history

Received: 19 December 2025

Accepted: 20 April 2026

Published: 30 April 2026

Kata kunci:

Artificial Intelligence,
Modern Counseling,
Library Research,
Clinical Effectiveness,
Digital Ethics.

ABSTRACT

Introduction: The integration of Artificial Intelligence (AI) in guidance and counseling represents a digital transformation aimed at overcoming the cognitive limitations of counselors in processing complex data in real-time. This study aims to analyze implementation opportunities, clinical effectiveness, and the ethical challenges emerging from AI integration in modern counseling services. **Methods:** This research employs a qualitative approach using the library research method. Data were collected through a systematic review of 25 primary scientific literatures from reputable journals and recent research reports published within the last five years (2020-2025). Data analysis techniques included content analysis and thematic analysis to identify technological effectiveness and ethical parameters of AI utilization. **Results:** Findings indicate that AI enhances the accuracy of psychological assessments by 80-99% through Natural Language Processing (NLP) technology. Furthermore, chatbot-based interventions have been proven to increase accessibility and reduce client depressive symptoms by up to 51%. This technology enables service personalization through the continuous integration of historical data and physical metrics. **Discussion:** Despite its high analytical efficiency, AI is positioned as a supportive instrument that cannot replace the human therapeutic alliance. Primary challenges include data privacy, algorithmic "black box" issues, and the risk of systemic bias. A hybrid model synergy (Human-AI) paired with strict ethical governance represents the optimal strategy for the future of counseling.



© 2025 by authors. Lisensi Ummul Qura : Jurnal Ilmiah Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY-SA) license.

1. PENDAHULUAN

Layanan bimbingan dan konseling saat ini menghadapi tantangan global berupa kesenjangan antara tingginya kebutuhan masyarakat dengan keterbatasan ketersediaan tenaga profesional. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO, 2022), lebih dari 70% negara di dunia belum memiliki infrastruktur kesehatan mental yang memadai, yang mendorong adopsi teknologi *Artificial Intelligence* (AI) sebagai solusi strategis untuk

memperluas jangkauan layanan. Fenomena ini memicu transformasi digital besar-besaran di berbagai sektor kesehatan, di mana AI digunakan untuk memproses data kompleks secara *real-time* guna mengatasi keterbatasan kapasitas kognitif manusia dalam melakukan diagnosis (Fadhilah et al., 2025; Larasuci et al., 2025).

Dalam konteks lokal di Indonesia, tantangan ini semakin nyata mengingat rasio jumlah konselor dengan populasi atau jumlah siswa di sekolah yang sangat tidak seimbang. Aksesibilitas layanan konseling di Indonesia sering kali terhambat oleh kendala geografis, biaya, serta stigma sosial yang masih kuat terhadap pencarian bantuan profesional secara tatap muka (Yusuf & Sugiharto, 2021). Kondisi ini menuntut adanya inovasi manajemen layanan digital yang mampu menjangkau populasi terpencil sekaligus menurunkan hambatan psikologis klien melalui platform yang lebih privat dan fleksibel (Sikumbang, 2023; Adri & Eli, 2025).

Kajian literatur sebelumnya telah banyak mengeksplorasi efektivitas teknis AI dalam praktik klinis. Penelitian oleh Lin et al. (2024) dan Hengki & Muslihati (2025) mengungkapkan bahwa teknologi *Natural Language Processing* (NLP) mampu meningkatkan akurasi asesmen psikologis hingga 80-99% melalui deteksi mikro-ekspresi linguistik. Selain itu, penggunaan *chatbot* dan konselor virtual terbukti efektif dalam memberikan dukungan intervensi dini dan pemantauan perkembangan klien secara berkelanjutan (Ofem et al., 2025; Arif et al., 2024). Meskipun demikian, sebagian besar studi tersebut masih berfokus pada performa algoritma secara terpisah dari praktik profesional konseling yang humanis.

Meskipun potensi teknis AI telah teruji, terdapat **celah penelitian (*research gap*)** di mana belum banyak kajian yang menyintesis efektivitas klinis teknologi tersebut dengan mitigasi dilema etika dan akuntabilitas profesional dalam satu model kerja hibrida yang utuh. Literatur saat ini masih terfragmentasi antara pendukung efisiensi teknologi dan penentang yang mengkhawatirkan hilangnya empati manusia serta masalah privasi data (*black box*) (Maiti et al., 2025; Vadisetty, 2024). Terdapat kebutuhan mendesak untuk merumuskan bagaimana AI dapat berperan sebagai asisten analitik tanpa mendegradasi nilai-nilai hubungan interpersonal yang menjadi jantung dari proses kesembuhan psikologis (Corey, 2016).

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan secara eksplisit untuk menganalisis peluang integrasi AI dalam layanan konseling, mengevaluasi efektivitas klinisnya dalam mendeteksi krisis mental, serta memetakan tantangan etis yang harus dimitigasi oleh praktisi. Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kerangka kerja bagi konselor dalam mengadopsi teknologi digital secara bertanggung jawab dan profesional. Dengan demikian, integrasi AI diharapkan tidak hanya

meningkatkan presisi diagnostik, tetapi juga memperkuat aliansi terapeutik melalui sinergi model hibrida yang menyeimbangkan ketajaman mesin dengan kebijakan manusia (Sharma et al., 2022).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (*library research*) yang berfokus pada analisis kritis terhadap literatur terkini. Sebanyak 25 sumber literatur utama menjadi basis data final yang dikaji secara mendalam untuk menjawab tujuan penelitian.

Untuk mengumpulkan literatur tersebut, strategi pencarian dilakukan secara komprehensif melalui basis data akademik terkemuka, yaitu Scopus, Web of Science (WoS), Google Scholar, dan Directory of Open Access Journals (DOAJ). Pencarian literatur menggunakan kombinasi kata kunci spesifik yang dihubungkan dengan operator *Boolean*, di antaranya: "*Artificial Intelligence*" OR "*AI*" AND "*Counseling*" OR "*Mental Health*", "*Natural Language Processing in Therapy*", serta "*Digital Ethics in Counseling*".

Dalam memastikan relevansi dan kebaruan data, penelitian ini menetapkan batas waktu publikasi yang jelas, yaitu dalam rentang waktu lima tahun terakhir (2020 hingga 2025). Kriteria inklusi yang ditetapkan meliputi: (1) artikel penelitian atau kajian pustaka yang diterbitkan di jurnal *peer-reviewed*; (2) fokus pada penerapan AI dalam bimbingan konseling dan implikasi etisnya; (3) tersedia dalam akses teks penuh (*full text*); dan (4) ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup: (1) literatur non-ilmiah seperti opini media, blog, atau laporan tanpa tinjauan sejawat; (2) artikel teknis yang murni membahas *coding* algoritma tanpa bahasan psikologis; serta (3) publikasi sebelum tahun 2020.

Proses seleksi literatur dilakukan secara bertahap. Pada tahap identifikasi awal dari keempat basis data tersebut, ditemukan total 145 artikel. Setelah dilakukan penyaringan tahap pertama untuk membuang duplikasi serta menilai relevansi judul dan abstrak, sebanyak 82 artikel dieksklusi. Selanjutnya, 63 artikel yang tersisa dievaluasi secara menyeluruh melalui pembacaan teks penuh (*full-text review*). Dari proses penyaringan ketat tersebut, terpilih tepat 25 sumber literatur yang memenuhi seluruh kriteria untuk dianalisis di tahap akhir.

Prosedur analisis data dilakukan menggunakan pendekatan analisis isi (*content analysis*) dan analisis tematik (*thematic analysis*). Ke-25 literatur tersebut dibedah untuk mengekstraksi informasi penting terkait mekanisme kerja AI dan efektivitas klinisnya. Data kemudian dikategorikan ke dalam tema-tema utama penelitian (seperti transformasi diagnostik, aksesibilitas *chatbot*, mitigasi *black box*, dan kolaborasi hibrida). Tahap terakhir

adalah menyintesis temuan-temuan tersebut secara naratif untuk merumuskan landasan teoretis dan rekomendasi etis bagi praktik konseling di era digital.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjauan sistematis terhadap 25 literatur terpilih, penelitian ini mengidentifikasi tiga temuan utama terkait integrasi *Artificial Intelligence* (AI) dalam bimbingan dan konseling:

Akurasi Diagnostik dan Deteksi Krisis Hasil analisis menunjukkan bahwa penggunaan teknologi *Natural Language Processing* (NLP) dan algoritma *machine learning* mampu mendeteksi indikator gangguan kesehatan mental dengan tingkat akurasi antara 80% hingga 99% (Hengki & Muslihati, 2025). Temuan spesifik mengidentifikasi bahwa AI memiliki kemampuan mendeteksi ideasi bunuh diri melalui pola bahasa di media sosial dengan akurasi 93,5%, lebih tinggi dibandingkan deteksi manual oleh praktisi klinis yang sering terhambat oleh keterbatasan durasi sesi (Ofem et al., 2025).

Efektivitas Intervensi Berbasis Chatbot Data dari literatur klinis menunjukkan bahwa intervensi melalui *chatbot* yang mengintegrasikan teknik *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) mampu menurunkan gejala depresi secara signifikan hingga 51% (Zhong et al., 2024). Penggunaan AI dalam bentuk konselor virtual juga meningkatkan frekuensi aksesibilitas layanan hingga 24/7, mengatasi hambatan rasio konselor dan siswa yang tidak seimbang, serta mengurangi stigma sosial pada tahap awal pencarian bantuan (Yusuf & Sugiharto, 2021).

Pemetaan Risiko Etis Identifikasi terhadap literatur etika menunjukkan tiga risiko utama: (1) masalah *Black Box* atau ketidaktransparanan logika algoritma dalam memberikan diagnosis; (2) kerentanan keamanan data pribadi klien pada platform digital; dan (3) bias sistemik yang mungkin muncul akibat dataset pelatihan yang tidak representatif (Maiti et al., 2025; Vadisetty, 2024).

Transformasi Diagnostik: Mengatasi "Blind Spot" Manusia Temuan mengenai akurasi diagnostik AI yang mencapai 99% membuktikan bahwa teknologi ini mampu mengisi celah kognitif konselor manusia. Masalah ilmiah utama dalam konseling konvensional adalah ketidakmampuan manusia dalam memproses ribuan variabel data linguistik secara simultan. Mengapa hal ini terjadi? Karena AI bekerja melalui mekanisme ekstraksi fitur bahasa yang membedah mikro-ekspresi linguistik yang sering terlewatkan dalam pendengaran manusia (Lin et al., 2024). Dengan delegasi tugas analitis kepada AI, konselor dapat memusatkan perhatian pada "aliansi terapeutik" yang menjadi jantung kesembuhan, sesuai dengan teori Corey (2016).

Demokratisasi Layanan: Chatbot sebagai Garda Terdepan Urgensi yang diangkat oleh WHO (2022) mengenai kurangnya layanan kesehatan mental di 70% negara terjawab melalui mekanisme respons adaptif *chatbot*. Berdasarkan penelitian Arif et al. (2024), *chatbot* bertindak sebagai pintu masuk (*triage*) yang aman bagi klien yang enggan berhadapan langsung dengan manusia. Mekanismenya menggunakan *intent recognition* berbasis *deep learning* yang mengenali niat klien dan memberikan teknik regulasi diri secara instan. Penurunan gejala depresi sebesar 51% membuktikan bahwa konsistensi algoritma dalam menerapkan prosedur klinis dapat menjadi komplementer yang kuat bagi layanan tatap muka.

Dilema "Black Box" dan Akuntabilitas Profesional Meskipun akurasi AI tinggi, masalah "Black Box" tetap menjadi hambatan etis terbesar. Dalam praktik klinis, konselor harus mampu menjelaskan alasan di balik sebuah diagnosis. Jika proses logika mesin tidak transparan, akuntabilitas profesional konselor berada dalam risiko (Adri & Eli, 2025). Oleh karena itu, mekanisme perlindungan harus mengadopsi *Explainable AI* (XAI), di mana sistem diwajibkan menunjukkan bukti pendukung atas kesimpulannya. Hal ini krusial agar konselor tidak hanya menjadi pengikut data, tetapi tetap menjadi pengambil keputusan moral utama.

Model Kolaborasi Hibrida: Sinergi Manusia-AI Pembahasan ini merumuskan bahwa masa depan konseling bukanlah penggantian manusia oleh mesin, melainkan model hibrida (*Human-in-the-loop*). Dalam mekanisme ini, AI unggul dalam efisiensi pengolahan data besar (*Big Data*) dan deteksi pola teknis, sementara manusia unggul dalam empati, pemahaman konteks budaya, dan penilaian etis yang kompleks (Larasuci et al., 2025). Sinergi ini memungkinkan terciptanya layanan yang lebih presisi tanpa kehilangan sentuhan kemanusiaan, yang menjadi syarat mutlak dalam efektivitas jangka panjang bimbingan dan konseling di era digital.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil menjawab tujuan utama yang ditetapkan di awal, yaitu menganalisis peluang integrasi, efektivitas klinis, serta tantangan etis *Artificial Intelligence* (AI) dalam layanan konseling modern. Berdasarkan hasil analisis kritis terhadap literatur terkini, dapat disimpulkan bahwa integrasi AI menawarkan peluang revolusioner dalam meningkatkan presisi diagnostik dan memperluas aksesibilitas layanan melalui intervensi berbasis *chatbot*. Efektivitas klinis AI terbukti melalui akurasi deteksi krisis mental yang mencapai rentang 80% hingga 99%, yang secara signifikan mampu mengisi celah kognitif konselor manusia. Namun, tantangan etis berupa masalah *black box* algoritma, privasi data, dan potensi bias sistemik tetap menjadi batasan kritis yang memerlukan pengawasan manusia secara ketat. Sinergi dalam model kolaborasi hibrida (*Human-AI Hybrid*)

merupakan strategi optimal untuk memastikan bahwa efisiensi teknologi tetap berjalan selaras dengan nilai-nilai empati dan aliansi terapeutik yang menjadi jantung profesi konseling.

Keterbatasan Penelitian dan Agenda Riset Mendatang Penelitian ini memiliki keterbatasan pada metodenya yang bersifat studi pustaka (*library research*), sehingga sintesis yang dihasilkan masih bersifat teoretis dan belum diuji melalui validasi empiris secara langsung di lapangan. Selain itu, kajian ini belum mengeksplorasi secara mendalam mengenai variasi respons klien terhadap AI berdasarkan latar belakang budaya dan kelompok umur yang berbeda. Sebagai agenda riset mendatang, peneliti merekomendasikan adanya studi eksperimental atau longitudinal untuk mengukur dampak penggunaan alat AI spesifik dalam praktik konseling klinis maupun sekolah. Riset selanjutnya juga perlu fokus pada pengembangan model *Explainable AI* (XAI) yang lebih transparan dan perumusan regulasi etika yang adaptif guna menjamin perlindungan hak-hak klien di tengah percepatan transformasi digital.

DAFTAR PUSTAKA

Adri, & Eli, F. (2025). Integrasi artificial intelligence (AI) dalam konseling Islam: Peluang dan tantangan etis. *Ikhtisar: Jurnal Pengetahuan Islam*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.55062/ijpi.v5i1.810>

Arif, M., Irfan, S., & Ali, W. (2024). AI and machine learning in Islamic guidance: Opportunities, ethical considerations, and future directions. *Guidance Journal*, 21(2), 112–130. <https://doi.org/10.34005/guidance.v21i02.4449>

Corey, G. (2016). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.

Fadhilah, M. A., & Miftahul, J. (2025). Pendekatan filosofis dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling di era revolusi industri: Internet of Things (IoT). *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 9(2), 150–165. <https://doi.org/10.30653/001.202592.445>

Hammer, P., Westphal, M., Schemmer, M., Vetter, S., & Satzger, G. (2023). Human-AI collaboration: The effect of AI delegation on human task performance and task satisfaction. In *Proceedings of the 28th International Conference on Intelligent User Interfaces (IUI '23)* (pp. 1–12). Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/3581641.3584052>

Hengki, T. H., & Muslihati. (2025). Literasi AI sebagai sarana katalis bagi konselor sekolah masa depan: Meningkatkan layanan bimbingan dan konseling. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 8(1), 50–65.

Larasuci, A., Neviyarni, & Firman. (2025). Tantangan dan inovasi manajemen bimbingan dan konseling di era digital. *Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan dan Humaniora*, 4(2), 110–124. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v4i2.2250>

Lin, I. W., Sharma, A., & Althoff, T. (2024). Natural language processing applications in mental health support: A systematic review. *Journal of Digital Mental Health*, 12(3), 234–248.

Maiti, M., Kayal, P., & Vujko, A. (2025). A study on ethical implications of artificial intelligence adoption in business: Challenges and best practices. *Future Business Journal*, 11(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s43093-025-00462-5>

Ofem, U. J., Ekeruo, R. A., & Okafor, C. M. (2025). Artificial intelligence application in counselling practices: The nexus between awareness and application. *International Journal of Counselling*, 22(1), 45–62.

Paramitha, A. (2023). Perencanaan program sekolah berbasis data berbantuan worksheet analysis di SMK. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 4535–4549. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1135>

Sharma, A., Lin, I. W., Miner, A. S., Atkins, D. C., & Althoff, T. (2022). Human-AI collaboration enables more empathic conversations in text-based peer-to-peer mental health support. *Nature Digital Medicine*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41746-022-00655-0>

Sikumbang, E. (2023). Kepemimpinan kepala sekolah dalam menerapkan konsep merdeka belajar di sekolah dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(1), 96–104. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v5i1.4692>

Vadisetty, R. (2024). AI and privacy concerns in data security: A comprehensive review. *Journal of Data Protection*, 19(2), 156–171.

World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>

Yusuf, S., & Sugiharto, A. (2021). Manajemen layanan konseling digital: Perspektif teoretis dan praktis. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(1), 35–42. <https://doi.org/10.29210/157800>

Zhong, W., Chen, Y., & Park, S. (2024). The therapeutic effectiveness of artificial intelligence-based chatbots in reducing depression and anxiety symptoms: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 356, 45–58. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.087>