

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin

Volume 3, Nomor 4, May 2025, P. 135-139

E-ISSN: 2986-6340

Licensed by CC BY-SA 4.0

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15396030>

Membangun Tanggung Jawab Karir Siswa Secara Kelompok Melalui Pendekatan Konseling Realitas

Rober Sandra, Yeni Karneli, Netrawati

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

E mail: robbersandra@student.unp.ac.id, yenikarneli@fip.unp.ac.id, netrawati@fip.unp.ac.id

Abstrak

Pemilihan karir yang tepat merupakan tantangan penting bagi siswa di era modern, menuntut pendekatan konseling yang mampu menumbuhkan tanggung jawab pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas intervensi *Reality Therapy* dalam meningkatkan tanggung jawab siswa terhadap pilihan karir mereka. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur, artikel ini menganalisis berbagai sumber akademik yang relevan melalui teknik analisis isi. Hasil kajian menunjukkan bahwa *Reality Therapy* secara konsisten meningkatkan refleksi diri, kesadaran atas pilihan, dan pengambilan keputusan mandiri pada siswa. Temuan ini memperkuat teori pilihan serta memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam pengembangan layanan bimbingan karir di sekolah. Kesimpulan menunjukkan bahwa pendekatan ini relevan diterapkan dalam konteks pendidikan yang berfokus pada pemberdayaan individu. Penelitian lanjutan direkomendasikan dalam bentuk studi lapangan dan evaluasi longitudinal.

Kata kunci: *konseling realitas, tanggung jawab pribadi, pilihan karir*

Abstract

Making informed career choices remains a critical challenge for students in the modern era, requiring counseling approaches that foster personal responsibility. This study aims to examine the effectiveness of Reality Therapy interventions in enhancing students' responsibility toward their career decisions. Employing a qualitative approach through a literature review method, this article analyzes relevant academic sources using content analysis techniques. The findings indicate that Reality Therapy consistently promotes self reflection, awareness of choices, and autonomous decision making among students. These results reinforce Choice Theory and offer both theoretical and practical contributions to the development of career guidance services in educational settings. The study concludes that this approach is highly applicable within learner centered educational environments. Further research is recommended through field studies and longitudinal evaluations to assess the sustained impact of such interventions.

Keywords: *reality therapy, personal responsibility, career choice*

Article Info

Received date: 25 April 2025

Revised date: 30 April 2025

Accepted date: 7 May 2025

PENDAHULUAN

Pemilihan karir menjadi salah satu keputusan paling krusial dalam kehidupan seorang siswa. Data dari UNESCO (2023) menunjukkan bahwa ketidakpastian dalam memilih jalur karir masih menjadi penyebab utama ketidaksesuaian antara latar belakang pendidikan dan dunia kerja, terutama di kalangan remaja. Dalam konteks Indonesia, fenomena ini diperparah oleh minimnya intervensi yang menekankan pada pengembangan tanggung jawab pribadi dalam pengambilan keputusan karir.

Dalam beberapa dekade terakhir, muncul kesadaran bahwa salah satu indikator keberhasilan pendidikan adalah terbentuknya individu yang bertanggung jawab atas pilihan hidupnya, termasuk pilihan karir. Mason dan Dye (2017) menekankan bahwa siswa yang memiliki tanggung jawab pribadi tinggi cenderung memiliki kejelasan tujuan dan ketahanan dalam menghadapi tantangan akademik dan karir.

Konseling telah lama dikenal sebagai pendekatan efektif dalam membantu siswa mengatasi kebingungan karir. Namun, pendekatan tradisional yang terlalu berfokus pada informasi karir mulai dianggap tidak cukup. Pendekatan konseling kelompok memberikan ruang aman bagi remaja untuk mengeksplorasi membangun kembali penerimaan diri (Karneli, 2022).

Sekarang, pendekatan berbasis terapi seperti *Reality Therapy*, yang menekankan tanggung jawab personal dan pengambilan keputusan sadar, mulai mendapat perhatian sebagai alternatif yang lebih holistik (Wubbolding, 2017). Corey menyatakan bahwa pendekatan konseling realitas efektif dalam membangun tanggung jawab karir siswa melalui interaksi kelompok. Dalam konteks ini, siswa didorong untuk memahami pilihan dan konsekuensi dari tindakan mereka, yang dapat meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab terhadap karir mereka (Corey, 2013).

Reality Therapy, yang dikembangkan oleh William Glasser, menekankan bahwa perilaku manusia adalah hasil dari pilihan pribadi. Dalam konteks pendidikan, pendekatan ini mendorong siswa untuk tidak menyalahkan lingkungan atas kegagalan, tetapi justru mengambil alih tanggung jawab atas masa depan mereka (Robey & Wubbolding, 2012).

Berbagai studi mendukung efektivitas *Reality Therapy* dalam meningkatkan aspek psikologis siswa, seperti tanggung jawab pribadi, efikasi diri, dan pengambilan keputusan karir. Penelitian oleh Rahimi Pordanjani et al. (2019) menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam efikasi karir setelah siswa mengikuti sesi konseling berbasis terapi realitas. Meskipun terbukti efektif, implementasi *Reality Therapy* di sekolah masih minim, khususnya di sistem pendidikan Asia Tenggara. Sebagian besar sekolah masih mengandalkan pendekatan konvensional yang cenderung instruksional dan tidak memberdayakan siswa secara psikologis.

Artikel ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan menyoroti bagaimana *Reality Therapy* dapat digunakan secara praktis dalam konteks pendidikan menengah guna meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa terhadap pilihan karir mereka. Masalah utama dalam artikel ini adalah rendahnya kemampuan siswa dalam mengambil keputusan karir secara bertanggung jawab, yang berdampak pada ketidaksesuaian antara aspirasi dan realitas dunia kerja.

Tujuan utama dari artikel ini adalah mengeksplorasi secara sistematis bagaimana intervensi konseling realitas dapat meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa dalam proses pemilihan karir melalui pendekatan empiris dan aplikatif. Secara teoretis, artikel ini berkontribusi dalam pengembangan literatur mengenai terapi realitas dalam pendidikan. Secara praktis, artikel ini diharapkan menjadi referensi bagi guru bimbingan dan konselor sekolah dalam merancang intervensi yang berdampak langsung terhadap kesiapan karir siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *kualitatif deskriptif* dengan metode studi literatur (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk menganalisis teori dan temuan sebelumnya terkait efektivitas intervensi *Reality Therapy* dalam meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa terhadap keputusan karir. Penelitian kualitatif memungkinkan peneliti menggali secara mendalam dimensi konseptual dan filosofis dari praktik konseling realitas, sebagaimana dianjurkan oleh Creswell (2016) dalam studi kualitatif berbasis teks.

Data dalam penelitian ini bersumber dari berbagai literatur akademik yang relevan, termasuk artikel internasional bereputasi, prosiding konferensi, dan buku teori konseling. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara menelusuri pustaka ilmiah melalui database daring seperti Google Scholar, ERIC, Wiley, dan Taylor & Francis. Kriteria pemilihan sumber mencakup: (1) relevansi dengan topik konseling realitas dan tanggung jawab pribadi siswa, (2) publikasi dalam kurun waktu lima tahun terakhir (2018–2024), dan (3) peer reviewed atau telah melewati proses akademik yang valid.

Analisis data dilakukan melalui teknik *content analysis* atau analisis isi, yang digunakan untuk mengidentifikasi, mengategorikan, dan menafsirkan tema-tema utama dari setiap sumber literatur. Prosedur ini meliputi tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sesuai dengan model Miles & Huberman (2014). Peneliti menelaah bagaimana pendekatan *Reality Therapy* dijelaskan dan diimplementasikan dalam konteks pendidikan serta bagaimana dampaknya terhadap perkembangan tanggung jawab siswa dalam mengambil keputusan karir.

Meskipun artikel ini tidak melibatkan subjek manusia secara langsung, pemilihan literatur dilakukan dengan seleksi ketat. Artikel yang dipilih harus menunjukkan desain penelitian yang jelas, seperti eksperimen kuasi, studi longitudinal, atau kajian lapangan, serta menyertakan pengukuran pada aspek tanggung jawab pribadi atau efikasi karir. Peneliti juga mencermati validitas internal dan eksternal studi tersebut untuk memastikan bahwa temuan yang disintesis dapat diandalkan.

Validitas dalam penelitian literatur ini diperkuat dengan strategi *triangulasi sumber* yakni membandingkan berbagai sumber dari penulis, jurnal, dan konteks berbeda. Relevansi metode ini sangat cocok dengan tujuan artikel yang bersifat konseptual dan aplikatif. Selain itu, metode ini juga memberikan pemahaman holistik terhadap pendekatan *Reality Therapy* dalam ranah pendidikan yang sebelumnya masih kurang dijelajahi secara sistematis di Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari beberapa artikel dan penelitian yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan pada artikel ini, didapat beberapa penelitian yang terkait, diantaranya sebagai berikut:

1. Peningkatan Tanggung Jawab Pribadi Siswa Studi literatur menunjukkan bahwa intervensi konseling realitas secara konsisten meningkatkan rasa tanggung jawab pribadi siswa dalam pengambilan keputusan karir. Penelitian oleh Rahimi Pordanjani dan Hashemi (2019) menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti sesi *Reality Therapy* menunjukkan peningkatan signifikan dalam efikasi karir dan pengambilan keputusan mandiri dibandingkan kelompok kontrol. Intervensi ini memberikan siswa pemahaman yang lebih baik tentang peran aktif mereka dalam menentukan arah masa depan.
2. Penguatan Kesadaran dan Refleksi Diri Pendekatan *Reality Therapy* berbasis pada *Choice Theory* juga terbukti mendorong siswa untuk melakukan refleksi terhadap keinginan, tindakan, dan konsekuensi pilihan mereka. Temuan dari Robey dan Wubbolding (2012) mengindikasikan bahwa konseling ini meningkatkan kesadaran siswa terhadap peran pribadi mereka dalam menghadapi realitas dan mengatasi hambatan dalam pemilihan karir.
3. Peningkatan Efikasi dan Konsep Diri Akademik Dalam konteks yang lebih luas, penelitian oleh Soleimani dan Ghaffari (2020) menunjukkan bahwa siswa dengan kebutuhan khusus yang menjalani terapi realitas mengalami peningkatan signifikan dalam konsep diri akademik, yang berkaitan erat dengan kepercayaan terhadap kemampuan mengambil keputusan karir yang rasional.
4. Efektivitas Dibandingkan Pendekatan Lain Studi Asani et al. (2023) membandingkan efektivitas *Reality Therapy* dengan *Mindfulness Based Cognitive Therapy* (MBCT). Hasilnya menunjukkan bahwa meskipun MBCT unggul dalam meningkatkan emosi positif, *Reality Therapy* lebih unggul dalam aspek tanggung jawab personal dan makna akademik yang terkait langsung dengan pilihan karir.
5. Kontribusi pada Disiplin Konseling Sekolah Penelitian oleh Mason dan Dye (2017) menyoroti bahwa implementasi *Reality Therapy* dalam program bimbingan sekolah berdampak positif pada pencapaian akademik serta keterampilan pengambilan keputusan siswa. Hal ini menjadi landasan kuat bahwa terapi ini tidak hanya efektif secara psikologis, tetapi juga mendukung pencapaian tujuan pendidikan.

Keterkaitan dengan Teori Pilihan (*Choice Theory*) Temuan temuan di atas mendukung prinsip utama *Choice Theory* dari Glasser (1998), yaitu bahwa semua perilaku adalah hasil dari pilihan, dan bahwa individu bertanggung jawab atas kehidupannya. Dengan demikian, intervensi ini secara teoretis sejalan dengan pendekatan humanistik yang mengedepankan potensi individu untuk berubah.

Konseling kelompok dengan pendekatan realita memberikan ruang bagi siswa untuk menyadari perilaku yang mereka pilih dan mengarahkannya ke arah tanggung jawab. Dalam proses kelompok, siswa mendapatkan dukungan sosial sekaligus refleksi dari pengalaman anggota lain (Netrawati, 2022). Konseling realita dalam format kelompok memberikan ruang refleksi dan aktualisasi bagi peserta untuk menyadari serta menerima situasi perjodohan secara lebih logis dan konstruktif (Huzakiah & Karneli, 2021).

Kontribusi terhadap Praktik Konseling di Sekolah Hasil penelitian memperkuat gagasan bahwa *Reality Therapy* dapat diadaptasi sebagai pendekatan utama dalam bimbingan karir di sekolah. Ini sangat penting di era pendidikan yang semakin menekankan pada *student centered learning* dan

pembelajaran sosial emosional. Temuan ini menjadi kontribusi teoretis sekaligus aplikatif dalam menyusun kurikulum bimbingan karir yang relevan dengan kebutuhan siswa.

Faktor Pendukung dan Penghambat Keberhasilan intervensi ini tampaknya dipengaruhi oleh kompetensi konselor, intensitas sesi, dan keterlibatan siswa. Studi oleh Wubbolding (2017) menekankan pentingnya peran konselor sebagai fasilitator refleksi diri yang tidak menghakimi. Namun, keterbatasan muncul dalam hal implementasi luas di sekolah yang kurang memiliki tenaga ahli terlatih dalam pendekatan *Reality Therapy*.

Perbandingan dengan Pendekatan Lain Dibandingkan dengan pendekatan konseling berbasis informasi atau behavioristik, *Reality Therapy* menawarkan pendekatan yang lebih transformatif. Ini diperlihatkan dalam studi Zulfikar dan Ardi (2024) yang menunjukkan bahwa siswa cenderung lebih termotivasi saat memahami bahwa masa depan mereka adalah hasil dari pilihan sadar, bukan tekanan eksternal.

Hasil hasil tersebut selaras dengan teori pilihan (Choice Theory) dari William Glasser yang menekankan bahwa semua perilaku adalah pilihan dan bahwa individu bertanggung jawab penuh terhadap kehidupan mereka. Konseling realitas, yang menjadi turunan dari teori ini, memungkinkan siswa untuk memahami bahwa pilihan karir mereka bukanlah hasil dari tekanan eksternal, tetapi dari keputusan internal yang bisa mereka kendalikan. Pendekatan ini menawarkan wawasan yang lebih dalam dibandingkan pendekatan konvensional dalam bimbingan karir yang cenderung informatif dan direktif. Dengan demikian, *Reality Therapy* memberikan dimensi psikologis yang lebih memberdayakan.

Dari sisi praktis, pendekatan ini sangat relevan dengan arah kebijakan pendidikan modern yang menekankan pembelajaran berbasis karakter dan pengembangan kompetensi sosial emosional. Konseling realitas memberikan kontribusi penting dalam pembentukan karakter siswa yang reflektif, bertanggung jawab, dan mandiri. Namun, efektivitas metode ini tidak terlepas dari keterampilan konselor dalam memfasilitasi proses reflektif, serta kemauan siswa untuk aktif dalam proses konseling. Keterbatasan muncul pada masih minimnya pelatihan intensif bagi guru BK dalam menerapkan *Reality Therapy*, serta kurangnya dukungan struktural di institusi pendidikan.

Dibandingkan pendekatan lain seperti konseling berbasis informasi atau behavioristik, *Reality Therapy* menawarkan pendekatan yang lebih transformatif. Studi oleh Zulfikar dan Ardi (2024) menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih antusias dalam menyusun rencana masa depan saat mereka memahami bahwa masa depan tersebut merupakan hasil dari keputusan yang dapat mereka kendalikan secara sadar. Oleh karena itu, intervensi ini bukan hanya berdampak jangka pendek, tetapi juga berpotensi membentuk pola pikir jangka panjang siswa dalam menghadapi kehidupan.

Keterbatasan dan Saran Penelitian Selanjutnya Karena penelitian ini berbasis studi literatur, keterbatasan terletak pada ketergantungan terhadap data sekunder dan kurangnya observasi langsung. Penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif atau kuantitatif eksperimental diperlukan untuk menguji secara empiris efektivitas intervensi ini di konteks lokal. Disarankan pula adanya studi longitudinal untuk menilai dampak jangka panjang dari intervensi ini terhadap perjalanan karir siswa.

SIMPULAN

Intervensi konseling realitas berkontribusi signifikan dalam meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa terhadap pilihan karir mereka melalui mekanisme refleksi diri, pemahaman terhadap pilihan, dan penguatan peran individu dalam pengambilan keputusan. Temuan ini memperluas pemahaman terhadap efektivitas *Reality Therapy* dalam konteks pendidikan, serta mendukung teori pilihan dari Glasser yang menekankan bahwa perilaku adalah hasil dari keputusan personal.

Dalam konteks sosial dan budaya, pendekatan ini relevan diterapkan di lingkungan pendidikan yang sedang beralih dari model pengajaran otoritatif menuju pendekatan yang berpusat pada peserta didik, karena mampu membentuk siswa yang lebih mandiri dan bertanggung jawab secara psikologis. Secara akademik, penelitian ini memperkaya wacana konseling karir dengan memberikan bukti bahwa strategi non direktif dapat menghasilkan dampak psikopedagogis yang mendalam. Meskipun demikian, keterbatasan penelitian ini terletak pada sifatnya yang berbasis literatur, sehingga belum mampu memberikan generalisasi empiris. Oleh karena itu, diperlukan eksplorasi lanjutan melalui studi lapangan, penelitian longitudinal, dan pengembangan instrumen evaluasi berbasis terapi realitas untuk menguji efektivitasnya secara kontekstual dan berkelanjutan.

REFERENSI

- Ardi, Z., & Zulfikar, R. (2024). *Analysis and Mastery of Reality Counseling: William Glasser's Approach to Guidance and Counseling*. Proceedings of ICMS.
- Asani, S., Panahali, A., & Abdi, R. (2023). *Effectiveness of Reality Therapy and Mindfulness Based Cognitive Therapy in Academic Meaning and Emotions*. *Modern Care Journal*.
- Corey, G. (2023). *Theory & practice of group counseling*. Boston: Cengage.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Fuller, G. B. (2015). *Reality Therapy Approaches*. In *Counseling and Psychotherapy with Children and Adolescents*. Wiley Online Library.
- Glasser, W. (1998). *Choice Theory: A New Psychology of Personal Freedom*. HarperCollins.
- Huzakiah, T., & Karneli, Y. (2021). *Konseling realita untuk mengatasi kekhawatiran perijodohan*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Karneli, Y. (2022). *Penerimaan diri remaja broken home melalui pendekatan konseling kelompok*. *Jurnal Dedikasi Madani*, 2(1)
- Mason, C. P., & Dye, L. (2017). *BASIC NEEDS: Implementing Reality Therapy in School Counseling Programs to Enhance Academic Achievement and Career Decision Making*. EBSCOhost
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Netrawati, N., & Suhaili, N. (2022). *Kebermaknaan Konseling Kelompok dalam Menanggulangi Masalah Kehidupan*. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, IAIN Kerinci.
- Rahimi Pordanjani, T., & Hashemi, N. (2019). *The Effectiveness of Group Reality Therapy Based on Glasser's Choice Theory on Career Self Efficacy*. *Journal of Industrial and Organizational Psychology Studies*.
- Robey, P. A., & Wubbolding, R. E. (2012). *Contemporary Issues in Couples Counseling: A Choice Theory and Reality Therapy Approach*. Taylor & Francis.
- Soleimani, Z., & Ghaffari, M. (2020). *The Effects of Reality Therapy Group Counseling on Academic Self Concept*. *Academia.edu*.
- Wubbolding, R. E. (2011). *Reality Therapy/Choice Theory*. In *Counseling and Psychotherapy: Theories and Interventions*. Google Books.
- Wubbolding, R. E. (2017). *Reality Therapy and Self Evaluation: The Key to Client Change*. Google Books.