

## KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK PENINGKATAN IDENTITAS DIRI SISWA PENGGUNA APLIKASI TIKTOK

Gusti Rahayu<sup>1\*</sup>, Neviyarni<sup>2</sup>, Marjohan<sup>2</sup>, Ifdil<sup>2</sup>, Afdal<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>S3 Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

\*[gustirahayu233@gmail.com](mailto:gustirahayu233@gmail.com), [neviyarni\\_s@fip.unp.ac.id](mailto:neviyarni_s@fip.unp.ac.id), [marjohan@fip.unp.ac.id](mailto:marjohan@fip.unp.ac.id),  
[ifdil@konselor.org](mailto:ifdil@konselor.org), [afdal@konselor.org](mailto:afdal@konselor.org)

Sejarah Artikel Submit: 28 Desember 2022 Revision: 8 Januari 2022 Tersedia Daring:  
31 Januari 2023

### Abstract

Aplikasi TikTok menjadi sarana hiburan yang membuat penggunanya harus bisa membentengi diri dari pengaruh negatif agar tidak kehilangan identitas dirinya. Identitas diri yang dimiliki individu sebagai suatu identitas atau pembeda antara dirinya dengan orang lain. Identitas diri yang tidak sempurna akan membuat individu terjebak dengan situasi yang dapat merugikan dirinya dan orang-orang sekelilingnya, seperti memiliki rasa tidak mampu dalam melakukan sesuatu, tidak berdaya, penurunan harga diri, tidak percaya diri, dan sebagainya. Konseling kelompok realita menjadi salah satu layanan bimbingan konseling yang dapat membantu individu meningkatkan identitas diri, dengan memanfaatkan dinamika kelompok dalam proses kegiatannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi literature yang memberikan jbaran secara terperinci terkait konseling kelompok realita untuk meningkatkan identitas diri.

**Keyword:** Pengguna Aplikasi TikTok, Identitas Diri, Konseling Kelompok Realita

### A. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi pada saat ini menuntut para penggunanya harus pintar dalam memnafaatkannya. Salah satu perkembangan teknologi yang bisa digunakan oleh individu dalam sehari-hari adalah aplikasi TikTok. Aplikasi TikTok merupakan aplikasi yang mudah digunakan oleh setiap kalangan, mulai dari anak-anak dibawah umur bahkan sampai orang tua. Michael (2019) berpendapat bahwa TikTok merupakan aplikasi yang memberikan *special effect* yang unik dan menarik yang dapat digunakan oleh penggunanya dengan mudah, sehingga dapat menghasilkan video berdurasi pendek dengan hasil yang keren serta dapat dipamerkan kepada teman-teman atau pengguna aplikasi yang lainnya.

Aplikasi TikTok ini juga menawarkan musik-musik yang membuat penggunanya dapat melakukan *performance* dengan tarian, gaya bebas, dan sebagainya.

TikTok menjadi salah satu yang banyak digunakan oleh pengguna, hal ini terbukti dari rating yang didapat oleh aplikasi dari *playstore* aplikasi tersebut. Pada awal tahun 2023 ini tercatat bahwa 15.776.947 pengguna di seluruh dunia dengan rating 4,4 dari 5 bintang terbaik. TikTok menjadi media hiburan mengikuti *Trend* yang membuat pengguna menjadi suka serta candu dan merubah pikiran negatif menjadi positif. Namun menurut Deriyanto & Qorib (2018), aplikasi TikTok juga memberikan dampak negatif kepada penggunanya. Pengguna akan tanpa sadar menjadi agresif dan bahkan menjadikan TikTok sebagai pedoman atau pegangan hidupnya serta terbawa arus dan akan kehilangan identitas dirinya.

Menurut Pertiwi (2021) pada tahun 2018 pihak Kominfo melakukan pemblokiran terhadap aplikasi TikTok karena banyak terdapat konten-konten negatif seperti konten pornografi, pelecehan agama dan sebagainya. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian dari Alfaini (2021) yang menemukan bahwa dampak bagi para muslimah yang menggunakan aplikasi TikTok yaitu aurat menjadi terbuka, mudah dilihat oleh laki-laki non-mahram, memicu muslimah lain untuk mengikutinya dan dapat menimbulkan fitna bagi muslimah itu sendiri. Konten-konten yang ada pada aplikasi TikTok membuat para individu tidak malu lagi mempertontonkan dirinya yang sedang berjoget di depan kamera dan tidak sungkan lagi untuk memperlihatkan lekuk tubuhnya dan bahkan melakukan gerakan yang “vulgar”, dan diunggah ke aplikasi Tiktok serta membagikan ke *platform* sosial media lainnya dengan tujuan menambah pengikut (*followers*), memperoleh tanda suka (*love*) serta menerima komentar dari pengguna lain (Zaputri, 2021). Hal inilah yang menjadi alasan bahwa perlunya peningkatan identitas diri dari pengguna aplikasi TikTok.

Identitas diri merupakan sebuah kondisi psikologis yang secara keseluruhan membuat individu menerima dirinya, memiliki orientasi dan tujuan dalam mengarahkan hidup serta keyakinan dalam mempertimbangkan suatu hal. Menurut Huriati (2016) identitas diri merupakan suatu kesadaran individu tentang dirinya mengenai “siapa dia”, yang terdiri dari karakteristik akan dirinya, penentuan hal-hal yang penting dan yang patut untuk dikerjakan serta standar alam mengevaluasi tindakan dan perilakunya, yang

diintegrasikan dalam diri sehingga individu tersebut merasa menjadi pribadi yang unik dan berbeda dengan individu yang lain. Kemudian Marcia (Jordan, Mennecke & Townsend, 2014) menjelaskan bahwa identitas diri memerlukan dua aspek yaitu (1) eksplorasi, yang menunjukkan satu masa dimana seseorang berusaha memilih jalan keluar dari alternatif pilihan yang ada. Dan 2) komitmen, merupakan usaha dalam membuat keputusan mengenai pekerjaan atau ideologi, serta penentuan strategi untuk merealisasikan atau mewujudkan keputusan tersebut. Aspek ini bertujuan agar individu tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan berusaha untuk mempertahankan keputusan yang telah diambilnya. Dalam mengatasi permasalahan individu atau klien ini, konselor dapat memberikan layanan konseling kelompok dan menggunakan *reality therapy* sebagai pendekatannya.

Menurut Latipun (2008) konseling realita adalah pendekatan yang didasarkan pada anggapan tentang adanya satu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya, kebutuhan akan identitas diri yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah dan berbeda dengan orang lain. Secara sederhana perilaku atau perbuatan yang tidak sesuai digambarkan sebagai individu yang kurang terlibat dengan orang lain, tidak pernah belajar untuk berbuat secara bertanggung jawab, dan cenderung mengabaikan prinsip dari 3R yaitu *Right, Responsibility, dan Reality*.

Glasser (Corey, 2009) juga berpendapat bahwa pendekatan konseling realita diharapkan mampu menjadi cara yang praktis dalam menolong individu untuk mengontrol hidupnya agar menjadi lebih baik. Tujuan dari konseling kelompok realita tersebut adalah agar dapat membantu anggota kelompok dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya yang mencakup kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa dirinya berguna untuk diri sendiri dan orang lain (Corey, 2009).

Oleh karena itu, hal inilah yang menjadi alasan bagi peneliti menggunakan konseling kelompok realita untuk meningkatkan identitas diri pengguna aplikasi TikTok.

## **B. METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi literatur. Penelitian studi literatur merupakan penelitian yang dilakukan hanya berdasarkan karya tulis, baik yang telah maupun yang belum

dipublikasikan (Embun, 2012). Studi literatur menjadi sebuah metodologi penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan dan mengambil intisari dari beberapa penelitian sebelumnya serta menganalisis beberapa *overview* para ahli yang tertulis dalam bentuk teks.

Jadi, studi literatur merupakan penelitian yang dilakukan dengan cara menganalisis serta mengambil teori dari penelitian sebelumnya. Adapun informasi yang digunakan dalam penulisan ini adalah literatur review yang merupakan metode yang sistematis, eksplisit dan reproduisibel.

### **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Aplikasi TikTok merupakan salah satu platform social media yang memberikan kebebasan kepada para penggunanya untuk membuat video pendek yang dapat dipadukan dengan musik.

Proses terbentuknya TikTok itu sendiri terjadi karena munculnya perspektif konstruksionis sosial yang berasal dari hasil interaksi sosial sehingga *sense of self* terhadap para pengguna dan membuat penontonnya tertarik pada konten tertentu yang mereka minati dalam aplikasi TikTok (Madhani, Sari & Shaleh, 2021). Kemudian menurut Epriani (2022) terdapat beberapa manfaat dari aplikasi TikTok, yaitu (1) sebagai media penayangan *showcase* kreativitas pengguna yang unik dan spesifik baik dari creator media sosial profesional maupun orang biasa. (2) TikTok sebagai media sosial pencari bakat talent dan creator atau pencipta. Dan (3) sebagai ajang dalam mencari popularitas.

Pencarian popularitas inilah yang membuat banyak para pengguna berpacu untuk mendapatkan jumlah tayangan video, hal ini disebabkan karena banyaknya tayangan video menjadi suatu standar penentu kepopuleritasan dalam komunitas TikTok. Epriani (2022) juga memaparkan bahwa semakin banyaknya jumlah video dan tanda suka dari penonton, maka secara tidak langsung sudah menggambarkan kepada *public* bahwasanya pemilik akun adalah seseorang yang populer. Sehingga prioritas dalam mendapatkan popularitas inilah yang dapat menimbulkan sisi positif dan sisi negatif dalam penggunaannya.

Menurut Sari (2021) proses pembuatan konten yang hanya mempertimbangkan jumlah tayang dan tanda suka bisa saja tidak mempertimbangkan aspek norma dan etika yang berlaku di lingkungan masyarakat, sehingga menjerumuskan penggunanya pada

pembuatan konten-konten yang tidak berkualitas dan cenderung mengarah kepada konten yang tidak baik. Epriani (2022) juga menuturkan bahwa dampak negative dari penggunaan aplikasi TikTok yang membuat Kominfo mengambil kebijakan pemblokiran adalah:

1. *Syndrome*, dimana gangguan ini ditampilkan oleh individu dalam bentuk tidak dapat mengontrol tubuhnya setiap kali mendengar lagu-lagu yang sedang viral di TikTok.
2. Pelecehan seksual, hal ini dapat terjadi karena banyaknya individu yang membuat video menggunakan pakaian ketat dan melakukan gerakan yang tidak pantas, menggunakan *sound* yang meresahkan, menceritakan dengan bangga akan aibnya sendiri, dan sebagainya dengan tujuan untuk menjafi viral atau fyp.
3. Tutorial dalam belajar, dalam aplikasi TikTok banyak tutorial belajar yang membuat para pelajar untuk malas dalam mengerjakan tugas-tugas, contohnya tidak perlu lagi mengerjakan tugas secara manual di double folio karena terdapat tool atau aplikasi yang dapat melakukannya, dan masih banyak lagi.
4. Kurangnya interaksi dengan orang lain.

Identitas diri adalah kesadaran tentang diri sendiri yang dapat diperoleh individu dari observasi dan penilaian terhadap dirinya, menyadari bahwa dirinya berbeda dengan orang lain. Identitas diri tersebut merupakan sintesis dari semua aspek konsep diri sebagai suatu kesatuan yang utuh, tidak terpengaruh oleh pencapaian tujuan, jabatan dan peran. Identitas menurut Erikson (1968) adalah adanya kesadaran diri yang berkembang sejak masa kanak-kanak mengenai apa yang diharapkan di masa depan dan bagaimana individu mempersepsikan diri sendiri serta persepsi dari orang lain terhadap dirinya.

Selanjutnya, menurut Stuart & Sundeen (1991) identitas diri adalah kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian, yang merupakan sintesis dari semua aspek identitas diri sebagai suatu kesatuan yang utuh. Kemudian Rawlins, et al (1993) juga berpendapat bahwa identitas diri adalah komponen dari identitas diri yang memungkinkan diri sendiri sebagai individu untuk menjada konsistensi pendirian dan sangat dimungkinkan bagi seseorang untuk menempati posisi yang stabil dilingkungannya.

Perkembangan identitas diri ini akan dilalui oleh setiap individu pada masa remaja (*adolescence*). Bagi individu yang tidak mampu mengeksplorasi dan

mengembangkan identitas dirinya dengan baik, maka mereka akan mudah dipengaruhi lingkungannya. Hal ini akan menyebabkan hilangnya jati diri atau identitas diri yang sebenarnya dari individu tersebut.

Pada masa remaja akan ditandai adanya kecenderungan identitas versus kebingungan identitas, dimana mereka dituntut harus bisa menghadapi yang merupakan tugas utama pada diri remaja tersebut. Semua proses ini bertujuan agar tercapainya pencapaian identitas diri, yaitu menjadi seseorang yang unik dan berprinsip dengan peran yang penting dalam hidup serta bernilai di masyarakat.

Dalam pencapaian identitas diri, setiap individu akan mengalami dan mengedepankan sifat egosentrisnya dalam perwujudan identitas diri mereka dengan melakukan suatu Tindakan yang cenderung mengarah terhadap kepentingan diri sendiri dan keasikan dengan diri sendiri serta cara memandang hal yang positif dan negatif didapatkan dari lingkungannya. Apabila yang diterima oleh individu tersebut positif, maka perkembangan egonya akan baik. Namun sebaliknya, jika yang diterimanya adalah negative, maka akan mengganggu perkembangan ego individu tersebut dan membuatnya kehilangan arah (Sejati, 2019).

Jadi dapat disimpulkan bahwa, identitas diri merupakan identitas yang menyangkut akan kualitas eksistensi dari individu yang bersumber dari pengamatan dan penilaian akan dirinya sendiri sehingga membentuk identitas diri yang utuh, serta sebagai identitas yang membuatnya berbeda dengan individu yang lain.

Menurut Erikson (1989) individu yang berhasil mencapai sutau identitas diri yang stabil akan ditandai dengan terjadinya beberapa perubahan, yaitu:

1. Memperoleh pandangan yang jelas akan dirinya
2. Paham akan perbedaan dan persamaannya dengan orang lain
3. Sadar akan kelebihan dan kekurangan dari dirinya
4. Percaya diri
5. Selalu tanggap terhadap berbagai situasi
6. Mampu dalam mengambil keputusan penting sendiri
7. Mampu dalam mengantisipasi tantangan dimasa depan
8. Mengetahui atau mengenali akan perannya dilingkungan masyarakat

Jika dikaitkan dengan identitas diri pengguna aplikasi TikTok, hal ini dapat dilihat dari segi *Social Identity Theory (SIT)* yang dikemukakan oleh Tajfel & Turner

(Ayun, 2015), dimana individu memiliki sebuah konsep pada dirinya dalam bersosialisasi dan mengidentifikasi dirinya sendiri. Menurut Sakti & Yulianto (2018) terdapat beberapa karakteristik dari individu yang dipengaruhi oleh kolektivistik dalam komunikasi, yaitu:

1. *Personality Orientations*, yang menggambarkan tentang bagaimana orientasi personal dalam menjalin hubungan dan berkomunikasi dengan orang lain.
2. *Individual Values*, merupakan nilai-nilai *personality* yang dimiliki individu dalam mempertahankan dan menjaga kepercayaan dirinya ketika melakukan komunikasi.
3. *Self Construals*, yang menggambarkan bagaimana individu mengekspresikan dirinya ketika berkomunikasi dengan orang lain.

Ketika individu melakukan komunikasi di media sosial, para pengguna akan membangun jaringan, membuat pertemanan dan pada akhirnya mengekspresikan perasaannya secara virtual dalam proses komunikasi. Sehingga pada akhirnya interaksi ini akan menghasilkan *Self-Definition* dan menawarkan *Self-Invention*. Setiap individu memiliki kemampuan yang tidak terbatas dalam mengekspresikan “siapakah dirinya”, dan hasil kreasi tersebut yang akan mewakili individu dalam menjawab perannya serta berinteraksi di internet. Pengguna internet dengan bebas memilih untuk membuka identitasnya baik dengan jujur maupun dengan membuat identitas diri yang palsu.

Sehingga menurut Jordan (1999) terdapat tiga elemen dasar kekuatan yang dimiliki individu dalam dunia internet, yaitu:

1. *Identity Fluidity*, yaitu sebuah proses pembentukan identitas yang didapat secara online atau virtual dan identitas yang terbentuk tidaklah sama atau mendekati dengan identitasnya di dunia maya.
2. *Renovated Hierarchie*, suatu proses dimana hirarki-hirarki terjadi di dunia nyata dibentuk Kembali menjadi *online hierarchies*.
3. *Information as Reality*, yaitu informasi yang menggambarkan realita yang hanya berlaku di dunia maya.

Individu dalam dunia maya adalah individu yang memiliki dua kemungkinan, yaitu bisa menjadi sama atau berbeda dengan identitasnya secara nyata. Selanjutnya, individu tidak hanya memiliki satu identitas saja, melainkan bisa memiliki berbagai macam identitas dengan karakteristik yang berbeda-beda dalam dunia maya (Nasrullah, 2012).

Konseling kelompok merupakan salah satu layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling. Menurut Nurihsan (2012) konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan kepada individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok yang bersifat mencegah dan menyembuhkan, serta diarahkan kepada pemberi kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.

Selanjutnya, Sukardi (2000) juga menjelaskan bahwa konseling kelompok merupakan layanan bimbingan konseling yang memungkinkan individu untuk memperoleh kesempatan membahas dan mengentaskan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok itu sendiri merupakan suasana yang hidup, berdenyut, bergerak, dan berkembang yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesama anggota kelompok.

Sedangkan terapi realita adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental, dimana terapi realita diperuntukkan untuk memodifikasi tingkah laku (Corey, 2003). Terapi realita difokuskan pada tingkah laku yang ditampilkan sekarang dan bertumpu pada prinsip bahwa motivasi pada perilaku individu adalah dalam rangka memenuhi kebutuhan dasar manusia dan bertanggung jawab atas perilaku yang ditampilkan.

Selanjutnya, pendekatan konseling terapi realita adalah pendekatan beranggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya, kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah dan berbeda dengan orang lain. Konseling realita merupakan pendekatan konseling yang praktis dan sederhana yang dapat dilakukan oleh konselor kepada klien untuk mengembangkan kemampuan klien dalam menyelesaikan permasalahan dengan memberikan tanggung jawab kepadanya tentang pilihan perilaku yang telah dibuat agar mampu menjadi pribadi yang sukses.

Konselor dalam konseling realita bertujuan mengajarkan klien untuk berpikir kembali mengenai perilaku yang telah diperbuat dengan tujuan mengevaluasi diri sendiri. Kemudian konselor memiliki peran sebagai pendorong untuk meyakinkan klien bahwa seburuk apapun suatu kondisinya sekarang masih ada harapan untuk merubah perilaku tersebut (Nurcahya, 2021).

Menurut Glasser (Darminto, 2007) manusia dapat mengubah perasaan, tindakan, dan nasib (kehidupannya) sendiri. Namun, hal itu dapat dilakukan hanya jika manusia

telah menerima tanggung jawab dan mengubah identitasnya. Kemudian Menurut Glasser & Wubbolding (Darminto, 2007) salah satu dari kelima kebutuhan dasar manusia adalah kebutuhan untuk merasa mampu atau berprestasi. Kebutuhan untuk mampu atau berprestasi, yakni kebutuhan untuk merasa berhasil dan kompeten, berharga, dan dapat mengendalikan atau mengontrol kehidupan sendiri.

Corey (2015) berpendapat bahwa tahapan terapi realita dalam kelompok ini sama dengan tahapan konseling kelompok pada umumnya, cukup dapat diterapkan pada kelompok terapi realitas. Selama tahap awal kelompok terapi realitas, fungsi pemimpin utama mencakup pengembangan atmosfer psikologis yang aman, mendiskusikan informed consent, dan mengeksplorasi peraturan dan batasan. Ketika sebuah kelompok sedang dalam masa transisi, pemimpin harus bersiap menghadapi kecemasan, konflik, kontrol, dan perlawanan secara efektif.

Pada tahap kerja, peran pemimpin mencakup umpan balik yang mendorong antara anggota, membantu anggota untuk mengevaluasi tingkat komitmen mereka, membantu anggota dalam membingkai ulang kegagalan, mendorong pengembangan rencana tindakan, dan mengajari anggota bagaimana menghadapi tanpa kritik. Seperti yang terjadi pada tahap akhir dari setiap kelompok, fungsi penting dari pemimpin kelompok terapi realitas berpusat pada masalah konsolidasi dan penghentian, seperti berurusan dengan perasaan dan pemikiran tentang akhir dari kelompok, menyelesaikan bisnis yang tidak sempurna, dan membawa pembelajaran. lebih lanjut.

Aspek lain dari peran pemimpin selama tahap akhir melibatkan membantu anggota untuk mengevaluasi program tindakan mereka, untuk mengembangkan peta masa depan yang akan membantu anggota menghadapi masalah baru, dan untuk membantu anggota meringkas persepsi mereka tentang masa depan. Untuk pembahasan lebih rinci tentang peran pemimpin kelompok pada berbagai tahap kelompok terapi realitas.

Wubbolding (Corey, 2012) menggunakan singkatan WDEP untuk menggambarkan prosedur utama yang dapat diterapkan dalam praktik kelompok terapi realitas. Berdasarkan teori pilihan, sistem WDEP membantu orang dalam memenuhi kebutuhan dasar mereka. Masing-masing huruf mengacu pada sekelompok strategi yang dirancang untuk mempromosikan perubahan: W = (*wants*) keinginan; D = (*direction*

*and doing*) arah dan melakukan; E = (*evaluation*) evaluasi diri; dan P = (*planning*) perencanaan.

1. **Want (W)**: Terapis realitas membantu klien dalam menemukan keinginan, kebutuhan, persepsi, harapan, dan impian mereka. Dalam sebuah kelompok, anggota mengeksplorasi apa yang mereka inginkan, apa yang mereka miliki, dan apa yang tidak mereka dapatkan. Sepanjang prosesnya, fokusnya adalah membuat anggota membuat evaluasi diri untuk menentukan arah perilaku mereka. Penilaian ini memberikan dasar untuk membuat perubahan spesifik yang akan memungkinkan anggota mengurangi frustrasi mereka.
2. **Direction and Doing (D)**: Setelah anggota mengeksplorasi kualitas dunia mereka (keinginan) dan kebutuhan, mereka diminta untuk melihat perilaku mereka saat ini untuk menentukan apakah yang mereka lakukan adalah mendapatkan apa yang mereka inginkan. Terapis kelompok membantu anggota dalam menggambarkan secara rinci perilaku total mereka (melakukan, berpikir, merasakan, dan fisiologi).
3. **Evaluation (E)**: Ini adalah tugas pemimpin kelompok untuk membantu anggota dalam mengeksplorasi perilaku total mereka. Pemimpin menghadapi anggota dengan konsekuensi perilaku mereka dan membuat mereka menilai kualitas tindakan mereka. Anggota tidak akan mengubah perilaku mereka atau membuat pilihan yang lebih baik sampai mereka mengevaluasi perilaku mereka sendiri dan membuat keputusan bahwa tindakan mereka saat ini tidak membantu (Wubbolding, 2011).
4. **Planning (P)**: Merencanakan perilaku bertanggung jawab merupakan bagian penting dari proses kelompok terapi realitas. Dalam konteks kelompok, anggota belajar bagaimana merencanakan secara realistis dan bertanggung jawab melalui kontak dengan anggota dan pemimpin lainnya. Para anggota didorong untuk bereksperimen dengan perilaku baru, untuk mencoba berbagai cara untuk mencapai tujuan mereka, dan untuk melaksanakan sebuah program tindakan. Tujuan rencananya adalah mengatur pengalaman sukses.

## **Kesimpulan**

Setiap individu memiliki jalan yang berbeda-beda dalam mencapai identitas dirinya. Tercapainya identitas diri yang baik akan membuat individu menampilkan tingkah laku yang sesuai dan dapat diterima oleh lingkungannya. Identitas diri yang

dimiliki oleh pengguna aplikasi TikTok-pun bermacam-macam, bagi mereka yang bisa membentengi diri dari pengaruh negative aplikasi ini akan membuatnya menjadi individu yang memiliki identitas diri yang utuh dan positif. Sedangkan mereka yang tidak bisa membentengi diri akan tenggelam dengan pengaruh-pengaruh negative tersebut sehingga kehilangan identitas dirinya yang sebenarnya. Konselor bertugas untuk membantu individu-individu tersebut dengan memberikan pelayanan bimbingan dan konseling. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah layanan konseling kelompok dengan memanfaatkan terapi realita sebagai pendekatannya.

## Referensi

- Alfaini, S. (2021). Perspektif Al-Quran tentang Konten Tarian Viral Para Muslimah pada Aplikasi TikTok. *Jurnal Al-Mutsala*, 3(1), 44-53.
- Ayun, P. Q. (2015). Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas. *Dosen Ilmu Komunikasi*, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Diponegoro.
- Corey, G. (2003). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Corey, G. (2009). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Rafika Aditama.
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling, Eight Edition*. Belmont, USA: 20 Davis Drive.
- Corey, G. (2015). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Darminto, E. (2007). *Teori-teori Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Deriyanto, D. & Qorib, F. (2018). Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tungga Dewi Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi TikTok. *Jurnal Ilmu Sosial dan Politik*. Vol. 7, No. 2.
- Embun, B. (2012). Retrieved from Penelitian Kepustakaan.
- Epriani, Y. (2022). Dampak Penggunaan Aplikasi TikTok terhadap Perkembangan Akhlak Remaja di SMA Negeri 4 Smende Darat Laut. *Doctoral Dissertation*. UIN Raden Intan Lampung.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton Company.
- Erikson, E. H. (1989). *Identitas dan Siklus Hidup Manusia; Bunga Rampai 1. Penerjemah: Agus Cremers*. Jakarta: Gramedia.
- Huriati, N., H. (2016). Krisis Identitas Diri pada Remaja. *Sulesana*, 10(1), 49-62.
- Jordan, T. (1999). *Cyberpower; The Culture and Politics of Cyberspace and the Internet*. London and New York: Routledge.
- Jordan-Conde, Z., Mennecke, B., & Townsend, A. (2014). Late Adolescent Identity Definition and Intimate Disclosure on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 33, 356-366.
- Latipun. (2008). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Mahdani, L. M., Sari, I. N. B., & Shaleh, M. N. I. (2021). Dampak Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Perilaku Islami Mahasiswa di Yogyakarta. *at-thullab Jurnal Mahasiswa Studi Islam*, 3(1), 604-624.

- Nasrullah, R. (2012). *Komunikasi Antar Budaya (di Era Budaya Cyber)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Nurchahya, A. (2021). Remaja, Broken Home, Terapi Konseling Realita; Sebuah Pendekatan Penyadaran Diri. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 50-66.
- Nurihsan, J. (2012). Comprehensive Guidance: A Model for Guidance and Counseling at Senior High Schools. *EduHumaniora Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 1(1).
- Pertiwi, S. (2021). Representasi Diri "Generasi Z" Melalui Aplikasi TikTok (Studi pada Siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru). *Doctoral Dissertation*. Universitas Islam Riau.
- Rawlins, et al. (2003). *Konsep Diri*. Jakarta
- Sakti, B. C., & Yulianto, M. (2018). Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja. *Interaksi Online*, 6(4), 490-501.
- Sari, D. M. (2021). Penggunaan Aplikasi TikTok sebagai Ajang Eksistensi Diri (Fenomenologi Penggunaan TikTok pada Mahasiswa UIN Shultan Thaha Saifuddin Jambi). *Doctral Dissertation*. UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi.
- Sejati, S. (2019). Implikasi Egosentris dan Spiritual Remaja dalam Mencapai Perkembangan Identitas Diri. *Jurnal Ilmiah Syiar*, 19(01), 103-126.
- Stuart & Sundeen. (1991). *Buku Saku Keperawatan Jiwa, Buku Kedokteran Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Sukardi, D. K. (2000). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wubbolding, R. (2011). *Reality Therapy; Theories of Psychotherapy Series*. Washington DC: American Psychological Association.
- Zaputri, M. (2021). Dampak Kecanduan Media Sosial TikTok terhadap Perilaku Belajar Mahasiswa Bimbingan dan Konseling IAIN Batusangkar. *Skripsi*. IAIN Batusangkar.