

PENGARUH KONSELING REALITA DENGAN TEKNIK WDEP TERHADAP PENURUNAN PERILAKU DISKRIMINASI BUDAYA DI MEDIA SOSIAL SISWA

Eris Aji Pratama¹, Nuraeni², Ahmad Muzanni³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi,
Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia^{1,2,3}

e-mail: erisajip@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku diskriminasi budaya di media sosial yang dilakukan oleh siswa, seperti ujaran berbasis ras, suku, dan agama, berpotensi merusak toleransi antarbudaya serta mengganggu iklim sosial di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konseling realita dengan teknik WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) terhadap penurunan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa kelas VIII SMPN 5 Mataram. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen *one group pre-test-post-test*. Populasi berjumlah 224 siswa, dengan sampel 15 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil *pre-test* yang menunjukkan tingkat diskriminasi budaya tinggi. Intervensi dilakukan melalui enam sesi konseling kelompok realita dengan teknik WDEP. Data dikumpulkan menggunakan angket skala Likert yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test*. Hasil analisis menunjukkan nilai $t_{hitung} = 7,748$ lebih besar dari $t_{tabel} = 2,145$ pada taraf signifikansi 5% ($df=14$). Rata-rata skor diskriminasi budaya menurun dari 87,60 menjadi 65,27. Hasil ini menunjukkan bahwa konseling realita dengan teknik WDEP berpengaruh signifikan dalam menurunkan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa.

Kata Kunci: *Konseling Realita, Teknik WDEP, Diskriminasi Budaya, Media Sosial, Siswa SMP, Bimbingan Dan Konseling*

ABSTRACT

Cultural discrimination on social media among students, including expressions based on race, ethnicity, and religion, has the potential to undermine intercultural tolerance and disrupt the social climate in schools. This study aims to examine the effect of reality counseling using the WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) technique on reducing cultural discrimination behavior on social media among eighth-grade students of SMPN 5 Mataram. A quantitative approach with a *one-group pre-test-post-test experimental design* was employed. The population consisted of 224 students, with a sample of 15 students selected through purposive sampling based on pre-test results indicating a high level of cultural discrimination. The intervention was conducted through six sessions of group reality counseling using the WDEP technique. Data were collected using a validated and reliable Likert-scale questionnaire and analyzed using a *paired sample t-test*. The results showed that the calculated value $t = 7.748$ was higher than the table value $t = 2.145$ at the 5% significance level ($df = 14$). The mean score decreased from 87.60 to 65.27, indicating that reality counseling with the WDEP technique significantly reduced students' cultural discrimination behavior on social media.

Keywords: *Reality Counseling, WDEP Technique, Cultural Discrimination, Social Media, Junior High School Students, Guidance And Counseling*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, khususnya media sosial, telah mengubah cara remaja berinteraksi secara fundamental. Media sosial kini tidak hanya berfungsi

sebagai sarana komunikasi, tetapi juga menjadi ruang utama bagi remaja untuk mengekspresikan diri, membangun identitas, serta berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Data Reportal (2023) mencatat bahwa Indonesia memiliki sekitar 167 juta pengguna aktif media sosial atau setara dengan 60% dari total populasi. Kelompok usia remaja sekolah menengah menjadi salah satu pengguna paling aktif pada berbagai *platform* seperti *TikTok*, *Instagram*, dan *WhatsApp*. Namun, di balik kemudahan yang ditawarkan, media sosial juga menghadirkan berbagai tantangan sosial, salah satunya adalah penyebaran konten intoleran dan diskriminatif yang dapat mengancam keharmonisan hubungan antarindividu di masyarakat (Parwitasari et al., 2024).

Salah satu bentuk permasalahan yang muncul di ruang digital adalah diskriminasi budaya. Fulthoni menyatakan bahwa diskriminasi budaya di media sosial merujuk pada perilaku individu atau kelompok yang memperlakukan orang lain secara tidak adil berdasarkan atribut budaya seperti suku, ras, agama, atau bahasa melalui *platform* digital. Fenomena ini juga tampak melalui penggunaan bahasa intoleran dan praktik komunikasi daring yang menargetkan kelompok tertentu berdasarkan identitas budaya maupun agama di ruang digital (Hanipah et al., 2025). Menurut Latipah dan Sari (2023), intoleransi berbasis identitas budaya merupakan salah satu masalah yang semakin mengkhawatirkan dalam penggunaan media sosial di Indonesia. Berbagai konten yang merendahkan atau mendiskriminasi kelompok budaya tertentu kerap beredar di berbagai *platform* dan mudah diakses oleh remaja yang belum memiliki kematangan emosi serta literasi digital yang memadai. Laporan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) (2022) juga menunjukkan bahwa media sosial dapat memicu berbagai masalah perilaku pada remaja, termasuk munculnya sikap intoleran dan diskriminatif yang berpotensi memicu konflik nyata di lingkungan sekolah.

Fenomena tersebut tidak terlepas dari karakteristik perkembangan remaja yang sedang berada pada fase pencarian identitas diri. Pada tahap ini, remaja cenderung lebih mudah terpengaruh oleh kelompok sebaya serta belum sepenuhnya mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari perilakunya (Setara Institute, 2023). Survei toleransi siswa yang dilakukan oleh Setara Institute pada tahun 2023 terhadap 947 siswa SMA di berbagai kota di Indonesia menunjukkan bahwa sebagian siswa masih memiliki tingkat toleransi yang relatif rendah terhadap perbedaan budaya, terutama dalam interaksi di ruang digital. Kondisi serupa juga ditemukan di SMP Negeri 5 Mataram. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), diketahui bahwa beberapa siswa kelas VIII masih menunjukkan perilaku memberikan komentar bernuansa diskriminatif berbasis etnis dan budaya pada akun media sosial mereka.

Permasalahan tersebut menuntut adanya intervensi profesional dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang mampu membantu siswa merefleksikan perilakunya serta mengembangkan sikap yang lebih bertanggung jawab dalam berinteraksi di media sosial. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah konseling realita. Konseling realita merupakan pendekatan konseling yang menekankan pada tanggung jawab individu dalam memilih perilaku yang tepat pada masa kini. Glasser mengembangkan pendekatan ini berdasarkan *Choice Theory* yang menyatakan bahwa setiap perilaku manusia merupakan hasil pilihan individu untuk memenuhi kebutuhan psikologis dasarnya. Pandangan ini menekankan bahwa individu memiliki tanggung jawab terhadap pilihan perilaku yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhannya serta dapat mengubah perilaku tersebut melalui proses evaluasi dan perencanaan tindakan yang lebih efektif (Lesmana et al., 2025). Dalam perspektif terapi realitas, perilaku yang tidak efektif atau merugikan orang lain menunjukkan bahwa individu belum mampu memenuhi kebutuhan dasarnya secara bertanggung jawab dan realistis (Fuziarty & Yuniardi, 2024).

Dalam praktiknya, konseling realita dapat diimplementasikan melalui teknik *WDEP* yang membantu klien mengidentifikasi keinginan, mengevaluasi tindakan, serta merencanakan perubahan perilaku secara lebih efektif (Afifah et al., 2022). Teknik ini meliputi empat tahapan utama, yaitu *Wants* (mengidentifikasi keinginan dan kebutuhan individu), *Doing* (mengeksplorasi perilaku yang sedang dilakukan), *Evaluation* (mengevaluasi efektivitas perilaku yang dilakukan), dan *Planning* (menyusun rencana perubahan perilaku yang lebih bertanggung jawab). Pendekatan ini memungkinkan individu untuk secara aktif mengevaluasi perilakunya dan merancang langkah perubahan yang realistis. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa konseling realita dengan teknik *WDEP* efektif dalam membantu perubahan perilaku, seperti meningkatkan kedisiplinan belajar (Kurniati & Supriyatna, 2022), meningkatkan kemampuan pengelolaan perilaku sosial siswa (Jannah et al., 2025), serta mengurangi perilaku negatif seperti *bullying* pada siswa (Harefa et al., 2024). Konseling realita dengan teknik *WDEP* efektif dalam menurunkan perilaku negatif siswa, termasuk perilaku *bullying*, melalui proses evaluasi diri dan perencanaan tindakan yang lebih bertanggung jawab (Lutfiani, 2020). Selain itu ada penelitian serupa dengan fokus yang berbeda menyatakan Pendekatan konseling multikultural efektif dalam mengurangi stereotip dan perilaku diskriminatif serta meningkatkan empati siswa dalam interaksi sosial (Wilujeng et al., 2026).

Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan penelitian yang mengkaji secara empiris efektivitas penerapan konseling realita dengan teknik *WDEP* dalam menurunkan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa. Penelitian ini penting dilakukan mengingat semakin meningkatnya penggunaan media sosial oleh remaja yang berpotensi memunculkan berbagai bentuk perilaku intoleran dan diskriminatif. Melalui pendekatan konseling yang tepat, siswa diharapkan mampu mengevaluasi perilaku yang mereka lakukan serta memahami dampaknya terhadap orang lain. Konseling realita dengan teknik *WDEP* dipandang sebagai salah satu pendekatan yang dapat membantu siswa mengembangkan tanggung jawab dalam berperilaku, khususnya dalam interaksi di media sosial. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling realita dengan teknik *WDEP* terhadap penurunan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Mataram Tahun Pelajaran 2022/2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen *one group pre-test post-test design*. Desain ini digunakan untuk melihat perubahan perilaku diskriminasi budaya di media sosial sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada kelompok yang sama. Rancangan penelitian terdiri dari *pre-test* sebagai pengukuran awal, pemberian perlakuan berupa konseling realita dengan teknik *WDEP*, dan *post-test* sebagai pengukuran akhir untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah intervensi.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Mataram Tahun Pelajaran 2022/2023 yang berjumlah 224 siswa yang tersebar dalam delapan rombongan belajar. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria siswa yang memiliki tingkat perilaku diskriminasi budaya pada kategori tinggi berdasarkan hasil *pre-test*. Berdasarkan hasil penyebaran angket kepada seluruh populasi, diperoleh 15 siswa yang memenuhi kriteria tersebut dan bersedia mengikuti program konseling.

Instrumen penelitian berupa angket skala Likert empat pilihan yang digunakan untuk mengukur perilaku diskriminasi budaya di media sosial. Alternatif jawaban terdiri dari tidak pernah, kadang-kadang, sering, dan selalu. Angket dikembangkan berdasarkan beberapa aspek perilaku diskriminasi budaya di media sosial yang meliputi ujaran berbasis identitas budaya,

stereotipi negatif, pengucilan virtual, dan ketidaktoleran antarbudaya. Kisi-kisi instrumen penelitian disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-Kisi Angket Diskriminasi Budaya di Media Sosial

Aspek	Indikator	Butir Awal
Ujaran Berbasis Identitas Budaya	Komentar merendahkan suku/ras/agama/bahasa orang lain di media sosial	8
Stereotipi Negatif	Menyebarkan atau mempercayai generalisasi negatif terhadap kelompok budaya tertentu	7
Pengucilan Virtual	Menolak berinteraksi atau mengecualikan orang lain berdasarkan latar belakang budaya	8
Ketidaktoleran Antara Budaya	Sikap tidak mau menerima perbedaan nilai, tradisi, dan kebiasaan budaya lain	7
Total		30

Uji validitas instrumen dilakukan terhadap 30 responden di luar sampel penelitian. Hasil pengujian menunjukkan bahwa dari 30 butir pernyataan terdapat 26 butir yang dinyatakan valid. Uji reliabilitas menghasilkan koefisien sebesar 0,87 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi yang tinggi. Intervensi dalam penelitian ini berupa konseling realita dengan teknik WDEP yang dilaksanakan dalam enam sesi konseling kelompok dengan durasi 60–80 menit setiap sesi. Tahapan konseling meliputi pembentukan hubungan konseling dan orientasi kegiatan, eksplorasi keinginan dan kebutuhan siswa, identifikasi perilaku yang dilakukan siswa dalam interaksi di media sosial, evaluasi perilaku tersebut, serta penyusunan rencana perubahan perilaku yang lebih bertanggung jawab. Pada sesi terakhir dilakukan evaluasi terhadap pelaksanaan rencana dan terminasi layanan konseling. Teknik pengumpulan data menggunakan angket yang diberikan dua kali, yaitu sebelum intervensi (*pre-test*) dan setelah intervensi (*post-test*). Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada kelompok penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi Data *Pre-Test* dan *Post-Test*

Sebelum pelaksanaan intervensi, seluruh siswa sampel yang berjumlah 15 orang menunjukkan skor diskriminasi budaya pada kategori tinggi berdasarkan hasil *pre-test*. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa masih tergolong cukup tinggi sebelum diberikan layanan konseling. Kondisi tersebut menjadi dasar dilakukannya intervensi berupa konseling realita dengan teknik WDEP untuk membantu siswa memahami perilaku mereka serta mengarahkan pada perubahan yang lebih positif. Setelah pelaksanaan enam sesi konseling, dilakukan *post-test* untuk mengetahui perubahan skor diskriminasi budaya pada siswa. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* siswa dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Data Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Diskriminasi Budaya

No.	Nama (Inisial)	Skor Pre-Test	Kategori	Skor Post-Test	Kategori	Selisih
1	ARP	91	Tinggi	68	Sedang	-23
2	BDS	89	Tinggi	66	Sedang	-23
3	CNA	85	Tinggi	63	Sedang	-22
4	DFH	92	Tinggi	70	Sedang	-22
5	ENS	84	Tinggi	61	Sedang	-23
6	FRK	88	Tinggi	65	Sedang	-23
7	GMP	87	Tinggi	64	Sedang	-23
8	HLW	90	Tinggi	67	Sedang	-23
9	IDP	83	Tinggi	60	Sedang	-23
10	JRA	86	Tinggi	63	Sedang	-23
11	KST	88	Tinggi	66	Sedang	-22
12	LNМ	84	Tinggi	62	Sedang	-22
13	MFA	91	Tinggi	69	Sedang	-22
14	NRP	85	Tinggi	63	Sedang	-22
15	OWS	87	Tinggi	65	Sedang	-22

Berdasarkan Tabel 3, seluruh siswa mengalami penurunan skor diskriminasi budaya setelah mengikuti layanan konseling realita dengan teknik WDEP. Penurunan skor pada masing-masing siswa berkisar antara 22 hingga 23 poin dari skor awal. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memberikan dampak yang relatif konsisten pada seluruh anggota kelompok. Tidak terdapat siswa yang menunjukkan skor tetap ataupun mengalami peningkatan setelah pelaksanaan konseling. Dengan demikian, secara umum dapat dikatakan bahwa layanan konseling yang diberikan mampu menurunkan tingkat diskriminasi budaya pada siswa.

Gambaran yang lebih rinci mengenai perubahan skor dapat dilihat melalui analisis statistik deskriptif yang disajikan pada Tabel 4. Statistik ini memberikan informasi mengenai nilai minimum, maksimum, rata-rata, serta standar deviasi dari skor *pre-test* dan *post-test*. Analisis statistik deskriptif penting untuk memberikan gambaran umum mengenai kecenderungan perubahan skor sebelum dan sesudah intervensi. Data tersebut dapat digunakan sebagai dasar untuk melihat arah perubahan yang terjadi pada kelompok sampel secara keseluruhan.

Tabel 4. Statistik Deskriptif Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

Statistik	Pre-Test	Post-Test	Selisih (Gain)
N	15	15	—
Skor Minimum	83	60	—
Skor Maksimum	92	70	—

Rata-rata (M)	87,60	65,47	22,13
Standar Deviasi	2,97	2,97	—
Kategori	Tinggi	Sedang	—

Berdasarkan Tabel 4, rata-rata skor diskriminasi budaya siswa sebelum intervensi adalah 87,60 yang berada pada kategori tinggi. Setelah mengikuti layanan konseling realita dengan teknik WDEP, rata-rata skor siswa menurun menjadi 65,47 yang berada pada kategori sedang. Penurunan rata-rata skor sebesar 22,13 poin menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan pada tingkat diskriminasi budaya siswa. Selain itu, tidak ditemukan adanya siswa yang mempertahankan skor awal atau mengalami peningkatan skor setelah intervensi dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa program konseling yang diberikan memberikan pengaruh positif terhadap perubahan perilaku siswa.

Hasil Uji Hipotesis

Untuk mengetahui apakah penurunan skor yang terjadi bersifat signifikan secara statistik, dilakukan uji hipotesis menggunakan paired sample t-test. Uji ini digunakan untuk membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* dari kelompok sampel yang sama. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah diberikan intervensi konseling. Hasil perhitungan uji *paired sample t-test* disajikan pada Tabel 5. Hasil uji *paired sample t-test* disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Rekapitulasi Hasil Uji Paired Sample T-Test

Komponen	Nilai
N (jumlah sampel)	15
Rata-rata Pre-Test	87,60
Rata-rata Post-Test	65,47
Rata-rata Gain (Penurunan)	22,13
t hitung	7,748
db (derajat kebebasan)	14 (N – 1)
t tabel (taraf sig. 5%, db = 14)	2,145
Keputusan Uji	t hitung > t tabel → H ₀ Ditolak
Kesimpulan	Signifikan — Ada pengaruh konseling realita teknik WDEP

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 5, diperoleh nilai t hitung sebesar 7,748, sedangkan nilai t tabel pada taraf signifikansi 5% dengan derajat kebebasan 14 adalah 2,145. Karena nilai t hitung lebih besar daripada t tabel, maka hipotesis nol (H₀) yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh konseling realita dengan teknik WDEP terhadap diskriminasi budaya di media sosial ditolak. Sebaliknya, hipotesis alternatif (H₁) diterima karena terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan konseling realita dengan teknik WDEP memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa. Dengan demikian, intervensi

konseling yang diberikan dapat dianggap efektif dalam membantu siswa mengurangi perilaku diskriminasi budaya.

Pembahasan

Temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa konseling realita dengan teknik WDEP efektif dalam menurunkan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada remaja SMP. Penurunan rata-rata skor sebesar 22,13 poin (dari 87,60 menjadi 65,47) dengan nilai t_{hitung} yang jauh melampaui t_{tabel} menunjukkan adanya pengaruh yang kuat dan signifikan secara statistik. Hasil ini memperkuat temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendekatan konseling realita melalui tahapan WDEP (*Wants, Doing, Evaluation, Planning*) mampu membantu remaja mengevaluasi perilakunya secara sadar, meningkatkan tanggung jawab pribadi, serta merencanakan perubahan perilaku yang lebih adaptif. Pendekatan ini efektif karena berfokus pada pilihan perilaku saat ini dan mendorong individu untuk mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhannya tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain (Jannah et al., 2025; Romdoni, 2025).

Secara lebih spesifik, perubahan perilaku dalam penelitian ini dapat dipahami melalui mekanisme kerja teknik WDEP. Pada tahap *Wants*, siswa dibantu menyadari bahwa kebutuhan dasar mereka seperti penerimaan sosial dan relasi yang bermakna tidak dapat dipenuhi melalui perilaku diskriminatif. Tahap *Doing* membantu siswa melihat secara objektif bagaimana perilaku tersebut terbentuk, termasuk respons impulsif terhadap konten media sosial yang memuat stereotip atau diskriminasi. Selanjutnya, pada tahap *Evaluation*, siswa diajak merefleksikan apakah perilaku tersebut membantu mereka mencapai tujuan sosial yang diharapkan. Proses evaluasi diri ini menjadi inti perubahan dalam konseling realita karena mendorong individu menilai kesesuaian antara perilaku dengan kebutuhan dan tujuan hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa konseling realita berbasis teknik WDEP efektif meningkatkan kesadaran diri, tanggung jawab personal, serta kemampuan merencanakan perilaku yang lebih adaptif dalam interaksi sosial (Au, 2021; Jannah et al., 2025; Cahyani et al., 2025).

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas konseling realita dengan teknik WDEP dalam mengembangkan perilaku yang lebih adaptif dan bertanggung jawab pada siswa. Fitriani dan Musafir (2023) menemukan bahwa konseling kelompok realita dengan teknik WDEP dapat meningkatkan kedisiplinan belajar melalui proses refleksi dan perencanaan tindakan yang lebih terarah. Temuan serupa dikemukakan oleh Sagita et al. (2024) yang menunjukkan bahwa teknik WDEP mendorong siswa mengevaluasi pilihan perilaku dan mengambil tanggung jawab atas keputusan yang dibuat. Selain itu, penelitian Jannah et al. (2025) menunjukkan bahwa pendekatan ini juga efektif dalam membantu siswa mengelola perilaku sosial di lingkungan digital. Secara umum, temuan-temuan tersebut memperkuat bahwa teknik WDEP mampu meningkatkan kesadaran diri, tanggung jawab personal, serta kemampuan merencanakan perubahan perilaku yang lebih positif dalam berbagai konteks kehidupan sekolah.

Selain pendekatan yang digunakan, format konseling kelompok dalam penelitian ini juga memberikan kontribusi penting terhadap proses perubahan perilaku siswa. Dinamika kelompok memungkinkan terjadinya refleksi kolektif melalui proses berbagi pengalaman dan perspektif antaranggota, sehingga siswa memperoleh umpan balik sosial yang memperkuat evaluasi diri dan empati terhadap orang lain. Penelitian Tuah Aji et al. (2023) menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan interaksi sosial siswa melalui dukungan dan pertukaran pengalaman antar peserta. Hal ini diperkuat oleh kajian sistematis Hariyadi et al. (2025) yang menegaskan bahwa konseling kelompok memberikan dampak positif terhadap perkembangan

sosial dan psikologis siswa, termasuk peningkatan empati dan pemahaman terhadap perspektif orang lain. Dengan demikian, dinamika kelompok tidak hanya berfungsi sebagai media pemecahan masalah individu, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran sosial yang mendorong terbentuknya sikap saling menghargai dan relasi yang lebih inklusif di lingkungan sekolah.

Meskipun hasil penelitian ini positif, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, desain *one group pre-test post-test* tanpa kelompok kontrol membatasi kemampuan untuk mengatribusikan perubahan sepenuhnya kepada intervensi, karena faktor-faktor lain di luar penelitian (seperti pengaruh teman sebaya atau perkembangan alami) tidak dapat dikontrol sepenuhnya. Kedua, sampel yang kecil ($n=15$) membatasi generalisabilitas temuan. Ketiga, pengukuran hanya dilakukan segera setelah intervensi, sehingga ketahanan perubahan perilaku dalam jangka panjang belum diketahui. Penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat (misalnya desain kuasi-eksperimen dengan kelompok kontrol dan *follow-up*) dan sampel yang lebih besar sangat direkomendasikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling realita dengan teknik WDEP efektif dalam menurunkan perilaku diskriminasi budaya di media sosial pada siswa kelas VIII SMPN 5 Mataram Tahun Pelajaran 2022/2023. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling yang menekankan pada kesadaran diri, evaluasi perilaku, serta perencanaan tindakan yang bertanggung jawab mampu membantu siswa merefleksikan sikap dan perilaku mereka dalam berinteraksi di ruang digital. Melalui tahapan WDEP (Want, Doing, Evaluation, Planning), siswa tidak hanya memahami dampak dari perilaku diskriminatif, tetapi juga terdorong untuk mengembangkan sikap yang lebih menghargai keberagaman budaya dalam penggunaan media sosial.

Hasil penelitian ini juga mengindikasikan bahwa layanan konseling realita dapat menjadi salah satu strategi preventif dan kuratif dalam menangani permasalahan sosial yang muncul di lingkungan sekolah, khususnya yang berkaitan dengan perilaku intoleransi dan diskriminasi budaya di era digital. Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling tidak hanya berfungsi sebagai upaya penyelesaian masalah individu, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter siswa yang menghargai keberagaman dan memiliki tanggung jawab sosial dalam bermedia digital.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar pihak sekolah mendukung pengembangan program layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada pendidikan multikultural dan literasi digital. Guru BK diharapkan dapat mengintegrasikan teknik WDEP sebagai salah satu pendekatan dalam layanan konseling kelompok untuk membantu siswa mengembangkan perilaku yang lebih adaptif dan toleran. Selain itu, peran orang tua juga penting dalam melakukan pendampingan terhadap aktivitas digital anak serta menanamkan nilai-nilai penghargaan terhadap keberagaman budaya dalam kehidupan sehari-hari. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dikembangkan dengan menggunakan desain kuasi-eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih luas, serta pengukuran lanjutan (*follow-up*) untuk mengetahui keberlanjutan efektivitas intervensi dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, H. N., Purwati, P., & Putro, H. E. (2022). The Effect Of Reality Therapy Group Counseling With The WsDEP Technique On Increasing Student Academic Resilience. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 215–222. <https://doi.org/10.24042/kons.v9i2.12984>

- Au, P. A. (2021). A Review Of The Effectiveness Of The Application Of Reality Therapy In Education In The Last 5 Years. *International Journal Of Research Studies In Education*, 10(16), 11–18. <https://doi.org/10.5861/ijrse.2021.a132>
- Cahyani, H. A., Dharmayanti, P. A., & Dwiawati, K. A. (2025). WDEP-Based Reality Counseling: A Strategy For Developing Student Learning Responsibility. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 16(2). <https://doi.org/10.23887/jibk.v16i2.95338>
- Datareportal. (2023). *Digital 2023: Indonesia*. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-indonesia>
- Fitriani, D., & Musafir, D. E. (2023). The Effectiveness Of Group Counseling Services Using The WDEP Technique In Improving Student Learning Discipline At SMP Negeri 7 Palu. *NUSRA: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Pendidikan*, 4(2), 202–212. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i2.821>
- Fuziarty, R., & Yuniardi, M. S. (2024). Terapi Realita Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 13(4). <https://doi.org/10.22219/procedia.v13i4.37023>
- Hanipah, H., Djou, D. N., & Muslimin. (2025). When Intolerant Language Crowds The Feed: How Digital Discourses Reconstruct Religious Freedom In Indonesia. *Harmoni*, 24(2). <https://doi.org/10.32488/harmoni.v24i2.929>
- Harefa, M., Munthe, M., Damanik, H. R., & Lase, F. (2024). Menerapkan Teori Konseling Realitas Sebagai Intervensi Untuk Mengurangi Perilaku Bullying. *Journal On Education*, 7(1). <https://doi.org/10.31004/joe.v7i1.6874>
- Hariyadi, S., Wibowo, M. E., Muslikah, & Saraswati, S. (2025). Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di Sekolah Indonesia: Tinjauan Sistematis. *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, 9(2), 19–35. <https://doi.org/10.29408/jkp.v9i2.31082>
- Jannah, N. N., Rahmawati, W. K., Fauziyah, N., & Mamahit, H. C. (2025). The Effectiveness Of WDEP Reality Counseling In Reducing Social Comparison Among Students. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(2), 163–176. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v8i2.3401>
- Jannah, N. N., Rahmawati, W. K., Fauziyah, N., & Mamahit, H. C. (2025). The Effectiveness Of WDEP Reality Counseling In Reducing Social Comparison Among Students. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(2), 163–176. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v8i2.3401>
- Jannah, N. N., Rahmawati, W. K., Fauziyah, N., & Mamahit, H. C. (2025). The Effectiveness Of WDEP Reality Counseling In Reducing Social Comparison Among Students. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(2), 163–176. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v8i2.3401>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2022). *Laporan Tahunan Perlindungan Anak Di Indonesia*. <https://www.kpai.go.id>
- Kurniati, N., & Supriyatna, M. (2022). Efektivitas Konseling Realita Dengan Teknik WDEP Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2). <https://journal.unnes.ac.id>
- Latipah, E., & Sari, R. P. (2023). Intoleransi Berbasis Identitas Budaya Di Media Sosial Dan Implikasinya Bagi Remaja. *Jurnal Komunikasi Dan Sosial Humaniora*, 5(1). <https://journal.uny.ac.id>
- Lesmana, G., Panjaitan, N. A., Ayuni, R., Natasya, M., Nurhaliza, N., Melani, W., & Tarigan, D. H. B. (2025). Pendekatan Konseling Dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi

- Klien. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 4(4), 148–155. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v4i4.5663>
- Lutfiani, L. (2020). Layanan Bimbingan Konseling Individu Dengan Teknik Reality Therapy Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*. <https://jurnalp4i.com/index.php/learning/article/view/5082>
- Romdoni. (2025). Efektivitas Konseling Realitas William Glasser Untuk Menangani Perilaku Maladaptif Remaja. *Journal Of Islamic Psychology And Mental Health*, 1(1), 25–32. <https://doi.org/10.65803/g89rj158>
- Sagita, B., Suarni, N. K., & Dharsana, I. K. (2024). Efektivitas Pendekatan Konseling Realita Dengan Teknik WDEP Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(2), 30–34. <https://doi.org/10.29210/1202322878>
- Setara Institute. (2023). *Laporan Survei Toleransi Siswa SMA Di Indonesia 2023*. <https://setara-institute.org>
- Tuah Aji, M. A., Erawati, D., Safitri, A., & Sani, A. (2023). Identifikasi Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7(2), 263–272. <https://doi.org/10.29240/jbk.v7i2.8212>
- Wilujeng, W., Naqiyah, N., & Khusumadewi, A. (2026). Pendekatan Konseling Multikultural Untuk Menumbuhkan Kesetaraan Dan Sensitivitas Gender Di Kalangan Siswa. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 6(1), 384–393. <https://doi.org/10.51878/learning.v6i1.9351>