

## Peran Konselor dalam Membangun Dinamika Kelompok pada Psikoedukasi Digital: A Systematic Literature Review

Tyas Nurmayadi<sup>1</sup>, Muslikah<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>Universitas Negeri Semarang

E-mail: [dewityasnurmaya@students.unnes.ac.id](mailto:dewityasnurmaya@students.unnes.ac.id)

Received: 15 April 2026

Accepted: 15 May 2026

Published: 1 Juni 2026

### ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam pelaksanaan psikoedukasi berbasis kelompok secara daring. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran konselor dalam membangun dinamika kelompok pada psikoedukasi digital melalui pendekatan Systematic Literature Review (SLR). Data diperoleh dari artikel ilmiah pada basis data bereputasi, seperti Google Scholar, ScienceDirect, SAGE Journals, PubMed, Scopus, dan ProQuest, dalam rentang tahun 2015–2025. Sebanyak 12 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis menggunakan thematic analysis untuk mengidentifikasi pola peran konselor, dinamika kelompok digital, serta strategi pengelolaan interaksi kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan dinamika kelompok dalam psikoedukasi digital dipengaruhi oleh keterhubungan antara komunikasi yang efektif, kohesi kelompok, kepemimpinan konselor, dan dukungan teknologi digital. Komunikasi yang adaptif dan partisipatif berperan dalam membangun kohesi kelompok, sementara kompetensi digital konselor menjadi faktor penting dalam menjaga keterlibatan anggota dan efektivitas interaksi kelompok. Selain itu, penggunaan teknologi yang tepat terbukti mampu memperluas akses layanan sekaligus menciptakan interaksi kelompok yang lebih fleksibel dan inklusif. Dengan demikian, dinamika kelompok pada psikoedukasi digital tidak hanya ditentukan oleh media teknologi yang digunakan, tetapi juga oleh kemampuan konselor dalam mengelola proses interaksi, hubungan interpersonal, dan keterlibatan anggota kelompok secara daring.

**Kata Kunci:** psikoedukasi digital; dinamika kelompok; konseling kelompok digital; kompetensi konseling daring; systematic literature review

---

## The Role of Counselors in Building Group Dynamics in Digital Psychoeducation: A Literature Review

### ABSTRACT

*The rapid development of digital technology has significantly transformed guidance and counseling services, particularly in the implementation of online group-based psychoeducation. This study aims to analyze the role of counselors in building group dynamics within digital psychoeducation through a Systematic Literature Review (SLR) approach. Data were obtained from scientific articles indexed in reputable databases, including Google Scholar, ScienceDirect, SAGE Journals, PubMed, Scopus, and ProQuest, published between 2015 and 2025. A total of 12 articles that met the inclusion criteria were analyzed using thematic analysis to identify patterns related to counselors' roles, digital group dynamics, and strategies for managing group interactions. The findings indicate that the effectiveness of group dynamics in digital psychoeducation is influenced by the interrelationship among effective communication, group cohesion, counselor leadership, and digital technology support. Adaptive and participatory communication plays an important role in fostering group cohesion, while counselors' digital competence is essential for maintaining member engagement and effective group interaction. In addition, the appropriate use of technology has been shown to expand service accessibility while creating more flexible and inclusive group interactions. Therefore, group dynamics in digital psychoeducation are determined not only by the technological media used but also by counselors' abilities to manage interaction processes, interpersonal relationships, and member engagement in online settings.*

**Keywords:** digital psychoeducation; group dynamics; digital group counseling; online counseling competencies; systematic literature review

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi pada era digital membawa perubahan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam bidang pendidikan dan layanan bimbingan dan konseling. Transformasi digital menciptakan pola baru dalam dinamika kelompok yang sebelumnya dilakukan secara tatap muka, kini beralih ke platform daring. Dalam konteks ini, dinamika kelompok tidak lagi terbatas pada interaksi langsung tatap muka, melainkan berkembang melalui media digital yang memiliki karakteristik komunikasi berbeda, seperti keterbatasan isyarat nonverbal dan ketergantungan pada teknologi (Maola et al., 2025; Okech, 2025).

Dinamika kelompok merupakan salah satu aspek penting dalam bimbingan dan konseling, khususnya dalam layanan kelompok seperti psikoedukasi. Dinamika kelompok mencakup interaksi antaranggota, pembentukan kohesi kelompok, serta proses komunikasi yang memengaruhi keberhasilan intervensi. Faktor yang memengaruhi dinamika kelompok meliputi komunikasi, kepemimpinan, norma kelompok, dan interaksi sosial antaranggota (Khushk et al., 2022). Media daring memengaruhi pembentukan hubungan emosional dan keterlibatan anggota kelompok, sehingga dinamika kelompok mengalami perubahan karena interaksi berlangsung melalui media daring (Garcia et al., 2016).

Psikoedukasi kelompok dalam beberapa tahun terakhir telah banyak digunakan sebagai pendekatan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Psikoedukasi digunakan sebagai media pemberian informasi, pembentukan dukungan sosial, dan peningkatan kesadaran diri melalui interaksi kelompok. Studi menunjukkan bahwa psikoedukasi kelompok yang dilakukan dalam format daring, karena lebih fleksibel dan mudah diakses, mampu meningkatkan kualitas hidup, pengetahuan, dan penerimaan diri peserta

(Seery et al., 2024). Selain itu, intervensi psikoedukasi kelompok juga terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental dan mendorong individu untuk lebih terbuka terhadap layanan konseling (Sweet et al., 2023; Tessema et al., 2024).

Meskipun demikian, terdapat berbagai tantangan dalam implementasi psikoedukasi digital, seperti keterbatasan komunikasi nonverbal, potensi gangguan teknis, serta kesulitan dalam membangun kohesi kelompok. Pengelolaan dinamika kelompok dalam lingkungan digital memerlukan strategi khusus. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dinamika dalam lingkungan kelompok daring cenderung berkembang lebih lambat dibandingkan dengan interaksi tatap muka (Joshi et al., 2021; Okech, 2025). Selain itu, faktor emosional dalam interaksi digital juga memiliki karakteristik yang unik, di mana emosi kolektif dapat terbentuk melalui interaksi berbasis teks dan media digital (Garcia et al., 2016).

Konselor berperan penting dalam membangun dan mengelola dinamika kelompok. Dalam hal ini, konselor berperan sebagai fasilitator sekaligus pemimpin yang mampu menciptakan suasana kelompok yang aman, nyaman, dan kondusif bagi interaksi kelompok. Keberhasilan layanan psikoedukasi kelompok ditentukan oleh kemampuan konselor dalam membangun hubungan interpersonal, mengelola komunikasi, serta menyesuaikan strategi intervensi dengan konteks digital (Maola et al., 2025). Hal ini sejalan dengan penelitian yang menekankan bahwa efektivitas layanan konseling digital sangat bergantung pada kompetensi konselor dalam mengelola interaksi dan hubungan terapeutik secara daring (Simon et al., 2025).

Selain itu, kepemimpinan merupakan aspek penting yang membentuk dinamika kelompok yang efektif. Konselor sebagai pemimpin kelompok harus mampu menciptakan suasana yang hangat, membangun

kepercayaan, dan mendorong partisipasi aktif anggota kelompok. Penggunaan pendekatan homeroom dalam psikoedukasi kelompok yang menghadirkan suasana nyaman dan suportif dapat meningkatkan keterlibatan anggota serta memperkuat dinamika kelompok (Nuha et al., 2024). Dengan demikian, kualitas kepemimpinan konselor menjadi faktor kunci dalam keberhasilan dinamika kelompok. Di sisi lain, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti kohesi kelompok, komunikasi efektif, dan dukungan sosial memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas interaksi kelompok serta hasil intervensi (Fan et al., 2025; Niari, 2025). Hal ini menegaskan bahwa dinamika kelompok tidak hanya dipengaruhi oleh media yang digunakan, tetapi juga oleh cara pemimpin kelompok, yaitu konselor, mengelola proses interaksi kelompok.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas dinamika kelompok, psikoedukasi, dan konseling digital, sebagian besar kajian masih menempatkan aspek-aspek tersebut secara terpisah. Penelitian terdahulu umumnya berfokus pada efektivitas layanan konseling digital, interaksi kelompok daring, atau penggunaan teknologi dalam layanan kesehatan mental tanpa mengintegrasikan peran konselor dalam proses pembentukan dinamika kelompok secara komprehensif (Maola et al., 2025; Okech, 2025). Selain itu, kajian yang menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) untuk menganalisis keterkaitan antara peran konselor, dinamika kelompok, dan psikoedukasi digital dalam satu kerangka analisis masih relatif terbatas (Nuha et al., 2024). Padahal, keberhasilan psikoedukasi digital tidak hanya ditentukan oleh penggunaan teknologi, tetapi juga oleh kemampuan konselor dalam membangun komunikasi, kohesi kelompok, serta keterlibatan anggota dalam lingkungan daring (Fan et al., 2025; Niari, 2025). Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut melalui sintesis literatur yang secara khusus

mengintegrasikan peran konselor, dinamika kelompok, dan psikoedukasi digital dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di era digital.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan pendekatan kualitatif untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menyintesis penelitian terdahulu terkait peran konselor dalam membangun dinamika kelompok pada psikoedukasi berbasis digital. Pendekatan SLR dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang sistematis, transparan, dan komprehensif terhadap fenomena yang dikaji berdasarkan hasil penelitian sebelumnya. SLR juga digunakan untuk menelaah, mengorganisasi, dan menyintesis bukti ilmiah secara terstruktur sehingga dapat menghasilkan pemahaman yang lebih utuh terhadap suatu topik penelitian (Snyder, 2019; Xiao & Watson, 2019).

Proses pencarian literatur dilakukan melalui beberapa basis data bereputasi, yaitu Google Scholar, ScienceDirect, SAGE Journals, PubMed, Scopus, dan ProQuest. Pencarian artikel menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Inggris, seperti “group dynamics”, “digital psychoeducation”, “digital group counseling”, “online counseling competencies”, dan “online counseling”. Penggunaan kata kunci dan basis data yang beragam dilakukan untuk memperluas cakupan pencarian serta meminimalkan risiko terlewatnya artikel yang relevan, sebagaimana dianjurkan dalam prosedur tinjauan literatur sistematis (Xiao & Watson, 2019). Rentang publikasi yang digunakan adalah tahun 2015–2025 untuk memastikan relevansi dan kebaruan penelitian.

Berdasarkan hasil pencarian awal, diperoleh sebanyak 56 artikel. Selanjutnya, dilakukan proses penyaringan (screening) berdasarkan kesesuaian judul, abstrak, dan isi artikel dengan fokus penelitian. Pada tahap awal, sebanyak 11 artikel dieliminasi karena

terduplikasi atau tidak tersedia dalam bentuk full text. Selanjutnya, 18 artikel dieliminasi karena tidak secara spesifik membahas dinamika kelompok, psikoedukasi digital, atau peran konselor dalam konteks kelompok daring. Sebanyak 9 artikel lainnya dieliminasi karena berasal dari prosiding, buku, atau sumber nonjurnal ilmiah. Pada tahap berikutnya, 6 artikel dieliminasi karena tidak berasal dari jurnal bereputasi atau tidak memenuhi kriteria kualitas akademik. Setelah melalui proses seleksi bertahap, diperoleh 12 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis lebih lanjut. Proses seleksi artikel dilakukan secara sistematis dengan mengadaptasi tahapan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) yang meliputi identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi artikel (Page et al., 2021). Kriteria inklusi dan eksklusi penelitian disajikan pada Tabel I berikut.

**Tabel I.** Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Tahun Publikasi	2015-2025	Sebelum 2015
Jenis Artikel	Artikel jurnal ilmiah	Prosiding, skripsi, buku
Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain Indonesia dan Inggris
Indeks Jurnal	Scopus, SINTA, PubMed, Elsevier, ProQuest	Jurnal tidak terindeks
Fokus Kajian	Dinamika kelompok, psikoedukasi digital, konseling digital	Tidak relevan dengan fokus penelitian
Akses Artikel	Full-text	Abstrak saja

Sebanyak 12 artikel yang terpilih kemudian dikelompokkan berdasarkan fokus pembahasan penelitian untuk mempermudah proses sintesis dan

identifikasi tema utama. Fokus bahasan dari 12 artikel tersebut meliputi: 4 artikel membahas kompetensi konselor, kepemimpinan, dan hubungan terapeutik daring; 3 artikel membahas kohesi kelompok, komunikasi emosi kolektif, dan interaksi digital; 3 artikel membahas dampak psikoedukasi terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis; serta 2 artikel membahas hambatan teknis, adaptasi digital, dan strategi pengelolaan kelompok.

Analisis data dilakukan menggunakan thematic analysis. Proses analisis dimulai dengan membaca artikel secara menyeluruh, kemudian melakukan open coding terhadap informasi penting yang berkaitan dengan peran konselor, dinamika kelompok, interaksi digital, dan strategi pengelolaan kelompok. Selanjutnya, kode-kode yang memiliki kesamaan makna dikelompokkan ke dalam tema-tema utama, yaitu komunikasi digital, kohesi kelompok, kepemimpinan konselor, efektivitas psikoedukasi, dan tantangan interaksi daring. Tahap akhir dilakukan dengan menyintesis hubungan antartema untuk mengidentifikasi pola umum dan menghasilkan interpretasi konseptual mengenai dinamika kelompok pada psikoedukasi digital. Penggunaan thematic analysis relevan karena metode ini memungkinkan peneliti mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola atau tema penting dalam data kualitatif secara fleksibel dan sistematis (Braun & Clarke, 2021).

Untuk menjaga validitas penelitian, proses seleksi dan analisis dilakukan secara sistematis dengan menggunakan kriteria yang jelas serta membandingkan temuan antarartikel guna menghasilkan sintesis yang objektif dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Prosedur ini dilakukan untuk meningkatkan transparansi, keterlacakan, dan ketelitian dalam proses kajian literatur, sebagaimana ditekankan dalam penelitian berbasis tinjauan literatur sistematis (Snyder, 2019; Xiao & Watson, 2019).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan proses seleksi literatur yang telah dilakukan, diperoleh sejumlah artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan relevan dengan topik penelitian. Artikel-artikel tersebut kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi karakteristik penelitian, fokus kajian, serta temuan utama yang berkaitan dengan peran konselor dalam membangun dinamika kelompok pada psikoedukasi berbasis digital.

Hasil ekstraksi data menunjukkan bahwa penelitian yang dianalisis menggunakan beragam metode, mulai dari pendekatan kualitatif, kuantitatif, hingga *systematic literature review*. Secara umum, fokus penelitian terbagi ke dalam empat tema utama, yaitu: (1) peran konselor dan kepemimpinan kelompok digital, (2) dinamika kelompok dalam lingkungan digital, (3) efektivitas psikoedukasi berbasis kelompok digital, serta (4) strategi dan tantangan dalam pengelolaan kelompok digital.

Hasil sintesis menunjukkan bahwa komunikasi digital, kohesi kelompok, kepemimpinan konselor, dan dukungan teknologi menjadi faktor utama yang memengaruhi efektivitas dinamika kelompok dalam psikoedukasi digital. Sebagian besar penelitian menempatkan konselor sebagai fasilitator, pemimpin kelompok, dan pengelola interaksi yang berperan dalam menciptakan keterlibatan anggota kelompok.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital mampu meningkatkan fleksibilitas interaksi dan memperluas akses layanan bimbingan dan konseling. Namun demikian, beberapa penelitian mengidentifikasi adanya tantangan dalam kelompok digital, seperti keterbatasan komunikasi nonverbal, hambatan teknis, serta kesulitan dalam membangun kohesi kelompok secara cepat.

Secara keseluruhan, hasil sintesis menunjukkan bahwa dinamika kelompok dalam psikoedukasi digital

merupakan hasil interaksi antara faktor komunikasi, kohesi kelompok, kepemimpinan konselor, dan dukungan teknologi digital. Ringkasan hasil ekstraksi artikel disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 2.** Ekstraksi Hasil Artikel

No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi
1	Niari (2025), <i>Integrating Group Dynamics into Distance Collaborative Learning</i> . Penelitian menggunakan <i>theory-building case study</i> dengan <i>grounded theory</i> melalui observasi partisipatif dan nonpartisipatif, wawancara, serta kuesioner. Subjek penelitian meliputi mahasiswa pascasarjana, mahasiswa sarjana, dan tutor.	Penelitian mengidentifikasi tujuh parameter utama dalam pembelajaran kolaboratif jarak jauh, yaitu konteks pendidikan, media, waktu, instruktur, peserta didik, desain pembelajaran, serta komunikasi dan iklim kelompok. Implikasinya, dinamika kelompok digital memerlukan komunikasi terstruktur, iklim suportif, dan fasilitasi aktif agar partisipasi serta kohesi kelompok daring berkembang optimal.
2	Fan et al. (2025), <i>Group Dynamics &amp; Decision-Making Processes Psychology Student</i> . Penelitian menggunakan	Kohesi kelompok dan komunikasi efektif meningkatkan kualitas, kecepatan, dan akurasi pengambilan keputusan. Konflik yang tidak terselesaikan dan kepemimpinan yang

No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi	No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi
	pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasi dan regresi terhadap 300 mahasiswa psikologi.	buruk menurunkan efektivitas kelompok. Implikasinya, kelompok digital membutuhkan komunikasi terbuka, kepemimpinan demokratis, dan pengelolaan konflik yang baik.		Penelitian menggunakan SLR terhadap artikel jurnal, buku akademik, dan pedoman profesional terkait konseling digital.	privasi, bias algoritma, dan keterasingan emosional. Implikasinya, dinamika kelompok daring tetap membutuhkan empati, rasa aman psikologis, etika komunikasi, dan kualitas hubungan terapeutik.
3	Khushk et al. (2022), <i>Understanding Group Dynamics: Theories, Practices, and Future Directions</i> . Penelitian menggunakan metode <i>Systematic Literature Review</i> terhadap kajian tentang <i>group dynamics</i> , <i>teamwork</i> , konflik, dan identitas sosial.	Dinamika kelompok dipengaruhi oleh kohesi, norma kelompok, identitas sosial, konflik, kepemimpinan, dan pembelajaran sosial. Implikasinya, kelompok digital memerlukan norma yang jelas, identitas sosial bersama, dan kohesi interpersonal untuk mendukung kolaborasi virtual yang efektif.	5	Okech (2025), <i>Online Group Counseling</i> . Artikel ini merupakan <i>editorial review</i> dan sintesis literatur tentang <i>online group counseling</i> .	Konseling kelompok daring berkembang pesat pascapandemi, tetapi menghadapi keterbatasan komunikasi nonverbal, perkembangan kohesi yang lebih lambat, hambatan teknologi, dan penurunan keterlibatan anggota. Implikasinya, kelompok digital memerlukan strategi khusus untuk membangun kohesi, inklusivitas, dan keterlibatan anggota.
4	Maola et al. (2025), <i>Modernizing Mental Health: The Role, Ethics, and Competencies of Counseling in the Digital Age</i> .	Teknologi digital memperluas akses layanan konseling melalui <i>tele-counseling</i> , aplikasi konseling, dan <i>AI-assisted intervention</i> , tetapi juga menghadirkan tantangan	6	Garcia et al. (2016), <i>The Dynamics of Emotions in Online Interaction</i> . Penelitian menggunakan	Emosi kolektif dalam komunitas daring dipengaruhi oleh valensi emosional, <i>arousal</i> , dan isi diskusi. Interaksi berbasis teks dapat memicu <i>emotional contagion</i> . Implikasinya,

No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi	No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi
	studi eksperimental terhadap 207 partisipan dalam tiga studi interaksi emosional daring.	dinamika kelompok digital sangat dipengaruhi oleh penyebaran emosi yang dapat membentuk kohesi, konflik, maupun regulasi emosi kelompok.		dengan desain <i>uncontrolled pre-post</i> terhadap 257 orang dewasa dengan ADHD.	kelompok digital efektif jika didukung interaksi terstruktur, fasilitator responsif, fitur digital interaktif, dan ruang komunikasi yang aman.
7	Simon et al. (2025), <i>Guidance and Counselling Services through Online Content Development</i> .  Penelitian menggunakan metode <i>Research and Development</i> model ADDIE dengan melibatkan ahli BK, ahli media, mahasiswa, dan siswa.	Platform BKONLINE dinilai layak dan mampu meningkatkan aksesibilitas, efektivitas, serta personalisasi layanan BK. Implikasinya, platform digital dapat mendukung interaksi kelompok yang lebih fleksibel, personal, kolaboratif, dan meningkatkan keterlibatan anggota dalam layanan BK digital.	9	Joshi et al. (2021), <i>Facilitator Lessons from Online Psychoeducational Group for Relational Well-Being</i> .  Penelitian menggunakan studi reflektif fasilitator berbasis dokumentasi sesi dan catatan fasilitator terhadap 20 individu dewasa di India.	Keberhasilan kelompok daring dipengaruhi oleh persiapan fasilitator, seleksi anggota, penggunaan <i>co-facilitator</i> , serta kombinasi elemen didaktik dan interaktif. Implikasinya, dinamika kelompok digital membutuhkan struktur komunikasi yang jelas, pembagian peran fasilitator, dan rasa aman psikologis.
8	Seery et al. (2024), <i>Feasibility of the Understanding and Managing Adult ADHD Programme</i> .  Penelitian menggunakan studi <i>feasibility</i>	Program <i>online group psychoeducation</i> menunjukkan tingkat kehadiran dan kepuasan tinggi, serta meningkatkan kualitas hidup, penerimaan diri, dan pengetahuan tentang ADHD. Implikasinya, dinamika	10	Tessema et al. (2024), <i>Effectiveness of Group-Based Psycho-Education on Preventing Postpartum Depression</i> .  Penelitian menggunakan	Psikoedukasi kelompok prenatal efektif menurunkan risiko <i>postpartum depression</i> . Dukungan sosial, dukungan emosional pasangan, dan literasi kesehatan mental menjadi faktor protektif utama. Implikasinya, diskusi kelompok dan

No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi
	<i>cluster-randomized controlled trial</i> terhadap 550 ibu hamil di fasilitas kesehatan primer.	berbagi pengalaman dapat memperkuat rasa percaya diri, dukungan sosial, dan solidaritas antaranggota.
11	Sweet et al. (2023), <i>Impact of Online Group Psychoeducation and Support Sessions</i> . Penelitian menggunakan <i>observational retrospective pilot study</i> terhadap 6.723 peserta sesi psikoedukasi daring.	Psikoedukasi daring meningkatkan pemahaman kesehatan mental, konektivitas sosial, dan keterbukaan terhadap layanan kesehatan mental lanjutan. Implikasinya, kelompok digital dapat membangun <i>social connectedness</i> , dukungan emosional, dan rasa kebersamaan melalui interaksi sinkron.
12	Nuha et al. (2024), <i>Psycho-Educational Group Leaders through the Homeroom Approach</i> . Penelitian menggunakan SLR terhadap artikel terkait <i>group leadership</i> , <i>psychoeducational group</i> , dan	Pendekatan <i>homeroom</i> menciptakan suasana kelompok yang hangat, aman, nyaman, dan terbuka. Keterampilan mendengar aktif, empati, perhatian, dan hubungan interpersonal menjadi kompetensi utama pemimpin kelompok. Implikasinya, pemimpin kelompok digital perlu membangun atmosfer interpersonal yang suportif agar anggota

No.	Identitas Artikel dan Metode/Subjek	Temuan Utama dan Implikasi
	<i>homeroom approach</i> .	nyaman berpartisipasi dan terbuka dalam komunikasi.

Berdasarkan tabel ekstraksi artikel, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis kelompok dalam format digital efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, kesadaran diri, serta kesejahteraan individu. Temuan ini konsisten dengan penelitian Seery et al. (2024) dan Tessema et al. (2024) yang menunjukkan bahwa psikoedukasi kelompok memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup dan kesehatan mental peserta. Selain itu, Sweet et al. (2023) menunjukkan bahwa psikoedukasi digital juga mampu meningkatkan keterlibatan dan keterbukaan individu terhadap layanan kesehatan mental.

Secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan bahwa dinamika kelompok dalam psikoedukasi digital merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor komunikasi, kepemimpinan, kohesi kelompok, serta dukungan teknologi. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan psikoedukasi digital tidak hanya ditentukan oleh penggunaan teknologi, tetapi juga oleh kualitas interaksi yang dibangun dalam kelompok serta kompetensi konselor dalam mengelola dinamika tersebut.

### Pembahasan

Pembentukan dinamika kelompok dalam psikoedukasi digital dapat dipahami melalui teori dinamika kelompok Kurt Lewin yang menekankan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi kelompok dan lingkungan sosialnya (Khushk et al., 2022). Efektivitas kelompok dipengaruhi oleh kohesi, komunikasi, norma,

kepemimpinan, dan partisipasi anggota (Fan et al., 2025; Khushk et al., 2022). Dalam konteks digital, interaksi kelompok dimediasi oleh teknologi sehingga pembentukan kohesi dan hubungan interpersonal tidak terjadi secara spontan seperti pada pertemuan tatap muka (Okech, 2025). Oleh karena itu, konselor perlu menyesuaikan strategi fasilitasi agar interaksi kelompok tetap efektif di ruang virtual (Niari, 2025; Okech, 2025). Selain itu, teori *social presence* menjelaskan bahwa media digital memiliki keterbatasan dalam menghadirkan kedekatan sosial dan emosional antaranggota (Andrews et al., 2024). Rendahnya kehadiran sosial dapat menghambat hubungan interpersonal dan kohesi kelompok (Garcia et al., 2016), sehingga konselor perlu menerapkan komunikasi yang adaptif, suportif, dan partisipatif untuk memperkuat keterhubungan emosional dalam psikoedukasi digital (Andrews et al., 2024; Nuha et al., 2024).

### **Peran Konselor dalam Membangun Dinamika Kelompok**

Berdasarkan hasil analisis terhadap artikel yang dikaji, ditemukan bahwa konselor memiliki peran yang sangat penting dalam membangun dinamika kelompok pada psikoedukasi berbasis digital. Konselor tidak hanya berfungsi sebagai fasilitator, tetapi juga sebagai pemimpin kelompok yang bertanggung jawab dalam mengelola interaksi, menciptakan suasana yang kondusif, serta membangun kohesi antaranggota kelompok. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa keberhasilan dinamika kelompok sangat dipengaruhi oleh kualitas kepemimpinan dan kemampuan interpersonal pemimpin kelompok (Khushk et al., 2022; Nuha et al., 2024). Konselor harus adaptif dan mampu membangun hubungan secara daring (Connolly et al., 2021). Dalam membangun nilai dan hubungan interpersonal, konselor hendaknya menggunakan pendekatan konseling berbasis nilai budaya untuk

memahami dan menghargai perbedaan serta membangun interaksi yang saling mendukung dalam kelompok. Hal ini sejalan dengan pendekatan konseling berbasis nilai budaya yang menekankan bahwa pemimpin kelompok perlu memiliki kemampuan empati, penerimaan, serta kemampuan menciptakan suasana yang hangat dan suportif untuk membangun dinamika kelompok yang efektif (Mulawarman et al., 2021).

Dalam *setting* tatap muka, konselor umumnya membangun dinamika kelompok melalui observasi langsung terhadap ekspresi nonverbal, kontak mata, intonasi suara, dan respons emosional anggota kelompok (Okech, 2025). Namun, dalam lingkungan digital, sebagian besar isyarat interpersonal tersebut mengalami reduksi karena interaksi dimediasi oleh teknologi (Garcia et al., 2016; Okech, 2025). Kondisi ini menyebabkan peran konselor mengalami transformasi dari sekadar fasilitator diskusi menjadi pengelola komunikasi digital dan penjaga keterlibatan emosional anggota kelompok (Békés & Doorn, 2020; Smith & Gillon, 2021). Konselor tidak hanya bertugas mengatur jalannya diskusi, tetapi juga perlu secara aktif menciptakan *social presence*, menjaga kohesi virtual, serta memastikan setiap anggota tetap merasa terhubung dalam proses kelompok (Andrews et al., 2024; Nuha et al., 2024). Dengan demikian, kepemimpinan konselor dalam kelompok digital tidak lagi hanya berbasis interaksi interpersonal konvensional, tetapi juga mencakup kemampuan mengelola komunikasi berbasis teknologi dan membangun kedekatan psikologis secara daring (Maola et al., 2025; Okech, 2025).

### **Dinamika Kelompok dalam Psikoedukasi Digital**

Perubahan pola interaksi dalam kelompok digital menunjukkan bahwa dinamika kelompok tidak lagi sepenuhnya dibangun melalui kedekatan fisik, tetapi

melalui kualitas komunikasi virtual dan keterlibatan psikologis anggota kelompok (Garcia et al., 2016; Okech, 2025). Dalam kelompok tatap muka, kohesi kelompok biasanya berkembang melalui interaksi spontan dan komunikasi nonverbal yang terjadi secara langsung (Khushk et al., 2022). Sebaliknya, pada kelompok digital, proses pembentukan kohesi cenderung berlangsung lebih lambat karena komunikasi berlangsung melalui mediasi teknologi dan sering kali terbatas pada teks atau tampilan layar (Joshi et al., 2021; Okech, 2025). Hal ini menyebabkan hubungan interpersonal dalam kelompok digital lebih rentan terhadap miskomunikasi, penurunan partisipasi, serta keterasingan emosional antaranggota kelompok (Garcia et al., 2016; Maola et al., 2025). Meskipun demikian, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan fitur interaktif, seperti *breakout room*, diskusi sinkron, dan komunikasi partisipatif, mampu meningkatkan *social connectedness* dan memperkuat keterlibatan anggota kelompok dalam ruang virtual (Seery et al., 2024; Sweet et al., 2023). Dengan demikian, efektivitas dinamika kelompok digital sangat dipengaruhi oleh kemampuan konselor dalam menciptakan komunikasi yang responsif dan menghadirkan suasana interaksi yang aman serta suportif (Nuha et al., 2024; Niari, 2025).

#### **Efektivitas Psikoedukasi Berbasis Kelompok dalam Format Digital**

Psikoedukasi berbasis kelompok dalam format digital terbukti memberikan dampak positif terhadap peserta. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi kelompok mampu meningkatkan literasi kesehatan mental, kesadaran diri, serta kualitas hidup individu (Seery et al., 2024; Tessema et al., 2024). Selain itu, partisipasi dalam kelompok psikoedukasi juga memberikan dukungan sosial yang signifikan bagi peserta, sehingga membantu mereka dalam menghadapi berbagai permasalahan psikologis.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa psikoedukasi kelompok digital dapat meningkatkan minat individu untuk mengakses layanan kesehatan mental serta mengurangi stigma terhadap konseling (Sweet et al., 2023). Sejalan dengan hal tersebut, pemanfaatan teknologi digital dalam layanan kesehatan mental terbukti mampu memperluas jangkauan intervensi serta meningkatkan efisiensi layanan (Choudhary et al., 2025; Lattie et al., 2019; Torous et al., 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan kelompok dalam format digital tidak hanya efektif sebagai intervensi, tetapi juga sebagai sarana untuk memperluas akses terhadap layanan bimbingan dan konseling (Sweet et al., 2023), serta memiliki efektivitas yang sebanding dengan metode konvensional (Cheng et al., 2022).

#### **Tantangan dalam Membangun Dinamika Kelompok Digital**

Tantangan dalam dinamika kelompok digital tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga berkaitan dengan perubahan karakter komunikasi interpersonal dalam lingkungan virtual (Okech, 2025). Berdasarkan perspektif *Computer-Mediated Communication*, komunikasi daring memiliki keterbatasan dalam menyampaikan ekspresi emosional secara utuh karena berkurangnya isyarat nonverbal, seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan kontak sosial langsung (Garcia et al., 2016). Kondisi ini dapat memengaruhi proses pembentukan kepercayaan, empati, dan kohesi kelompok, terutama dalam layanan psikoedukasi yang menekankan hubungan interpersonal dan dukungan emosional (Andrews et al., 2024; Nuha et al., 2024). Selain itu, interaksi digital juga meningkatkan risiko *passive participation*, yaitu kondisi ketika anggota kelompok hadir secara virtual, tetapi tidak terlibat aktif dalam proses kelompok (Joshi et al., 2021). Oleh karena itu, konselor perlu mengembangkan strategi komunikasi yang lebih interaktif dan reflektif agar anggota kelompok tetap

merasa memiliki keterhubungan psikologis selama proses psikoedukasi berlangsung (Niari, 2025; Seery et al., 2024).

### **Strategi Konselor dalam Mengoptimalkan Dinamika Kelompok**

Dalam konteks dinamika kelompok digital, strategi konselor tidak hanya berorientasi pada penyampaian materi psikoedukasi, tetapi juga pada penciptaan pengalaman interaksi yang mampu meningkatkan keterlibatan emosional anggota kelompok (Sweet et al., 2023; Seery et al., 2024). Konselor perlu mengembangkan pendekatan fasilitasi yang lebih kolaboratif dan partisipatif untuk mengurangi jarak psikologis yang sering muncul dalam komunikasi virtual (Niari, 2025; Okech, 2025). Penggunaan teknik seperti *ice breaking* digital, diskusi kelompok kecil, refleksi interaktif, serta pemberian umpan balik personal dapat membantu meningkatkan *sense of belonging* dan kohesi kelompok dalam lingkungan daring (Seery et al., 2024; Joshi et al., 2021). Selain itu, strategi komunikasi yang empatik dan suportif juga menjadi penting karena hubungan terapeutik dalam kelompok digital sangat dipengaruhi oleh kemampuan konselor dalam menghadirkan rasa aman psikologis dan kedekatan interpersonal, meskipun interaksi dilakukan melalui media teknologi (Nuha et al., 2024; Maola et al., 2025).

### **Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, kajian ini menggunakan pendekatan Systematic Literature Review sehingga temuan yang dihasilkan bergantung pada kualitas, ketersediaan, dan cakupan artikel yang dianalisis. Meskipun artikel yang dipilih telah melalui proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, jumlah artikel yang dianalisis masih relatif terbatas sehingga belum sepenuhnya merepresentasikan seluruh praktik psikoedukasi digital dalam berbagai konteks layanan bimbingan dan konseling. Kedua, sebagian artikel yang

dikaji memiliki perbedaan metode, subjek, konteks budaya, dan bentuk intervensi, sehingga sintesis temuan lebih bersifat konseptual daripada menghasilkan generalisasi empiris yang kuat. Selain itu, masih terbatas penelitian yang secara spesifik menguji hubungan langsung antara peran konselor, dinamika kelompok digital, dan hasil psikoedukasi secara longitudinal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu mengembangkan studi empiris dengan desain kuantitatif, kualitatif, maupun campuran untuk menguji efektivitas strategi konselor dalam membangun dinamika kelompok digital secara lebih mendalam.

### **Implikasi Global**

Secara global, temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di era digital. Psikoedukasi digital dapat menjadi alternatif layanan yang inklusif, fleksibel, dan mudah diakses, terutama bagi individu yang menghadapi hambatan geografis, sosial, ekonomi, atau psikologis dalam mengakses layanan tatap muka. Namun, keberhasilan layanan ini tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan platform teknologi, tetapi juga oleh kompetensi konselor dalam membangun komunikasi empatik, kohesi kelompok, rasa aman psikologis, dan keterlibatan aktif anggota dalam ruang virtual. Dalam konteks internasional, temuan ini menegaskan perlunya penguatan kompetensi konselor digital melalui pelatihan profesional yang mencakup etika layanan daring, literasi teknologi, fasilitasi kelompok virtual, sensitivitas budaya, dan pengelolaan dinamika emosional dalam interaksi digital. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan model psikoedukasi digital yang adaptif secara budaya, relevan secara global, dan responsif terhadap kebutuhan layanan kesehatan mental serta bimbingan dan konseling di berbagai negara.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan literatur, dapat disimpulkan bahwa konselor memiliki peran sentral sebagai fasilitator dan pemimpin dalam membangun dinamika kelompok pada psikoedukasi berbasis digital. Dinamika kelompok dalam konteks digital memiliki karakteristik yang berbeda dari layanan tatap muka, terutama pada aspek komunikasi dan pembentukan kohesi kelompok. Meskipun demikian, psikoedukasi kelompok digital terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, kesadaran diri, serta kesejahteraan individu, sekaligus memperluas akses layanan bimbingan dan konseling. Keberhasilan layanan ini sangat dipengaruhi oleh kompetensi konselor dalam komunikasi digital, kepemimpinan, dan pengelolaan interaksi kelompok. Oleh karena itu, penguatan kompetensi konselor serta pengembangan strategi dan model intervensi yang adaptif terhadap teknologi menjadi kunci dalam meningkatkan efektivitas layanan psikoedukasi digital.

Secara ilmiah, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian bimbingan dan konseling digital dengan mengintegrasikan perspektif dinamika kelompok, komunikasi digital, dan kepemimpinan konselor dalam satu kerangka sintesis. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan psikoedukasi digital tidak hanya ditentukan oleh penggunaan teknologi, tetapi juga oleh kemampuan konselor dalam membangun hubungan interpersonal, menjaga social presence, dan mengelola dinamika kelompok secara virtual.

Terdapat beberapa implikasi praktis yang dapat menjadi rekomendasi dalam pengembangan layanan psikoedukasi digital. Pertama, konselor perlu meningkatkan kompetensi digital, tidak hanya dalam aspek teknis penggunaan platform, tetapi juga dalam kemampuan membangun komunikasi interpersonal dan hubungan terapeutik secara daring. Kedua, diperlukan pengembangan model psikoedukasi kelompok digital

yang lebih adaptif dan interaktif, seperti penggunaan fitur breakout room, media visual, serta metode partisipatif yang mampu meningkatkan keterlibatan anggota kelompok. Ketiga, lembaga pendidikan dan layanan bimbingan dan konseling perlu menyediakan pelatihan khusus serta dukungan infrastruktur untuk menunjang pelaksanaan layanan digital yang efektif. Keempat, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji secara empiris efektivitas strategi konselor dalam membangun dinamika kelompok digital serta mengembangkan model intervensi berbasis teknologi yang lebih inovatif. Dengan demikian, layanan psikoedukasi digital dapat terus berkembang dan memberikan dampak yang lebih luas bagi masyarakat.

## REFERENSI

- Andrews, K., Ross, D., & Maroney, T. L. (2024). Online group psychotherapy: A systematic review. *Community Mental Health Journal*, 60(8), 1511–1531. <https://doi.org/10.1007/s10597-024-01304-4>
- Békés, V., & van Doorn, K. A. (2020). Psychotherapists' attitudes toward online therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 238–247. <https://doi.org/10.1037/int0000214>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 328–352. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238>
- Cheng, Z., Gao, X., Yang, C., Brytek-Matera, A., & He, J. (2022). Effects of online and face-to-face intuitive eating interventions on body image and eating behaviors among women in China: A

- feasibility study. *Nutrients*, 14(9), Article 1761.  
<https://doi.org/10.3390/nu14091761>
- Choudhary, S., Mehta, U. M., Naslund, J. A., & Torous, J. (2025). Translating digital health into the real world: The evolving role of digital navigators to enhance mental health access and outcomes. *Journal of Technology in Behavioral Science*.  
<https://doi.org/10.1007/s41347-025-00569-0>
- Connolly, S. M., Vanchu-Orosco, M., Warner, J., Seidi, P. A., Edwards, J., Boath, E., & Irgens, A. C. (2021). Mental health interventions by lay counsellors: A systematic review and meta-analysis. *Bulletin of the World Health Organization*, 99(8), 572–582.  
<https://doi.org/10.2471/BLT.20.269050>
- Fan, Y., Liu, D., & Li, X. (2025). Group dynamics and its influence to decision-making processes of psychology students. *Journal of Psychology and Behavior Studies*, 5(2), 7–14.  
<https://doi.org/10.32996/jpbs.2025.5.2.2>
- Garcia, D., Kappas, A., Küster, D., & Schweitzer, F. (2016). The dynamics of emotions in online interaction. *Royal Society Open Science*, 3(8), Article 160059.  
<https://doi.org/10.1098/rsos.160059>
- Joshi, A., Joshi, A., Chatterjee, I., Kantak, C., & Puntambekar, A. (2021). Facilitator lessons from online psychoeducational group for relational well-being in India during COVID-19 pandemic. *Journal of Family Therapy*, 43(2), 314–328. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12337>
- Khushk, A., Zengtian, Z., Hui, Y., & Atamba, C. (2022). Understanding group dynamics: Theories, practices, and future directions. *Malaysian E Commerce Journal*, 6(1), 1–8.  
<https://doi.org/10.26480/mecj.01.2022.01.08>
- Lattie, E. G., Adkins, E. C., Winquist, N., Stiles-Shields, C., Wafford, Q. E., & Graham, A. K. (2019). Digital mental health interventions for depression, anxiety, and enhancement of psychological well-being among college students: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 21(7), Article e12869.  
<https://doi.org/10.2196/12869>
- Maola, S. N., Andela, F., Salsabila, R. A., Syairani, N. S., Rizqia, A. D., & Afendy, P. M. (2025). Modernizing mental health: The role, ethics, and competencies of counseling in the digital age. *Journal of Education and Counseling*, 6(1), 102–116. <https://doi.org/10.32627/jeco.v6i1.1653>
- Mulawarman, M., Amin, Z. N., Muslikah, M., Hariyadi, S., & Kurniawan, K. (2021). Psychoeducational groups based on Dasa Pitutur from Sunan Kalijaga: An indigenous counseling to enhance other group orientation. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 34–43.  
<https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p034>
- Niari, M. (2025). Integrating group dynamics into distance collaborative learning: A case study from the Hellenic Open University. *European Journal of Open, Distance and E-Learning*, 27(2), 1–19.  
<https://doi.org/10.65043/eurodl.171>
- Nuha, M. S., Indreswari, H., & Bariyyah, K. (2024). Psycho-educational group leaders through the homeroom approach: A systematic literature review. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 5(1), 21–32.  
<https://doi.org/10.21831/progcouns.v5i1.72261>

- Okech, J. E. A. (2025). Online group counseling. *The Journal for Specialists in Group Work*, 50(3–4), 71–72.  
<https://doi.org/10.1080/01933922.2025.259587>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, Article n71.  
<https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Seery, C., Leonard-Curtin, A., Naismith, L., King, N., O'Donnell, F., Byrne, B., Boyd, C., Kilbride, K., Wrigley, M., McHugh, L., & Bramham, J. (2024). Feasibility of the Understanding and Managing Adult ADHD Programme: Open-access online group psychoeducation and acceptance and commitment therapy for adults with attention-deficit/hyperactivity disorder. *BJPsych Open*, 10(5), Article e163.  
<https://doi.org/10.1192/bjo.2024.743>
- Simon, I. M., Indreswari, H., Probowati, D., Prihatiningsih, R., & Pratiwi, A. S. (2025). Guidance and counselling services through online content development: An innovative approach in the digital era. *Bisma The Journal of Counseling*, 9(1), 46–53.  
<https://doi.org/10.23887/bisma.v9i1.92736>
- Smith, J., & Gillon, E. (2021). Therapists' experiences of providing online counselling: A qualitative study. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21(3), 545–554.  
<https://doi.org/10.1002/capr.12408>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.  
<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Sweet, C. M. C., Li, E. J., Sagui-Henson, S., Chamberlain, C. E. W., & Altman, M. (2023). Impact of online group psychoeducation and support sessions on receptivity towards digital mental health care during the COVID-19 pandemic: A pilot study. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 8(3), 216–224. <https://doi.org/10.1007/s41347-022-00281-3>
- Tessema, M., Abera, M., & Birhanu, Z. (2024). Effectiveness of group-based psycho-education on preventing postpartum depression among pregnant women by primary healthcare provider in primary healthcare institution: A cluster-randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1433942.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1433942>
- Torous, J., Myrick, K. J., Rauseo-Ricupero, N., & Firth, J. (2020). Digital mental health and COVID-19: Using technology today to accelerate the curve on access and quality tomorrow. *JMIR Mental Health*, 7(3), Article e18848.  
<https://doi.org/10.2196/18848>
- Xiao, Y., & Watson, M. (2019). Guidance on conducting a systematic literature review. *Journal of Planning Education and Research*, 39(1), 93–112.  
<https://doi.org/10.1177/0739456X17723971>