

**P ISSN : 2503 - 1708**

**E ISSN : 2722 - 7340**

# **REALITA**

*Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 11</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2026</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

# **REALITA**

## **JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING**

### *Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*

#### **DEWAN REDAKASI**

- Pelindung** : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika  
**Penasehat** : Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
**Penanggung Jawab** : Ka. Program Studi Bimbingan dan Konseling

#### **Editors in Chief**

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

#### **Editors**

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

#### **Section Editors**

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Muthmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

#### **Reviewers**

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (Sinta ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (Sinta ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Copyedit dan Layout**

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)**

Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2026

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Alamat Redaksi:**

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)

Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling** menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document* dengan *Submission* langsung di akun penulis yang telah dibuat melalui:

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita/user/register>

**Diterbitkan Oleh:** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

**DAFTAR ISI**

**Halaman**

<b>Diana Zumrotus Sa'adah, Nurselly, Betry Afrin Siska, dan Bayu Brhawijaya</b> Fenomena Pergeseran Terminologi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) ke <i>Neurodivergent: Literature Review</i> .....	1-8
<b>Astri Ramadani, A. Ainun Fadillah, Nur Aulia Rahma, Nurhikmah, Abdul Hakim, dan Citra Prasiska Puspita Tohamba</b> Korelasi antara Integritas Terapi Musik dengan Tingkat Ekspresi Emosi Mahasiswa .....	9-20
<b>Ishmatul Maula, Nadjwa Asyuraina, dan Naeila Rifatil Muna</b> Peran Konseling Reality terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa BKI Semester 5 UIN Cirebon .....	21-28
<b>Asti Haryati, Nurselly, Betry Afrin Siska, Ami Kurnia Melinsi, Nia Zazqiah Novarianti, Reka, dan Revandi Hadikusuma</b> Integrasi <i>Trauma-Informed Care</i> Berbasis Nilai Islam dalam Pendampingan Mahasiswa dengan Trauma Perceraian Orang Tua: Studi Kasus di Bengkulu .....	29-40
<b>Falihah Nur Nafiah, Een Paniah, Farrel Hengkara Adi Putra, dan Naeila Rifatil Muna</b> Penerapan Teori dan Teknik Modeling dalam Konseling Islam: Konsep, Tahapan, dan Efektivitasnya .....	41-49
<b>Anastasya Restuningsih, dan Elwas Berdha Krismona</b> Perkembangan Identitas dan <i>Self-Esteem</i> Siswa Menurut Teori Erikson .....	50-56
<b>Yenita Dini Indah Sari, Lesis Andre dan Nurhusna Kamil</b> Profil dan Analisis Kebutuhan: Pengukuran Multidimensi Perilaku Kesantunan Siswa Sebagai Dasar Integrasi Layanan Bimbingan dan Konseling di SDN 03 Sembilan Koto .....	57-67
<b>Tri Indah Yuli Astuti, Cemara Ayu, Novi Zakiah Rohmah, Faradiba Dwi Rahayu, Rizka Fatonah, dan Mumtaz Afridah</b> Penerapan RET untuk Mengatasi Perilaku Menyendiri yang Disebabkan oleh Pikiran Irasional .....	68-79
<b>Rahmad Aditya, Lesis Andre, dan Nurhusna Kamil</b> Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling terhadap Kejujuran Siswa Sekolah Dasar SDN 03 Sembilan Koto .....	80-90
<b>Mohammad Mahri Naelul Marom, Najwa Ineza, Rahmah Salsabila Putri, dan Windy Lameria Simanullang</b> Penerapan Model Evaluasi CIPP dalam Mengevaluasi Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah .....	91-104

**Muhamad Fahri Husaeni**

Setrategi Guru BK dalam Menangani Perilaku Bullying di Sekolah Menengah Pertama ..... 105-109

**Alif Maulana Akbar Khan, Bintang Hafidz Fadhillah, dan Naya Shafira Putriana**

Prespektif Guru Bimbingan Konseling Terhadap Peran Guru PAI dalam Membantu Siswa Bermasalah di SMK Islamiyah Ciputat ..... 110-118

**Reyna Thaharah, Mirrah Nazmi, Gevira Nur Anisa, Nur'aeni Putri, dan Mumtaz Afridah.**

Stres Akademik Pada Mahasiswa Dewasa Awal dan Penanganannya Melalui Intervensi Relaksasi dan *Mindfulness*: Studi Kasus Konseling ..... 119-125

**Nanda Eka Yusfira dan Uman Suherman**

Stigma dan Persepsi Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Sebuah *Systematical Literature Review* ..... 126-133

**Zikri Neni Iska dan Hulwah Khoirunnisa**

Konseling Traumatik sebagai Upaya Penanganan Trauma Pasca Pengeboman ..... 134-143

**Nepita Sari, Tiara Segita Putri, dan Rina Yulitri**

Peran Komunikasi Efektif dan Mendengar Aktif dalam Membangun Hubungan Konseling ..... 144-149

**Husnul Ariyanti, Fajri Pratama, Endang Surtiyoni, dan Syska Purnama Sari**

Peran Mahasiswa BK dalam Mendampingi Anak Tunarungu Mengelola Emosi Selama Latihan Artikulasi ..... 150-156

**Olfat Algodi, Zainap, Endang Surtiyoni, dan Syska Purnama Sari**

Upaya Peningkatan Motorik Halus Melalui Kegiatan Melukis pada Siswa Tunadaksa ..... 157-166

**Khaerunniswah, Hariadi Ahmad, dan Muhammad Zainal Mustamiin**

Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Kecemasan Sosial pada Siswa ..... 167-183

**Muhammad Iqbal, Agus Jayadi, Nuraeni, dan Sunandar Apriawan Mulyanto**

Analisis Pola dan Tren Metodologi Penelitian pada Skripsi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling ..... 184-195

**Yushini Hasya Nuha, dan Yusi Riska Yustiana**

*Descriptive Book Review of Understanding Human Nature: The Psychology of Personality by Alfred Adler* ..... 196-200

**Fairuz Rizka Ghazalah, dan Yusi Riksa Yustiana**

Review Kritis Buku *Theories of Personality* Karya Feist & Feist dalam Perspektif Mahasiswa Bimbingan dan Konseling ..... 201-204

**Refina Athira Zahra, Syaiful Bahri, dan Evi Rahmiyati**

Persepsi Guru Bidang Studi Terhadap Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Kota Takengon ..... 205-212

**Reza Zulaifi**

Efektifitas Bimbingan Klasikal Menggunakan Pendekatan CBT untuk Mengkonsolidasikan Budaya Siswa di Era Sosial Media ..... 213-219

**Maulida Ahsanul Laili, Aluh Hartati, dan Ni Made Sulastri**

Pengaruh Konseling Individu Terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII di SMPN 4 Mataram ..... 220-228

**Achmad Ariq Robbani, dan Turhamun**

Peran Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Psikologis Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto ..... 229-235

**Jaini, Farida Herna Astuti, Ni Made Sulastri dan Aluh Hartati**

Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMPN 8 Mataram ..... 236-242

**Leni Faradisa, Martunis, dan Evi Rahmiyati**

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial Remaja Pesantren di Kecamatan Peusangan ..... 243-262

**M. Doni Tri Lestari, Hariadi Ahmad, Sarilah, dan Mustakim**

Pengaruh Teknik Identifikasi Pikiran Negatif terhadap Kecemasan Sosial Pada Siswa SMAN 1 Keruak ..... 263-276

**Qoriah, Ni Ketut Alit Suarti, Jessica Festy Maharani, dan Mustakim**

Hubungan antara Empati dengan Sikap Hormat Siswa SMP Negeri 3 Mataram ..... 277-284

## **DESCRIPTIVE BOOK REVIEW OF UNDERSTANDING HUMAN NATURE: THE PSYCHOLOGY OF PERSONALITY BY ALFRED ADLER**

**Oleh:**

**Yushini Hasya Nuha, dan Yusi Riska Yustiana**

Bimbingan dan Konseling, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat  
Indonesia

Email: [yushinihasyanuha@upi.edu](mailto:yushinihasyanuha@upi.edu), dan [yusiriska@upi.edu](mailto:yusiriska@upi.edu)

Info Artikel : Dikirim: 10-01-2026; Direview: 07-02-2026; Dipublis: 10-04-2026.

Cara Sitasi : Nuha. Y.H., dan Yustiana. Y.R. 2026. *A Descriptive Book Review of Understanding Human Nature: The Psychology of Personality by Alfred Adler*. Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling, Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2026.

**Abstrak.** Manusia adalah makhluk yang bergerak dan berakal yang dapat memilih tindakan ataupun menyesuaikan diri dalam menghadapi rintangan di kehidupannya. Buku ini menjelaskan bagaimana perilaku sehari-hari dapat memengaruhi keharmonisan sosial dan komunikasi, mengajarkan pembaca untuk menerima kesalahan serta penyesuaian diri. Tujuan reviu buku ini untuk menyajikan gagasan utama Alfred Adler dalam kepribadian manusia. Metode yang digunakan berupa pendekatan deskriptif reviu. Buku ini menjelaskan pemahaman yang lebih baik terhadap sifat manusia.

**Kata Kunci:** Karakter, Kepribadian, Psikologi Individual, Review Buku

**Abstract.** Humans are moving and rational beings who can choose their actions and adapt to the challenges of life. This book explains how everyday behavior can influence social harmony and communication, teaching readers to accept mistakes and adapt. The purpose of this book review is to present Alfred Adler's main ideas on human personality. The method used is a descriptive review approach. This book explains a better understanding of human nature.

**Keywords:** Book Review, Characters, Individual Psychology, Personality

### **PENDAHULUAN**

Diantara tiga tokoh psikolog psikoanalisis besar (Freud, Adler, dan Jung), Adler termasuk tokoh yang sering dianggap kurang dikenal. Sigmund Freud yang merupakan Bapak Psikoanalisis, banyak menekankan peran dorongan tak sadar (termasuk dorongan seksual) dalam perkembangan (Freud, S., 1962). Bagi Freud, sosial atau masyarakat tidak lebih dari penekan keras terhadap dorongan manusia. Freud hampir sepenuhnya mengabaikan peran positif terhadap hubungan sosial antar manusia.

Sementara Carl Gustav Jung, murid Freud yang mengembangkan Psikologi Analitik, menyoroti

kedalaman ketidaksadaran personal dan kolektif sebagai sumber yang membentuk individu dan masyarakat (Jung, C. G., 2014). Jika Freud memandang alam bawah sadar sebagai kekacauan eksplosif dari dorongan naluriah, Jung menggambarkannya sebagai sumber universal energi kreatif dalam jiwa yang membentuk individu.

Adler lebih menekankan manusia sebagai makhluk yang dibentuk serta membentuk hubungan sosial serta pentingnya *social feeling/social interest* dalam kehidupan. Adler berpendapat bahwa mempelajari sifat manusia tidak bisa semata-mata bersifat teoretis. Orang harus mempraktikkannya secara sadar

dan sosial, menguji pemahaman dalam kehidupan nyata daripada hanya menghafal aturan. Pendidikan kontemporer memberikan sedikit pengetahuan yang valid tentang pikiran dan membiarkan anak-anak menafsirkan pengalaman tanpa bimbingan.

*Understanding Human Nature: The Psychology of Personality* karya Alfred Adler merupakan buku yang mendidik cara “melihat” manusia bukan hanya sekedar memberi definisi konsep. Buku ini mengajak dan melatih pembaca memahami perilaku sebagai sesuatu yang terbentuk dalam relasi sosial. Oleh karena itu, dalam *book review* ini saya akan memberikan gambaran pembahasan yang disajikan buku ini.

## METODE

Ulasan atau reviu buku ini ditulis menggunakan pendekatan deskriptif, dengan membaca dan menganalisis bagian-bagian utama buku Alfred Adler yang berjudul *Understanding Human Nature: The Psychology of Personality*, untuk mendapatkan gambaran umum mengenai isi dan gagasan yang disajikan penulis. Fokus ulasan ini adalah untuk menggambarkan konsep utama dan cakupan teori kepribadian yang dibahas pada buku tersebut, tanpa membahas setiap teori secara mendalam.

Dalam proses penulisan, penulis mengidentifikasi topik-topik utama yang muncul pada buku tersebut, seperti inferioritas, *compensation*, gaya hidup, sifat agresif dan non agresif, emosi, serta implikasi pendidikan. Informasi yang diperoleh kemudian disusun ulang secara ringkas dan sistematis agar lebih mudah dipahami. Selain itu, ulasan ini juga didukung oleh literatur pendukung yang relevan untuk membantu memperkuat pemahaman tentang konteks psikologi kepribadian.

Melalui pendekatan deskriptif ini, ulasan buku ini diharapkan dapat

memberikan gambaran awal kepada pembaca tentang isi buku *Human Understanding Nature: The Psychology of Personality* sebagai bahan pembelajaran dalam mata kuliah psikologi kepribadian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Adler tidak memperlakukan kepribadian individu sebagai dari kumpulan sifat-sifat tersembunyi yang mengambang dalam diri. Dalam buku ini, Adler mengajak pembaca melihat bagaimana gaya hidup seseorang terbentuk dan bagaimana gaya hidup tersebut dipertahankan. Ia juga mengajak pembaca agar melihat dari berbagai lensa dengan memahami suatu tujuan yang tertanam secara sosial, seperti pikiran, perasaan, kebiasaan, ingatan dan bahkan pengalaman irasional akan lebih masuk akal jika ditanyakan apa tujuan hidup mereka. Buku ini terbagi menjadi dua, yaitu *part* pertama dan *part* kedua.

Adler memulai *chapter* pertamanya dengan menggambarkan pikiran sebagai cermin pasif realitas. Sebagai manusia yang dapat bergerak, manusia dapat memilih, mengantisipasi, dan merespons pada lingkungannya. Artinya, bagaimana kita memandang pada masa depan, ingatan, perhatian, dan imajinasi kita merupakan hal yang sangat penting. Menurutnya, peristiwa psikologis cenderung terjadi karena pola respons yang berulang dari perjalanan tujuan kehidupan yang ia jalani. Maka dari itu, bagi Adler untuk memahami seseorang, kita tidak dapat berhenti pada penyebab, namun juga memeriksa kembali tujuan atau apa yang dicoba dicapai oleh individual tersebut.

Kepribadian seseorang tidak dapat dipahami sebagai suatu sebab independen karena manusia adalah makhluk sosial yang hidup bersama manusia lain. Ia menghubungkan sosial dengan perkembangan individual, semakin sehat orientasi seseorang

terhadap lingkungannya atau sosialnya semakin kuat penyesuaian psikologis mereka. Namun semakin kehidupan individu diatur seputar superioritas dan dominan, semakin terdistorsi kepribadiannya. Adler percaya bahwa kesehatan mental dan moral berhubungan dalam perkembangan kemampuan individu.

Buku ini menggambarkan masa kanak-kanak dimana gaya hidup mulai terbentuk, karena anak memulai hidup dari posisi lemah dan bergantung pada orang tua atau dewasa dan harus menemukan cara untuk mempelajari rasa memiliki, keamanan dan arti penting. Periode anak sangatlah penting, karena dapat berdampak pada perkembangan selanjutnya. Sebagai orang dewasa, kita harus melihat apa yang ingin dicapai anak dan membimbingnya melalui metode yang lebih bermanfaat secara sosial dan pribadi

Persepsi, ingatan, dan imajinasi merupakan sesuatu yang bertujuan serta selektif yang dibentuk oleh arahan individu. Individu melihat dunia sebagaimana tujuan hidup mereka. Jika individu melihat dunia nampak terdistorsi, kita harus mencari logika dibalik distorsi tersebut. Mimpi dan fantasi bukanlah kebisingan tanpa makna, namun sebagai eksresi orientasi individu terhadap tugas masa depan seperti mempersiapkan diri secara emosional untuk apa yang ditakuti atau diinginkan.

Inferioritas bukanlah perasaan kecil belaka, melainkan dapat menjadi sistem yang mendorong kompensasi individu. Kompensasi disini merupakan mekanisme atau alat agar individu merasa mampu dan aman. Namun, *overcompensation* (kompensasi yang berlebih) juga dapat menimbulkan efek negatif, karena *overcompensation* terjadi ketika rasa inferioritas terlalu intens sampai membuat individu merasa tidak

mampu dalam mengatasi rintangan. Secara singkat, *compensation* bersifat sehat dan adaptif, sementara *overcompensation* bersifat berlebihan dan defensif.

Dalam konsep Adlerian, perhatian, distraksi, lupa, hal yang tidak disadari (*unconscious*), serta mimpi tidak dipandang sebagai kelemahan kognitif namun bagian dari gaya hidup (*style of life*) seseorang. Adler juga mengkritisi bagaimana *intelligence* menjadi skor tes atau angka semata, menurutnya yang terpenting dari kognitif seseorang adalah bagaimana ia memakai kemampuannya untuk beradaptasi dan hidup bersama orang lain.

Adler mendorong keyakinan bahwa kesetaraan *gender* merupakan prasyarat untuk kesehatan psikologis dan sosial. Hal ini dikarenakan ia sering melihat banyak konflik antarseks yang berasal dari struktur sosial yang menganggap salah satu pihak lebih tinggi. Terakhir pada *part* pertama, Adler memberikan alat ukur untuk memahami perkembangan posisi anak dalam keluarga dan dinamika rumah. Namun, Adler juga menekankan bahwa hasil dari alat ukur tersebut hanyalah hipotesis bukan keputusan final. Alat ukur ini dapat membantu keluarga mengenai strategi agar anak merasa berarti serta aman.

Berbeda dengan *part* pertama, *part* kedua menjelaskan bagaimana *lifestyle* membentuk karakter atau kepribadian. Ciri-ciri karakter bukanlah esensi yang tetap, namun merupakan hal yang dapat diperkuat, dikurangi, diarahkan kembali atau diganti jika tujuan dan orientasi sosial individu berubah. Pembentukan ulang karakter ini menjadi salah satu ciri khas dalam pendidikan di buku ini karena mendorong pembaca untuk bertanya apa yang ingin dicapai orang tersebut dengan

ciri itu bukan sekedar apa “diri” orang tersebut.

Selain itu, Adler juga menyajikan dua gaya penanggulangan (*coping styles*), yaitu *aggressive* dan *non-aggressive mode*. Dalam agresif, individu mencoba mengamankan harga dirinya melalui dominasi, seperti kesombongan, iri hati, serakah, kebencian serta penaklukan sebagai strategi untuk mempertahankan superioritas ketika merasa kesetaraannya dalam bahaya. Sedangkan pada non-agresif, individu akan mengamankan harga dirinya dengan menarik diri, merasa cemas, bahkan malu untuk menghindari kompetensi dan melindungi harga dirinya. Adler menggambarkan bahwa agresi dan penarikan diri merupakan respons terhadap rasa putus asa dan hubungan sosial yang rapuh perlu.

Emosi seringkali berperan dalam hubungan seseorang, karena dapat menjauhkan orang, mengikat orang, menghindari kesalahan, atau bahkan memupuk kedekatan. Menurut Adler, suasana hati, ucapan, perilaku di kelas, kepedulian yang berlebihan, prasangka, kepatuhan, sikap angkuh, serta pola emosi diperlakukan sebagai sinyal dan alat sosial. Cocok bagi pendidik dan konselor karena pemahaman ini mendorong pengamatan fungsi interpersonal dari perasaan daripada hanya fokus pada keadaan internal.

Buku ini mengakhirinya dengan chapter yang membahas mengenai perubahan teori menjadi pencegahan. Jika karakter merupakan hal yang dipelajari, maka pendidik atau orang tua adalah lingkungan yang penting untuk menumbuhkan keberanian, rasa tanggung jawab, realisme pada tugas kehidupan, serta perasaan sosial (*social feeling*). Lingkungan yang terstruktur didominasi dan prestise akan mengajarkan anak superioritas yang kemudian mengeras

menjadi suatu masalah pada karakter. Oleh karena itu, pendidikan perlu dirancang untuk membentuk individu menjadi manusia yang kooperatif serta mampu menghadapi kehidupan tanpa perlu mendominasi atau menghilangkan (menarik) diri.

Kekuatan buku ini adalah koherensi dari setiap babnya, karena memiliki prinsip interpretatis yang sama yaitu upaya yang bertujuan dalam dunia sosial melalui pembahasan perkembangan, kognisi, fantasi, emosi serta moralitas. Selain itu, buku ini juga berulang kali mengajak pembaca untuk introspeksi diri terhadap rintangan atau hambatan yang dialami, cara *coping* kita, dan tingkat *social feeling*. Bagi guru BK, konselor, dan pendidik, buku ini membantu dalam menafsirkan perilaku individu sebagai sesuatu yang bermakna dan dapat dimodifikasi, bukan hal yang tetap dan patut disalahkan.

## SIMPULAN

Buku ini menjelaskan bahwa kepribadian seseorang tidak dipengaruhi oleh faktor keturunan, namun perkembangan individu dipengaruhi oleh sosial. Karakteristik individu sama sekali tidak menunjukkan sifat turun menurun, namun berkembang sedemikian rupa sehingga sesuai dengan pola perkembangan psikologis pribadi yang cenderung mengarah pada tujuan secara konsisten tanpa disadari. Menurut Adler, kesombongan dan ambisi berlebihan dapat menghambat perkembangan individu, khususnya sosial. Buku ini menafsirkan individu dengan menelusuri tujuan utama mereka, memahami konteks awal yang membentuknya, dan mengevaluasi bagaimana gaya hidup mereka mendukung atau melemahkan hubungan sosialnya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adler, A. (2014). *Understanding Human Nature: The Psychology and Personality*. (C. Brett, Penerjemah). London: Oneworld Publications.
- Freud, S. (1962). *The Ego and The Id*. New York: W. W. Norton & Company.
- Jung, C. G. (2014). *The Archetypes And The Collective Unconscious* (2nd ed.). London: Routledge.



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**  
**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id); web: [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

---

## PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi.
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain.
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), kajian teori (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

**Judul** secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

**Nama-nama penulis** ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

**Alamat instansi** penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

**Abstrak** ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 500 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

**Kata kunci** (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

**Daftar Pustaka** ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 11</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2026</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--



*Alamat Redaksi:*

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram  
Telp. (0370) 638991  
Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)  
Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

