



Konseling Realita Berbasis Choice Theory dan Model Wdep: Konsep dan Implikasinya dalam Dunia Pendidikan

Rochiyatin Rifai*, Bakhrudin All Habsy

Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: 25011355036@mhs.unesa.ac.id*, bakhrudinhabsy@unesa.ac.id

Abstract

Keywords:

Reality Counseling; Choice Theory; WDEP Model; Guidance and Counseling; Educational Psychology

In the context of 21st-century education, the increasing problems of student behavior and mental health require an individual empowerment-based counseling approach such as Reality Counseling which emphasizes internal control and conscious choice to overcome academic failure and build students' positive identities. This article aims to explore in depth the Reality Therapy approach developed by William Glasser and its relevance in the context of modern education. As an approach focused on the present and personal responsibility, Reality Counseling offers a practical framework through Choice Theory. The method used in this paper is a narrative literature study synthesizing various primary and secondary sources, including material from the William Glasser Institute. Key findings suggest that human behavior is driven by five basic genetic needs: survival, love and belonging, power, freedom, and fun. Through the concept of Total Behavior and the WDEP (Wants, Direction, Evaluation, Planning) Model, counselors can guide students to evaluate the effectiveness of their own behavior and develop more constructive action plans. Implications for guidance and counseling (BK) practice in schools include strengthening teacher-student relationships, increasing responsibility for learning, and developing a success identity. This article concludes that the systematic implementation of Reality Counseling can create a school environment without failure (Schools Without Failure) that supports the psychological well-being and academic achievement of students.

Kata Kunci:

Konseling Realita; Choice Theory; Model WDEP; Bimbingan dan Konseling; Psikologi Pendidikan.

Abstrak

Dalam konteks pendidikan abad ke-21, meningkatnya permasalahan perilaku dan kesehatan mental siswa menuntut pendekatan konseling berbasis pemberdayaan individu seperti Konseling Realita yang menekankan kontrol internal dan pilihan sadar guna mengatasi kegagalan akademik serta membangun identitas positif siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam pendekatan Konseling Realita (Reality Therapy) yang dikembangkan oleh William Glasser serta relevansinya dalam konteks pendidikan modern. Sebagai sebuah pendekatan yang berfokus pada masa kini dan tanggung jawab personal, Konseling Realita menawarkan kerangka kerja praktis melalui Choice Theory (Teori Pilihan). Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah studi literatur naratif dengan mensintesis berbagai sumber primer dan sekunder, termasuk materi dari William Glasser Institute. Temuan utama menunjukkan bahwa perilaku manusia digerakkan oleh lima kebutuhan dasar genetik: bertahan hidup (survival), cinta dan kasih sayang (love and belonging), kekuasaan (power), kebebasan (freedom), dan kesenangan (fun). Melalui konsep Total Behavior dan Model WDEP (Wants, Direction, Evaluation, Planning), konselor dapat membimbing siswa untuk mengevaluasi efektivitas perilaku mereka sendiri dan menyusun rencana tindakan yang lebih

konstruktif. Implikasi bagi praktik Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah mencakup penguatan hubungan guru-siswa, peningkatan tanggung jawab belajar, dan pengembangan identitas keberhasilan (success identity). Artikel ini menyimpulkan bahwa implementasi Konseling Realita yang sistematis dapat menciptakan lingkungan sekolah tanpa kegagalan (Schools Without Failure) yang mendukung kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik peserta didik.

PENDAHULUAN

Dalam dinamika pendidikan abad ke-21, tantangan perilaku dan kesehatan mental siswa menjadi perhatian utama para pendidik dan konselor sekolah. Banyak siswa yang terjebak dalam pola perilaku destruktif atau mengalami kegagalan akademik yang berakar pada ketidakmampuan mengelola tanggung jawab personal (Cooper et al., 2021; Ruzek et al., 2016; Ryan & Deci, 2020). Dalam konteks ini, urgensi pendekatan konseling yang berorientasi pada masa kini dan pemberdayaan individu menjadi sangat krusial. Konseling Realita (Reality Therapy) muncul sebagai solusi pragmatis yang menekankan bahwa manusia memiliki kendali penuh atas pilihan hidup mereka (Glasser, 1965).

Evolusi pemikiran Glasser dari *Control Theory* menjadi *Choice Theory* menandai pergeseran paradigma dari kontrol eksternal menuju kontrol internal (Asif et al., 2017; Chung & Lee, 2019; Talebi et al., 2015). Teori ini menyatakan bahwa hampir semua perilaku adalah pilihan sadar yang dilakukan individu untuk memenuhi kebutuhan genetiknya (Glasser, 1998). Di lingkungan sekolah, seringkali terjadi kegagalan sistemik di mana siswa merasa teralienasi atau tidak terpenuhi kebutuhan dasarnya, yang kemudian berujung pada pengembangan identitas kegagalan (failure identity). Melalui karya klasiknya, (Glasser, 1969) memberikan kritik tajam terhadap sistem pendidikan tradisional yang terlalu fokus pada hukuman dan standar universal yang kaku, serta menawarkan alternatif berbasis keterlibatan (involvement) dan berpikir kritis guna mewujudkan sekolah tanpa kegagalan.

Dalam konteks pendidikan abad ke-21, dinamika perubahan sosial, perkembangan teknologi, serta kompleksitas tantangan psikologis peserta didik menuntut adanya pendekatan konseling yang lebih adaptif, humanistik, dan berorientasi pada pemberdayaan individu (Birhan et al., 2021; Elsayed, 2024; Waheed et al., 2020). Permasalahan perilaku, rendahnya motivasi belajar, hingga gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan stres akademik semakin meningkat dan menjadi isu global dalam dunia pendidikan (Burgos et al., 2018; Rebai et al., 2020; Sakti et al., 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa pendekatan konvensional yang berfokus pada kontrol eksternal, hukuman, atau sekadar pencapaian akademik tidak lagi memadai untuk menjawab kebutuhan peserta didik secara holistik. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan konseling yang mampu menumbuhkan kesadaran diri, tanggung jawab personal, serta kemampuan individu dalam mengelola pilihan hidupnya secara konstruktif.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk menjawab tantangan tersebut adalah Konseling Realita (Reality Therapy) yang dikembangkan oleh William Glasser melalui kerangka *Choice Theory*. Pendekatan ini menekankan bahwa perilaku manusia merupakan hasil dari pilihan sadar untuk memenuhi kebutuhan dasar, sehingga individu memiliki kontrol internal terhadap tindakan yang diambil. Konsep ini menjadi penting dalam konteks pendidikan karena banyak permasalahan siswa berakar pada ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhan psikologis seperti rasa memiliki, harga diri, dan kebebasan secara sehat. Dalam naskah yang

dikaji, ditegaskan bahwa perilaku siswa tidak semata-mata dipengaruhi oleh lingkungan eksternal, melainkan merupakan hasil dari proses internal yang bertujuan memenuhi lima kebutuhan dasar manusia.

Sejumlah penelitian terdahulu yang terindeks dalam database Google Scholar dan Scopus menunjukkan bahwa pendekatan Konseling Realita efektif dalam meningkatkan tanggung jawab pribadi, perilaku adaptif, serta keterampilan pengambilan keputusan siswa. (Wubbolding & Brickell, 2005) menegaskan bahwa model WDEP mampu membantu konseli mengevaluasi perilaku secara sistematis dan merancang perubahan yang realistis. Selain itu, penelitian oleh (Kim & Lee, 2020) menunjukkan bahwa penerapan Choice Theory dalam lingkungan sekolah berkontribusi signifikan terhadap peningkatan keterlibatan belajar siswa. Studi lain oleh (Erford, 2019) juga mengindikasikan bahwa pendekatan ini efektif dalam mengurangi perilaku menyimpang dan meningkatkan kontrol diri. Temuan-temuan ini memperkuat relevansi Konseling Realita sebagai pendekatan intervensi yang berbasis praktik dan empiris.

Namun demikian, terdapat kesenjangan penelitian yang masih perlu dikaji lebih mendalam. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menitikberatkan pada implementasi praktis atau pengujian efektivitas pendekatan Konseling Realita dalam konteks tertentu, namun belum banyak yang mengkaji secara komprehensif integrasi antara landasan filosofis Choice Theory, mekanisme psikologis seperti Total Behavior dan Quality World, serta penerapan teknis melalui model WDEP dalam satu kerangka konseptual yang utuh. Selain itu, kajian yang secara khusus membahas implikasi pendekatan ini dalam konteks pendidikan modern yang sarat dengan tantangan digital dan sosial juga masih terbatas. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya kajian yang lebih sistematis dan integratif.

Urgensi penelitian ini semakin diperkuat oleh kondisi empiris di lapangan yang menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengembangkan identitas diri yang positif akibat kurangnya pendekatan konseling yang berorientasi pada kontrol internal. Sistem pendidikan yang masih cenderung menekankan standar akademik tanpa memperhatikan kebutuhan psikologis siswa berpotensi menciptakan apa yang disebut sebagai “failure identity”. Dalam konteks ini, pendekatan Konseling Realita menjadi sangat penting karena menawarkan solusi yang tidak hanya fokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pembentukan karakter dan tanggung jawab individu secara berkelanjutan.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada upaya untuk mengintegrasikan secara komprehensif konsep Choice Theory, Total Behavior, Quality World, serta model WDEP dalam satu kerangka analisis yang sistematis dan aplikatif dalam dunia pendidikan. Penelitian ini tidak hanya mengkaji aspek teoretis, tetapi juga menyoroti implikasi praktis yang dapat diterapkan oleh guru dan konselor sekolah dalam membangun lingkungan belajar yang lebih kondusif dan berorientasi pada keberhasilan siswa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi baru dalam pengembangan pendekatan konseling berbasis pemberdayaan individu di era pendidikan modern.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis secara mendalam konsep Konseling Realita berbasis Choice Theory serta mengeksplorasi penerapan model WDEP dalam konteks pendidikan. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi implikasi praktis dari pendekatan tersebut dalam meningkatkan tanggung jawab personal, kesejahteraan psikologis, dan prestasi akademik siswa. Adapun manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan ilmu

bimbingan dan konseling, serta manfaat praktis bagi pendidik dan konselor dalam merancang strategi intervensi yang lebih efektif, humanistik, dan berkelanjutan dalam menghadapi berbagai permasalahan siswa di sekolah.

METODE PENELITIAN

Kajian ini menggunakan metode studi literatur (library research) dengan pendekatan naratif-deskriptif. Sumber data utama yang digunakan adalah materi akademik komprehensif mengenai Konseling Realita dan Choice Theory, termasuk ekstraksi materi perkuliahan yang mendalam. Selain itu, sumber sekunder yang otoritatif dilibatkan untuk memperkuat analisis, seperti publikasi resmi dari [William Glasser Institute \(Institute, n.d.\)](#), karya-karya klasik Glasser, (1965, 1969, 1998), serta artikel dari pakar utama seperti (Wubbolding, 1991; Wubbolding & Brickell, 2005).

Strategi penelusuran data dilakukan dengan mengidentifikasi konsep-konsep kunci yang mencakup landasan teori, proses intervensi, dan aplikasi praktis di dunia pendidikan. Proses sintesis data dilakukan melalui pengelompokan temuan ke dalam empat pilar utama: (1) ontologi Choice Theory sebagai landasan filosofis; (2) mekanisme psikologis manusia melalui Total Behavior dan Quality World; (3) prosedur teknis model WDEP; serta (4) analisis kritis terhadap implementasi di sekolah. Artikel ini bersifat konseptual dan bertujuan memberikan tinjauan teoretis-praktis tanpa bermaksud menyajikan hasil penelitian eksperimental secara langsung.



Gambar 1 Ilustrasi Choice Theory dalam Konseling Realita: Arah Pilihan Menuju Pemenuhan Kebutuhan Dasar Individu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Landasan utama dari Konseling Realita adalah *Choice Theory* (Teori Pilihan). Teori ini berasumsi bahwa perilaku manusia bukanlah reaksi terhadap rangsangan luar, melainkan upaya internal untuk memenuhi satu atau lebih kebutuhan dasar (William Glasser Institute, n.d.). Glasser awalnya memperkenalkan pendekatan ini sebagai kritik terhadap psikoanalisis yang terlalu fokus pada masa lalu dan ketidaksadaran. Dalam perkembangannya, praktik Konseling Realita sangat menekankan pada konsep tanggung jawab personal. Meskipun terdapat berbagai interpretasi mengenai istilah ini, secara operasional dalam praktik konseling, tanggung jawab dipahami sebagai kemampuan individu untuk mengambil kendali penuh atas pilihan-pilihan perilaku mereka sendiri guna memenuhi kebutuhan dasar dengan cara yang efektif dan tidak merugikan orang lain. Fokus pada tanggung jawab ini selaras dengan tujuan utama *Choice Theory* untuk mempromosikan kontrol diri sehingga individu dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam membuat dan bertindak berdasarkan pilihan-pilihan yang bertanggung jawab (William Glasser Institute, n.d.). Penguatan tanggung jawab atas perilaku sendiri (*taking responsibility for their own behaviors*) menjadi kunci bagi konseli untuk berhenti memandang diri mereka sebagai korban dari dorongan hati, masa lalu, atau lingkungan eksternal (Wubbolding & Brickell, 2005). Dengan demikian, kesehatan mental dalam kerangka kerja ini berkaitan erat dengan sejauh mana individu mampu mengelola perilaku totalnya secara sadar untuk mencapai kepuasan hidup yang lebih besar melalui hubungan yang sehat dan produktif.

1. Lima Kebutuhan Dasar Manusia

Menurut Glasser (1998), setiap manusia didorong oleh lima kebutuhan genetik universal. Pemenuhan kebutuhan ini di sekolah sangat menentukan apakah seorang siswa akan mengembangkan identitas berhasil (*success identity*) atau identitas gagal (*failure identity*). Kelima kebutuhan tersebut mencakup bertahan hidup, cinta dan kasih sayang, kekuasaan, kebebasan, serta kesenangan (William Glasser Institute, n.d.).



Gambar 2 Lima Kebutuhan Dasar Manusia dalam Choice Theory sebagai Landasan Konseling Realita

Tabel 1. Klasifikasi Lima Kebutuhan Dasar Manusia dalam Choice Theory dan Implementasinya di Lingkungan Sekolah

Kebutuhan Dasar	Definisi Operasional	Contoh Konteks Sekolah
Survival (Bertahan Hidup)	Kebutuhan fisiologis dan rasa aman fisik/psikologis.	Ketersediaan kantin sehat, lingkungan sekolah bebas perundungan (bullying).
Love & Belonging (Cinta & Keterhubungan)	Kebutuhan untuk dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari kelompok.	Hubungan positif dengan guru, persahabatan dengan teman sebaya, partisipasi dalam ekskul.
Power (Kekuasaan/Harga Diri)	Kebutuhan untuk merasa kompeten, berprestasi, dan diakui.	Pemberian apresiasi atas prestasi siswa, peran kepemimpinan di kelas, rasa mampu dalam belajar.
Freedom (Kebebasan)	Kebutuhan akan otonomi, kemandirian, dan kemampuan memilih.	Kesempatan memilih metode belajar atau topik proyek, otonomi dalam mengelola waktu belajar.
Fun (Kesenangan)	Kebutuhan untuk bermain, tertawa, dan belajar secara menyenangkan.	Metode pembelajaran kreatif (gamifikasi), humor di kelas, kegiatan rekreasi sekolah.

2. Total Behavior dan Quality World

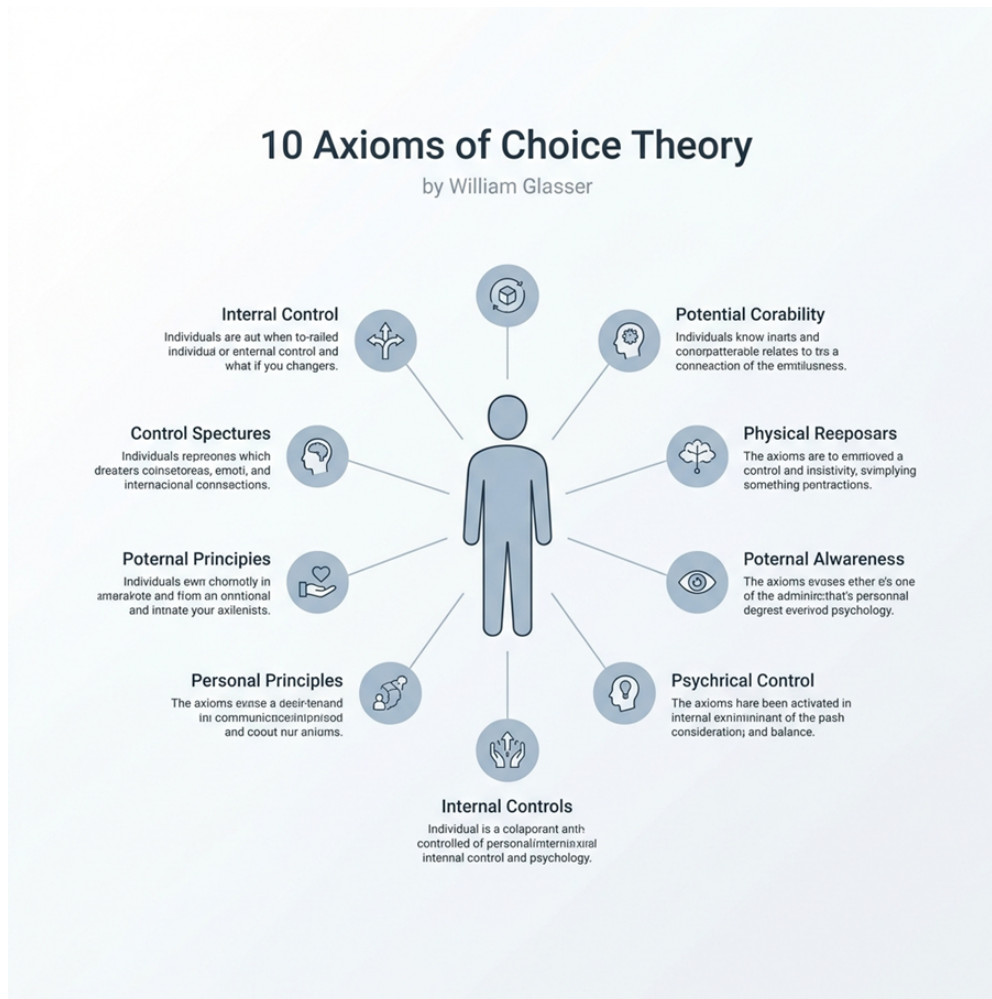
Konsep Total Behavior menjelaskan bahwa setiap tindakan manusia terdiri dari empat komponen yang tidak terpisahkan: *Acting* (tindakan), *Thinking* (pikiran), *Feeling* (perasaan), dan *Physiology* (fisiologis). Berdasarkan aksioma *Choice Theory*, semua perilaku dari lahir hingga mati adalah perilaku total yang melibatkan keempat komponen tersebut secara simultan (William Glasser Institute, n.d.). Penting untuk dipahami bahwa meskipun keempat komponen ini merupakan satu kesatuan, individu hanya memiliki kendali langsung atas komponen

tindakan (*acting*) dan pikiran (*thinking*). Sementara itu, komponen perasaan dan fisiologis berada di bawah kontrol yang tidak langsung. Dalam pengajaran *Choice Theory*, sering digunakan metafora analogi mobil untuk mempermudah pemahaman: tindakan dan pikiran diibaratkan sebagai roda depan yang mengarahkan kendaraan, sedangkan perasaan dan fisiologis adalah roda belakang yang mengikuti arah roda depan tersebut. Dengan demikian, perubahan yang dilakukan secara sadar pada komponen tindakan dan pikiran berpotensi memengaruhi perasaan dan kondisi fisiologis individu ke arah yang lebih sinkron dengan tujuan yang diinginkan, meskipun pengaruh tersebut bersifat tidak langsung dan bergantung pada efektivitas pilihan perilaku yang diambil (William Glasser Institute, n.d.).

Sementara itu, Quality World (Dunia Kualitas) didefinisikan sebagai tempat khusus dalam pikiran individu yang menyimpan representasi mental atau gambaran tentang segala sesuatu yang diinginkan (William Glasser Institute, n.d.). "Album foto" mental ini berisi gambaran ideal mengenai orang-orang, tempat, benda, nilai, dan keyakinan yang dianggap penting dan memberikan perasaan positif bagi individu tersebut. Setiap orang memiliki Dunia Kualitas yang unik dan spesifik, di mana kriteria utama untuk memasukkan sesuatu ke dalamnya adalah kemampuannya untuk memenuhi satu atau lebih kebutuhan dasar. Perilaku manusia, menurut *Choice Theory*, selalu bersifat purposif, yaitu merupakan upaya terbaik individu pada saat itu untuk membuat dunia nyata yang mereka persepsikan (*perceived world*) sedekat mungkin dengan gambaran-gambaran ideal yang ada di dalam Dunia Kualitas mereka (William Glasser Institute, n.d.). Ketidaksesuaian atau kesenjangan antara apa yang diinginkan dalam Dunia Kualitas dengan apa yang dipersepsikan dimiliki di dunia nyata menjadi pendorong utama bagi munculnya perilaku baru yang bertujuan untuk menyeimbangkan kembali kondisi tersebut.

3. Sepuluh Aksioma Teori Pilihan

Guna memahami Choice Theory secara mendalam, Glasser (1998) merumuskan sepuluh aksioma yang menjadi dasar kontrol internal manusia. Aksioma ini menegaskan bahwa kita hanya memiliki kendali atas perilaku kita sendiri dan bahwa semua masalah psikologis jangka panjang pada dasarnya adalah masalah hubungan.



Gambar 3 Ilustrasi Sepuluh Aksioma Choice Theory sebagai Dasar Kontrol Internal dalam Konseling Realita



Gambar 4 Analogi Mobil dalam Konsep Perilaku Total sebagai Representasi Kontrol Langsung dan Tidak Langsung dalam Choice Theory

Tabel 2. Komponen Perilaku Total dan Strategi Intervensi Konseling dalam Choice Theory

Komponen	Definisi	Strategi Intervensi Konseling
Acting	Aktivitas fisik (berjalan, belajar, memukul).	Mengajak siswa mengganti perilaku destruktif dengan perilaku konstruktif.
Thinking	Pikiran sadar, keyakinan, pengolahan data.	Membantu siswa menantang keyakinan irasional dan berpikir solusi.
Feeling	Emosi (marah, senang, sedih).	Mengelola emosi melalui perubahan tindakan dan pikiran terlebih dahulu.
Physiology	Respon biologis (sakit perut, detak jantung).	Relaksasi fisik sebagai dampak dari ketenangan pikiran dan tindakan positif.

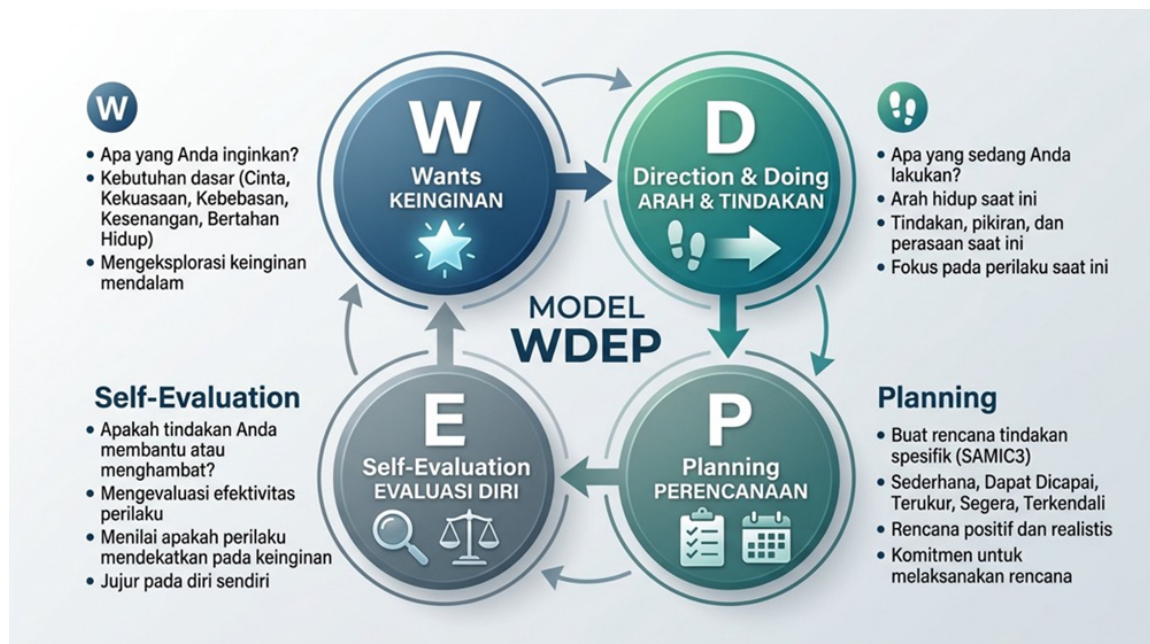
Sementara itu, Quality World (Dunia Kualitas) adalah "album foto" mental yang berisi gambaran ideal tentang orang, benda, dan keyakinan yang kita inginkan dalam hidup. Perilaku kita selalu bertujuan untuk membuat dunia nyata (perceived world) sedekat mungkin dengan dunia kualitas kita.

4. Konsep 3R dan Identitas Keberhasilan

Pilar moral dari Konseling Realita adalah konsep 3R: Responsibility (Tanggung jawab), Reality (Realita), dan Right (Kebenaran). Tanggung jawab didefinisikan sebagai kemampuan memenuhi kebutuhan sendiri tanpa merugikan orang lain (Glasser, 1965). Siswa yang mampu menerapkan 3R akan mengembangkan *Success Identity* yang ditandai dengan rasa percaya diri dan hubungan sosial yang sehat. Sebaliknya, penolakan terhadap realitas dan tanggung jawab menyebabkan *Failure Identity* yang penuh dengan pesimisme dan ketergantungan (Keepes, 1973).

5. Proses Konseling: Model WDEP

Prosedur terapeutik dalam Konseling Realita sangat sistematis, yang dirangkum oleh Robert Wubbolding melalui akronim WDEP (Wubbolding & Brickell, 2005). Model ini memberikan struktur bagi konselor untuk membantu konseli mengevaluasi perilaku mereka dan menyusun rencana tindakan nyata guna memenuhi kebutuhan dasar mereka secara efektif.



Gambar 5 Model WDEP dalam Konseling Realita: Tahapan Wants, Direction, Evaluation, dan Planning untuk Perubahan Perilaku

Tabel 3. Tahapan Model WDEP dalam Konseling Realita: Tujuan, Pertanyaan Kunci, dan Output yang Diharapkan

Tahap WDEP	Tujuan Tahap	Pertanyaan Kunci Konselor	Output yang Diharapkan
W (Wants)	Mengeksplorasi keinginan dan gambaran dunia kualitas.	"Apa yang sebenarnya kamu inginkan dari situasi ini?"	Kejelasan target dan motivasi intrinsik.
D (Direction & Doing)	Mengidentifikasi apa yang sedang dilakukan saat ini.	"Apa yang kamu lakukan sekarang untuk mencapai keinginanmu?"	Kesadaran akan perilaku total saat ini.
E (Self-Evaluation)	Mengevaluasi efektivitas perilaku terhadap tujuan.	"Apakah yang kamu lakukan membantumu atau merugikanmu?"	Keputusan sadar untuk berubah (momen 'Aha!').
P (Planning)	Menyusun rencana tindakan yang konkret dan baru.	"Rencana apa yang bisa kamu mulai lakukan besok pagi?"	Rencana SAMIC3 yang berkomitmen.

Contoh Penerapan pada Kasus Siswa

Bayangkan seorang siswa bernama "Budi" yang sering membolos karena merasa tidak mampu mengikuti pelajaran matematika (kebutuhan *Power* tidak terpenuhi). Melalui model WDEP:

1. **Wants:** Budi menyadari dia ingin lulus ujian dan merasa dihargai oleh orang tuanya.
2. **Direction:** Budi mengakui bahwa tindakannya saat ini (membolos) justru menjauhkannya dari kelulusan.

3. **Evaluation:** Budi mengevaluasi bahwa rasa "tenang" saat membolos hanyalah sementara dan tidak menyelesaikan masalah akademik.
4. **Planning:** Budi menyusun rencana sederhana: menghadiri kelas matematika besok dan bertanya setidaknya satu pertanyaan (Sederhana, Realistis, Dapat Dilakukan).

Sesuai dengan prinsip Wubbolding (1991), setiap rencana (Planning) yang disusun harus memenuhi kriteria SAMIC3. Akronim ini memastikan bahwa rencana tersebut bersifat *Simple* (Sederhana), *Attainable* (Dapat dicapai), *Measurable* (Terukur), *Immediate* (Segera dilakukan), *Consistent* (Konsisten), *Client-centered* (Berpusat pada konseli), dan *Committed* (Berkomitmen).

Pembahasan: Aplikasi di Dunia Pendidikan

Aplikasi Konseling Realita di sekolah melampaui sekadar teknik di ruang BK; ini adalah filosofi manajemen sekolah secara keseluruhan. Glasser (1969) dalam gagasannya tentang *Schools Without Failure* menekankan bahwa kegagalan akademik seringkali merupakan kegagalan sistem dalam memenuhi kebutuhan dasar siswa. Siswa yang merasa tidak dicintai (belonging) atau tidak berdaya (power) akan menggunakan perilaku negatif untuk mendapatkan perhatian atau otonomi. Implementasi pendekatan ini di sekolah bertujuan menciptakan lingkungan yang aman, mendukung, dan memfasilitasi keberhasilan siswa melalui hubungan yang positif (Keepes, 1973).

1. Implikasi bagi Praktik Pendidikan

Beberapa implikasi utama dari pendekatan ini meliputi:

- Peningkatan Harga Diri & Tanggung Jawab: Siswa diajarkan untuk tidak menyalahkan lingkungan atau masa lalu, melainkan mengambil kendali atas apa yang bisa mereka ubah hari ini.
- Budaya Sekolah Tanpa Kegagalan: Mengurangi tekanan hukuman (punishment) dan menggantinya dengan konsekuensi logis serta keterlibatan aktif dalam pemecahan masalah (class meetings).
- Peran Guru sebagai Mentor: Guru bukan lagi sekadar "penyampai informasi" tetapi juga model yang hangat, terbuka, namun tetap tegas dalam menjaga batas-batas perilaku yang bertanggung jawab.

2. Kelebihan dan Keterbatasan

Tabel 4. Kelebihan dan Keterbatasan Konseling Realita dalam Konteks Pendidikan

Aspek	Kelebihan	Keterbatasan
Fokus & Efisiensi	Sangat praktis, fokus pada masa kini, durasi relatif singkat.	Terlalu sederhana, sering dianggap mengabaikan trauma masa lalu yang mendalam.
Pemberdayaan	Menanamkan rasa kontrol internal yang kuat pada diri siswa.	Bisa menjadi manipulatif jika konselor terlalu memaksakan "realitas" versinya sendiri.
Hubungan	Tanpa hukuman, membangun kepercayaan yang tulus melalui 3R.	Membutuhkan komitmen tinggi dari seluruh staf sekolah agar konsisten.

Untuk memitigasi keterbatasan ini, konselor sekolah harus melakukan asesmen komprehensif. Jika masalah siswa bersumber dari trauma berat, kolaborasi dengan psikolog atau psikiater mungkin diperlukan. Namun, untuk masalah perilaku harian di sekolah, Konseling Realita tetap menjadi salah satu alat yang paling efisien dan memberdayakan dalam membantu siswa mengambil kendali atas hidup mereka (PositivePsychology.com, 2017).

KESIMPULAN

Konseling Realita berbasis Choice Theory dan Model WDEP menawarkan kerangka kerja yang solid bagi dunia pendidikan untuk menangani masalah perilaku siswa secara konstruktif. Inti dari pendekatan ini adalah pergeseran dari menyalahkan keadaan menuju pengambilan tanggung jawab pribadi untuk memenuhi lima kebutuhan dasar secara sehat. Dengan berfokus pada apa yang dilakukan siswa "saat ini" dan membimbing mereka melalui evaluasi diri yang jujur, sekolah dapat membantu siswa mengembangkan identitas keberhasilan.

Sebagai saran praktis, konselor sekolah disarankan untuk mengintegrasikan Model WDEP dalam sesi konseling individual maupun bimbingan klasikal. Pendidik perlu menciptakan atmosfer kelas yang memenuhi kebutuhan akan *belonging* dan *fun* agar motivasi belajar intrinsik siswa tumbuh. Terakhir, seluruh ekosistem sekolah perlu mengadopsi prinsip tanpa hukuman dan lebih menekankan pada konsekuensi alami serta rencana perbaikan yang realistis demi mewujudkan cita-cita sekolah tanpa kegagalan.

REFERENSI

- Asif, R., Merceron, A., Ali, S. A., & Haider, N. G. (2017). Analyzing Undergraduate Students' Performance Using Educational Data Mining. *Computers & Education*, 113, 177–194. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2017.05.007>
- Birhan, W., Shiferaw, G., Amsalu, A., Tamiru, M., & Tiruye, H. (2021). Exploring the context of teaching character education to children in preprimary and primary schools. *Social Sciences & Humanities Open*, 4(1), 100171. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2021.100171>
- Burgos, C., Campanario, M. L., de la Peña, D., Lara, J. A., Lizcano, D., & Martínez, M. A. (2018). Data Mining for Modeling Students' Performance: A Tutoring Action Plan to Prevent Academic Dropout. *Computers and Electrical Engineering*, 66, 541–556. <https://doi.org/10.1016/j.compeleceng.2017.03.005>
- Chung, J. Y., & Lee, S. (2019). Dropout Early Warning Systems for High School Students Using Machine Learning. *Children and Youth Services Review*, 96, 346–353. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.11.030>
- Cooper, M., Connell, J., Hamilton, L., Humphrey, N., Patalay, P., & Wolpert, M. (2021). Humanistic Counselling Plus Pastoral Care as Usual Versus Pastoral Care as Usual for the Treatment of Psychological Distress in Adolescents in UK State Schools (ETHOS): A Randomised Controlled Trial. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 5(3), 178–189. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30363-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30363-1)
- Elsayed, W. (2024). Building a Better Society: The Vital Role of Family's Social Values in Creating a Culture of Giving in Young Children's Minds. *Heliyon*, 10(7), e29208. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29208>
- Glasser, W. (1965). *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*. Harper & Row.
- Glasser, W. (1969). *Schools Without Failure*. Harper & Row. <https://wglasserbooks.com/book/schools-without-failure/>
- Glasser, W. (1998). *Choice Theory: A New Psychology of Personal Freedom*. HarperCollins.
- Institute, W. G. (n.d.). *Quickstart Guide to Choice Theory*. <https://wglasser.com/quickstart-guide-to-choice-theory/>
- Keepes, B. D. (1973). A School Without Failure: A Description of the Glasser Approach in the Palo Alto Unified School District. *American Educational Research Association Annual Meeting*. <https://eric.ed.gov/?id=ED081062>
- PositivePsychology.com. (2017). *Reality Therapy: Techniques, Choice Theory & WDEP Model*. <https://positivepsychology.com/reality-therapy/>
- Rebai, S., Ben Yahia, F., & Essid, H. (2020). A Graphically Based Machine Learning Approach to Predict Secondary Schools Performance in Tunisia. *Socio-Economic Planning Sciences*, 70, 100724. <https://doi.org/10.1016/j.seps.2019.06.009>
- Ruzek, E. A., Hafen, C. A., Allen, J. P., Gregory, A., Mikami, A. Y., & Pianta, R. C. (2016). How Teacher Emotional Support Motivates Students: The Mediating Roles of Perceived Peer Relatedness, Autonomy Support, and Competence. *Learning and Instruction*, 42, 95–103. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2016.01.004>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and Extrinsic Motivation from a Self-Determination Theory Perspective: Definitions, Theory, Practices, and Future Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Sakti, S. A., Endraswara, S., & Rohman, A. (2024). Revitalizing Local Wisdom Within Character Education Through Ethnopedagogy Approach: A Case Study on a Preschool in Yogyakarta. *Heliyon*, 10(10), e31370. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e31370>
- Talebi, S., Davodi, S., & Khoshroo, A. (2015). Investigating the Effective Component of Classroom Management in Predicting Academic Achievement Among English Language Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205, 591–596.

- <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.085>
- Waheed, H., Hassan, S.-U., Aljohani, N. R., Hardman, J., Alelyani, S., & Nawaz, R. (2020). Predicting Academic Performance of Students from VLE Big Data Using Deep Learning Models. *Computers in Human Behavior*, 104, 106189. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106189>
- Wubbolding, R. E. (1991). *Understanding Reality Therapy*. Perennial (HarperCollins Publishers).
- Wubbolding, R. E., & Brickell, J. (2005). Reality Therapy in Recovery. *Directions in Addiction Treatment & Prevention*, 9(1), 1–10.