Systematic Literature Review (SLR) : Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita

Laili Daffa Ulima1, Ririn Eka Septianawati2, Riska Amanda3, Rizkita Ramadhani4, Yuliana Fatmawati5, Ulya Makhmudah6
Bimbingan dan Konseling, Universitas Sebelas Maret123456
lailidaffaulima@student.uns.ac.id*

Revised:
2025-05-10

Published:
2025-05-31

Keywords:
Group Counseling, Reality Approach, SLR

Copyright holder:
©Laili Daffa Ulima(2025)

This article is under:

How to cite:
Ulima, L. D., et al. (2025). Systematic Literature Review (SLR) : Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita. *TheraEdu: Journal of Therapy and Educational Psychology, 1*(1), 22–27. https://doi.org/10.63203/theraedu.

Published by:
Asosiasi Asesmen Pendidikan

E-ISSN:
xxxx-xxxx

ABSTRACT: This research aims to collect and analyze articles related to group counseling with the reality approach and answer research statements related to what level of education is counseling with the reality approach is used, what stages are used in group counseling with the reality approach, and what problems can be handled with group counseling using the reality approach. The method used in this research is Systematic Literature Review (SLR). The results of the data analysis are that reality group counseling is most widely used at the SMA/SMK level. In reality group counseling there are several stages but what is often used is the WDEP (Wants, Doing, Evaluation, and Planning) stage. The most common type of problem that can be addressed with reality group counseling is responsibility.

Keywords: Group Counseling, Reality Approach, SLR

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling komprehensif merupakan pemberian layanan bantuan oleh guru Bimbingan dan Konseling kepada peserta didik di sekolah. Myrick (1993:65) menyatakan Bimbingan dan konseling komprehensif merupakan keseluruhan layanan bimbingan dan konseling yang meliputi berbagai intervensi yang terencana dalam bidang pendidikan dan program layanan kemanusiaan lainnya yang menyangkut semua lingkungan kehidupan manusia untuk menstimulasikan dan memfasilitasi perkembangan individu dalam semua area perkembangan (pribadi, sosial, karir, belajar) dan memantapkan kesatupaduan area perkembangan ke dalam gaya hidupnya. Dalam layanan Bimbingan dan konseling komprehensif memiliki empat komponen yang terdiri dari layanan dasar atau kurikulum bimbingan, layanan responsif, perencanaan individual dan dukungan sistem. Salah satu layanan yang sering diberikan kepada peserta didik adalah layanan responsif yang memiliki tujuan untuk memberikan bantuan khusus bagi konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, salah satu strategi layanan yang dapat digunakan dalam layanan responsif adalah adalah konseling kelompok.

Istilah konseling kelompok mengacu kepada penyesuaian rutin atau pengalaman perkembangan dalam lingkup kelompok. Konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan oleh ahli yaitu konselor yang dalam kegiatan ini disebut sebagai pemimpin kelompok kepada beberapa individu yang disebut anggota kelompok dengan setting kelompok dan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan kelompok yaitu terselesaikannya permasalahan yang dialami oleh individu. Konseling kelompok difokuskan untuk membantu konseli mengatasi problem mereka lewat penyesuaian-diri dan perkembangan kepribadian hari ke hari. Contohnya, fokus

kepada modifikasi perilaku, pengembangan keahlian hubungan pribadi, problem seksualitas manusia, nilai atau sikap, atau pengambilan keputusan karier. (Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell, 2008).

Pelaksanaan konseling kelompok memiliki tahapan, Prayitno (1995) membagi konseling kelompok dalam empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Dalam tahap kegiatan konseling kelompok dapat menggunakan beberapa pendekatan, salah satunya menggunakan pendekatan realita.

Corey (2003) berpendapat bahwa konseling realitas difokuskan pada tingkah laku sekarang dan merupakan bentuk modifikasi perilaku. Menurut Latipun (dalam Faisasulfah, 2014: 9) konsep dasar dari konseling kelompok realitas adalah anggapan tentang adanya satu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review. Systematic Literature Review* merupakan istilah sebuah cara identifikasi, evaluasi, dan interpretasi semua ketersediaan penelitian yang relevan terhadap rumusan masalah atau area topic yang diteliti (Calderon, 2015). Kitchenham (2010) mendefinisikan *systematic literature review* sebagai proses mengidentifikasi, menilai, dan menafsirkan semua bukti penelitian yang tersedia dengan tujuan untuk menyediakan jawaban untuk pernyataan penelitian secara spesifik.

Penelitian SLR dilakukan untuk melaksanakan proses identifikasi, evaluasi, dan interpretasi terhadap semua hasil penelitian yang relevan terkait pertanyaan penelitian tertentu, topic tertentu, atau fenomena yang menjadi perhatian (Kitchenham, 2004). Tujuan penelitian studi literatur ini adalah untuk memperoleh kerangka teori yang dapat membantu memecahkan masalah yang sedang diteliti guna untuk pengungkapan konsep-konsep yang relevan dengan kasus, khususnya dalam penelitian ini mempelajari lebih dalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi minat berwirausaha pada mahasiswa.

Langkah penelitian menurut Francis & Baldesari (2006):

1. Memformulasikan pertanyaan penelitian
   a. Merumuskan pertanyaan penelitian yang difokuskan pada konseling kelompok dengan pendekatan realita
   b. Dilanjutkan dengan pertanyaan berikutnya, 1) Pada jenjang pendidikan apa konseling kelompok dengan pendekatan realita diterapkan? 2) Tahap apa yang digunakan dalam konseling kelompok dengan pendekatan realita? 3) Apa saja masalah yang bisa ditangani dengan konseling kelompok pendekatan realita?
2. Melakukan pencarian literatur *sistematical review*
   a. Melakukan pencarian literatur diberbagai jurnal
   b. Fokus utama adalah pada jurnal-jurnal pendidikan serta jurnal bimbingan dan konseling
3. Melakukan skrining dan seleksi artikel penelitian yang cocok
   a. Screening dan seleksi dilaksanakan dengan memperhatikan tujuan
   b. Artikel yang menyajikan konseling kelompok dengan pendekatan realita
4. Melakukan analisis dan sintesis temuan-temuan kualitatif
   Analisis dilakukan dengan membandingkan masing-masing artkel tersebut
5. Memberlakukan kendali mutu
   Kendali mutu dilakukan dengan melakukan konsultasi kepada dosen bimbingan dan konseling
6. Menyusun laporan akhir
   Laporan akhir dilakukan dengan menulis artikel hasil penelitian kemudian dipublikasikan

Dalam penelitian ini *systematical review* dilakukan dengan menghimpun 20 artikel bimbingan dan konseling yang dipublikasikan pada tahun 2017 sampai tahun 2022. Sebagian besar artikel diambil dari jurnal-jurnal bimbingan konseling serta pendidikan, baik nasional maupun internasional. Dari 31 jumlah artikel yang

ditemukan, hanya diambil 20 artikel yang disesuaikan dengan (1) Fokus strategi layanan konseling kelompok, (2) Penggunaan pendekatan realita, (3) Kesesuaian dengan pertanyaan penelitian.

HASIL DAN DISKUSI

Penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan 20 artikel yang diterbitkan dalam kurun waktu lima tahun terakhir, yaitu tahun 2017-2022. Berdasarkan kajian dengan pendekatan SLR dapat disampaikan data dan analisis berikut ini:

Tabel 1. Hasil Kualitas Penilaian

No	Penulis	Judul	Tahun	RQ 1	RQ 2	RQ 3	Hasil
1.	Siti Seriwati	Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah	2017	Y	X	Y	X
2.	Siti Hartinah dan Riani Setyaningrum	Kontribusi Layanan Konseling Kelompok Berpendekatan Realita untuk Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Dalam Bergaul	2018	Y	X	Y	X
3.	Rosidi, Anwar Sutoyo, dan Edy Purwanto	*Effectiveness Of Reality Therapy Group Counseling to Increase The Self-Esteem of Students*	2018	Y	Y	Y	Y
4.	Qurrotul Ainiah dan Ari Khusumadewi	Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Resiliensi Diri (*Self Resilience*) Siswa	2018	Y	Y	Y	Y
5.	Aris Munandar, Mungin Eddy Wibowo, Mulawarman dan Catharina Tri Anni	*Group Counseling Reality with Confrontation Techniques To Improve Self-Control and Self-Perception Students Problematic Internet Use*	2019	Y	X	Y	X
6.	Neneng Suryani Putri	Konseling Kelompok Dengan Terapi Realita dalam Menurunkan Prokrastinasi Akademik	2019	Y	X	Y	X
7.	Rohi Triyadi, Dini Rakhmawati dan Tri Hartini	Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita	2020	Y	X	Y	X
8.	Faralia Nadhifa, Bakhrudin All Habsy, Tadjoer Ridjal	Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah, Efektifkah?	2020	Y	Y	Y	Y
9.	Fitri Haryanti, Sugiyo Sugiyo, dan Edy Purwanto	*The Effectiveness of Reality Group Counselling with Confrontations and Being-Positive Technique to Improve Student's Self-Control*	2020	Y	X	Y	X
10.	Anugrah Intan Cahyani, Mungin Eddy Wibowo, dan Sunawan	*Reality Group Counseling to Increase Emotional Intelligence and Happiness*	2020	Y	Y	Y	Y

No	Penulis	Judul	Tahun	RQ 1	RQ 2	RQ 3	Hasil
11.	Imam Ariffudin	"Hidupku adalah Pilihanku" : Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Keterampilan Pemecahan Masalah	2020	X	Y	Y	X
12.	Niken Cahyaningsih dan Farida Agus Setiawati	*Effectiveness of Reality Group Counselling to Enhance Student's Self-Efficacy in Highschool*	2021	Y	Y	Y	Y
13.	Astri Pratiwi, India dan Hijrah Eko Putro	Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita terhadap Konsep Diri Remaja	2021	X	Y	Y	X
14.	Astiwi Kurniati dan Arie Supriyatna	Efektivitas Konseling Kelompok Realita Teknik WDEP untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Menyelesaikan Skripsi	2022	Y	Y	Y	Y
15.	Novi Wahyu Sucianti	Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Realitas terhadap Kemandirian Belajar Siswa	2022	Y	X	Y	X
16.	Ayudi Setyo Prayoga dan Hardi Prasetiawan	Upaya Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita di Kelas 11 Mipa 1 SMA N 1 Manyaran Tahun Ajaran 2021/2022	2022	Y	Y	X	Y
17.	Anindita Dwi Kusti Aprilia, Muya Barida, dan Niken Susilowati	Upaya Mengurangi Nomophobia Melalui Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Realita Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Petarukan	2022	Y	Y	X	Y
18.	Siti Khofifah	Pengaruh Konseling Kelompok Realita Terhadap Resiliensi Siswa dari Keluarga *Broken Home* Pada Siswa Kelas XII SMA Institut Indonesia Semarang	2022	Y	X	Y	X
19.	Rofia Indah Wati dan Dewi Asnawati	Konseling Kelompok Realitas untuk Menurunkan Gejala Depresi Non Klinis Siswa Kelas IX SMA 1 Lumajang	2022	Y	Y	Y	Y
20.	Sepninda Dyah Widiyanti dan Bambang Dibyo Wiyono	Efektifitas Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa	2022	Y	Y	Y	Y

Keterangan simbol :
Y : Untuk artikel atau data yang digunakan dalam penelitian
X : Untuk artikel atau data yang tidak digunakan dalam penelitian

Tabel 2. Tabel Pengelompokan Jenjang Pendidikan

No	Jenjang Pendidikan	Jumlah
1.	SD / MI	1
2.	SMP	2
3.	SMA / SMK / MA	6
4.	Kuliah	1

Tabel 3. Pengelompokan Teknik

No	Tahap	Jumlah
1.	WDEP	10

Tabel 4. Pengelompokan Jenis Masalah

No	Masalah	Jumlah
1.	*Self-esteem*	1
2.	Resiliensi Diri	1
3.	Kedisiplinan Belajar	1
4.	*Self-efficacy*	1
5.	*Emotional Intelligence* dan *Happiness*	1
6.	Tanggung Jawab	3
7.	Nomophobia	1
8.	Depresi non-klinis	1

Bersumber pada pengumpulan data serta analisis beberapa artikel yang kami dapatkan berhasil menjawab tiga pertanyaan penelitian mengenai jenjang pendidikan, tahap, dan jenis masalah dalam konseling kelompok dengan pendekatan realita. Pada tabel 2, konseling kelompok dengan pendekatan realita dapat diterapkan mulai dari jenjang SD /MI, SMP/MTS, SMA/SMK/MA, dan kuliah. Berdasarkan hasil analisis artikel yang ditampilkan pada tabel 2. konseling kelompok dengan pendekatan realita banyak digunakan pada jenjang SMA / SMK / MA dengan rentang usia 14 - 18 tahun. Hal ini sejalan dengan pendapat SHarf (2012) yang menyatakan bahwa secara umum konseling realita diterapkan di sekolah menengah baik SMP, SMA, maupun sederajat.

Pada tabel 3, setelah melakukan pada artikel jurnal yang ada, ditemukan data mengenai tahap yang digunakan dalam konseling kelompok dengan pendekatan realita yaitu tahap atau prosedur WDEP (*Want*, *Doing*, *Evaluation*, dan *Planning*). Menurut Wubbolding salah satu tahap konseling kelompok pendekatan realita adalah WDEP. Tahap atau prosedur WDEP merupakan sebuah singkatan dimana W singkatan dari *Want*, pada tahap ini konselor berusaha menggali apa yang diinginkan klien dan apa yang telah mereka lakukan. D singkatan dari *Doing and Derection* yang pada tahap ini klien mengeksplorasi arah hidupnya sendiri dengan melakukan *self talk* dibantu oleh konselor, hubungan yang terjalin antara klien dan konselor dibangun dengan memfokuskan perilaku klien saat ini. E singkatan *Evaluation* yang merupakan inti dari pendekatan realita dimana konselor membantu klien mengevaluasi perilakunya dan seberapa jauhh klien

bisa bertanggung jawab. P singkatan dari Planning, pada tahap ini klien berkonsentrasi merancang sebuah rencana untuk mengubah perilakunya yang menekankan kegiatan yang akan dilakukan klien bukan menghilangkan perilaku yang ingin dihilangkan (Wubbolding dalam Glading, 2012). Tahap WDEP dirancang untuk membantu konseli agar sadar akan perilaku total. Menurut Corey (2003) kelebihan konseling ralita dengah tahap WDEP adalah konselor dapat melibatkan diri dengan konseli, bersifat direktif dan didektif, dan konseli mampu menghadapi kenyataan serta mengembangkan perilaku lebih bertanggung jawab.

Pada tabel 4, yaitu tabel pengelompokan jenis masalah, dari 20 artikel yang ditemukan, konseling kelompok dengan pendekatan realita bisa digunakan dalam menyelesaikan beberapa jenis masalah seperti *self-esteem* (harga diri), resiliensi diri, kedisiplinan belajar, *self-efficacy* (efikasi diri), *emotional intelegence* (kecerdasan emosi) dan *happiness* (kebahagiaan), tanggung jawab, nomophobia, dan depresi non-klinis. Dan dari 8 jenis masalah tersebut, yang banyak muncul adalah masalah tanggung jawab. Menurut Corey (2003) konseling realitas difokuskan pada tingkah laku sekarang dan merupakan bentuk modifikasi perilaku. Hal ini berfungsi agar konseli mampu membantu dirinya dalam menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri atau pun orang lain serta berani memikul tanggung jawab atas semua tingkah lakunya. Sehingga masalah tanggung jawab memang cocok diselesaikan dengan pendekatan realita.

KESIMPULAN

Konseling kelompok realita merupakan salah satu layanan responsif dalam bimbingan konseling dimana dalam prosesnya konselor membantu para konseli menghadapi kenyataan dan berfokus pada tingkah laku saat ini. Konseling kelompok realita sering diterapkan pada jenjang pendidikan SMA/SMK/sederajat. Adapun teknik yang digunakan adalah teknik WDEP (Wants Doing Evaluation Planning) dirancang untuk membantu konseli agar sadar akan perilaku total. Jenis masalah yang bisa ditangani menggunakan konseling kelompok realita yaitu tanggung jawab dan self control. Untuk penelitian selanjutnya kami menyarankan peneliti lebih berfokus pada pengaplikasian teknik dalam konseling kelompok pendekatan realita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ulya Makhmudah, S.Pd., M.Pd. selaku dosen program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sebelas Maret Surakarta yang juga merupakan dosen pengampu mata kuliah Teori Konseling Kelompok karena telah membimbing dalam proses penulisan artikel sehingga artikel ini dapat terselesaikan dengan baik. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak lain yang berkontribusi dalam menyelesaikan artikel ini.

DAFTAR RUJUKAN

Ainiah, Q., & Khusumadewi, A. (2018). Penerapan konseling kelompok realita untuk meningkatkan resiliensi diri (self recilience) Siswa. Jurnal BK UNESA, 9(1).

Aprilia, A. D. K., Barida, M., & Susilowati, N. (2022). Upaya Mengurangi Nomophobia Melalui Layanan Konseling Kelompok Pendekatan RealitaSiswa Kelas 8 SMP Negeri 3 Petarukan. Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 4(5), 421-424.

Ariffudin, I. (2020). "Hidupku adalah Pilihanku": Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Keterampilan Pemecahan Masalah. Jurnal Inspirasi Pendidikan, 10(2), 162-168.

Asnawati, D. (2022). Konseling Kelompok Realitas Untuk Menurunkan Gejala Depresi Nonklinis Pada Siswa Kelas 9 SMP Negeri 1 Lumajang. Dakwatuna: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Islam, 8(1), 85-95.

Cahyani, A. I., Wibowo, M. E., & Sunawan, S. (2019). Reality Group Counseling to Increase Emotional Intelligence and Happiness. Jurnal Bimbingan Konseling, 8(3), 71-78.

Cahyaningsih, N., & Setiawati, F. A. (2022, April). Effectiveness of Reality Group Counseling to Enhance Students' Self-efficacy in High School. In International Seminar on Innovative and Creative Guidance and Counseling Service (ICGCS 2021) (pp. 159-163). Atlantis Press.

Gibson, R. L., & Mitchell, M., H. (2011). Bimbingan dan Konseling. Indonesia: Pustaka Belajar

Hartinah, S., & Setyaningrum, R.(2018). Kontribusi Layanan Konseling Kelompok Berpendekatan Realita untuk Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri dalam Bergaul. Jurnal Bimbingan dan Konseling (JCOSE), 1(1), 51-54.

Khofifah, S. (2022). Pengaruh Konseling Kelompok Realita Terhadap Resiliensi Siswa Dari Keluarga Broken Home Pada Siswa Kelas XI SMA Institut Indonesia Semarang. Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 4(5), 2321-2128.

Kurniati, A., & Supriyatna, A. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Realitas Teknik Want, Direction, Evaluation dan Plant (WDEP) untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Menyelesaikan Skripsi. Jurnal Basicedu, 6(2), 1938-1946.

Munandar, A., Wibowo, M. E., Mulawarman, M., & Anni, C. T. (2019). Group Counseling Reality with Confrontation Techniques to Improve Self-Control and Self-Perception Students Problematic Internet Use. Jurnal Bimbingan Konseling, 8(2), 168-173.

Nadhifa, F., Habsy, B. A., & Ridjal, T. (2020). Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah, Efektifkah?. Perspektif Ilmu Pendidikan, 34(1), 49-58.

Pratiwi, A. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Terhadap Konsep Diri Remaja. Proceeding of The URECOL, 1025-1032.

Prayogo, A. S., & Prasetiawan, H. (2022). Upaya Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realita di Kelas XI MIPA 1 SMAN 1 Manyaran Tahun Pelajaran 2021/2022. Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 4(4), 176-184.

Putri, N. S. (2019). Konseling Kelompok dengan Terapi Realita dalam Menurunkan Prokrastinasi Akademik. KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), 6(1), 49-56.

Rosidi, R., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2018). Effectiveness of reality therapy group counseling to increase the self-esteem of students. Jurnal Bimbingan Konseling, 7(1), 12-16.

Seriwati, S. (2018). Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Di Sekolah. Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, 3(2), 56-60.

Sucianti, N. W. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Realitas Terhadap Kemandirian Belajar Siswa. Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 1(2), 53-60.

Sugiyo, S., & Purwanto, E. (2020). The Effectiveness of Reality Group Counseling with Confrontation and Being-Positive Techniques to Improve Studentsâ€™ Self-Control. Jurnal Bimbingan Konseling, 9(3), 158-163.

Triyadi, R., Rakhmawati, D., & Hartini, T. (2020). Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita. Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 5(2), 27-32.

Wiyono, B. D. EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENINGKATKAN TANGGUNG JAWAB BELAJAR SISWA.