

Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mereduksi Tingkat Penggunaan Internet Bermasalah pada Siswa Sekolah Dasar

Ajeng Intan Nur Rahmawati^{a, 1*}

^aUniversitas Kanjuruhan Malang, Indonesia

¹ajengintan@unikama.ac.id*

*korespondensi penulis

Informasi artikel

Received :

July 02, 2020.

Revised :

August 01, 2020.

Publish :

September 08, 2020.

Kata kunci:

Konseling Realita
Penggunaan Internet
Bermasalah
Konseling Kelompok

ABSTRAK

Pada era teknologi, internet menjadi salah satu komponen kebutuhan individu. Dari data perhitungan statistik, pengguna internet mengalami pertumbuhan yang pesat. Konsumsi internet ini tentu memberikam dampak bagi kehidupan individu mendatang, baik dampak positif maupun negatif. Meskipun sejak awal, internet menawarkan kepada pengguna berbagai kemudahan seperti mempercepat pekerjaan individu, media literasi, namun akan mengkhawatirkan jika tidak digunakan secara bijak. Penelitian ini bertujuan menguji keefektifan konseling kelompok Realita dalam mereduksi tingkat penggunaan internet bermasalah siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain *pretest-posttest control group* dengan model pengukuran berulang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok Realita mampu menurunkan tingkat penggunaan internet bermasalah. Selain itu, ditemukan factor lain yang dapat berpengaruh terhadap tinggi rendahnya penggunaan internet bermasalah, yakni pengambilan keputusan dan pola asuh. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok Realita efektif untuk mengintervensi penggunaan internet bermasalah, sehingga konselor dapat menggunakan pendekatan ini untuk siswa-siswi ditingkat sekolah dasar.

ABSTRACT

The Application of Reality Group Counseling to Reduce Problematic Internet Usage Levels in Elementary School Students. In the technological era, the internet has become a component of individual needs. From the statistical calculation data, internet users have experienced rapid growth. Internet consumption certainly has an impact on the lives of individuals in the future, both positive and negative impacts. Although from the beginning, the internet has offered users various conveniences such as speeding up individual work, media literacy, but it will be worrying if not used wisely. This study aims to examine the effectiveness of Reality group counseling in reducing the level of problematic internet usage among students. The research method used is quantitative research methods. This type of research is an experimental study with a pretest-posttest control group design with a repeated measurement model. The results of this study indicate that the reality group counseling can reduce the level of problematic internet use. In addition, other factors were found that could influence the level of problematic internet use, namely decision making and parenting. Thus it can be concluded that Reality group counseling is effective in intervening in problematic internet usage, so that counselors can use this approach for students at the elementary school level.

Copyright © 2020 (Ajeng Intan Nur Rahmawati). All Right Reserved

Keywords:

Reality Group
Counseling
Problematic Internet
Use
Group Counseling

How to Cite: Rahmawati, A. I. N. (2020). Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Mereduksi Tingkat Penggunaan Internet Bermasalah Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 10(2), 136-143.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). Allows readers to read, download, copy, distribute, print, search, or link to the full texts of its articles and allow readers to use them for any other lawful purpose. The journal hold the copyright.

Pendahuluan

Pada era teknologi ini, internet menjadi salah satu kebutuhan individu. Dari data perhitungan statistik, pengguna internet mengalami pertumbuhan yang pesat hingga pertengahan tahun 2018 sebesar 64,73 % dan hal ini diperkirakan akan terus meningkat tiap tahunnya (APJJI, 2018). Konsumsi internet ini tentu berdampak bagi kehidupan mereka mendatang, baik dampak positif maupun negatif (Begum, 2020). Meskipun sejak awal, internet menawarkan kepada pengguna segala macam bentuk kemudahan seperti mempercepat pekerjaan individu, seperti media literasi, pengembangan kreativitas, memudahkan konektivitas dan sebagainya, namun akan mengkhawatirkan jika tidak digunakan secara bijak, apalagi bagi pengguna di usia pelajar. Menurut hasil survey, sebanyak 0,3% pengguna internet adalah pelajar usia SD (APJJI, 2018). Hal ini tentu saja perlu mendapatkan pemantauan, dikarenakan jika pada usia tersebut penggunaan internet berjangka lama dan lari dari tujuan positif maka akan menjadi masalah bagi mereka. Penggunaan internet bermasalah ini dapat dinyatakan dengan istilah lain yakni *problematic internet use* (PIU). Secara operasional PIU adalah masalah-masalah yang muncul diakibatkan penggunaan internet berlebihan dan disfungsi (Young & De Abreu, 2017)

Berkaitan dengan hal tersebut, tentu saja semua pengguna internet dikalangan pelajar dapat berpotensi mengalami PIU tidak terkecuali siswa SD. Padahal seperti tujuan awal bahwa internet dapat dijadikan media literasi pembelajaran bagi siswa SD agar proses KBM menjadi modern, namun ternyata tidak demikian (Rochmawati, 2012). Berawal dari wacana tersebut, maka dilakukan survey pada 278 siswa SD untuk membuktikan bahwa mereka berpotensi terkena PIU. Survey ini menghasilkan bahwa 30,93% berpotensi mengalami kecenderungan PIU dan 4,31% telah berada pada tingkat ketergantungan berlebih pada internet. Bagaimana hal ini bisa terjadi? Coleman & McNeese (2009) menyatakan bahwa PIU menyebabkan menurunnya motivasi mereka untuk belajar sehingga berdampak pada rendahnya daya bersaing meraih prestasi. Hal ini dikarenakan siswa yang terkena PIU akan berupaya untuk berinteraksi dengan internet secara *online* demi mencari kesenangan atau *basic need* (Caplan, 2003; Ceyhan, 2011). Mereka tidak lagi menggunakan internet sebagai media edukasi melainkan menyimpang untuk tujuan-tujuan lain diluar materi pelajaran (Sokang, 2016) sehingga berpengaruh pada prestasi akademik mereka. Selain itu siswa yang diketahui rendah dalam motivasi berprestasinya akan dapat berpengaruh pada rendah pula kemampuannya dalam menyelesaikan masalah (Masfuah, 2016). Hal ini tentu saja bertentangan dengan capaian tahap perkembangan siswa dan justru akan menjadikan mereka jauh dari tugas dan kewajibannya sebagai seorang pelajar.

Dengan demikian maka perlu diberikan layanan konseling yang sesuai dengan jenjang pendidikan dasar sehingga dapat memberikan rangsangan yang tepat dan sesuai bagi siswa yang tengah mengalami PIU. Penanganan yang diberikan dapat melalui cara menyadarkan kembali tanggung jawab mereka sebagai pelajar terkait dengan penggunaan internet dan akibatnya pada kehidupan sehari-hari serta membantu mereka untuk menentukan pilihan yang mendukung upaya mereka untuk mencapai prestasi akademik (Lan & Lee, 2016; Milani et al., 2009). Hal ini sesuai dengan peran konselor dalam meningkatkan keterampilan

hidup para konselinya (siswa) agar dapat menjalani kehidupan sehari-harinya secara efektif dan bermanfaat (Janson et al., 2008), tidak terkecuali bagi siswa yang mengalami PIU yang berdampak pada pencapaian prestasi mereka. Alasan lain juga didasarkan atas asumsi bahwa siswa yang mengalami PIU akan terus menerus memilih kegiatan yang memiliki keterkaitan dengan internet, dan berkuat dengan internet dalam jangka waktu yang relatif lama tanpa teringat akan tanggung jawabnya sebagai pelajar untuk meningkatkan performansi akademik dan mengasah keterampilannya dalam berinteraksi dengan orang lain. Dengan demikian maka siswa butuh disadarkan kembali atas pilihan dan tanggung jawabnya karena setiap jejak perilaku yang dihasilkan merupakan rangkaian pilihan dalam dirinya, tidak terkecuali dengan perilaku penggunaan internet yang dilansir dapat memberikan efek negatif dalam performansi akademik (Milani et al., 2009).

Selain itu individu yang mengalami PIU perlu untuk berkomitmen demi meningkatkan kualitas kehidupan mereka dengan cara melakukan alternatif-alternatif pilihan yang mengarah kepada kebermanfaatan kehidupan (Cash et al., 2012), sehingga salah satu pendekatan yang merujuk pada pilihan dan perilaku bertanggung jawab adalah konseling Realita (Capuzzi & Stauffer, 2016; Glasser, 2011; Wubbolding, 2017).

Konseling Realita menekankan bahwa individu memiliki kendali penuh atas perilakunya, sehingga masing-masing individu dituntut untuk dapat menerima yang telah terjadi dan siap bertanggung jawab atas apa yang telah dipilihnya atau disebut dengan istilah *choice theory* (Jusoh et al., 2011; Wubbolding, 2017; Wyatt & Wubbolding, 2009). Selain itu konseling Realita dapat digunakan pada usia anak-anak khususnya pada jenjang pendidikan dasar untuk membantu mereka merumuskan alternatif-alternatif pilihan hidupnya agar performansi akademik meningkat (Brown, 1994; Fuller & Fuller, 1982; Kim, 2001; Prout & Fedewa, 2015; Rose-Inza; & Gu, 2001; Young Hwa, 2001).

Dengan demikian maka penelitian ini akan memfokuskan pada subyek dengan usia 10-12 tahun sehingga permasalahan penggunaan internet terdeteksi lebih dini agar tidak semakin banyak menimbulkan dampak negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mereduksi tingkat PIU dengan menggunakan konseling Realita dengan *setting* kelompok menggunakan pengukuran berulang. Penggunaan *setting* kelompok bertujuan untuk memberikan suasana yang dinamis antar individu agar saling berinteraksi dan bertukar pengalaman sehingga pola pikir masing-masing anggota kelompok semakin terbuka (Berg et al., 2018; Corey, 2012) serta pengukuran berulang nantinya digunakan sebagai bentuk *follow-up* keefektifan perlakuan yang diberikan.

Metode

Penelitian kuasi eksperimen ini menggunakan desain *pretest-posttest control group* dengan model *repeated measure* atau pengukuran berulang (dua kali posttest). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 10 orang siswa SD Lab School Unnes dan dibagi menjadi dua kelompok penelitian (5 eksperimen dan 5 kontrol). Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive* dengan kriteria inklusi siswa dengan tingkat penggunaan internet bermasalah yang tinggi-sedang. Data penelitian diambil menggunakan instrumen *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* atau GPIUS2 (Caplan, 2010). Instrumen ini terdiri dari 15 aitem dengan 5

indikator: *Preference for online social interaction/POSI, mood-regulation, deficit self-regulation, cognitive preoccupation, compulsive internet use, dan negative outcome*. Data yang telah dikumpulkan lantas dianalisis dengan analisis ANOVA campuran (*mixed ANOVA*) berbantuan program SPSS V.23.

Hasil dan pembahasan

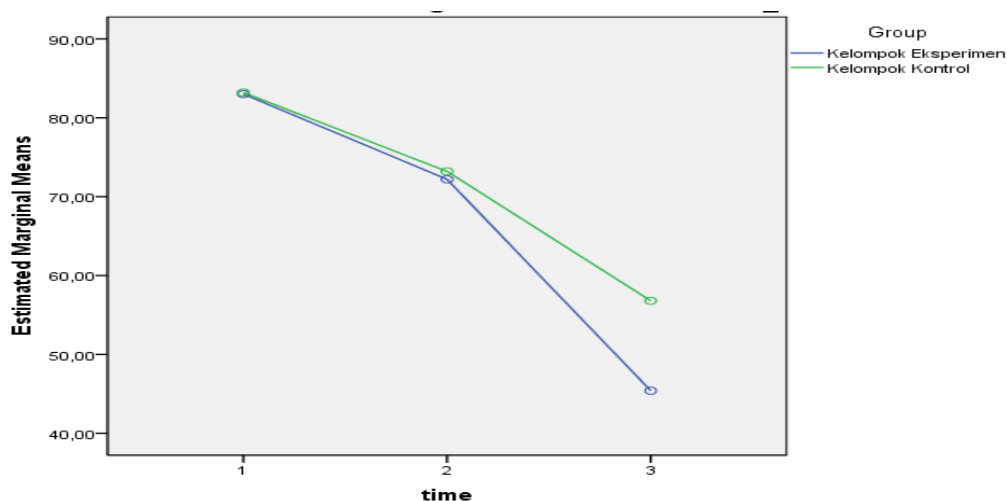
Hasil analisis pada tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat perubahan skor yang signifikan ($p < 0,05$) pada setiap individu dari pengukuran T1-T3 ($F_{\text{eksperimen}}=32,678$ dan $F_{\text{kontrol}}=14,723$, $p < 0,05$). Hasil *within subject effect* juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil intervensi yang diberikan kepada kelompok eksperimen dan kontrol ($F = 0,348$, $p < 0,05$). Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa besar pengaruh ($\text{Partial } \eta^2$) intervensi konseling kelompok Realita sebesar 90,3%, sedangkan intervensi pada kelompok kontrol sebesar 70,8%. Data tersebut dapat diartikan bahwa konseling kelompok Realita yang dilakukan juga memberikan dampak perubahan skor pada tingkat *problematic internet use*.

Table 1. Pengaruh Konseling Kelompok Realita pada Tingkat PIU

Kelompok	Waktu	M	F	p<.01	Partial η^2	Ket
Kelompok A	T1-T3	83,000	32,678 ^a	0,001	0,903	Sig
Kelompok B	T1-T3	83,200	14,723 ^a	0,002	0,708	Sig
Within Subject Effect						
Time			7,888	,010		Sig
Time*Group			,348	,015		Sig
Between Subject Effect						
Group			2,067	,000		Sig

Gambar 1 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil dari masing-masing kelompok. Pada gambar tersebut terdapat dua garis yang terdiri dari kelompok A adalah kelompok eksperimen (garis warna biru) dan kelompok B adalah kelompok kontrol (garis warna hijau). Kedua garis tersebut adalah hasil dari penurunan tingkat PIU pada siswa. Garis berwarna biru menunjukkan penurunan yang lebih banyak dibandingkan dengan garis berwarna hijau karena terlihat adanya rentang keduanya pada pengukuran ketiga (T3). Secara eksplisit garis tersebut dapat menunjukkan bahwa konseling kelompok Realita memiliki kontribusi menurunkan tingkat *problematic internet use* lebih besar pada kelompok A yakni kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok B yakni kelompok kontrol. Berdasarkan hasil analisis ditambah keterangan dari scatter plot tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok Realita efektif mereduksi tingkat PIU siswa.

Gambar 1. Plot Pengaruh Konseling Kelompok Realita pada Tingkat PIU



Konseling kelompok Realita secara umum mampu mereduksi *problematic internet use* (PIU) karena konseling kelompok Realita mengakomodasi pemenuhan kebutuhan dasar dari siswa yang mengalami PIU. Siswa yang mengalami PIU pada dasarnya mencari kesenangan lewat aktivitas internet, namun upaya dalam pemenuhan kesenangan itu tidak sesuai dengan kriteria 3R (*right, responsibility, reality*) (Odacı & Çelik, 2011). Konseling kelompok Realita tidak sepenuhnya memutus aktivitas internet yang mereka lakukan, tetapi meningkatkan tanggung jawab atas perilaku penggunaan internet dan mengalihkan perilaku penggunaan internet bermasalah pada aktivitas yang lebih efektif. Pernyataan ini sesuai dengan penjelasan dari Glasser (1977) yang menyatakan bahwa dengan adanya kontrol terhadap pilihan perilaku bermasalah, individu dapat meminimalisir masalah dikemudian hari, sehingga mereka tetap dapat memilih aktifitas yang mereka senangi. Peran dari konseling kelompok Realita sejatinya bukanlah mengintervensi penggunaan internetnya, melainkan pada pengambilan keputusan pada perilaku yang lebih efektif dan bertanggung jawab untuk menghadapi segala macam situasi di kehidupan konseli (Kim, 2008).

Mengacu pada uraian di atas, siswa yang telah melalui serangkaian proses konseling kelompok Realita akan menunjukkan keterampilan pengambilan keputusan yang lebih efektif dari pada mereka yang tidak. Peningkatan keterampilan pengambilan keputusan ini secara tidak langsung menjadi faktor penentu keberhasilan intervensi. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa pengambilan keputusan sangat berpengaruh pada pilihan hidup yang positif saat mengalami ketergantungan pada suatu hal (Shaghaghy et al., 2011). Penelitian ini juga menyarankan bahwa peningkatkan keterampilan kognitif (seperti *decision making style*), sangat penting untuk mencegah seseorang mengalami ketergantungan, tidak terkecuali individu dengan PIU. Oleh karena itu, penting bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti pengaruh *decision making style* secara langsung terhadap PIU.

Penelitian ini juga tidak lepas dari keterbatasan, masih banyak variable internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi keberhasilan intervensi yang telah diberikan. Salah satunya pola asuh orang tua. Ihmeideh dan Shawareb (2014) menemukan bahwa pola asuh

dapat mempengaruhi penggunaan internet anak di rumah, baik untuk tujuan bermain *game* atau mengunjungi situs-situs web. Penelitian ini menjelaskan bahwa pola asuh orang tua yang tidak efektif berkontribusi terhadap pengguna internet anak yang berujung pada permasalahan. Studi ini didukung oleh penelitian lain yang membutuhkan pengkajian lebih lanjut terkait dengan mode pola asuh kedua orang tua, karena pada penelitian ini hanya memasukkan pola asuh ibu (Zhang et al., 2015). Menimbang dari dua penelitian terdahulu ini, maka penting bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi variabel pola asuh sebagai variabel moderator ataupun mediator yang dapat mempengaruhi PIU.

Simpulan

Berdasarkan seluruh uraian hasil dan pembahasan di atas, maka penerapan konseling kelompok Realita terbukti efektif dalam mereduksi tingkat penggunaan internet bermasalah pada siswa SD. Selain itu ditemukan variabel baru seperti *decision making* dan pola asuh, sehingga kedua variabel ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

Referensi

- Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2016). Internet use and Problematic Internet Use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 3843(November), 1–25. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1227716>
- APJII. (2018). BULETIN APJII EDISI20. Januari. <https://apjii.or.id/content/read/39/342/Hasil-Survei-Penetrasi-dan-Perilaku-Pengguna-Internet-Indonesia-2017>
- Begum, F. (2020). *Parents' Awareness about Positive and Negative Impact of Internet Use Public Health & Safety Parents' Awareness about Positive and Negative Impact of Internet Use*. 3(July), 3–4.
- Berg, R. C., Landreth, G. L., & Fall, K. A. (2018). *Group Counseling: Concepts and Procedures* (sixth edit). Routledge.
- Brown, N. W. (1994). *Group Counseling for Elementary and Middle School Children*. Preager.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research*, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Capuzzi, D., & Stauffer, M. D. (2016). *Counseling and Psychotherapy: Theories and Interventions* (Sixth Edit). American Counseling Association.
- Cash, H., D. Rae, C., H. Steel, A., & Winkler, A. (2012). Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 292–298. <https://doi.org/10.2174/157340012803520513>
- Ceyhan, A. A. (2011). University students' problematic Internet use and communication

- skills according to the Internet use purposes. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 69–77. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2012-11258-002&site=ehost-live%5Cnaceyhan@anadolu.edu%5Cnhttp://media.proquest.com.ezp-prod1.hul.harvard.edu/media/pq/classic/doc/2316854071/fmt/pi/rep/NONE?hl=&cit%3Aauth=Ceyhan%2C+Aydogan+Ayk>
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling*. Thomson Brooks/Cole. <https://doi.org/10.1016/B978-012673031-9/50018-6>
- Fuller, G. B., & Fuller, D. L. (1982). Reality therapy: Helping LD Children Make Better Choices. *Intervention in School and Clinic*, 17(3), 269–277. <https://doi.org/10.1177/105345128201700303>
- Glasser, W. (1977). Positive addiction. In *Journal of Extension* (Issue 6, pp. 4–8).
- Glasser, W. (2011). *Take Charge of Your Life: How to Get What You Need with Choice-Theory Psychology*. iUniverse Star.
- Gómez, P., Rial, A., Braña, T., Golpe, S., & Varela, J. (2017). Screening of Problematic Internet Use Among Spanish Adolescents: Prevalence and Related Variables. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(4), 259–267. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0262>
- Grant, S. (1961). Reality Therapy. In *Reality Therapy - Chapter 11* (pp. 1–6).
- Ihmeideh, F. M., & Shawareb, A. A. (2014). The association between internet parenting styles and childrens use of the internet at home. *Journal of Research in Childhood Education*, 28(4), 411–425. <https://doi.org/10.1080/02568543.2014.944723>
- Janson, C., Militello, M., & Kosine, N. (2008). Four Views of the Professional School Counselor-Principal Relationship: A Q-Methodology Study. *American School Counselor Association*, 11(6), 353-361 Published. <https://doi.org/10.5330/PSC.n.2010-11.353>
- Jusoh, A. J., Mohamad, Z., Abdul Malek, A. R., Bistamam, M. N., Mohd. Arip, M. A. S., & Jusoff, K. (2011). Construction, reliability and validity of choice theory and reality therapy (CTRT) group in Malaysian problematic students. *International Journal of Arts & Sciences*, 4(23), 391–404.
- Kim, J.-U. (2008). The effect of a R/T group counseling program on the Internet addiction level and self-esteem of Internet addiction university students. *International Journal of Reality Therapy*, 27(2), 4–12. <https://doi.org/10.1007/s10780-016-9292-8>
- Kim, K. S. (2001). The Effect of Group Reality Therapy on Self-Esteem And Personality traits of Pimary Student. *International Journal of Reality Therapy*, XXX(2).
- Lan, C. M., & Lee, Y. H. (2016). The Guidance Effects of Students with Internet Addiction in Taiwan. *The Caspian Sea Journal*, 10(1), 91–95.
- Macur, M., Király, O., Maraz, A., Nagygyörgy, K., & Demetrovics, Z. (2016). Prevalence of problematic internet use in Slovenia. *Zdravstveno Varstvo*, 55(3), 202–211. <https://doi.org/10.1515/sjph-2016-0026>
- Masfuah, S. (2016). Pictorial Riddle Melalui Pembelajaran Attention, Relevance, Conficande, Satisfaction (ARCS) untuk Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah dan Motivasi Berprestasi Siswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(1), 104–110.

- Milani, L., Osualdella, D., & Blasio, P. Di. (2009). Quality of Interpersonal Relationships and Problematic Internet Use in Adolescence. *Cyberpsuchology & Behavior*, 12(6), 681–684. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0071>
- Odacı, H., & Berber Çelik, Ç. (2011). The effect of reality therapy-based group counseling on problematic internet use and the life satisfaction of college students. *The 2nd World Conference on Information Technology*.
- Prout, H. T., & Fedewa, A. L. (2015). *Counseling and Psychotherapy with Children and Adolescents Theory and Practice for School and Clinical Settings* (Fifth Edit). Wiley.
- Rochmawati, W. (2012). PERILAKU PEMANFAATAN INTERNET (Internet Utilization Of Behavior) (Studi Deskriptif tentang Pemanfaatan Internet Untuk Kepentingan Hiburan dan Akademik di Kalangan Anak-Anak di Kota Surabaya) [Universitas Airlangga]. In *Jurnal Libri-Net*. <http://repository.unair.ac.id/15508/>
- Rose-Inza;, K., & Gu, H. M. (2001). The Effect Of Internal Control and Achievement Motivation in Group Counseling Based on Reality Therapy. *Internasional Journal of Reality Therapy*, 2.
- Shaghaghy, F., Saffarinia, M., Iranpoor, M., & Soltanynejad, A. (2011). The Relationship of Decision-Making Styles and Attributional Styles in Addicted and Non-addicted Men. *Addict & Health*, 3(3), 99–104.
- Sokang, Y. A. (2016). *Mahasiswa dan Internet : Dua Sisi Mata Uang ? Problematic Internet Use pada Mahasiswa*. 43(April), 107–120. <https://doi.org/10.22146/jpsi.17276>
- World Economic Forum. (2016). The Future of Jobs Employment, Skills and Workforce Strategy for the Fourth Industrial Revolution. *Growth Strategies*, january, 2–3. <https://doi.org/10.1177/1946756712473437>
- Wubbolding, R. E. (2017). *Reality Therapy and Self-Evaluation: The Key to Client Change*. American Counseling Association.
- Wyatt, R. C., & Wubbolding, R. E. (2009). *Instructor's Manual for Reality Therapy*. psychotherapy.net.
- Young, & De Abreu, C. N. (2017). *Kecanduan Internet: Panduan Konseling dan Petunjuk Untuk Evaluasi dan Penanganan* (K. S. Young (ed.)). Pustaka Pelajar Yogyakarta.
- Young Hwa, K. (2001). Increment of Responsibility Of Primary School Children Through Reality Therapy. *Internasional Journal of Reality Therapy*, XX(2).
- Zhang, H., Li, D., & Li, X. (2015). Temperament and Problematic Internet Use in Adolescents: A Moderated Mediation Model of Maladaptive Cognition and Parenting Styles. *Journal of Child and Family Studies*, 24(7), 1886–1897. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9990-8>