

EVALUASI ASESMEN JARAK JAUH: TINJAUAN EVALUASI LAYANAN PSIKOLOGI ONLINE MELALUI WAWANCARAA

Devy Sekar Ayu Ningrum¹, Sitti Rahma Zuleykha Aven Hinelyo², Nazwa Rizkia Ismail³,
Husnul Marhamah Ifka MS⁴, Indah khairunnisa Pakaya⁵

devysekar@ung.ac.id¹, sittirahmazuleykhaavenhinelyo@gmail.com², nazwaismail22@gmail.com³,

husnulmarhamah44@gmail.com⁴, ririna.pakaya@gmail.com⁵

Universitas Negeri Gorontalo

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi asesmen jarak jauh yakni evaluasi layanan psikologis online. Dimana metode dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara kepada mahasiswa dan mahasiswi yang ada di Universitas Negeri Gorontalo dan sudah pernah melakukan asesmen psikologis secara online. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa asesmen psikologis online cukup efektif untuk menjadi sarana deteksi dini. Namun, berdasarkan hasil wawancara, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efektivitas asesmen klinis online sangat bergantung pada stabilitas teknologi dan kemampuan subjek dalam mengekspresikan diri secara verbal. Oleh karena itu, hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya perkembangan layanan psikologi online dapat mendukung perkembangan pelayanan kesehatan mental berbasis digital atau jarak jauh dalam bidang psikologi klinis.

Kata Kunci: Asesmen Online, Evaluasi, Mahasiswa, Wawancara.

ABSTRACT

This study aims to evaluate remote assessment, specifically online psychological services. The research method involved conducting interviews with male and female students at Gorontalo State University who had previously undergone online psychological assessments. The results of the study indicate that online psychological assessments are quite effective as a tool for early detection. However, based on the interview results, this study suggests that the effectiveness of online clinical assessments is highly dependent on technological stability and the subject's ability to express themselves verbally. Therefore, this indicates that the development of online psychological services can support the advancement of digital or remote mental health services in the field of clinical psychology.

Keywords: Evaluation, Interviews, Online assessment, Students.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dari masa ke masa membuat informasi dan komunikasi menjadi lebih cepat dan tanpa dibatasi oleh jarak dan waktu. Layanan kesehatan pun tidak terkecuali pula terdampak oleh perkembangan teknologi dan informasi. Dimana sudah terdapat banyak layanan kesehatan secara online seperti halodoc, alodoc dan lain sebagainya. Asesmen-asesmen klinis pun di zaman sekarang banyak yang terdapat di media online. Dalam perkembangannya, manusia tidak luput dari yang namanya teknologi. Artikel ini akan membahas mengenai evaluasi atau kelebihan dan kekurangan dari asesmen klinis secara online khususnya pada individu remaja dan dewasa. Hal ini karena berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2023 terdapat 79,03 % individu dengan kelompok usia 15-59 tahun yang memiliki keterampilan dalam teknologi informasi dan komputer. Hal ini memungkinkan individu dengan rentang usia tersebut selalu hidup berdampingan dengan teknologi seperti layanan kesehatan.

Adanya layanan kesehatan mental secara online seperti asesmen-asesmen online hadir sebagai solusi untuk hambatan geografis, waktu dan juga stigma sosial yang sering menjadi

faktor resiko bagi individu untuk datang ke bantuan layanan kesehatan mental. Berbagai asesmen psikologis seperti wawancara dan tes bisa dilakukan dalam bentuk online. Bagi individu yang merasa takut akan stigma sosial, layanan kesehatan mental secara online dapat dirasa lebih nyaman.

Selain itu, berdasarkan teori perkembangan Erikson, individu dalam kelompok usia ini sedang berada dalam tahap Identity vs Role Confusion dan Intimacy vs Isolation. Tahap Identity vs Role confusion dialami oleh remaja. Hal ini karena pada masa tersebut, remaja mengalami perubahan fisik dan mental seperti dewasa sehingga terdapat kebingungan antara sisi yang dianggap dewasa dan sisi yang belum dianggap dewasa (Rizki, 2022). Fenomena Self-diagnosis yang marak di kalangan remaja yang disebabkan akan keberadaan akses yang mudah terhadap alat asesmen non-formal di media sosial menegaskan perlunya tinjauan yang kritis terhadap sejauh mana instrumen online dapat memberikan gambaran klinis yang akurat. Kondisi dapat menjadi suatu faktor resiko bagi kesehatan mental remaja. Selain itu, remaja pola hidup berdampingan dengan teknologi. Sehingga teknologi ikut mempengaruhi perkembangan remaja tersebut. Saat remaja mengalami kebingungan, mereka cenderung akan mencari tahu atau mencari jati diri mereka. Karena mudahnya akses teknologi dapat memungkinkan remaja mengikuti asesmen psikologis online tanpa menyaring apakah asesmen tersebut valid atau tidak. Sehingga efektivitas dari asesmen psikologis secara online perlu untuk ditinjau kembali.

Selanjutnya untuk usia 20-40 tahun merupakan tahap intimacy vs isolation yakni individu yang akan mulai membentuk ikatan-ikatan tetapi akan merasa terisolasi apabila mereka ditolak atau tidak mampu untuk membentuk hubungan yang baik (Kamilla, 2022). Bagi orang dewasa, tuntutan produktivitas seringkali berbenturan dengan jadwal layanan konvensional, sehingga asesmen secara online bukanlah lagi sekadar pilihan belaka, akan tetapi menjadi sebuah kebutuhan fungsional. Dalam membangun hubungan individu seringkali ingin memiliki citra diri yang baik. Adanya stigma sosial dalam masyarakat mengenai kesehatan mental dapat membuat individu takut untuk datang ke profesional dan menjadi faktor resiko kesehatan mental individu itu sendiri. Sehingga asesmen psikologis online dapat membantu individu dengan kondisi tersebut. Namun tetap perlu untuk diketahui apakah hasil asesmen psikologis klinis tersebut valid atau tidak agar tidak pula menyesatkan individu yang melakukan asesmen tersebut.

Pemanfaatan teknologi dalam layanan psikologi (telemental health) menuntut klinisi untuk memiliki kompetensi digital yang mumpuni guna menjaga aliansi terapeutik. Pada kelompok remaja yang berada dalam fase identity VS role confusion, ekspresi diri melalui media media digital seringkali dianggap lebih autentik, akan tetapi disisi lain, ketiadaan kehadiran secara fisik dapat mereduksi kualitas observasi klinis (Adler Baeder dkk.,2022). Ketidakhadiran isyarat non-verbal seperti gerak tubuh halus atau perubahan mikro ekspresi wajah menjadi tantangan utama dalam validitas diagnosis melalui wawancara jarak jauh (Stoll dkk., 2020).

Namun, walaupun sangat efisien, pelaksanaan asesmen psikologi secara online dapat memunculkan perdebatan terkait validitas, reliabilitas, dan efektivitasnya. Hal ini bisa didasari oleh berbagai macam hal. Salah satu asesmen klinis yang dilakukan secara online adalah wawancara. Tetapi ketika hanya mengandalkan informasi yang diperoleh dari wawancara saja, data yang diperoleh bisa saja kurang valid. Hal ini karena wawancara perlu disertai dengan observasi untuk melihat apakah jawaban yang diberikan oleh narasumber merupakan jawaban yang benar sesuai dengan keadaannya atau hanya dibuat-buat. Sehingga untuk meninjaunya, tim peneliti melakukan wawancara terhadap individu dengan rentang usia yang sudah ditentukan dan yang sudah pernah melakukan asesmen psikologis secara online. Kesenjangan antara kenyamanan akses dan keterbatasan pemantauan perilaku secara langsung menciptakan ambiguitas dalam penegakan diagnosis klinis. Oleh karena itu eksplorasi pengalaman subjektif melalui penelitian ini menjadi sangat penting dikarenakan dapatnya dilakukan pembedah efektivitas nyata dari sudut pandang pengguna.

Meskipun demikian, telemental health dapat menawarkan fleksibilitas yang tinggi, risiko reduksi informasi non-verbal tetap menjadi tantangan fundamental yang dapat mengancam validitas hasil klinis. Berangkat dari kompleksitas tersebut, penelitian ini juga bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas serta kelebihan dan kekurangan asesmen klinis online melalui wawancara mendalam. Dengan melibatkan individu pada rentang usia remaja hingga dewasa awal diharapkan studi ini mampu memberikan gambaran yang lebih luas mengenai rentang sejauh mana teknologi dapat menggantikan atau sekadar melengkapi proses asesmen psikologis tradisional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan metode wawancara yang dilakukan pada individu dengan kelompok usia 15-59 tahun. Wawancara sendiri merupakan proses interaksi langsung di antara peneliti dan subjek penelitian yang melibatkan pertanyaan dan jawaban dari kedua belah pihak (Iba dan Wardhana, 2023). Wawancara yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui mengenai efektivitas atau kelebihan dan kekurangan dari asesmen psikologi secara online.

Penelitian ini dilakukan dengan melakukan wawancara kepada mahasiswa dan mahasiswi di Universitas Negeri Gorontalo. Hal ini karena tidak sedikit dari mahasiswa yang hidup berdampingan dengan teknologi sehingga Persiapan penelitian dimulai dari bulan april hingga bulan mei tahun 2026.

Subjek penelitian pada penelitian ini merupakan individu dengan kelompok usia 15-59 tahun, aktif dalam menggunakan teknologi dan pernah melakukan aktivitas asesmen psikologis secara online.

Proses pengumpulan data dalam penelitian ini dimulai dengan tahap persiapan sebelum wawancara, dimana kami mempersiapkan pertanyaan-pertanyaan atau pedoman wawancara yang berkaitan dengan topik yang diangkat yakni evaluasi asesmen psikologis secara online. Kemudian kami pun menyiapkan informed consent untuk menjelaskan tujuan wawancara dan kerahasiaan data pada narasumber. Setelah tahap persiapan, proses wawancara singkat di mulai dengan menanyakan 3 pertanyaan yakni :

1. Menurut pengalaman anda, sejauh mana hasil asesmen psikologis online dapat mencerminkan kondisi real klien
2. Tantangan apa saja yang dihadapi saat melakukan asesmen psikologis secara online ?
3. Sejauh mana anda merasa nyaman untuk terbuka dan berbagi cerita secara mendalam melalui layar dibandingkan jika bertemu langsung?

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan analisis tematik dimana ini merupakan proses mengidentifikasi, analisis, serta melaporkan data dalam bentuk tema berbentuk kesimpulan dan interpretasi (Najmah dkk., 2023). Analisis tematik umumnya digunakan untuk menemukan ide atau gagasan dari suatu narasi dari data penelitian yang ada.

Prosedur penelitian ini berawal dari tahapan persiapan yang mencakup pedoman wawancara, target atau subjek penelitian, persiapan informed consent. Kemudian setelahnya proses wawancara sudah mulai dilaksanakan dengan mempertanyakan pertanyaan yang sudah disebutkan di atas dan tahap terakhir adalah pelaporan dimana tim peneliti mulai untuk menyusun laporan dan pengecekan akhir terkait topik yang dibahas yakni evaluasi asesmen klinis secara online.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan proses pengumpulan data melalui wawancara dan tinjauan literatur yang dilakukan pada rentang April hingga mei 2026, ditemukan bahwa beberapa poin krusial terkait evaluasi layanan psikologi online. Subjek dalam penelitian ini memiliki rentang usia dari usia 12-59 tahun, yang mana akan memberikan perspektif yang beragam mengenai pengalaman

mereka melakukan asesmen secara jarak jauh. Adapun ringkasan temuan tersebut disajikan dalam tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Ringkasan Hasil Evaluasi Asesmen Jarak Jauh

Aspek Wawancara	Temuan Hasil
Efektivitas & Aksesibilitas	Membantu deteksi dini kondisi psikologis tanpa hambatan geografis, selaras dengan kebutuhan kelompok usia produktif yang memiliki literasi digital tinggi.
Keterbatasan Klinis	Adanya reduksi data non-verbal; psikolog kesulitan menangkap <i>vibe</i> atau respons afektif yang halus dibandingkan sesi luring.
Tantangan Teknis	Gangguan latensi sinyal internet sering kali memutus aliran empati dan dinamika percakapan antara klien dan praktisi.
Faktor Stigma & Privasi	Layanan online menjadi "ruang aman" bagi individu yang menghindari stigma sosial, memberikan rasa anonimitas yang meningkatkan keterbukaan (<i>self-disclosure</i>).
Preferensi Modalitas	Klien cenderung memilih daring untuk konsultasi rutin, namun memilih tatap muka untuk isu-isu yang membutuhkan kedalaman emosional tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efektivitas asesmen klinis online sangat bergantung pada stabilitas teknologi dan kemampuan subjek dalam mengekspresikan diri secara verbal. Bagi responden remaja yang sedang berada pada tahap identity VS role confusion, asesmen online memberikan kemudahan akses untuk mencari bantuan profesional tanpa merasa malu akan hal ini. Namun, hasil wawancara mengungkapkan bahwa ketiadaan observasi perilaku secara menyeluruh membuat data yang diperoleh terkadang bersifat parsial, sehingga diperlukan ketelitian ekstra dari pewawancara dalam melakukan verifikasi informal.

Subjek pada kelompok usia dewasa awal menekankan bahwa tantangan utama adalah gangguan jaringan yang sering kali mengganggu momen-momen emosional yang krusial. Meskipun suasana rumah dirasa fleksibel dan meminimalkan ketegangan yang bisa saja terjadi, hambatan teknis dapat mengurangi kualitas Intimacy yang menjadi kebutuhan perkembangan di usia tersebut. Maka secara keseluruhan, layanan online dinilai efektif sebagai langkah awal asesmen, namun tetap memerlukan integrasi dengan metode observasi yang lebih dalam untuk dapat menjamin validitas klinis.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa penilaian psikologis jarak jauh masih dapat untuk membantu mengetahui kondisi klien, meskipun pelaksanaannya masih memiliki beberapa keterbatasan dibandingkan asesmen tatap muka. Berdasarkan hasil wawancara, responden menilai bahwa komunikasi melalui media digital tetap memungkinkan psikolog memperoleh informasi mengenai kondisi klien, terutama ketika proses komunikasi berlangsung dengan baik dan didukung oleh kondisi lingkungan yang kondusif. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan psikologi online dapat menjadi alternatif dalam pelaksanaan asesmen klinis, khususnya pada situasi yang memiliki keterbatasan jarak dan mobilitas.

Secara teoritis, hasil ini sesuai dengan konsep pelayanan kesehatan mental berbasis teknologi, yang menyatakan bahwa teknologi bisa memperluas jangkauan layanan kesehatan tanpa mengurangi esensi interaksi antara konselor dan klien. Selain itu, Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Ursula (2021) yang menyatakan bahwa layanan konseling online memberikan kemudahan akses bagi masyarakat dalam memperoleh bantuan psikologis tanpa terbatas oleh lokasi geografis. Selain itu, layanan berbasis digital juga dinilai mampu memberikan rasa nyaman bagi sebagian individu karena proses konseling dilakukan melalui media telekomunikasi. Dalam konteks yang lebih luas, perkembangan layanan psikologi online juga menjadi salah satu solusi terhadap tantangan pelayanan kesehatan mental di Indonesia.

Menurut Sari et al. (2020), pelayanan kesehatan mental di Indonesia masih menghadapi berbagai hambatan, seperti kondisi geografis berupa wilayah kepulauan, persebaran penduduk yang luas, serta keterbatasan jumlah tenaga profesional di bidang kesehatan mental. Kondisi tersebut menyebabkan tidak seluruh masyarakat memiliki akses yang mudah terhadap layanan psikologi. Situasi tertentu seperti bencana maupun wabah juga dapat semakin membatasi akses masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan secara langsung. Oleh karena itu, keberadaan layanan psikologi berbasis digital menjadi salah satu alternatif yang dinilai mampu membantu menjangkau masyarakat secara lebih luas.

Penelitian ini juga membuktikan bahwa layanan psikologi online membuat sebagian orang merasa lebih nyaman. Mereka merasa lebih aman dan terbuka saat proses asesmen dilakukan secara online dibandingkan bertemu langsung. Kondisi ini menunjukkan bahwa asesmen online dapat membantu bagi mereka yang selama ini terhalang rasa malu, takut pandangan orang lain, atau keterbatasan mobilitas untuk berkunjung ke tempat layanan. Maka, hasil ini mendukung pendapat bahwa layanan psikologi digital mempermudah akses dan juga memberikan kebebasan bagi siapa saja yang membutuhkan bantuan.

Namun, penilaian psikologi daring belum sepenuhnya setara dibandingkan pertemuan langsung. Keempatnya menurun saat saat butuh pengamatan nonverbal yang lebih mendalam. Keterbatasan dalam menangkap ekspresi wajah, bahasa tubuh, ataupun reaksi emosional. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Stoll et. al (2020) yang menyatakan bahwa kurangnya petunjuk dari gerak tubuh dan ekspresi wajah bisa mempengaruhi akurasi asesmen klinis. Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketepatan hasil penilaian daring dipengaruhi oleh sejumlah faktor, mulai dari kualitas jaringan, kemampuan komunikasi klien, dan keterampilan psikolog dalam menggunakan media digital. Gangguan teknis seperti keterlambatan sinyal atau kualitas audio maupun video yang buruk bisa menghambat kelancaran komunikasi emosional.

Terkait hubungan kerjasama antara psikolog dan klien, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas hubungan antara psikolog dan klien bisa berubah-ubah tergantung keadaan. Ada yang merasa lebih aman dan terbuka karena identitasnya yang tidak terlihat jelas, namun gangguan jaringan atau perangkat bisa mengganggu komunikasi menjadi kurang mendalam. Maka dari itu, keberhasilan hubungan ini tidak hanya bergantung pada cara pertemuannya, tetapi juga oleh dari cara komunikasi, kesiapan kedua belah pihak, serta kondisi teknis yang mendukung.

Dalam perspektif perkembangan, hasil penelitian ini sejalan dengan teori psikososial Erikson. Di masa remaja, saat seseorang sedang mencari jati diri, layanan memberikan ruang aman untuk mengenal diri sendiri karena terhindar dari tekanan lingkungan. Hal ini membuat remaja lebih mudah menerima penilaian psikologis secara daring. Sebaliknya pada usia dewasa muda yang membutuhkan hubungan emosional yang erat menganggap pertemuan langsung lebih tepat untuk mengatasi masalah psikologis. Jadi, keberhasilan daring juga bergantung pada tahap perkembangan dan kebutuhan psikologis seseorang sesuai usianya.

Hasil utama dari penelitian ini adalah:

1. Penilaian psikologis daring efektif sebagai langkah awal untuk mengenali kondisi mental sejak dini.
2. Layanan ini memudahkan siapa saja untuk mengakses bantuan, memberikan keleluasaan waktu, serta membuat klien merasa nyaman dan lebih terbuka.
3. Kekurangan utamanya adalah sulit untuk melihat bahasa tubuh dan sering terjadi gangguan teknis saat berkomunikasi.
4. Hasil yang baik tergantung dari kualitas hubungan, kondisi teknologi yang memadai, dan kemampuan berkomunikasi.
5. Model gabungan antara pertemuan daring dan tetap muka, sesuai dengan kebutuhan psikologis klien.

Makna dari temuan ini adalah benar psikologis dari tidak sepenuhnya bisa menggantikan cara konvensional. Melainkan berfungsi sebagai pendamping atau pelengkap layanan psikologi masa kini. Hasil penelitian ini penting karena memberikan gambaran nyata mengenai penerapan layanan psikologi digital sehari-hari, terutama bagi masyarakat yang sudah terbiasa dengan teknologi seperti di Indonesia. Jika dibandingkan dengan penelitian lain, hasil ini sejalan dengan penelitian Catania dkk. (2024) Menekankan bahwa efektivitas teknologi kesehatan mental sangat bergantung pada kualitas sistem, keamanan data, dan kesiapan penggunaannya. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat argumen bahwa keberhasilan penilaian daring tidak hanya bergantung pada metodenya saja tetapi juga pada kualitas teknologi dan kemampuan orang yang menggunakannya.

Ada beberapa hal yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, menggunakan metode wawancara sehingga hasilnya sangat bergantung pada pandangan dan pengalaman pribadi responden. Kedua, tidak dilakukan pengukuran langsung terhadap ketepatan diagnosa, sehingga belum bisa ditarik kesimpulan tentang keberhasilan pelayanan secara berbasis data. Ketiga, rentan usia responden cukup bervariasi, yang bisa mempengaruhi hasil karena perbedaan kemampuan menggunakan teknologi tahapan perkembangan dan pengalaman menggunakan layanan digital. Selain itu, kekurangan yang ditemukan kemungkinan bukan berasal dari metode penelitian itu sendiri, melainkan dari hal-hal di luar kendali seperti kualitas jaringan, lingkungan, serta keterampilan psikolog dalam berkomunikasi secara daring. Maka dari itu, peningkatan sarana pendukung serta pelatihan bagi tenaga ahli diharapkan dapat meningkatkan pelayanan ini semakin efektif di masa depan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan hybrid yaitu gabungan antara layanan daring dan tatap muka merupakan model yang paling tepat untuk layanan psikologi masa kini. Pendekatan ini memanfaatkan teknologi agar pelayanan lebih mudah diakses, sekaligus tetap menjaga mutu hubungan psikologis lewat pertemuan langsung. Jadi penilaian psikologis dari sebaiknya dijadikan sebagai bagian melengkapi sistem layanan, bukan untuk mengganti sepenuhnya layanan tatap muka.

Hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa layanan psikologi online dapat menjadi alternatif pendukung dalam pelayanan kesehatan mental, khususnya dalam meningkatkan aksesibilitas layanan bagi masyarakat dengan keterbatasan geografis, waktu, dan mobilitas. Pelaksanaan asesmen dan konseling secara daring menunjukkan bahwa bantuan psikologis tetap dapat diberikan melalui media telekomunikasi tanpa sepenuhnya bergantung pada pertemuan tatap muka. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa perkembangan teknologi dapat dimanfaatkan sebagai media pelayanan psikologi yang menyesuaikan dengan kebutuhan masyarakat modern (Ursula, 2021).

Selain meningkatkan akses layanan, penelitian ini juga menunjukkan bahwa layanan psikologi online berpotensi membantu individu mengurangi rasa takut terhadap stigma sosial terkait kesehatan mental. Klien cenderung merasa lebih nyaman dan lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahan pribadi ketika proses konseling dilakukan secara daring. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa layanan psikologi berbasis digital dapat menjadi ruang yang lebih fleksibel dan aman bagi sebagian individu dalam memperoleh bantuan psikologis.

Bagi lembaga penyedia layanan psikologi, hasil penelitian ini mengimplikasikan pentingnya pengembangan sistem layanan digital yang aman, stabil, dan mudah digunakan. Penyedia layanan perlu memastikan bahwa platform yang digunakan mampu menjaga kerahasiaan data klien serta mendukung komunikasi yang efektif selama proses asesmen dan konseling berlangsung. Selain itu, tenaga profesional di bidang psikologi juga perlu meningkatkan kompetensi dalam penggunaan media digital agar kualitas layanan psikologis daring tetap optimal dan mampu menjaga validitas proses asesmen klinis.

Secara teoritis, penelitian ini memperkuat pandangan bahwa integrasi teknologi dalam pelayanan kesehatan mental dapat mendukung transformasi layanan psikologi modern tanpa

sepenuhnya menggantikan layanan tatap muka. Oleh karena itu, pendekatan hybrid yang mengkombinasikan layanan daring dan luring dapat menjadi model pelayanan yang relevan untuk dikembangkan dalam praktik psikologi klinis saat ini.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena menggunakan metode studi literatur dan wawancara sederhana sehingga data yang diperoleh belum menggambarkan pengalaman layanan psikologi online secara menyeluruh. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode penelitian lapangan dengan jumlah partisipan yang lebih luas dan karakteristik yang lebih spesifik. Penelitian berikutnya juga dapat membahas efektivitas asesmen psikologis online pada kelompok usia maupun kondisi psikologis tertentu agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan komprehensif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa asesmen psikologis secara online merupakan inovasi yang efektif sebagai sarana deteksi dini dan solusi aksesibilitas layanan kesehatan mental, khususnya bagi kelompok usia remaja dan dewasa yang memiliki literasi digital tinggi. Dengan adanya temuan-temuan yang ada, dapat menunjukkan bahwa layanan telemental health mampu memitigasi hambatan geografis dan mengurangi resistensi akibat stigma sosial yang kiranya masih sangat kental dan tabu, sehingga dapat meningkatkan keterbukaan diri (self-disclosure) subjek.

Namun, efektivitasnya belum sepenuhnya setara dengan metode tatap muka konvensional. Terdapat tantangan fundamental berupa reduksi isyarat non-verbal (bahasa tubuh dan mikro-ekspresi) yang krusial bagi validitas klinis, serta ketergantungan yang tinggi pada stabilitas teknologi dan kemampuan komunikasi verbal subjek. Dilihat dari perspektif psikososial, kebutuhan akan layanan online ini bervariasi: remaja cenderung memanfaatkannya untuk eksplorasi jati diri dalam ruang aman sementara dewasa awal menggunakannya demi efisiensi fungsional di tengah tuntutan produktivitas.

Sebagai implikasi akhir, penelitian ini menegaskan bahwa teknologi tidak hanya hadir untuk menggantikan peran klinis secara utuh, melainkan sebagai pelengkap (complementary). Model pelayanan hybrid yang mengintegrasikan fleksibilitas daring dengan kedalaman emosional pertemuan luring dianggap sebagai pendekatan paling ideal dalam praktik psikologi klinis masa kini. Pengembangan kompetensi digital bagi tenaga profesional dan penguatan infrastruktur teknologi menjadi kunci utama guna menjamin validitas dan reliabilitas asesmen psikologis di masa akan datang.

Adapun temuan penelitian ini, para peneliti merumuskan sejumlah rekomendasi strategis bagi para pembuat kebijakan dan praktisi layanan kesehatan mental. Pertama, lembaga penyedia layanan psikologi, termasuk pusat layanan di efisiensi deteksi dini sementara pertemuan tatap muka tetap dipertahankan untuk penegakan diagnosis yang kompleks. Kedua, diperlukannya regulasi standarisasi terhadap instrumen asesmen yang beredar di media digital guna memitigasi risiko self-diagnosis yang menyesatkan pada kelompok usia remaja. Ketiga, tenaga klinis harus didorong untuk meningkatkan kompetensi digital mereka, khususnya dalam menangkap isyarat non verbal di ruang virtual, sekaligus memastikan infrastruktur teknologi yang aman bagi privasi klien. Secara keseluruhan, integrasi teknologi dalam psikologi klinis harus dilakukan secara struktur dan diawasi ketat agar fleksibilitas yang ditawarkan tetap sejalan dengan prinsip validitas dan etika profesi yang otoritatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler-Baeder, F., Schramm, D. G., & Guner, J. (2022). Technology in relationship education: Examining the benefits and challenges of virtual delivery. *Journal of Family Theory & Review*. <https://doi.org/10.1111/jftr.12465>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Laporan indeks pembangunan teknologi informasi dan komunikasi 2022. Jakarta: BPS RI.

- Catania, G., dkk. (2024). Digital health and user readiness: A comprehensive review of mental health platforms safety and security. *International Journal of Medical Informatics*
- Iba, Z., & Wardhana, A. (2023). METODE PENELITIAN. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Najmah, Addeliani, N., Sucirahayu, C. A., & Zanjabila, A. R. (2023). ANALISIS TEMATIK PADA PENELITIAN KUALITATIF. Jakarta: Salemba Medika.
- Saleh, S. (2017). ANALISIS DATA KUALITATIF. Pustaka Ramadhan.
- Sari, I., Fitriani, D., & Rakhmawati, E. (2020). Tantangan pelayanan kesehatan mental di Indonesia: Perspektif geografis dan demografis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 77–89.
- Sari, K., dkk. (2020). Challenges of mental health services in Indonesia: A systematic review. *Journal of Mental Health Systems*.
- Schalkoff, C. A. (2022). Psychosocial development: Erikson's stages of development. Dalam *Human Development and Health*
- Stoll, J., Müller, J. A., & Trachsel, M. (2020). Ethical issues in online psychotherapy: A narrative review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 993. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00993>
- Ursula, M. (2021). Konseling online sebagai alternatif layanan psikologis di era pandemi. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 6(1), 12–20.
- Ursula, P. A. (2021). Mengenal layanan konseling online. *Daiwi Widya*, 8(3), 62-73.