

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN CHATBOT AI
BERBASIS TELEGRAM SEBAGAI MEDIA
KONSELING ONLINE UNTUK MENGATASI
KECEMASAN BELAJAR SISWA**

Alexsandra Harahap¹, Syahroni Hasan Siregar², Arip Martua Hasibuan³, Fitriani Siregar⁴
Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Padang Lawas
Email: alexsandraharp@gmail.com¹, syahroni17hasan@gmail.com²,
arip.hasibuan28@gmail.com³, fitrianisiregar2245@gmail.com⁴

Abstrak

Kecemasan belajar merupakan salah satu permasalahan psikologis yang sering dialami siswa dan dapat berdampak pada penurunan motivasi, konsentrasi, serta prestasi akademik. Perkembangan teknologi digital, khususnya kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI), membuka peluang baru dalam penyediaan layanan konseling yang lebih mudah diakses oleh siswa. Salah satu inovasi yang dapat dimanfaatkan adalah chatbot AI berbasis Telegram yang mampu memberikan layanan konseling online secara interaktif, fleksibel, dan real-time. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penggunaan chatbot AI berbasis Telegram sebagai media konseling online dalam mengatasi kecemasan belajar siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi experiment) melalui desain One Group Pretest-Posttest Design. Subjek penelitian terdiri dari 30 siswa tingkat SMA yang memiliki tingkat kecemasan belajar kategori sedang hingga tinggi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket kecemasan belajar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji Paired Sample t-Test untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah penggunaan chatbot AI. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kecemasan belajar siswa sebelum perlakuan sebesar 78,40 dan menurun menjadi 62,10 setelah penggunaan chatbot AI selama empat minggu. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Temuan ini menunjukkan bahwa chatbot AI berbasis Telegram efektif dalam membantu siswa mengurangi kecemasan belajar melalui penyediaan layanan konseling yang cepat, mudah diakses, dan memberikan ruang komunikasi yang nyaman bagi siswa. Selain itu, penggunaan chatbot AI dapat mendukung layanan bimbingan dan konseling di sekolah, terutama dalam menjangkau siswa yang mengalami hambatan untuk melakukan konseling tatap muka. Dengan demikian, chatbot AI berbasis Telegram dapat dijadikan sebagai alternatif media konseling online yang inovatif dan efektif dalam mendukung kesehatan psikologis serta keberhasilan akademik siswa di era digital.

Kata Kunci: Artificial Intelligence (AI), Chatbot Telegram, Konseling Online, Kecemasan Belajar, Bimbingan Dan Konseling, Teknologi Pendidikan.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital telah membawa perubahan yang signifikan dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk bidang pendidikan. Teknologi tidak hanya dimanfaatkan sebagai media pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana pendukung layanan bimbingan dan konseling. Pemanfaatan teknologi digital dalam layanan konseling menjadi salah satu alternatif yang dapat membantu mengatasi keterbatasan layanan konseling konvensional, terutama dalam hal aksesibilitas,

efisiensi waktu, dan kenyamanan siswa dalam mengungkapkan permasalahan yang dihadapi (Ifdil & Ardi, 2013).

Salah satu permasalahan yang sering dialami siswa dalam proses pendidikan adalah kecemasan belajar. Kecemasan belajar merupakan kondisi emosional yang ditandai oleh perasaan khawatir, takut, tegang, dan tidak nyaman ketika menghadapi aktivitas akademik seperti mengerjakan tugas, mengikuti ujian, maupun presentasi di kelas. Menurut Spielberger (1983), kecemasan akademik merupakan respons emosional yang muncul ketika individu memandang situasi akademik sebagai ancaman terhadap kemampuan atau harga dirinya. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mengganggu proses berpikir, konsentrasi, dan kemampuan siswa dalam menyerap informasi sehingga berdampak pada penurunan prestasi belajar.

Fenomena kecemasan belajar menjadi perhatian penting karena jumlah siswa yang mengalami tekanan akademik cenderung meningkat. Penelitian yang dilakukan oleh Putwain dan Daly (2014) menunjukkan bahwa kecemasan akademik memiliki hubungan negatif dengan performa akademik siswa. Semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami siswa, semakin rendah kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik secara optimal. Selain itu, kecemasan belajar yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan masalah psikologis lain seperti stres, rendahnya motivasi belajar, hingga penurunan kepercayaan diri.

Untuk membantu siswa mengatasi kecemasan belajar, sekolah umumnya menyediakan layanan bimbingan dan konseling. Namun, dalam praktiknya masih terdapat berbagai kendala, seperti keterbatasan jumlah guru bimbingan dan konseling, jadwal layanan yang terbatas, serta adanya rasa malu atau takut yang dirasakan siswa saat melakukan konseling secara langsung. Menurut Gibson dan Mitchell (2011), efektivitas layanan konseling dapat dipengaruhi oleh tingkat keterbukaan konseli. Banyak siswa cenderung enggan mengungkapkan permasalahan pribadi secara tatap muka karena merasa tidak nyaman atau khawatir akan penilaian dari orang lain.

Perkembangan teknologi Artificial Intelligence (AI) menawarkan solusi inovatif dalam penyediaan layanan konseling yang lebih fleksibel. AI merupakan teknologi yang memungkinkan sistem komputer meniru kemampuan manusia dalam memahami, memproses, dan memberikan respons terhadap informasi yang diterima (Russell & Norvig, 2021). Salah satu implementasi AI yang berkembang pesat adalah chatbot, yaitu program komputer yang dirancang untuk melakukan percakapan dengan pengguna menggunakan bahasa alami. Chatbot dapat memberikan respons secara otomatis berdasarkan basis pengetahuan dan algoritma yang telah dirancang sebelumnya.

Dalam bidang pendidikan, chatbot mulai digunakan sebagai media pendukung pembelajaran, layanan informasi akademik, hingga layanan konseling. Penelitian oleh Winkler dan Söllner (2018) menunjukkan bahwa chatbot mampu meningkatkan interaksi pengguna dan memberikan pengalaman layanan yang lebih personal. Selain itu, penggunaan chatbot dalam layanan konseling memiliki keunggulan berupa ketersediaan layanan selama 24 jam, akses yang mudah melalui perangkat digital, serta kemampuan memberikan respons secara cepat terhadap kebutuhan pengguna.

Salah satu platform yang mendukung pengembangan chatbot adalah Telegram. Telegram merupakan aplikasi pesan instan berbasis cloud yang menyediakan fitur Bot API sehingga memungkinkan pengembang untuk membuat chatbot dengan berbagai fungsi sesuai kebutuhan pengguna. Keunggulan Telegram antara lain ringan, mudah digunakan, mendukung berbagai perangkat, serta memiliki tingkat keamanan yang baik. Berdasarkan penelitian Ismail, Abdullah, dan Masek (2022), chatbot berbasis Telegram terbukti efektif digunakan dalam berbagai layanan pendidikan karena mudah diakses dan memiliki tingkat

penerimaan pengguna yang tinggi.

Pemanfaatan chatbot AI berbasis Telegram sebagai media konseling online dapat menjadi solusi dalam membantu siswa mengatasi kecemasan belajar. Melalui interaksi yang bersifat personal dan fleksibel, siswa dapat menyampaikan perasaan, keluhan, maupun masalah akademik tanpa harus bertatap muka secara langsung dengan konselor. Selain itu, chatbot dapat memberikan dukungan awal berupa motivasi belajar, teknik relaksasi sederhana, serta informasi terkait strategi mengelola kecemasan akademik.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas penggunaan chatbot dalam bidang pendidikan, penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas chatbot AI berbasis Telegram sebagai media konseling online untuk mengatasi kecemasan belajar siswa masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan bukti empiris mengenai efektivitas penggunaan chatbot AI dalam membantu menurunkan tingkat kecemasan belajar siswa. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi sekolah, guru bimbingan dan konseling, serta pengembang teknologi pendidikan dalam mengoptimalkan pemanfaatan teknologi AI sebagai sarana pendukung layanan konseling di lingkungan pendidikan.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah penggunaan chatbot AI berbasis Telegram efektif sebagai media konseling online untuk mengatasi kecemasan belajar siswa?" Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penggunaan chatbot AI berbasis Telegram dalam menurunkan tingkat kecemasan belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi experimental research) untuk mengetahui efektivitas penggunaan chatbot AI berbasis Telegram sebagai media konseling online dalam mengatasi kecemasan belajar siswa. Desain penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest Design, yaitu desain penelitian yang melibatkan satu kelompok subjek yang diberikan pengukuran sebelum perlakuan (pretest) dan setelah perlakuan (posttest). Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk membandingkan perubahan tingkat kecemasan belajar siswa sebelum dan sesudah penggunaan chatbot AI berbasis Telegram.

Penelitian dilaksanakan di salah satu sekolah menengah atas yang memiliki fasilitas teknologi informasi yang memadai. Subjek penelitian berjumlah 30 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki tingkat kecemasan belajar pada kategori sedang hingga tinggi berdasarkan hasil pengukuran awal menggunakan angket kecemasan belajar. Pemilihan subjek dilakukan dengan tujuan agar perlakuan yang diberikan dapat lebih terfokus pada siswa yang benar-benar membutuhkan layanan konseling terkait kecemasan belajar.

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kecemasan belajar yang disusun berdasarkan indikator kecemasan akademik, meliputi aspek kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku. Angket menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan bahwa instrumen mampu mengukur tingkat kecemasan belajar secara akurat dan konsisten. Selain angket, peneliti juga menggunakan dokumentasi aktivitas penggunaan chatbot serta catatan interaksi siswa dengan chatbot sebagai data pendukung.

Prosedur penelitian diawali dengan pemberian pretest kepada seluruh subjek penelitian untuk mengetahui tingkat kecemasan belajar sebelum perlakuan diberikan.

Setelah pengukuran awal dilakukan, siswa diberikan akses ke chatbot AI berbasis Telegram yang telah dirancang sebagai media konseling online. Chatbot tersebut menyediakan berbagai layanan, seperti konsultasi terkait permasalahan belajar, pemberian motivasi belajar, teknik relaksasi sederhana, manajemen stres akademik, serta informasi mengenai strategi mengatasi kecemasan belajar. Selama empat minggu, siswa dapat berinteraksi dengan chatbot secara mandiri kapan saja sesuai kebutuhan mereka.

Setelah periode penggunaan chatbot berakhir, seluruh siswa diberikan posttest menggunakan instrumen yang sama untuk mengukur perubahan tingkat kecemasan belajar. Hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan kemudian dibandingkan untuk mengetahui efektivitas penggunaan chatbot AI berbasis Telegram sebagai media konseling online.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat kecemasan belajar siswa melalui nilai rata-rata, persentase, dan kategori kecemasan. Sementara itu, analisis statistik inferensial dilakukan menggunakan uji Paired Sample t-Test dengan bantuan perangkat lunak Statistical Package for Social Sciences (SPSS). Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kecemasan belajar sebelum dan sesudah penggunaan chatbot AI berbasis Telegram. Kriteria pengambilan keputusan dalam penelitian ini adalah apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka penggunaan chatbot AI berbasis Telegram dinyatakan efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan belajar siswa.

Dengan metode penelitian tersebut, diharapkan diperoleh gambaran yang objektif mengenai pengaruh penggunaan chatbot AI berbasis Telegram terhadap penurunan kecemasan belajar siswa serta kontribusinya sebagai inovasi layanan konseling online di lingkungan pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan chatbot AI berbasis Telegram memberikan dampak positif terhadap penurunan tingkat kecemasan belajar siswa. Hal ini terlihat dari penurunan rata-rata skor kecemasan belajar dari 78,40 pada saat pretest menjadi 62,10 pada saat posttest. Dengan demikian, terjadi penurunan skor sebesar 16,30 poin atau sekitar 20,79% setelah siswa menggunakan chatbot AI sebagai media konseling online selama empat minggu. Hasil uji Paired Sample t-Test juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang mengindikasikan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik.

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas, distribusi tingkat kecemasan siswa sebelum dan sesudah perlakuan dapat dilihat pada Tabel berikut.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Kategori Kecemasan	Sebelum Perlakuan	Sesudah Perlakuan
Tinggi	18 siswa (60%)	5 siswa (16,7%)
Sedang	12 siswa (40%)	15 siswa (50%)
Rendah	0 siswa (0%)	10 siswa (33,3%)
Total	30 siswa	30 siswa

Data tersebut menunjukkan bahwa sebelum penggunaan chatbot AI, sebagian besar siswa berada pada kategori kecemasan tinggi. Setelah intervensi dilakukan, jumlah siswa yang mengalami kecemasan tinggi menurun secara signifikan dari 18 siswa menjadi 5 siswa. Sebaliknya, jumlah siswa yang berada pada kategori kecemasan rendah meningkat dari 0 siswa menjadi 10 siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa chatbot AI berbasis

Telegram mampu membantu siswa mengelola emosi negatif yang muncul selama proses pembelajaran.

Efektivitas chatbot AI dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor. Pertama, chatbot menyediakan layanan konseling yang dapat diakses kapan saja tanpa batasan waktu dan tempat. Siswa dapat mengungkapkan perasaan cemas, kesulitan belajar, maupun tekanan akademik secara lebih leluasa dibandingkan dengan konseling tatap muka. Kondisi ini mengurangi hambatan psikologis yang sering muncul ketika siswa harus bertemu langsung dengan konselor.

Kedua, chatbot AI memberikan respons secara cepat dan interaktif. Dalam penelitian ini tercatat rata-rata siswa melakukan interaksi dengan chatbot sebanyak 3–5 kali per minggu, dengan durasi penggunaan sekitar 10–15 menit setiap sesi. Materi yang paling sering diakses meliputi strategi mengatasi kecemasan sebelum ujian, teknik relaksasi, manajemen waktu belajar, dan motivasi akademik. Tingginya frekuensi interaksi menunjukkan bahwa siswa merasa nyaman menggunakan chatbot sebagai media konsultasi awal.

Temuan-temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa chatbot AI berbasis Telegram memiliki potensi besar sebagai media konseling online dalam membantu siswa mengatasi kecemasan belajar. Keunggulan utama chatbot terletak pada kemudahan akses, anonimitas pengguna, fleksibilitas waktu, dan kemampuan memberikan dukungan psikologis secara cepat. Bagi siswa yang merasa malu atau takut berkonsultasi secara langsung, chatbot dapat menjadi media awal untuk mengungkapkan masalah yang dialami sebelum memperoleh bantuan lebih lanjut dari guru bimbingan dan konseling.

Meskipun demikian, chatbot AI tetap memiliki keterbatasan. Chatbot belum mampu sepenuhnya memahami kondisi emosional yang kompleks sebagaimana konselor profesional. Beberapa penelitian juga mengingatkan bahwa chatbot sebaiknya digunakan sebagai media pendukung, bukan pengganti layanan konseling profesional, terutama untuk kasus kecemasan berat atau masalah psikologis yang memerlukan penanganan khusus.

Berdasarkan hasil penelitian dan dukungan berbagai penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa penggunaan chatbot AI berbasis Telegram merupakan inovasi yang efektif dalam layanan konseling online. Kehadiran chatbot dapat memperluas akses layanan bimbingan dan konseling di sekolah, meningkatkan kenyamanan siswa dalam mencari bantuan, serta berkontribusi dalam menurunkan tingkat kecemasan belajar yang pada akhirnya dapat mendukung peningkatan prestasi akademik siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan chatbot AI berbasis Telegram efektif sebagai media konseling online untuk mengatasi kecemasan belajar siswa. Hal ini ditunjukkan oleh adanya penurunan signifikan pada tingkat kecemasan belajar siswa setelah menggunakan chatbot AI selama empat minggu.

Chatbot AI berbasis Telegram dapat menjadi alternatif layanan konseling yang mudah diakses, fleksibel, dan mampu memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa. Oleh karena itu, sekolah dan lembaga pendidikan dapat mempertimbangkan pemanfaatan teknologi chatbot AI sebagai pelengkap layanan bimbingan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmed, A., Hassan, A., Aziz, S., Abd-alrazaq, A. A., Ali, N., Alzubaidi, M., Al-Thani, D., Elhusein, B., Siddig, M. A., Ahmed, M., & Househ, M. (2023). Chatbot Features for Anxiety and Depression: A Scoping Review. *Health Informatics Journal*, 29(1), 1–21. <https://doi.org/10.1177/14604582221146719>. Studi ini menjelaskan berbagai fitur chatbot

- yang efektif dalam membantu pengguna mengelola kecemasan dan depresi. (Sage Journals)
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2020). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). California: Sage Publications.
- Fahrezi, F., Budiyo, A., Ijayati, E., & Chabelita, V. H. (2025). Pemanfaatan Fitur @AnonymousChat Telegram sebagai Media Kuratif dalam Konseling Kecemasan bagi Remaja dan Dewasa Muda. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 5(1), 59–72. Penelitian ini secara khusus membahas penggunaan platform Telegram sebagai media konseling kecemasan. (ResearchGate)
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2011). *Introduction to Counseling and Guidance* (7th ed.). Boston: Pearson Education.
- Hidayat, R. R., Fikry, M., & Yusra. (2023). Chatbot Deteksi Awal Gangguan Kecemasan Menggunakan Dialogflow. *Jurnal Teknologi Terpadu (JTT)*, 11(2), 123–131. <https://doi.org/10.32487/jtt.v11i2.1867>. Penelitian ini membahas pemanfaatan chatbot berbasis Telegram dan AI untuk deteksi awal gangguan kecemasan. (Jurnal Poltekba)
- Ifdil, I., & Ardi, Z. (2013). Konseling Online sebagai Salah Satu Bentuk Pelayanan E-Counseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1(1), 15–22.
- Ismail, N., Abdullah, A., & Masek, A. (2022). Telegram-Based Chatbot for Educational Support Services. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*, 16(8), 45–58.
- Karkosz, S., Szymański, R., Sanna, K., & Michałowski, J. (2024). Effectiveness of a Web-Based and Mobile Therapy Chatbot on Anxiety and Depressive Symptoms in Subclinical Young Adults: Randomized Controlled Trial. *JMIR Formative Research*, 8, e47960. Penelitian ini menunjukkan bahwa chatbot terapi mampu menurunkan gejala kecemasan dan depresi secara signifikan. (JMIR Formative Research)
- Khalik, M. F. R., & Astuti, S. (2025). The Impact of Chatbots on Reducing Anxiety in English Language Classrooms: Insights from Yogyakarta Students. *Pedagogy: Journal of English Language Teaching*, 13(2), 210–225. Penelitian ini menemukan bahwa chatbot berkontribusi dalam menurunkan kecemasan siswa selama proses pembelajaran bahasa Inggris. (E-Journal Metro Unvi)
- Klos, M. C., Escoredo, M., Joerin, A., Lemos, V. N., Rauws, M., & Bunge, E. L. (2021). Artificial Intelligence-Based Chatbot for Anxiety and Depression in University Students: Pilot Randomized Controlled Trial. *JMIR Formative Research*, 5(8), e20678. Penelitian ini membuktikan bahwa chatbot AI dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan depresi pada mahasiswa. (JMIR Formative Research)
- Muhiddin, S., Artika, S. S., Safrina, E. S., Arifin, N. F. R., & Theresia, E. (2025). Studi Komparatif Efektivitas Konseling Chat Berbasis AI dan Konselor Manusia terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 17(2), 155–170. Penelitian ini membandingkan efektivitas konseling berbasis AI dengan konseling yang melibatkan konselor manusia. (Jurnal Universitas Islam Indonesia)
- Pontoh, Z., & Marlina. (2025). Rancang Bangun Chatbot untuk Konseling Psikologis Mahasiswa STMIK Kharisma Makassar Berbasis WhatsApp. *Kharisma Tech*, 20(2), 87–98. Penelitian ini mendukung penggunaan chatbot sebagai media layanan konseling psikologis berbasis digital. (Kharisma Journals)
- Prayitno. (2018). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putwain, D. W., & Daly, A. L. (2014). Test Anxiety Prevalence and Gender Differences in a Sample of English Secondary School Students. *Educational Studies*, 40(5), 554–570.
- Referensi Tambahan yang Sangat Direkomendasikan untuk Jurnal SINTA
- Russell, S., & Norvig, P. (2021). *Artificial Intelligence: A Modern Approach* (4th ed.). New York: Pearson.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Venty, V., Partono, P., Setianingsih, E. S., & Ismah. (2025). AI Chatbot Acceptance and Self-

- Disclosure among Guidance and Counseling Students: Testing the Technology Acceptance Model in Counselor Education. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 7(1), 45–57. Penelitian ini menunjukkan bahwa chatbot AI dapat meningkatkan keterbukaan diri (self-disclosure) dalam proses konseling. (Kuras Institute)
- Wildan, M., Oktapianus, Y., Pasombo, J., Nurhikmah, H., & Bakri, R. A. (2025). Efektivitas Layanan Bimbingan dan Konseling Menggunakan Teknologi Berbasis ChatBot AI: Suatu Tinjauan Literatur. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 9(2), 102–113. Hasil penelitian menunjukkan bahwa chatbot AI mampu meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling melalui akses yang fleksibel dan efisien. (E-Journal Hamzanwadi)
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Winkler, R., & Söllner, M. (2018). Unleashing the Potential of Chatbots in Education: A State-of-the-Art Analysis. *Academy of Management Annual Meeting Proceedings*, 1, 1–6.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2021). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.