

# Adaptasi Tugas Perkembangan Remaja dalam Bimbingan Konseling Era Digital Perspektif Elizabeth Hurlock

Aina Etha Fitri<sup>1</sup>, Najwa Zata Athalia<sup>2</sup>, Rizqi Cahya Diyani<sup>3</sup>, Ahmad Syauqi Rofi<sup>4</sup>, Farrel Indra Pratama<sup>5</sup>, Sadewa Yulius Csar Yunior<sup>6</sup>, Syaiful Rahman<sup>7</sup>, Saoloan Manullang<sup>8</sup>, Issac Briyan Alisyahbana<sup>9</sup>

(1,2,3,4,5,6,7,8,9) Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

✉ Corresponding author

[[25112094007@mhs.unesa.ac.id](mailto:25112094007@mhs.unesa.ac.id)]

## ABSTRACT

Perkembangan remaja di era digital menghadirkan tantangan yang memengaruhi kondisi emosional, sosial, dan pembentukan identitas, termasuk tekanan media sosial, komparasi sosial, dan kecemasan akibat intensitas penggunaan teknologi. Kondisi ini menunjukkan urgensi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) yang responsif terhadap kebutuhan perkembangan remaja. Penelitian ini bertujuan mengkaji relevansi tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock terhadap layanan BK di era digital. Metode yang digunakan adalah studi literatur melalui telaah 19 artikel ilmiah (2015–2026) dari database Google Scholar, SINTA, DOAJ, dan Garuda, dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil kajian menunjukkan bahwa konsep tugas perkembangan Hurlock tetap relevan karena remaja masih menghadapi kebutuhan kematangan emosional, penyesuaian sosial, dan pembentukan identitas di tengah lingkungan digital. Layanan BK berbasis perkembangan—mencakup bimbingan individu, kelompok, layanan informasi, dan kolaborasi multipihak—perlu diimplementasikan secara preventif dan adaptif guna membantu remaja menghadapi tantangan digital secara sehat, kritis, dan bertanggung jawab.

**Kata kunci:** *Tugas perkembangan remaja, Elizabeth B. Hurlock, layanan bimbingan dan konseling, era digital, literasi digital*

## ABSTRACT

Adolescent development in the digital era presents challenges affecting emotional, social, and identity formation aspects, including social media pressure, social comparison, and technology-induced anxiety. These conditions indicate the urgency of Guidance and Counseling (GC) services responsive to adolescent developmental needs. This study aims to examine the relevance of adolescent developmental tasks according to Elizabeth B. Hurlock to GC services in the digital era. A literature study method was employed by reviewing 19 scientific articles (2015–2026) from Google Scholar, SINTA, DOAJ, and Garuda databases, analyzed using thematic analysis. Results indicate that Hurlock's developmental task concept remains relevant, as adolescents continue to face needs for emotional maturity, social adjustment, and identity formation within digital environments. Development-based GC services—encompassing individual guidance, group guidance, information services, and multi-stakeholder collaboration—should be implemented preventively and adaptively to help adolescents navigate digital challenges in a healthy, critical, and responsible manner.

**Keywords:** *Adolescent developmental tasks, Elizabeth B. Hurlock, guidance and counseling services, digital era, digital literacy*

Article info

Submitted: April 15, 2026; Accepted: June 29, 2026; Published: June 29, 2026

## PENDAHULUAN

Pada masa remaja merupakan sebuah fase transisi dari fase anak-anak menuju ke fase dewasa yang ditandai adanya perubahan-perubahan pada biologis, sosial, emosional dan kognitif yang mempengaruhi pembentukan identitas dan kesiapan individu tersebut dalam menjalani kehidupan dewasa kedepan (Wisudahningsih et al., 2025). Menurut Elizabeth B. Hurlcok mengatakan bahwa pada masa ini individu dituntut untuk mampu memenuhi berbagai tugas perkembangan seperti kematangan emosional, penyesuaian dalam sosial, dan membentuk identitas diri untuk dasar keberhasilan perkembangan pada fase berikutnya (Atiqah et al., 2024). Namun, adanya perkembangan teknologi digital membawa berbagai macam tantangan yang bisa saja memengaruhi pencapaian tugas perkembangan tersebut. Menurut Simanjuntak et al. (2024) menjelaskan bahwa Dan adanya pengaruh media sosial, tekanan dari teman sebaya, serta lingkungan sosial digital yang memiliki potensi meningkatkan berbagai macam masalah psikologis pada remaja. Pernyataan tersebut diperkuat dengan temuan dari Ni et al. (2020) menemukan bahwa tingginya intensitas penggunaan media sosial berkaitan dengan adanya peningkatan kecemasan dan kecenderungan melakukan komparasi sosial yang terjadi pada remaja. Dengan adanya temuan tersebut menjelaskan secara lebih lanjut bahwa BK memiliki peranan yang penting dalam membantu remaja guna mendukung tugas perkembangannya seperti kemampuan mengelola emosi, menumbuhkan identitas diri dan meningkatkan literasi digital.

Berbagai kajian menunjukkan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling berperan dalam membantu remaja mencapai tugas perkembangannya. Bimbingan individu membantu peserta didik memahami identitas diri, mengelola emosi, dan mengembangkan kemandirian sebagai bagian dari tugas perkembangan pribadi. Bimbingan kelompok memfasilitasi pengembangan kemampuan berinteraksi, bekerja sama, dan membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya sebagai tugas perkembangan sosial. Layanan informasi membantu remaja memperoleh wawasan mengenai pendidikan lanjutan, pilihan karier, serta penggunaan teknologi secara bijak sehingga mendukung kesiapan karier dan pengambilan keputusan. Sementara itu, kolaborasi antara konselor, guru, dan orang tua menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan remaja secara menyeluruh, baik dalam aspek pribadi, sosial, akademik, maupun karier (Purwaningrum & Surur, 2023). Pendekatan preventif dan kolaboratif dinilai sebagai metode yang paling efektif karena tidak hanya membantu remaja mengatasi masalah, tetapi juga mencegah munculnya hambatan perkembangan serta meningkatkan kemampuan penyesuaian diri secara menyeluruh. Kajian-kajian mengenai layanan Bimbingan dan Konseling berbasis perkembangan juga menunjukkan bahwa pendekatan yang menekankan penguatan regulasi emosi, keterampilan sosial, pengembangan konsep diri, dan kemampuan pengambilan keputusan memiliki efektivitas yang lebih baik dalam mendukung pencapaian tugas perkembangan remaja dibandingkan layanan yang hanya berorientasi pada penanganan masalah sesaat (Larbona & Herdi, 2023). Pendekatan tersebut dinilai lebih mampu membantu remaja memahami potensi diri, membangun identitas yang positif, serta meningkatkan kesiapan dalam menghadapi tuntutan perkembangan pribadi maupun sosial secara lebih adaptif.

Di sisi lain, berbagai kajian mengenai perkembangan remaja di era digital lebih banyak menyoroti permasalahan psikososial seperti kesehatan mental, dinamika interaksi sosial, dan adaptasi terhadap tekanan akademis yang semakin intens (Fadly, 2024). Selain itu tantangan lain seperti kecanduan media sosial, kecemasan sosial, krisis identitas, rendahnya kontrol diri, perilaku agresif, serta ketergantungan terhadap validasi sosial (Astrella & Kholifah, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perkembangan teknologi memberikan tantangan baru terhadap pencapaian tugas perkembangan remaja sehingga layanan BK perlu diselenggarakan secara lebih adaptif, preventif, dan berbasis perkembangan. Selain itu, perubahan pola interaksi sosial dan meningkatnya paparan informasi digital juga menyebabkan remaja lebih rentan mengalami tekanan emosional, kebingungan identitas, serta kesulitan dalam proses penyesuaian diri (Amaliah, 2025). Oleh karena itu, layanan BK tidak hanya berfungsi sebagai layanan preventif, tetapi juga memiliki peran strategis dalam membantu remaja mengembangkan kemampuan regulasi diri, literasi digital, keterampilan sosial, dan ketahanan psikologis agar mampu menghadapi dinamika perkembangan di era digital secara sehat dan bertanggung jawab.

Berdasarkan hasil berbagai hasil kajian yang sudah ada pada tahun 2020-2025 pada paragraf sebelumnya meneliti perkembangan remaja di era digital saat ini hanya fokus pada dampak ke media

sosial dan teknologi digital terhadap kesehatan mental, regulasi emosi, pembentukan identitas diri dan sosial remaja pada saat ini. Dan pada kajian BK hanya menekankan hanya menekankan layanan yang berbasis perkembangan siswa, pendekatan yang bersifat preventif dan kolaborasi antara guru BK dan orang tua dalam membantu peserta didik untuk mencapai tugas perkembangannya secara optimal yang sesuai dengan teori dari Elizabeth B. Hurlock.

Meskipun demikian, penelitian terdahulu masih banyak yang membahas permasalahan remaja dan layanan BK secara parsial. Sebagian besar penelitian terdahulu masih cenderung fokus pada dampak media sosial dan masalah menegenai psikososial sedangkan penelitian mengenai layanan BK lebih banyak fokus pada efektifitas layanan BK tersebut dalam membantu siswa. Sementara penelitian yang mengkaji teori tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock dengan implementasi layanan BK dalam konteks era digital terbilang masih terbatas. Padahal hal tersebut merupakan suatu hal yang bisa dikatakan sangat penting yang nanti nya dijadikan sebagai dasar dalam merancang layanan BK yang kira nya cocok dengan karakteristik dan juga kebutuhan perkembangan remaja pada masa era ini yang dimana serba cepat.

Berdasarkan kondisi tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji relevansi tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock terhadap layanan Bimbingan dan Konseling di era digital melalui pendekatan studi literatur. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual dalam pengembangan layanan BK berbasis perkembangan yang lebih relevan dengan kebutuhan remaja masa kini. Adapun kebaruan artikel ini terletak pada upaya mengintegrasikan konsep tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock dengan tantangan perkembangan remaja di era digital sebagai landasan dalam pengembangan layanan BK yang lebih preventif, adaptif, dan komprehensif sehingga dapat mendukung pencapaian perkembangan pribadi, sosial, akademik, dan karier peserta didik secara optimal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan studi kualitatif dengan jenis penelitian studi literatur (*library research*) yang bertujuan untuk mengkaji lebih dalam mengenai relevansi tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock terhadap layanan Bimbingan dan Konseling di era digital. Sumber data yang diperoleh berasal dari data sekunder yang diperoleh dari berbagai sumber ilmiah, proses penelusuran literatur diperoleh dari beberapa database akademik seperti jurnal ilmiah yang berasal dari Google Scholar, SINTA (Science and Technology Index), DOAJ (Directory of Open Access Journals), dan Garuda (Gerbang Rujukan Digital). Pemilihan data dilakukan berdasarkan tingkat kredibilitas, kemudahan akses, serta relevansinya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

**Tabel 1. Kriteria Literatur**

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Diterbitkan dalam periode tahun 2015-2026	Diterbitkan sebelum tahun 2025 atau setelah tahun 2026
Artikel yang membahas seputar tugas perkembangan remaja era digital, literasi digital, dan layanan bk Elizabeth B. Hurlock	Artikel yang tidak membahas seputar tugas perkembangan remaja era digital, literasi digital, dan layanan bk Elizabeth B. Hurlock
Sumber dari Google Schoolar, Sinta, DOAJ Dan Garuda	Sumber yang tidak memiliki kredibilitasnya akademik yang jelas
Artikel yang diperoleh berdasarkan kata kunci Yang relevan dengan topik penelitian	Artikel diperoleh dari kata kunci yang tidak relevan

Tabel 2. Data Teks

No	Data Teks	Sumber Data
1.	Definisi masa remaja	Wisudahningsih, E. T., Aminudin, M. H., & Ramadhani, I. (2025). Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan. <i>IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam</i> , 3(4), 1204–1222. Simanjuntak, D. V., Sitompul, D. A., Nadapdap, I., & Raja, S. L. (2024). <i>Psikologi Perkembangan pada Remaja terhadap Dampak Penggunaan Media Sosial pada Perkembangan Emosi dan Kecemasan pada Remaja</i> . 3, 1–9. <a href="https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.422">https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.422</a>
2.	Peran bimbingan dan konseling dalam mendukung tugas perkembangan remaja	Purwaningrum, R., & Surur, N. (2023). <i>Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application Harmonisasi Hubungan Guru Bimbingan dan Konseling dengan Orangtua melalui Strategi Kolaborasi : Systematic Literature Review</i> . 12(1), 119–136. <a href="https://doi.org/10.15294/ijgc.v12i1.74559">https://doi.org/10.15294/ijgc.v12i1.74559</a>
3.	Tantangan atau permasalahan perkembangan remaja di era digital	Fadly, D. (2024). <i>Tantangan Bagi Perkembangan Psikososial Anak dan Remaja di Era Pendidikan Modern : Studi Literatur</i> . 66–75. <a href="https://doi.org/10.53696/venn.v3i2.156">https://doi.org/10.53696/venn.v3i2.156</a> Astrella, N. B., & Kholifah, N. (2023). <i>Perkembangan Psikososial Remaja di Era New Normal</i> . 10, 131–145. <a href="https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.3775">https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.3775</a> Amalia, I. (2025). <i>Emotion Regulation in Adolescents in the Digital Era in the Context of Social Media and Mental Health : A Systematic Review Regulasi Emosi pada Remaja di Era Digital dalam Konteks Media Sosial dan Kesehatan Mental : Sistematis Review</i> . 2(3), 171–178. <a href="https://doi.org/10.62260/intrend.v2i3.493">https://doi.org/10.62260/intrend.v2i3.493</a>
4.	Temuan utama kajian pustaka tentang tugas perkembangan remaja di era digital	Wisudahningsih, E. T., Aminudin, M. H., & Ramadhani, I. (2025). Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan. <i>IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam</i> , 3(4), 1204–1222. <a href="https://doi.org/https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i4.2448">https://doi.org/https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i4.2448</a> Saktiani, B. E., & Khotimah, S. K. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru: Peran Dukungan Sosial Dan Kematangan Emosi. <i>Proceedings of International Conference on Psychology, Mental Health, Religion, and Spirituality</i> , 2(1), 61–65. <a href="https://doi.org/10.29080/pmhrs.v2i01.2198">https://doi.org/10.29080/pmhrs.v2i01.2198</a>
5.	Analisis tantangan tugas perkembangan remaja di era digital berdasarkan perspektif teori perkembangan Hurlock	Paputungan, F. (2023). Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood. <i>Journal of Education and Culture (JEaC) Vol.</i> , 3(1). Putri, A. P., Rizbiyanti, D. R., & Tresnawaty, B. (2025). Fenomena Validasi Digital: Analisis Kolerasi Antara Keterlibatan Media Sosial Dan Tendensi Narcissistic Personality Pada Generasi Z. <i>JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health</i> , 6(1), 70–85. <a href="https://doi.org/https://dx.doi.org/10.30984/jiva.v6i1">https://doi.org/https://dx.doi.org/10.30984/jiva.v6i1</a> Rifia, Z. S. (2025). JUBIKOPS : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi Studi Literatur : Kecemasan Remaja Dalam Menanggapi Persepsi Sosial Masyarakat. <i>JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi</i> , 5(September), 172–184. <a href="https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i2.1062">https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i2.1062</a>
6.	Peran bimbingan dan konseling dalam mendukung adaptasi sosial remaja di era digital	Indriyani, F., Sujarwo, & Safitri, D. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Pola Interaksi Sosial Remaja. <i>Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial</i> , 9(3), 101–110. <a href="https://doi.org/https://doi.org/10.9963/wb4tpq02">https://doi.org/https://doi.org/10.9963/wb4tpq02</a> Purnama, Adam, A., & Alim, A. (2025). Krisis Identitas Remaja di Era Digital : Studi Kualitatif tentang Dampak Media Sosial terhadap Kesehatan Mental dan Relasi Sosial. <i>JOONG-KI : Jurnal Pengabdian Masyarakat</i> , 5(1), 255–266. <a href="https://doi.org/10.56799/joongki.v5i1.10886">https://doi.org/10.56799/joongki.v5i1.10886</a> Mesra, R., & Neviyarni. (2024). Peran Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Dampak Perubahan Sosial pada Perilaku Remaja di Era

No	Data Teks	Sumber Data
		Digital. <i>Journal of Sociology Research and Education</i> , 5(2), 810–818. <a href="https://doi.org/10.53682/jpsre.v5i2.10998">https://doi.org/10.53682/jpsre.v5i2.10998</a>
7	Hasil dan pembahasan dari studi litelatur dalam proses penting yang harus dicapai individu dalam transisi kedewasaan	Wisudahningsih, E. T., Aminudin, M. H., & Ramadhani, I. (2025). Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan. <i>IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam</i> , 3(4), 1204–1222. <a href="https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i4.2448">https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i4.2448</a> Saktiani, B. E., & Khotimah, S. K. (2024). Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru: Peran Dukungan Sosial Dan Kematangan Emosi. <i>Proceedings of International Conference on Psychology, Mental Health, Religion, and Spirituality</i> , 2(1), 61–65.
8	Dalam perspektif teori perkembangan Elizabeth B. Hurlock	Paputungan, F. (2023). Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood. <i>Journal of Education and Culture (JEaC) Vol.</i> , 3(1). <a href="https://doi.org/10.47918/jeac.v3i1.1139">https://doi.org/10.47918/jeac.v3i1.1139</a>
9	Penggunaan media sosial secara intens membuat sebagian remaja cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan bergantung pada validasi sosial di media digital	Putri, A. P., Rizbiyanti, D. R., & Tresnawaty, B. (2025). Fenomena Validasi Digital: Analisis Kolerasi Antara Keterlibatan Media Sosial Dan Tendensi Narcissistic Personality Pada Generasi Z. <i>JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health</i> , 6(1), 70–85. Rifia, Z. S. (2025). JUBIKOPS : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi Studi Literatur : Kecemasan Remaja Dalam Menanggapi Persepsi Sosial Masyarakat. <i>JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi</i> , 5(September), 172–184.
10	Pengaruh perkembangan teknologi digital pada pola interaksi remaja	Indriyani, F., Sujarwo, & Safitri, D. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Pola Interaksi Sosial Remaja. <i>Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial</i> , 9(3), 101–110. <a href="https://doi.org/10.9963/wb4tpq02">https://doi.org/10.9963/wb4tpq02</a> Purnama, Adam, A., & Alim, A. (2025). Krisis Identitas Remaja di Era Digital : Studi Kualitatif tentang Dampak Media Sosial terhadap Kesehatan Mental dan Relasi Sosial. <i>JOONG-KI : Jurnal Pengabdian Masyarakat</i> , 5(1), 255–266. <a href="https://doi.org/10.56799/joongki.v5i1.10886">https://doi.org/10.56799/joongki.v5i1.10886</a>
11	Pentingnya layanan bimbingan dan konseling dalam perubahan social remaja di era digital	Mesra, R., & Neviyarni. (2024). Peran Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Dampak Perubahan Sosial pada Perilaku Remaja di Era Digital. <i>Journal of Sociology Research and Education</i> , 5(2), 810–818. <a href="https://doi.org/10.53682/jpsre.v5i2.10998">https://doi.org/10.53682/jpsre.v5i2.10998</a>
12	Peran penting bimbingan dan konseling dalam membantu remaja mencapai tugas perkembangannya secara optimal	Layuk, G. A., Kendek, K. B., & Tasik, W. (2026). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Konsep Diri Positif Siswa Pengguna Media Sosial. November 2025. <a href="https://doi.org/10.31851/juang.v7i2.15960">https://doi.org/10.31851/juang.v7i2.15960</a> Fahrani, R., Putri, R. D., & Sari, S. P. (2024). Bimbingan Kelompok Berbasis Cerita Rakyat : Menemukan Identitas Diri Remaja, 7(2), 223–23. <a href="https://doi.org/10.61132/damai.v3i1.2002">https://doi.org/10.61132/damai.v3i1.2002</a>
13	Pentingnya dukungan keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan remaja dalam mencapai tugas perkembangannya	Bulan, Y. E., & N, I. K. (2022). Pengaruh Lingkungan Sosial terhadap Perkembangan Mental Remaja. 3(2), 99–115. <a href="https://doi.org/10.21093/tj.v3i2.6481">https://doi.org/10.21093/tj.v3i2.6481</a> Dan, E., Eksekutif, F., Mawardah, M., & Khairunnisa, T. (2025). Dampak Paparan Konten Digital Ultra-Cepat Terhadap Regulasi. 6(2), 161–166. <a href="https://doi.org/10.46838/jbic.v6i2.993">https://doi.org/10.46838/jbic.v6i2.993</a> . Wardani, S. Y., Kadafi, A., & Dewi, N. K. (2023). Peran Konselor Dalam Meningkatkan Perilaku Literasi Digital Siswa Di Masa Pandemi Covid-19. 8, 84–93. <a href="https://doi.org/10.26737/jbki.v8i2.3135">https://doi.org/10.26737/jbki.v8i2.3135</a> .
14	Layanan BK tidak hanya berperan dalam membantu penyelesaian masalah yang muncul, tetapi juga mendukung pencapaian tugas-tugas perkembangan remaja agar dapat	Konseling, J., Matappa, A., Matappa, A., & Yusuf, A. (2019). Implementasi Teknik Self Control Terhadap Kecanduan Media Sosial Siswa. <a href="https://doi.org/10.31100/jurkam.v3i1.335">https://doi.org/10.31100/jurkam.v3i1.335</a> . Program, A. C. I. (2024). <i>Jurnal Diversita</i> . 10(1), 20–27. <a href="https://doi.org/10.31289/diversita.v10i1.10052">https://doi.org/10.31289/diversita.v10i1.10052</a>

No	Data Teks	Sumber Data
	beradaptasi secara positif dengan perkembangan teknologi dan lingkungan sosial digita	

Penelusuran literatur dilakukan secara sistematis dengan menggunakan kombinasi kata kunci yang relevan dengan topik penelitian, seperti “tugas perkembangan remaja”, “Elizabeth B. Hurlock”, “layanan BK”, “era digital”, dan “literasi digital”. Dalam proses pencarian, peneliti menggunakan operator Boolean seperti AND dan OR untuk memperluas maupun mempersempit hasil pencarian agar lebih sesuai dengan kebutuhan penelitian. Literatur yang digunakan dibatasi pada rentang tahun publikasi 2015–2026 dengan tujuan memastikan bahwa sumber data yang dipakai bersifat terbaru dan relevan dengan perkembangan penelitian terkini. Selanjutnya, peneliti menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi secara jelas. Artikel yang dipilih merupakan artikel jurnal ilmiah nasional maupun internasional yang membahas hubungan relevansi perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock serta kaitannya terhadap layanan BK di era digital tersedia dalam bentuk teks lengkap. Sementara itu, artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian, tidak memiliki dasar ilmiah yang jelas, berupa duplikasi, atau tidak dapat diakses secara penuh dikeluarkan dari proses analisis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa tugas perkembangan remaja merupakan proses penting yang harus dicapai individu dalam masa transisi menuju kedewasaan. Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik, emosional, sosial, dan kognitif yang terjadi secara bersamaan sehingga remaja mulai menghadapi tuntutan untuk mampu menerima kondisi diri, mencapai kemandirian emosional, membangun hubungan sosial yang matang, serta mempersiapkan peran sosial di masa dewasa ([Wisudahningsih et al., 2025](#)). Pada fase ini, remaja yang matang secara emosi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial ([B. E. Saktiani & Khotimah, 2024](#)). Pencapaian tugas perkembangan remaja pada era digital dipengaruhi tidak hanya oleh perubahan perkembangan individu, tetapi juga oleh intensitas interaksi remaja dengan lingkungan digital. Kondisi ini memperlihatkan bahwa perkembangan teknologi menjadi faktor penting yang memengaruhi proses pembentukan identitas, pola perilaku, serta kemampuan penyesuaian sosial remaja.

Dalam perspektif teori perkembangan Elizabeth B. Hurlock, masa remaja merupakan periode yang penuh perubahan dan penyesuaian diri ([Paputungan, 2023](#)). Remaja dituntut untuk mampu mencapai tugas perkembangan agar dapat berkembang secara optimal menuju tahap dewasa. Namun, pada era digital, proses pencapaian tugas perkembangan tersebut mengalami perubahan konteks. Lingkungan sosial remaja tidak lagi terbatas pada keluarga, sekolah, dan masyarakat sekitar, tetapi juga meluas ke ruang digital yang memungkinkan remaja memperoleh berbagai pengaruh secara cepat dan luas. Kehadiran media digital menjadikan proses pembentukan identitas diri berlangsung lebih kompleks karena remaja menerima banyak informasi, nilai, serta standar sosial dari berbagai sumber yang belum tentu sesuai dengan kondisi perkembangan mereka.

Remaja tidak hanya menghadapi perubahan biologis dan psikologis, tetapi juga menghadapi tekanan sosial dari lingkungan digital yang berkembang sangat cepat. Penggunaan media sosial secara intens membuat sebagian remaja cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan bergantung pada validasi sosial di media digital ([Putri et al., 2025](#)). Kondisi tersebut terjadi karena pada masa remaja individu memiliki kebutuhan yang tinggi terhadap penerimaan sosial dan pembentukan identitas diri sehingga penilaian dari lingkungan digital lebih mudah memengaruhi kondisi emosional remaja ([Rifia, 2025](#)). Akibatnya, remaja menjadi lebih rentan mengalami tekanan psikologis ketika tidak mampu memenuhi standar sosial yang muncul di media digital. Tekanan tersebut dapat memunculkan perasaan rendah diri, kecemasan sosial, hingga ketidakpuasan terhadap diri sendiri apabila remaja tidak memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang baik.

Selain itu, perkembangan teknologi digital juga memengaruhi pola interaksi sosial remaja. Perubahan tersebut terlihat dari meningkatnya penggunaan media sosial dan aplikasi pesan instan sebagai sarana utama komunikasi remaja, sehingga hubungan sosial lebih sering dilakukan melalui ruang virtual dibandingkan interaksi tatap muka ([Indriyani et al., 2025](#)). Perubahan tersebut

memberikan dampak positif dalam memperluas relasi sosial, mempermudah akses komunikasi, dan membuka peluang memperoleh informasi dengan cepat. Namun, di sisi lain, komunikasi virtual juga berpotensi menurunkan kualitas komunikasi interpersonal apabila tidak disertai kemampuan pengendalian diri dan literasi digital yang baik. Remaja yang kurang mampu menyaring pengaruh digital cenderung mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat, mengelola konflik, dan mengekspresikan emosi secara tepat (Purnama et al., 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi sosial pada era digital menjadi bagian penting dalam pencapaian tugas perkembangan remaja.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Mesra & Neviyarni (2024) yang menyatakan bahwa perubahan sosial di era digital telah memengaruhi perilaku remaja melalui transformasi pola komunikasi, pembentukan identitas diri, serta meningkatnya risiko penggunaan teknologi digital. Penelitian tersebut juga menegaskan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam membantu remaja mengembangkan literasi digital, resiliensi, dan identitas diri yang sehat di tengah arus perkembangan teknologi digital. Selain itu, konselor dituntut untuk mampu membantu remaja menyeimbangkan kehidupan *online* dan *offline* agar perkembangan sosial dan emosional tetap berjalan secara optimal. Layanan BK tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah akademik atau perilaku, tetapi juga perlu diarahkan pada penguatan kemampuan pengelolaan emosi, pembentukan identitas diri yang positif, kemampuan berpikir kritis terhadap informasi digital, serta pengembangan keterampilan sosial yang sehat.

Dalam kondisi tersebut, layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam membantu remaja mencapai tugas perkembangannya secara optimal. Konseling individual membantu remaja memahami diri, mengenali potensi dan kelemahan diri, serta mengembangkan kemampuan pengendalian emosi dalam menghadapi tekanan sosial maupun digital (Monica et al., 2024). Layanan ini juga membantu remaja membangun konsep diri yang lebih positif sehingga individu mampu mengambil keputusan secara lebih adaptif, layanan bimbingan kelompok juga berperan penting dalam mendukung perkembangan remaja. Melalui dinamika kelompok, remaja dapat berbagi pengalaman, berdiskusi, serta memperoleh dukungan dan umpan balik yang positif dari teman sebaya. Proses ini membantu meningkatkan kepercayaan diri, penerimaan diri, dan kemampuan mengontrol perilaku, termasuk dalam penggunaan media sosial. Dengan demikian, bimbingan kelompok dapat membantu remaja membentuk konsep diri yang lebih positif dan realistis sehingga mendukung pencapaian tugas-tugas perkembangannya secara optimal. layanan bimbingan kelompok juga berperan penting dalam mendukung perkembangan remaja. Melalui dinamika kelompok, remaja dapat berbagi pengalaman, berdiskusi, serta memperoleh dukungan dan umpan balik yang positif dari teman sebaya. Proses ini membantu meningkatkan kepercayaan diri, penerimaan diri, dan kemampuan mengontrol perilaku, termasuk dalam penggunaan media sosial. Dengan demikian, bimbingan kelompok dapat membantu remaja membentuk konsep diri yang lebih positif dan realistis sehingga mendukung pencapaian tugas-tugas perkembangannya secara optimal (Layuk et al., 2026). Selain membantu pembentukan konsep diri yang positif, layanan bimbingan kelompok juga berperan dalam mengembangkan kemampuan sosial remaja. Melalui berbagai aktivitas kelompok, siswa belajar berkomunikasi, bekerja sama, menghargai pendapat orang lain, serta membangun hubungan interpersonal yang sehat. Kemampuan tersebut menjadi penting dalam membantu remaja beradaptasi dengan tuntutan lingkungan sekolah maupun kehidupan sosial di era digital. Dengan meningkatnya kompetensi interpersonal, remaja lebih mampu menjalin interaksi yang positif, mengelola konflik secara konstruktif, serta mencapai tugas perkembangan sosial yang diperlukan dalam proses menuju kedewasaan (Fahrani et al., 2024)

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan remaja dalam mencapai tugas perkembangannya (Bulan & N, 2022). Remaja yang memperoleh dukungan emosional, perhatian, dan pengawasan yang positif cenderung memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan remaja yang kurang mendapatkan dukungan dari lingkungannya. Dukungan tersebut membantu remaja merasa diterima, dihargai, dan lebih mampu menghadapi tekanan perkembangan secara sehat. Oleh karena itu, kolaborasi antara konselor, guru, dan orang tua menjadi penting untuk menciptakan lingkungan yang suportif bagi perkembangan remaja, khususnya dalam menghadapi pengaruh media digital yang semakin kuat. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa layanan BK dan dukungan sosial berpengaruh terhadap perkembangan emosional dan sosial remaja.

Namun, kajian ini memperlihatkan bahwa pengaruh teknologi digital menjadi tantangan yang lebih dominan dibandingkan pada penelitian terdahulu yang lebih banyak membahas perkembangan remaja dalam konteks sosial konvensional. Pesatnya perkembangan teknologi membuat remaja semakin sering terpapar berbagai konten digital, terutama konten berdurasi singkat yang dapat diakses secara cepat melalui media sosial. Paparan yang berlebihan terhadap konten tersebut berpotensi memengaruhi kemampuan regulasi emosi dan fungsi kognitif remaja, seperti konsentrasi, pengendalian diri, serta kemampuan mengambil keputusan. Kondisi ini menjadi tantangan dalam pencapaian tugas perkembangan remaja, khususnya yang berkaitan dengan kematangan emosional dan intelektual. Oleh karena itu, layanan Bimbingan dan Konseling perlu membantu remaja mengembangkan literasi digital, kemampuan berpikir kritis, serta keterampilan mengelola penggunaan teknologi secara sehat agar perkembangan mereka tetap berjalan secara optimal sesuai dengan tahapan perkembangan yang dikemukakan oleh Hurlock (Dan et al., 2025). Hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan konten digital ultra-cepat berpengaruh terhadap regulasi emosi dan fungsi eksekutif remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa remaja perlu beradaptasi dengan perkembangan teknologi digital agar tetap mampu mencapai tugas perkembangannya sebagaimana dikemukakan oleh Elizabeth Hurlock, terutama dalam aspek kematangan emosional, pengendalian diri, dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam membantu remaja mengembangkan literasi digital dan regulasi diri agar dapat menghadapi tantangan era digital secara sehat dan bertanggung jawab (Wardani et al., 2023).

Temuan penelitian tersebut menunjukkan bahwa permasalahan remaja di era digital, khususnya kecanduan media sosial, dapat diminimalkan melalui layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan kemampuan pengendalian diri. Hasil ini mengindikasikan bahwa layanan BK tidak hanya berperan dalam membantu penyelesaian masalah yang muncul, tetapi juga mendukung pencapaian tugas-tugas perkembangan remaja agar dapat beradaptasi secara positif dengan perkembangan teknologi dan lingkungan sosial digital (Konseling et al., 2019). Adapun pengembangan keterampilan sosial melalui layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu remaja mencapai tugas perkembangannya. Kemampuan menjalin hubungan sosial yang sehat, bekerja sama, berkomunikasi secara efektif, serta beradaptasi dengan lingkungan merupakan aspek perkembangan yang perlu diperkuat agar remaja mampu menghadapi berbagai tantangan pada era digital (Program, 2024).

Dengan demikian, konsep tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock masih relevan digunakan sebagai dasar pengembangan layanan BK, tetapi implementasinya perlu disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan remaja pada era digital. Layanan BK perlu diarahkan tidak hanya pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada penguatan literasi digital, kemampuan pengendalian diri, keterampilan sosial, dan ketahanan psikologis agar remaja mampu menghadapi perkembangan teknologi dan tekanan sosial secara lebih sehat, kritis, dan adaptif. Kebaruan kajian ini terletak pada penekanan bahwa konsep tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock masih relevan digunakan dalam memahami perkembangan remaja modern, namun implementasi layanan BK perlu disesuaikan dengan karakteristik lingkungan digital yang memengaruhi perkembangan emosional dan sosial remaja.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Sebagai studi literatur, hasil kajian bergantung pada kualitas, kelengkapan, dan relevansi sumber yang dianalisis serta tidak didukung oleh data lapangan secara langsung. Selain itu, literatur yang digunakan dibatasi pada artikel yang terbit dalam rentang tahun 2015–2026 dan berasal dari database Google Scholar, SINTA, DOAJ, dan Garuda sehingga memungkinkan adanya penelitian relevan yang belum terakomodasi. Penggunaan sumber yang telah dipublikasikan juga berpotensi menimbulkan publication bias, yaitu kecenderungan lebih banyaknya penelitian dengan hasil signifikan yang dipublikasikan dibandingkan penelitian dengan hasil yang berbeda. Di samping itu, penelitian yang secara khusus mengaitkan tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock dengan layanan Bimbingan dan Konseling di era digital masih relatif terbatas sehingga kajian ini lebih bersifat konseptual.

Meskipun demikian, hasil kajian menunjukkan bahwa tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock masih relevan sebagai landasan pengembangan layanan BK di era digital. Oleh karena itu, guru BK perlu mengembangkan layanan yang mendukung literasi digital, regulasi emosi, keterampilan sosial, dan pembentukan identitas diri yang positif melalui layanan informasi, bimbingan

kelompok, maupun konseling individual. Penelitian selanjutnya disarankan melakukan studi empiris di lingkungan sekolah untuk menguji efektivitas layanan BK berbasis tugas perkembangan remaja serta mengembangkan model layanan yang terintegrasi dengan literasi digital dan kesehatan mental remaja agar lebih sesuai dengan tantangan perkembangan pada era digital.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi literatur, dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan remaja menurut Elizabeth B. Hurlock masih relevan sebagai landasan pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling di era digital. Temuan ini secara langsung menjawab tujuan penelitian, yaitu mengkaji relevansi tugas perkembangan remaja menurut Hurlock terhadap layanan BK dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan remaja masa kini. Hasil kajian menunjukkan bahwa tugas perkembangan seperti kematangan emosi, penyesuaian sosial, pembentukan identitas diri, dan kemampuan pengambilan keputusan tetap menjadi kebutuhan penting bagi remaja, meskipun proses pencapaiannya dipengaruhi oleh perkembangan teknologi digital, media sosial, serta berbagai dinamika lingkungan virtual.

Kajian ini juga menunjukkan bahwa layanan BK perlu dikembangkan secara preventif dan adaptif dengan menekankan penguatan regulasi emosi, literasi digital, keterampilan sosial, serta pembentukan identitas diri yang positif. Dengan demikian, integrasi antara teori perkembangan remaja dan tantangan era digital dapat menjadi dasar dalam merancang layanan BK yang lebih sesuai dengan kebutuhan remaja saat ini. Penelitian selanjutnya disarankan melakukan studi empiris pada siswa SMP dan SMA menggunakan desain eksperimen atau mixed methods untuk menguji efektivitas layanan BK berbasis tugas perkembangan, khususnya dalam meningkatkan regulasi emosi, penyesuaian sosial, pembentukan identitas diri, dan literasi digital remaja.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Issac Briyan Alisyahbana atas masukan dan saran akademik yang diberikan selama proses penyusunan artikel. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada rekan-rekan yang membantu dalam koreksi bahasa, penginputan data, dan diskusi akademik sehingga artikel ini dapat diselesaikan dengan baik

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, I. (2025). Emotion regulation in adolescents in the digital era in the context of social media and mental health: A systematic review. *Intrend*, 2(3), 171–178. <https://doi.org/10.62260/intrend.v2i3.493>
- Astellla, N. B., & Kholifah, N. (2023). Perkembangan psikososial remaja di era new normal. *Jurnal Ilmu Psikologi*, 10(1), 131–145. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.3775>
- Bulan, Y. E., & N, I. K. (2022). Pengaruh lingkungan sosial terhadap perkembangan mental remaja. *Tadrib: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(2), 99–115. <https://doi.org/10.21093/tj.v3i2.6481>
- Fadly, D. (2024). Tantangan bagi perkembangan psikososial anak dan remaja di era pendidikan modern: Studi literatur. *Venn: Jurnal Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 3(2), 66–75. <https://doi.org/10.53696/venn.v3i2.156>
- Fahrani, R., Putri, R. D., & Sari, S. P. (2024). Bimbingan kelompok berbasis cerita rakyat: Menemukan identitas diri remaja. *Jurnal Damai*, 7(2), 223–233. <https://doi.org/10.61132/damai.v3i1.2002>
- Indriyani, F., Sujarwo, & Safitri, D. (2025). Pengaruh media sosial terhadap pola interaksi sosial remaja. *Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial*, 9(3), 101–110. <https://doi.org/10.9963/wb4tpq02>
- Layuk, G. A., Kendek, K. B., & Tasik, W. (2026). Penerapan layanan bimbingan kelompok dalam membentuk konsep diri positif siswa pengguna media sosial. *Jurnal Juang*, 7(2). <https://doi.org/10.31851/juang.v7i2.15960>
- Mawardah, M., & Khairunnisa, T. (2025). Dampak paparan konten digital ultra-cepat terhadap regulasi diri dan fungsi eksekutif. *JBIC: Journal of Behavior and Islamic Counseling*, 6(2), 161–166. <https://doi.org/10.46838/jbic.v6i2.993>
- Mesra, R., & Neviyarni. (2024). Peran bimbingan dan konseling dalam mengatasi dampak perubahan sosial pada perilaku remaja di era digital. *Jurnal of Sociology Research and Education*, 5(2), 810–

818. <https://doi.org/10.53682/jpjsre.v5i2.10998>
- Matappa, A., & Yusuf, A. (2019). Implementasi teknik self control terhadap kecanduan media sosial siswa. *Jurkam: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 3(1). <https://doi.org/10.31000/jurkam.v3i1.335>
- Paputungan, F. (2023). Karakteristik perkembangan masa dewasa awal. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1). <https://doi.org/10.47918/jeac.v3i1.1139>
- Program Studi Psikologi. (2024). Jurnal Diversita. *Jurnal Diversita*, 10(1), 20–27. <https://doi.org/10.31289/diversita.v10i1.10052>
- Purnama, Adam, A., & Alim, A. (2025). Krisis identitas remaja di era digital: Studi kualitatif tentang dampak media sosial terhadap kesehatan mental dan relasi sosial. *JOONG-KI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 255–266. <https://doi.org/10.56799/joongki.v5i1.10886>
- Putri, A. P., Rizbiyanti, D. R., & Tresnawaty, B. (2025). Fenomena validasi digital: Analisis korelasi antara keterlibatan media sosial dan tendensi narcissistic personality pada generasi Z. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 6(1), 70–85. <https://dx.doi.org/10.30984/jiva.v6i1>
- Rifia, Z. S. (2025). Studi literatur: Kecemasan remaja dalam menanggapi persepsi sosial masyarakat. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 172–184. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i2.1062>
- Saktiani, B. E., & Khotimah, S. K. (2024). Penyesuaian diri mahasiswa baru: Peran dukungan sosial dan kematangan emosi. *Proceedings of International Conference on Psychology, Mental Health, Religion, and Spirituality*, 2(1), 61–65. <https://doi.org/10.29080/pmhrs.v2i01.2198>
- Simanjuntak, D. V., Sitompul, D. A., Nadapdap, I., & Raja, S. L. (2024). Psikologi perkembangan pada remaja terhadap dampak penggunaan media sosial pada perkembangan emosi dan kecemasan pada remaja. *Jurnal Psikologi Aktual*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.422>
- Wardani, S. Y., Kadafi, A., & Dewi, N. K. (2023). Peran konselor dalam meningkatkan perilaku literasi digital siswa di masa pandemi Covid-19. *JBKI: Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(2), 84–93. <https://doi.org/10.26737/jbki.v8i2.3135>
- Wisudahningsih, E. T., Aminudin, M. H., & Ramadhani, I. (2025). Tahapan perkembangan remaja: Perspektif psikologis dan implikasi pendidikan. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(4), 1204–1222. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i4.2448>