

## STUDI KEPUSTAKAAN PENERAPAN KONSELING *SOLUTION-FOCUSED BRIEF THERAPY* (SFBT) DALAM LINGKUP PENDIDIKAN

**Diana Puspitasari**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [dianapuspitasari218@gmail.com](mailto:dianapuspitasari218@gmail.com)

**Dr. Budi Purwoko., M.Pd.**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [budiwoko@gmail.com](mailto:budiwoko@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hasil penerapan konseling *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam lingkup pendidikan. Metode penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan atau disebut dengan *Library Research*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi. Untuk menjaga ketepatan pengkajian dan mencegah adanya misinformasi dalam analisis data, maka dilakukan pengecekan antar pustaka dan membaca kembali pustaka serta memperhatikan komentar dari dosen pembimbing.

Hasil penelitian ini tersusunnya kajian penerapan konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam lingkup pendidikan yang merujuk pada komponen-komponen 20 artikel jurnal nasional dan internasional serta masukan dari dosen pembimbing yaitu: 1) Keberhasilan penerapan konseling SFBT dalam lingkup pendidikan, 2) Prosedur implementasi konseling SFBT dalam lingkup pendidikan, 3) Metode atau teknik konseling SFBT dalam lingkup pendidikan, 4) Ruang lingkup dan sasaran SFBT dalam lingkup pendidikan, 5) Saran atau rekomendasi penerapan konseling SFBT dalam lingkup pendidikan.

**Kata Kunci:** Studi Kepustakaan, Penerapan, *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT), Pendidikan.

### Abstract

This study aims to describe the results of application of counseling *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) within the scope of education. This research method using literature study method or called *Library Research*. Data collection techniques in this study using documentation method. Data analysis technique used is content analysis. To maintain the accuracy of the assessment and prevent the existence of misinformation in the data analysis, it is checked between libraries and re-reading the library and pay attention to comments from supervisors.

The results of this study compiled the study of the application of counseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) in the scope of education that refers to the components of 20 articles of national and international journals as well as the guidance of lecturers: 1) Successful implementation of SFBT counseling within the scope of education, 2) Implementation Procedure SFBT counseling within the scope of education, 3) SFBT counseling methods or techniques within the scope of education, 4) Scope and objectives of SFBT within the scope of education, 5) Recommendations or recommendations on the implementation of SFBT counseling within the scope of education.

**Keywords:** Library Studies, Implementation, *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT), Education.

## PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling pada hakekatnya bertujuan untuk membantu individu agar berkembang secara seoptimal mungkin berdasar potensinya masing-masing. Dalam usaha tersebut, didalamnya terdapat upaya membantu memahami diri dan mengambil keputusan dalam Purwoko (2007:1).

Untuk menjadikan layanan konseling sekolah yang profesional, diharapkan konselor memiliki kemampuan dalam memilih intervensi khusus melalui konseling dengan pendekatan terbaru dan kurangnya waktu yang digunakan oleh konselor untuk satu pendekatan konseling yang bertujuan untuk membantu masalah siswa (konseli). Oleh karena itu, untuk melakukan konseling individu bagi siswa, konselor harus mencari suatu pendekatan yang efektif dan efisien (Charlesworth & Jackson, 2004) dalam Reeves (2012:2).

Salah satu kendala yang dihadapi konselor maupun calon konselor adalah bahan pustaka atau sumber mengenai pendekatan konseling postmodern terutama pendekatan SFBT di Indonesia yang masih terbatas. Dengan adanya sumber yang relevan berdasarkan artikel jurnal yang dijadikan bahan kajian yakni minimal lima tahun terakhir dengan artikel-artikel penerapan pendekatan SFBT di lingkup pendidikan akan mendukung secara teoritis maupun praktis terkait implementasi pendekatan konseling dalam pendidikan.

Dengan berkembangnya teknologi, dapat memudahkan mahasiswa maupun konselor untuk mendapatkan sumber atau referensi melalui internet yang dapat diunduh dari alamat *web* baik itu artikel maupun jurnal ilmiah terkini dengan pendekatan konseling terbaru sehingga memberikan wawasan kepada mahasiswa maupun konselor untuk menunjang kompetensi mereka. Dengan potensi tersebut maka melatarbelakangi adanya studi kepustakaan yang mengkaji dan menyusun mengenai pengimplementasian SFBT dalam

lingkup pendidikan yang merujuk pada artikel jurnal ilmiah yang relevan yang bertujuan untuk mendeskripsikan kepustakaan penerapan konseling SFBT dalam lingkup pendidikan.

## METODE

### Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kepustakaan atau penelitian pustaka (*library research*). Penelitian kepustakaan adalah teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan (Nazir, 2003).

### Prosedur Penelitian

Langkah-langkah pengkajian pustaka menurut Sutanto 2005 adalah:



### Teknik dan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian kepustakaan menggunakan metode dokumentasi, yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel, jurnal, dan sebagainya

(Arikunto, 2010). Format catatan penelitian disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 3.1 Tabel Daftar Bahan Kajian**

NO.	JUDUL	TAHUN	PENULIS
	ARTIKEL		
1	<i>The Effect Of Solution-Focused Versus Problem-Focused Questions: A Replication</i>	2015	Marrie-carmen Neipp
2	<i>Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (KSBS) Untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa (Penelitian Subjek Tunggal Pada 6 Siswa SMA)</i>	2017	Fifi Khoirul Fitriyah
3	<i>Effect of Solution Focused Group Counseling for High School Students in Order to Struggle with School Burnout</i>	2016	Bunyamin Ates
4	<i>The Effect of Solution-focused Brief Group Counseling upon the Perceived Social Competences of Teenagers</i>	2016	Bunyamin Ates
5	<i>Academic Stress Internet Addiction Adoles : Solution Focused Social Interest Programme as Treatment Option</i>	2016	Afusat Olanike Busari
6	<i>Effectiveness of a solution-based counseling on students' self-perception</i>	2013	Habib Joker & Zahra Ghaderi
7	<i>Effectiveness of Short-Term Solution-Focused Group Training on Sense of Psychological Coherence among Female Adolescents</i>	2016	Ebrahim Namani, Nasim Baqei, & Faezeh Pardakhti
8	<i>Application of Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) to Enhance High School Students Self-Esteem: An Embedded Experimental Design</i>	2014	Mulawarman Soedjito Taathadi
9	<i>Effectiveness of Group Counseling with Solution Focused (Brief) Therapy (SFBT) on Increasing Self-Efficacy of Fifth Grade Primary School Female Students</i>	2016	Zahra Sarvi & Mitra Ghazi
10	<i>The Efficiency of Solution-Focused Therapy on Adjustment Problems of Female Students in Amol, Iran</i>	2015	Najmeh Hosseinpour, Mohsen Jaiddi, Bahram Mirzain, dan Hadis Hoseiny
11	<i>Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solition Focused Brief Therapy) Untuk Meningkatkan Self Esteem Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling FKIP UNLAM Banjarmasin</i>	2014	M. Arli Rusadi & Ali Rachman
12	<i>Solution-Focused Brief Therapy in Combination With Fantasy and Creative Language in Working With Children: A Brief Report</i>	2013	Fondazione Franceschi Onlus
13	<i>Effectiveness of a Web-Based Solution-Focused Brief Chat Treatment for Depressed Adolescents and Young Adults: Randomized Controlled Trial</i>	2014	Jeannet Kramer. PhD, Barbara Conjin. MSc, Pien Ojjevaar. MA, Haleen Ripper. PhD
14	<i>Effectiveness of Solution Focused Therapy on Identity of High School Students</i>	2016	Amin Najafi, Fatemeh Rahnama, Fatemeh Poodineh Sabor, Fatemeh Sepehr, Azadeh Zaker
15	<i>Konseling Singkat Berfokus Solusi Dalam Mengembangkan Kemampuan Mengendalikan Compulsive Internet Use Siswa</i>	2016	Yuli Nurmalasari
16	<i>The Impact of Solution-Focused Brief Group</i>	2014	Azmi Bayram Ilbay and Ahmet Akin



	<i>Psychological Counseling on University Students' Burnout Levels</i>		
17	<i>Penerapan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI Bahasa Al-Islam Krian</i>	2014	Manis Anggara Pratiwi & Wiryono Nuryono
18	<i>The differential effects of solution-focused coaching questions on the affect, attentional control and cognitive flexibility of undergraduate students experiencing study-related stress</i>	2016	Tim Theeboom, Bianca Beersma, & Annalies E. M. Van Vianen
19	<i>Effectiveness of solution focus brief counseling approach (SFBC) in developing student career adaptability</i>	2016	Mulawarman, EemMunawaroh, EdwindhaPratifra Nugraheni
20	<i>Effects of Solution - Focused Group Counseling on Student's Self - Regulation and academic achievement</i>	2012	Rooholla Saadatzade dan Shiva Khalili

### Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini merupakan 20 artikel jurnal terdiri dari 16 artikel jurnal internasional dan 4 artikel jurnal nasional yang diunduh dari *web* yang diunduh secara online yakni [Sciedirect.com](http://sciedirect.com), <http://sci-hub.bz>, <http://search.crossref.org>, dan <http://books.org/>.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) adalah teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini. Dalam analisis isi peneliti melakukan proses memilih, membandingkan, menggabungkan, memilah berbagai pengertian, hingga ditemukan yang relevan (Sabarguna, 2005).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Hasil kajian Penerapan *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam lingkup pendidikan diringkas sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Keberhasilan Penerapan Intervensi SFBT Di Lingkup Pendidikan**

Jurnal	Keberhasilan Intervensi SFBT
Jurnal 1	Secara kuantitatif menunjukkan konseling fokus-solusi dapat menurunkan pengaruh negatif <i>self-efficacy</i> siswa.
Jurnal 3	Intervensi SFBT menekankan sesi dialog antara konseli dan konselor.
Jurnal 4	Keberhasilan intervensi SFBT difokuskan pada pengembangan dan pemeliharaan hubungan sosial yang efisien dan tepat, menentukan tujuan dengan benar, dan menciptakan solusi yang efisien untuk meningkatkan persepsi kompetensi sosial remaja.
Jurnal 5	Membantu siswa dalam pengurangan kecanduan stres akademis & kecanduan internet dilakukan dengan memberikan efek psikologis untuk menurunkan tingkat <i>stress</i> & kecemasan siswa.
Jurnal 6	Konseling Fokus-solusi dapat meningkatkan komponen konsep diri siswa meliputi harga diri dan penerimaan diri dengan merubah persepsi atau pikiran mengenai konsep pribadi individu.
Jurnal 7	Intervensi SFBT diberikan pada siswa untuk meningkatkan koherensi psikologis khususnya remaja putri dengan menekankan pada pencapaian tujuan dan mendorong siswa meninjau, memperbaiki masalah koherensi psikologis siswa.
Jurnal 8	Peningkatan harga diri siswa dapat dilihat melalui perubahan bicara atau secara verbal melalui umpan balik antara konselor dan konseli.
Jurnal 9	Keberhasilan konseling fokus-solusi ditunjukkan secara kuantitatif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui sesi konseling dengan penekanan intervensi pada pembentukan solusi.
Jurnal 10	Keberhasilan intervensi SFBT dilakukan dengan memfokuskan pada pencarian solusi yang dipimpin oleh terapis untuk mendorong individu agar mampu memberdayakan dirinya sendiri.

Jurnal 11	Intervensi SFBT dapat meningkatkan harga diri mahasiswa melalui penciptaan perubahan positif atas peristiwa yang tidak menyenangkan.
Jurnal 12	Membantu individu lebih memahami beberapa hal pada aspek situasi yang mendorong individu kreatif dalam menciptakan solusi dan membantu siswa mengidentifikasi emosi yang tidak disadari.
Jurnal 14	Konseling fokus-solusi membantu siswa menyadari masalah yang dihadapi dan mengembangkan rasa menghargai, dicintai, persahabatan, dan cinta orang tua sehingga membantu menemukan identitas diri siswa.
Jurnal 15	Gangguan kecanduan internet dapat diatasi dengan intervensi fokus-solusi yang menekankan pada sesi konseling yang berfokus pada penggunaan kemampuan <i>questioning</i> oleh konselor.
Jurnal 16	Penerapan SFBT untuk mahasiswa dengan kelelahan sekolah ( <i>burnout</i> ) dengan penggunaan keterampilan <i>coping</i> dalam sesi konseling SFBT dapat menurunkan tingkat kelelahan siswa.
Jurnal 17	Peningkatan harga diri siswa diikuti dengan peningkatan konsep diri siswa dengan intervensi SFBT yang menekankan pada pengentasan masalah dengan cara mengkonstruksi solusi-solusi yang dilakukan oleh konseli itu sendiri.
Jurnal 18	Melalui intervensi SFBT perubahan pikiran negatif siswa terjadi dengan menggunakan pertanyaan fokus solusi.
Jurnal 19	Intervensi SFBC memfokuskan pada pemecahan masalah tentang adaptasi karir siswa dengan menggunakan pembicaraan konselor terhadap pilihan yang bertanggung jawab dan rencana untuk lebih baik pada kegiatan produktif.
Jurnal 20	Hasil penelitian menunjukkan bahwa efek konseling yang berfokus pada solusi pada pengaturan diri dan prestasi akademik para siswa itu signifikan dan positif.
<p>Kesimpulan keberhasilan intervensi SFBT:          Konseling <i>Solution-Focused Brief Therapy</i> (SFBT) dapat diterapkan untuk menangani berbagai macam permasalahan siswa di sekolah diantaranya terbukti meningkatkan harga diri siswa, dapat mengurangi kelelahan sekolah (<i>Burnout</i>), dapat menurunkan kecanduan internet, selain itu intervensi SFBT dapat meningkatkan kompetensi sosial siswa, rasa percaya diri, konsep diri, adaptasi karir, koherensi psikologis siswa, identitas sosial remaja, kepercayaan diri pada</p>	

siswa, adaptasi dengan lingkungan baru, penyesuaian sosial siswa, *self-regulation*, serta untuk menurunkan stress akademik, pikiran negatif siswa. Namun terdapat penerapan konseling SFBT yang tidak berhasil dalam menyelesaikan masalah subyek, yakni menurunkan tingkat depresi dan penerapan konseling SFBT yang tidak berhasil dalam menyelesaikan masalah perilaku agresif pada 2 dari 6 konseli.

**Tabel 4.2 Prosedur Implementasi Intervensi SFBT**

Jurnal	Prosedur Implementasi SFBT
Jurnal 1	Dalam proses implementasi menggunakan prosedur implementasi Grant.
Jurnal 2	Pelaksanaan intervensi KSBS dilakukan selama 1 bulan dengan 1 kali sesi setiap minggunya menghabiskan waktu 60 menit.
Jurnal 3	Intervensi ini mengadopsi standar prosedur Ates 2016.
Jurnal 4	Prosedur implementasi yang digunakan baik jumlah sesi maupun durasi waktu konseling SFBT diadaptasi dari standar prosedur Ates 2016.
Jurnal 5	Intervensi terdiri dari 3-8 sesi kemudian peserta diberi tugas dalam waktu sehari dan waktu tersebut untuk pertemuan mingguan minimal 8 jam.
Jurnal 6	Sesi konseling berlangsung selama 90 menit dilakukan sekali dalam seminggu dengan intervensi dilaksanakan selama 10 sesi.
Jurnal 7	Intervensi SFBT diimplementasikan selama 8 sesi yang dilakukan sekali dalam seminggu dengan durasi waktu yakni 1,5 jam untuk setiap sesinya.
Jurnal 8	Prosedur implementasi terdiri 9 sesi, namun rata-rata sekitar 2-3 sesi konseling individu dapat menciptakan solusi.
Jurnal 9	Konseling SFBT dilakukan selama 75 menit /sesi dengan jumlah sesi adalah 5 sesi.
Jurnal 10	Prosedur implementasi SFBT dalam penelitian ini sesuai dengan standar prosedur Sarvi & Ghazi 2016.
Jurnal 11	Tahap implementasi SFBT dalam penelitian ini meliputi tahap pengenalan, konseli bebas menceritakan masalah, tujuan, pertanyaan pengecualian, penskalaan, dan pertanyaan keajaiban.
Jurnal 12	Proses implementasi strategi SFBT didasarkan pada proses terapi O'Connell & Palmer 2003
Jurnal 13	Intervensi solusi berbasis web Praten Online terfokus pada percakapan online yang terdiri dari sesi <i>real time</i> dengan perawatan kesehatan profesional terlatih di ruang percakapan yang aman.

Jurnal 16	Perlakuan Konseling fokus-solusi terdiri dari 6 sesi, masing-masing memakan waktu sekitar 60-70 menit, dilakukan pada individu kelompok eksperimen. Sesi itu dirancang dalam satu sesi per minggu.
Jurnal 17	Pendekatan ini berfokus pada solusi dimana konselor dan konseli menghabiskan sebagian besar waktunya untuk mengkonstruksi solusi daripada mengeksplorasi masalah.
Jurnal 18	Prosedur implementasi intervensi SFBT diawali dengan pendaftaran secara <i>online</i> bagi peserta yang berminat mengikuti penelitian penerapan SFBT yang dilakukan dengan cara <i>online</i> .
Jurnal 19	Intervensi fokus-solusi terdiri 4 tahapan konseling yang berlangsung dalam 7 minggu dengan 7 sesi konseling fokus-solusi dimana tahap pertama dimulai dengan mengidentifikasi kondisi awal kemampuan beradaptasi karir.
Jurnal 20	Intervensi berlangsung selama 7 minggu penuh sesi terfokus pada konseling kelompok pada tingkat tinggi. Kelompok eksperimen menerima tujuh minggu kelompok sesi konseling, 80 menit setiap sesi, satu sesi per minggu.
<p>Kesimpulan prosedur implementasi SFBT:          Prosedur implementasi intervensi menjelaskan banyaknya sesi konseling SFBT terdiri dari 6 sesi konseling dengan durasi waktu 80-90 menit pada setiap sesikonseling. Intervensi tersebut dapat diterapkan satu kali setiap minggunya yang terdiri dari tahapan yang sama yakni tahap pertama dan kedua adalah tahapan pengembangan hubungan terapeutik kemudian tahap kedua perumusan tujuan yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli, sedangkan tahap ketiga ada yang fokus pada masa depan dan ada yang menggunakan pertanyaan kajaiban, pengecualian, dan penskalaan. Serta menggunakan prosedur <i>online</i>.</p>	

**Tabel 4.3 Metode/Teknik Penerapan SFBT Di Lingkup Pendidikan**

Jurnal	Metode/Teknik SFBT Yang Digunakan
Jurnal 1	1. Pertanyaan Grant
Jurnal 2	1. Pertanyaan Pengecualian (Exceptional Questions) 2. Pertanyaan Keajaiban (Miracle Questions) 3. Pertanyaan Penskalaan (Scaling Questions) 4. Pertanyaan Metafora
Jurnal 3	1. <i>Miracle Question Technique</i> 2. Pertanyaan Penskalaan

Jurnal 4	1. Pertanyaan Pengecualian 2. Pertanyaan <i>Crystal Ball</i>
Jurnal 5	1. Pertanyaan Pengecualian 2. Kombinasi Teknik Manajemen Stres
Jurnal 6	1. Kombinasi Pertanyaan Keajaiban dan Pertanyaan Komunikatif, serta Permainan
Jurnal 7	1. Pertanyaan Penskalaan 2. Pertanyaan Pengecualian
Jurnal 8	1. Pertanyaan Pengecualian (Exceptional Questions) 2. Pertanyaan Keajaiban (Miracle Questions) 3. Pertanyaan Penskalaan (Scaling Questions)
Jurnal 11	1. Pertanyaan Pengecualian (Exceptions questions) 2. Pertanyaan Keajaiban 3. Pertanyaan Penskalaan
Jurnal 12	1. Teknik Fantasi 2. Cerita Metafora
Jurnal 13	1. Pertanyaan Pengecualian (Exceptional Questions) 2. Pertanyaan Keajaiban (Miracle Questions) 3. Pertanyaan Penskalaan (Scaling Questions)
Jurnal 14	1. Pertanyaan Pengecualian 2. Pertanyaan Skala
Jurnal 15	1. <i>Scaling Questioning</i> .
Jurnal 18	1. Pertanyaan Keajaiban
Jurnal 20	1. Pertanyaan Pengecualian
<p>Kesimpulan teknik yang digunakan:          1. Pertanyaan Pengecualian (Exceptional Questions)          2. Pertanyaan Keajaiban (Miracle Questions)          3. Pertanyaan Penskalaan (Scaling Questions)          4. Teknik Fantasi          5. Cerita Metafora          6. Teknik <i>Crytal Ball</i></p>	

**Tabel 4.4 Ruang Lingkup Dan Sasaran Penerapan SFBT**

Jurnal	Ruang Lingkup dan Sasaran Penerapan SFBT
Jurnal 1	Mahasiswa di universitas Spanyol terdiri dari 107 siswa keperawatan, dan 97 siswa psikologi dengan usia adalah 21 tahun yang mengalami depresi, kecemasan, dan <i>self efficacy</i> .
Jurnal 2	Siswa SMA di Tuban Jawa Timur terdiri dari 6 siswa yang memiliki skor agresif paling tinggi.

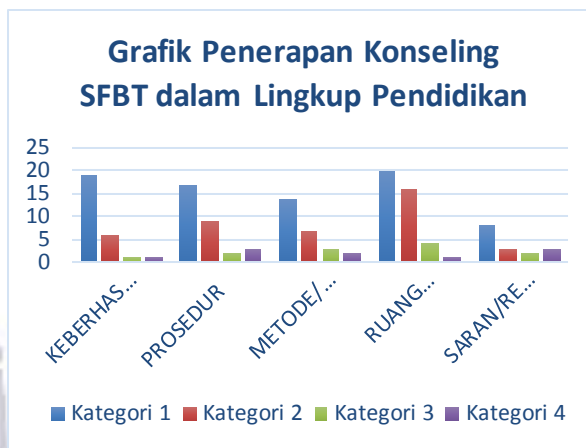


Jurnal 3	30 siswa mengalami burnout sekolah meliputi pengalaman stres siswa selama proses pendidikan, kelebihan beban, dan faktor psikologis lainnya (stres, depresi, dll.) Mereka belajar di sekolah menengah di Provinsi Erzincan pada tahun ajaran 2014-2015 Turki.		bersekolah atau belajar dengan gejala depresi.
Jurnal 4	24 siswa di SMA di provinsi Erzincan tahun ajaran 2015-2016 pada usia interval antara 14 dan 18 tahun. 8 siswa tersebut mengalami masalah pada kompetensi sosial remaja.	Jurnal 14	Populasi terdiri dari siswa sekolah menengah yang tinggal di Saleh pada tahun 2015 yang ingin menemukan identitas pribadi mereka dengan jumlahnya 40 terdiri dari kelompok eksperimen.
Jurnal 5	Sampel penelitian adalah 120 remaja dari Politeknik. Dari tes tersebut siswa yang masuk dalam kriteria kecanduan internet berusia antara 12 dan 17 tahun.	Jurnal 15	8 subjek. Subjek penelitian merupakan siswa kelas 7 dan 8 SMP Istiqamah Bandung Tahun Ajaran 2013/2014. Siswa tersebut telah mengalami penggunaan internet kompulsif (CIU), yaitu tindakan mengakses internet yang kurang terkendali dan tidak tepat guna.
Jurnal 6	Semua siswa SMA kota Dashtestan, kabupaten Bushkan pada tahun akademik 2011-2012. Mereka adalah 238 siswa dengan usia 16-19 tahun. 30 siswa dipilih secara acak yang memiliki kriteria inklusi	Jurnal 16	24 mahasiswa yang mengalami burnout yang melibatkan perasaan putus asa, stres yang berlebihan dan konsep diri negatif 6 laki-laki dan 6 perempuan.
Jurnal 7	Populasi penelitian terdiri dari semua remaja putri di kelas satu SMA yang mana dirujuk (dirujuk) ke Kantor konseling di kabupaten pendidikan Masyhad tahun 2015 karena perilaku dan masalah akademik.	Jurnal 17	Peserta penelitian ini berjumlah 5 dari 24 siswa kelas sebelas Bahasa SMA AL-ISLAM Krian dengan harga diri yang rendah.
Jurnal 8	Penelitian dilakukan pada subjek siswa SMA dengan jumlah peserta 110 (kedua kelas X, XI dan XII). memiliki <i>self-esteem</i> negatif (rendah harga diri).	Jurnal 18	54 mahasiswa Universitas Belanda (dimana 42 perempuan) dengan rata-rata umur 22 tahun yang mengalami masalah dalam aspek emosional).
Jurnal 9	Terdapat 88 siswa seni kelas 5 SD dengan konsep diri yang rendah, 16 orang yang telah mencapai skor konsep diri terendah di <i>pretest</i> dipilih dan kemudian dibagi menjadi dua kelompok peserta.	Jurnal 19	Mahasiswa pascasarjana pada awal semester dengan jurusan BK khususnya di kelas pertama dan tahun kedua di FIP Universitas Negeri Semarang dimana Kemampuan beradaptasi karier mereka bermasalah.
Jurnal 10	Subjek 30 siswa remaja perempuan di sekolah Amol Iran yang mengalami masalah penyesuaian sosial.	Jurnal 20	44 Siswa Sekolah Menengah Pertama berada ditugaskan dalam dua kelompok kontrol dan eksperimental dengan IQ dan nilai akademis yang rendah. Peserta adalah siswa kelas satu dari sekolah menengah di Teheran.
Jurnal 11	Peserta penelitian adalah mahasiswa BK angkatan 2011 di FKIP Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin dengan <i>self esteem</i> rendah dan mahasiswa angkatan 2011 yang akan menyusul proposal seminar skripsi.	Kesimpulan ruang lingkup dan sasaran penerapan SFBT: 1. Ruang lingkup penerapan SFBT meliputi siswa dari jenjang SD hingga PT baik di sekolah dalam dan luar negeri yang mengalami masalah yakni <i>bullying</i> , <i>self esteem</i> rendah, rendahnya motivasi belajar, perasaan frustrasi, terlibat masalah dengan keluarga, konsep diri yang rendah, masalah emosional, harga diri, perilaku agresif, interaksi sosial, stres akademik, kecanduan internet, hingga gejala depresi. 2. Sasaran penerapan SFBT meliputi siswa dengan berbagai jenjang usia anak-anak sampai dewasa, laki-laki dan perempuan dengan usia interval antara 11-22 tahun. Intervensi SFBT dapat diterapkan dalam layanan BK baik untuk konseling individu maupun konseling kelompok.	
Jurnal 12	Siswa di sekolah Michelangelo di Livorno, Italia yang mengalami masalah hubungan dengan teman sebaya, <i>bullying</i> , rendahnya motivasi belajar, perasaan frustrasi, dan terlibat masalah dengan keluarga. Peserta termuda berusia 11 tahun, sedangkan yang tertua adalah 15 tahun. Peserta terdiri dari 23 perempuan dan 9 laki-laki.		
Jurnal 13	263 remaja dan dewasa muda yang lebih dari dua pertiga dari jumlah peserta masih		

**Tabel 4.5 Saran/Rekomendasi Penerapan Intervensi SFBT**

Jurnal	Saran/Rekomendasi Penerapan Intervensi SFBT
Jurnal 1	Adanya kombinasi teknik dalam penerapan SFBT dalam proses pengimplementasian intervensi lebih menekankan pada perakapan/konseling menggunakan bahasa dan budaya yang disesuaikan dengan konseli.
Jurnal 5	Menggabungkan penggunaan teknik konseling fokus solusi dengan kelompok terfokus teologi eksistensial, teknik manajemen stres, dan minat sosial Adlerian untuk memaksimalkan intervensi SFBT.
Jurnal 7	Kelompok berbasis solusi dipelajari pada aspek psikologisnya dalam jangka panjang.
Jurnal 8	Pendekatan SFBT dapat diterapkan dengan metode memberi individu kebebasan penuh untuk memilih masa depan dan kemampuan mengidentifikasi kemampuan mereka sendiri.
Jurnal 11	Perlu adanya tambahan 1 atau 2 sesi diawal untuk membiarkan konseli menceritakan permasalahan dan mengekspresikan emosinya.
Jurnal 12	Penggunaan metafora dalam praktik SFBT dalam membantu siswa mengidentifikasi emosi yang tidak disadari muncul sampai mereka memberi tahu atau mendengarkan sebuah cerita.
Jurnal 13	Menambahkan aspek artistik pada konseling SFBT untuk membantu konseli dapat memberikan makna konstruktif pada fantasinya.
Jurnal 16	Dalam praktik program PCB memperkuat keterampilan <i>coping</i> yang dapat dimanfaatkan dalam layanan bimbingan dalam konteks pencegahan.
<p>Kesimpulan saran/rekomendasi intervensi SFBT: Saran aplikatif berdasar artikel yang dikaji memberikan saran terhadap konseling SFBT dapat diimplementasikan menggunakan bahasa dan pertanyaan-pertanyaan kreatif. Selain itu perlu adanya kombinasi teknik antara konseling SFBT dengan teknik konseling lainnya seperti manajemen stress, konseling Adlerian untuk memaksimalkan efektifitas konseling. intervensi SFBT memiliki variasi teknik pertanyaan untuk menggali masalah, menetapkan tujuan, dan elaborasi solusi pada konseli.</p>	

**Bagan 4.1 Taksonomi Penerapan SFBT dalam Lingkup pendidikan**



**KETERANGAN:**

- Kategori 1: Jumlah studi yang berhasil, Jumlah studi yang menggunakan prosedur SFBT, Jumlah studi dengan teknik SFBT, Jumlah studi dengan rekomendasi.
- Kategori 2: Jumlah masalah yang paling banyak diselesaikan, Jumlah studi menggunakan tahapan sesi konseling, Jumlah studi dengan 3 teknik SFBT, Jumlah studi dengan uji kelompok besar, Jumlah rekomendasi studi terkait teknik SFBT.
- Kategori 3: Jumlah studi tidak berhasil menyelesaikan masalah, Jumlah studi dengan prosedur Ates, Jumlah studi dengan 2 teknik SFBT, Jumlah studi dengan uji kelompok kecil, Jumlah studi rekomendasi kombinasi teknik SFBT dengan teknik lain
- Kategori 4: Jumlah studi kurang maksimal dalam penyelesaian masalah, Jumlah studi dengan prosedur baru, Jumlah studi dengan teknik baru SFBT, Jumlah studi dengan pengembangan teknik SFBT.

**PENUTUP**  
**Simpulan**

Dari hasil penelitian studi kepustakaan mengenai penerapan SFBT dalam lingkup pendidikan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.



1. Sesuai dengan hasil kajian 20 artikel atau jurnal penerapan konseling SFBT Dapat disimpulkan bahwa 88% intervensi SFBT dapat menyelesaikan berbagai macam permasalahan siswa.
2. Prosedur implementasi konseling SFBT diimplementasikan selama 6 sesi dalam konseling dengan durasi waktu 80-90 menit setiap sesi. Tahap prosedur implementasi SFBT pada artikel jurnal yang dikaji banyak yang menggunakan standar prosedur Ates. Pada umumnya peneliti menggunakan prosedur implementasi disesuaikan dengan kebutuhan konseli.
3. Metode atau teknik penerapan SFBT yang digunakan dalam artikel jurnal yang dikaji menggunakan teknik *Miracle Question Technique, Exception Question Technique, Scale Question Technique*, dan *Crystal Technique*.
4. Ruang lingkup pada artikel jurnal yang dikaji menunjukkan SFBT diterapkan pada siswa disekolah di SD hingga PT yang menunjukkan siswa dengan latar belakang masalah di sekolah. Sasaran pada artikel yang dikaji sebagian besar terdiri dari sampel jenis kelamin campuran laki-laki dan perempuan dengan usia interval antara 11-22 tahun.
5. Saran atau rekomendasi dari artikel yang dikaji secara umum memberikan saran aplikatif untuk intervensi SFBT agar dalam penerapan intervensi SFBT perlu dilakukan kombinasi teknik SFBT dengan teknik konseling lainnya.

### Saran

Penelitian ini berupa kajian teoritik dan praktik penerapan konseling singkat berfokus solusi (SFBT) dalam lingkup pendidikan sehingga perlu adanya tindak lanjut yang lebih dalam mengenai penerapan konseling SFBT dengan sumber kajian pustaka yang lebih bervariasi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka. Cipta.
- Ates, Bunyamin 2016. *Effect of Solution Focused group Counselling for High School Students in Order to Stunggle with Burnout*. Journal of Education and Training Studies. Vol: 4. No. 4.
- Ates, Bunyamin 2016. *The Effect of Solution-focused Brief Group Counselling upon the Perceived Social Competences of Teenagers*. Journal of Education and Training Studies. Vol: 4 No. 7.
- Busari, Afusat Olanike 2016. *Academic Stress and Internet Addiction among Adolescents: Solution Focused Social Interest as Treatment Option*. Journal of Mental Disorders & Treatment. Vol: 02.
- Corey, Gerald. 2005. *Theory And Practice Of Counselig And Psychotherapy: 7th Edition*. USA: BROOKS/SCOLE.
- Fitriyah, Fifi khoirul. *Efektivitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (KSBS) untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa (Penelitian Subjek Tunggal pada 6 Siswa)*. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia. Vol: 2. No. 2. Hal: 34-39.
- Franklin, C., Moore, K., & Hopson, L. 2008. *Efektifitas terapi singkat yang berfokus pada solusi di lingkungan sekolah. Anak-anak & Sekolah*. Jurnal masalah sosial. Vol: 30 No. 1. Hal: 159-165.
- Hosseinpour, Najmeh, Mohsen Jaidi, Bahram Mirzain, dan Hadis Hoseiny. 2015. *The Efficiency of Solution-Focused Therapy on Adjustment Problems of Female Students in Amol, Iran*. School Health.
- Ilbay, Azmi Bayram & Ahmet Akin. 2014. *The Impact of Solution-Focused Brief Group Psychological Counseling on University Students' Burnout Levels*. UNIVERSITEPARK Bulten. Vol: 03.
- Mulawarman, EemMunawaroh, EdwindhaPratifra Nugraheni. 2016. *Effectiveness of solution focus brief counseling approach(SFBC) in developing student career adaptability*. The International

- Journal of Counseling and Education. Vol. 01. No. 1.
- Namani, Ebrahim Nasim Baqei, & Faezeh Pardakhti. 2016. *Effectiveness of Short-Term Solution-Focused Group Training on Sense of Psychological Coherence among Female Adolescents*. Asian Social Science. Vol: 12. pp. 9-14. No. 9.
- Nazir, M. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Neipp, Marrie-carmen. 2015. *The Effect Of Solution-Focused Versus Problem-Focused Questions: A Replication*. Journal of Marital and Family Therapy.
- Nurmalasari, Yuli. 2016. *Konseling Singkat Berfokus Solusi Dalam Mengembangkan Kemampuan Mengendalikan Compulsive Internet Use Siswa*. STAI Nurul Falah Air Molek, Indragiri Hulu Riau. Vol: 03 No. 2.
- Onlus, Fondazione Franceshi. 2013. *Solution-Focused Brief Therapy in Combination With Fantasy and Creative Language in Working With Children: A Brief Report*. International Journal of Solution-Focused Practices. Vol: 1. No. 1. Hal: 44-51.
- Pratiwi, Manis Anggara & Wiryo Nuryono. 2014. *Penerapan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI Bahasa Al-Islam Krian*. Vol: 04 No. 03. Hal: 1-7.
- Purwoko, Budi. 2007. *Pemahaman Individu Melalui Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press.
- Reeves. 2012. *Introduction to Counselling and Psychotherapy: From Theory to Practice*. International Journal Of Ch-01.
- Rusandi, M. Arli & Ali ranchman. 2014. *Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solution Focused Brief Therapy) Untuk Meningkatkan Self Esteem Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling FKIP UNLAM Banjarmasin*. Al 'Ulum. Vol: 62 No. 4 Hal: 22-28.
- Saadatzaade, Rooholla dan Shiva Khalili. 2012. *Effects of Solution - Focused Group Counseling on Student's Self -Regulation and academic achievement*. International Journal for Cross-Disciplinary Subjects in Education (IJCDSE), Vol. 03.
- Sabarguna, B.S. 2005. *Analisis Data Pada Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Ui Press.
- Sarvi, Zahra & Mitra Ghazi. 2016. *Effectiveness of Group Counselling with Solution Focused (Brief) therapy (SFBT) on Increasing Self-Efficacy of Fifth Grade Primary School female Students*. Modern Applied Science. Vol: 10. No. 12.
- Sutanto, Limas. 2005. *Teori Konseling Dan Psikoterapi Perdamaian*. Tesis Tidak Diterbitkan. Malang: UNM.
- Taathadi, Mulawarman Soetdijo. 2014. *Application Of Solution Brief Therapy (SFBT) To Enhance High School Student Self-Esteem: An Embedded Exspermental Design*. International Journal Of Psychological Studies. International Journal of Psychological Studies. Vol. 6. No. 3.
- Theeboom, Tim Bianca Beersma, & Annalies E. M. Van Vianen. 2016. *The differential effects of Solution-focused coaching questions on the affect, attentional control and cognitive flexibility of undergraduate students experiencing study-related stress*. The Journal of Positive Psychology. Vol: 11. No. 5. Hal: 460-469.