



Available online at www.journal.unrika.ac.id

Jurnal KOPASTA
Jurnal KOPASTA, 8 (1), (2021) 86 - 95



P-ISSN : 2442-4323
E-ISSN : 2599 0071

Received : April 2021
Revision : April 2021
Accepted : Mei 2021
Published : Juni 2021

PELAKSANAAN KONSELING *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING* DALAM MENGURANGI PERMASALAHAN MAHASISWA PRODI BK UNRIKA

IMPLEMENTATION OF FOCUSED BRIEF COUNSELING SOLUTION COUNSELING IN REDUCING STUDENT PROBLEMS OF UNRIKA BK STUDY PROGRAM

¹Ahmad Yanizon & ²Tamama Rofiqah

¹²(Prodi BK FKIP Universitas Riau Kepulauan)

konselor.nizon@gmail.com & rofiqah87@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan efektivitas pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi dalam mengurangi permasalahan mahasiswa prodi BK Unrika dan menjelaskan pelaksanaannya. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *pre-eksperimen one group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi bimbingan konseling UNRIKA yang berjumlah 36 orang. Penarikan sampel menggunakan *purposive sampling* sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 17 orang yang memiliki permasalahan kategori tinggi. Pengumpulan data menggunakan instrument inventori Daftar Cek Masalah (DCM). Hasil analisis data mengungkapkan bahwa pendekatan *solution focused brief counseling* efektif dalam mengurangi permasalahan mahasiswa dengan pengujian *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen adalah sebesar $-0,01$ atau lebih kecil dari $0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan skor yang signifikan (nyata) antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen. Selanjutnya, pengujian menggunakan teknik *Gain Skor*, diketahui bahwa perkembangan permasalahan mahasiswa pada kelompok eksperimen memperoleh skor $-0,7$ dan diinterpretasikan pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan mahasiswa telah berkembang kepada arah penurunan pada kelompok eksperimen. Adapun pelaksanaan *solution focused brief counseling* mengacu kepada tahapan umum pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi yaitu : a) pembinaan hubungan, b) identifikasi masalah yang dapat dipecahkan, 3) penetapan tujuan, 4) merancang dan melaksanakan intervensi 5) terminasi, evaluasi dan tindak lanjut. Penelitian ini merekomendasikan mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap permasalahan yang dialami dan mengikuti pelayanan konseling baik individu maupun kelompok secara berkala dan berkelanjutan.

Kata Kunci : *Konseling SFBC, Masalah Mahasiswa Prodi BK*

Abstract

This study aims to reveal the effectiveness of implementing short counseling solutions focused on reducing the problems of Unrika BK study program students and explain its implementation. This type of research is quantitative with the *one group design pre-experiment method*. The population in this study were 36 students of the UNRIKA counseling guidance study program. Sampling using *purposive sampling* so that the sample in this study amounted to 17 people who have high category problems. Collecting data using a problem checklist (DCM) inventory instrument. The results of the data analysis revealed that the *solution focused brief counseling* approach was effective in reducing student problems by *pre-test* and *post-test* in the experimental group amounting to -0.01 or less than 0.05 . Thus it can be concluded that there is a significant (real) difference in score increase between the *pre-test* and *post-test* in the experimental group. Furthermore, testing using the *Gain Score* technique, it is known that the development of student problems in the experimental group obtained a score of -0.7 and was interpreted in the moderate category. These findings indicate that student problems have progressed towards a decline in the experimental group. The implementation of *solution focused brief counseling* refers to the general stages of implementing short, *solution-focused counseling*, namely: a) relationship building, b) identification of problems that can be solved, 3) goal setting, 4) designing and implementing interventions 5) termination, evaluation and follow-up. This study recommends students to increase self-awareness of the problems experienced and to attend counseling services both individually and in groups regularly and continuously.

Key Words : *SFBC Counseling, BK Study Program Student Problems*

PENDAHULUAN

Pada dasarnya setiap individu menghadapi permasalahan dalam hidupnya dalam jenis dan intensitas yang berbeda. Diantara masalah individu tersebut, beberapa masalah dapat dipecahkan dengan sendirinya tanpa intervensi dari konselor, sedangkan masalah lainnya masih belum bisa diselesaikan sehingga mereka membutuhkan bantuan konselor. Terutama masalah-masalah yang biasa dialami oleh sebagian mahasiswa (Hartono, 2012). Permasalahan yang sering terjadi pada mahasiswa merupakan masalah yang perlu diperhatikan, sebab jika masalah tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang lama dapat menjadi sebuah ancaman dan tekanan bahkan stres dalam diri mahasiswa.

Peraturan pemerintah No. 30 tahun 1990 menjelaskan bahwa mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi tertentu. Mereka adalah orang-orang yang secara resmi menimba ilmu di Universitas, Institut, maupun Sekolah Tinggi (Indra, 2007). Mahasiswa juga mendapatkan berbagai gelar yang menggelegar: "*Agent of change*", "*director of change*", "*creative minority*", "calon pemimpin bangsa" dan lain sebagainya. Berbagai perubahan besar dalam persimpangan sejarah negeri ini senantiasa menempatkan mahasiswa dalam posisi terhormat sebagai pahlawannya, bahkan gerakan yang dibangun mahasiswa di sebut sebagai pilar demokrasi yang kelima. Mahasiswa menjadi tumpuan berbagai pihak. Mereka sering disebut sebagai harapan bangsa, harapan Negara, harapan masyarakat, harapan keluarga bahkan harapan dunia. Namun, seiring dengan identitas mahasiswa, ada peran-peran yang harus dilakukan sebagai konsekuensi logis dan konsekuensi otomatis dari identitas tersebut.

Problem atau permasalahan yang dihadapi oleh para mahasiswa dapat dikelompokkan menjadi 2 yaitu: problema Akademik dan problema sosial-pribadi. Problema akademik merupakan hambatan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam memaksimalkan belajarnya. Beberapa problema studi yang biasanya dihadapi oleh mahasiswa sebagai berikut: 1) Kesulitan dalam memilih program studi/konsentrasi/pilihan mata kuliah yang sesuai dengan kemampuan dan waktu yang tersedia, 2) Kesulitan dalam mengatur waktu belajar disesuaikan dengan banyaknya tuntutan dan aktivitas perkuliahan, serta kegiatan kemahasiswaan lainnya, 3) Kesulitan dalam mendapatkan sumber belajar dan buku-buku sumber, 4) Kesulitan dalam menyusun makalah, laporan, dan tugas akhir, 5) Kesulitan dalam mempelajari buku-buku yang berbahasa asing khususnya bahasa arab dan bahasa asing, 6) Kurang motifasi atau semangat belajar, dll. Problema sosial merupakan kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam mengelola kehidupannya dan menyesuaikan diri kehidupan sosial baik di kampus maupun di tempat tinggalnya.

Beberapa problema pribadi yang biasanya dihadapi oleh para mahasiswa. 1) Kesulitan ekonomi/biaya kuliah, 2) Kesulitan berkenaan dengan masalah pemondokan, 3) Kesulitan menyesuaikan diri dengan teman sesama mahasiswa, baik di kampus maupun di lingkungan tempat tinggal, 4) Kesulitan menyesuaikan diri dengan masyarakat sekitar tempat tinggal, khususnya mahasiswa pendatang, 5) Kesulitan karena masalah-masalah keluarga, 6) Kesulitan karena masalah-masalah pribadi, dll (Arjanto, 2015)

Triya Utami *et.,al* (2013) mengemukakan dari hasil wawancara dan observasi dan pengalaman menjadi mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan diperoleh informasi mengenai permasalahan yang dialami adalah beberapa mahasiswi yang hamil diluar nikah beberapa dari mereka ada yang melanjutkan kuliah dan ada pula yang *drop out*, masalah ketimpangan daam pembagian penerima beasiswa, masalah bagi mahasiswa yang aktif di organisasi kampus (Ormawa) yakni dimana saat akan mengadakan acara di kampus diharuskan membayar biaya kebersihan kepada pihak fakultas. Masalah-masalah tersebut belum mendapatkan perhatian secara khusus dan hanya sekedar menjadi opini kalangan mahasiswa saja. Beberapa masalah lain yang biasanya dialami mahasiswa antara lain adalah masalah yang berhubungan dengan karier, hubungan dengan orang lain, masalah interpersonal dan lain sebagainya. Dampak yang mungkin muncul adalah stress, bunuh diri bahkan sampai putus kuliah.

Sedangkan permasalahan yang ditemukan peneliti di lapangan pada mahasiswa BK UNRIKA antara lain mahasiswa kesulitan dalam membagi waktu antara perkuliahan dan bekerja, ada mahasiswa yang kesulitan untuk mencapai prestasi, baik dalam bidang pendidikan maupun bidang lainnya, mahasiswa tidak memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri, tidak mampu menjalin hubungan yang baik dengan teman di kelas, pemalu, ceroboh, boros, motivasi rendah, hasil belajar turun, tekanan dari keluarga dan sebagainya (Rofiqah, 2020). Dan semua itu merupakan permasalahan-permasalahan yang dialami mahasiswa dalam proses pembelajaran di kampus UNRIKA karena sebagian mahasiswa adalah pekerja dan mereka mengikuti perkuliahan setelah pulang kerja. Hal ini dapat menyebabkan kelelahan pada diri mahasiswa yang berdampak pada motivasi belajar, kebiasaan belajar dan prestasi akademiknya.

Pelayanan konseling memfokuskan upayanya kepada pengentasan masalah individu. Konseling merupakan proses sinergi untuk mengoptimalkan energi pada diri klien dalam rangka pengembangan dan pemecahan masalah klien. Dalam pengentasan masalah tersebut, pelayanan BK menggunakan berbagai pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan klien atau sasaran layanan, sehingga pelayanan BK bersifat dinamis, lentur dan tidak terkesan kaku. Berbagai variasi pendekatan dalam konseling mengacu

kepada pengentasan masalah individu. Namun pada pelaksanaannya, terdapat ciri khas pada setiap masing-masing pendekatan, tetapi pendekatan tersebut masing-masing menggunakan waktu yang relatif lama dalam proses penggalan masalah. Sehingga ada satu pendekatan yang memfokuskan permasalahan pada solusi bukan pada penggalan masalah. Pendekatan tersebut dikenal dengan sebutan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*). SFBC menghindari penggalan sejarah individu terlalu dalam, meskipun beberapa pengumpulan informasi merupakan bagian dari kontak klinis. *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) merupakan salah satu pendekatan konseling post-modern dengan mengedepankan daya pada diri konseli untuk mencari jalan keluar atau solusi. Pada pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) memberikan suatu penjelasan bawasannya bagaimana seseorang bisa berubah dan bagaimana mereka mencapai tujuan yang diharapkan.

Solution Focused Brief Counseling (SFBC) sering disebut sebagai *Constructivist Therapy*, *Solution Focused Therapy*, dan *Solution Focused Brief Counseling* (Sumarwiyah, Zamroni, & Hidayati, 2015). Hasil penelitian sebelumnya konseling singkat berfokus solusi berdampak pada perubahan terapeutik untuk peningkatan harga diri (Rusandi & Rachman, 2014). Konseling Singkat Berfokus Solusi (*Solution Focused Brief Therapy/SFBT*) adalah salah satu pendekatan konseling yang mempunyai konsep sederhana dan sangat mudah untuk dipraktikkan karena lebih fokus membicarakan bagaimana mencari solusi daripada membicarakan tentang permasalahan yakni masalah mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan efektivitas pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi dalam mengurangi permasalahan mahasiswa prodi BK Unrika dan menjabarkan pelaksanaannya. Untuk mendukung penelitian ini, maka terdapat beberapa teori yang digunakan yaitu sebagai berikut :

1. Konsep Masalah dan Gambaran Permasalahan Mahasiswa

Prayitno (2005) mengemukakan bahwa dalam diri seseorang itu terdiri dari dua hal yaitu ADD (Anggapan Dari Dalam) dan ADL (Anggapan Dari Luar). Kondisi yang diharapkan oleh seseorang adalah keselarasan antara ADD dan ADL, kondisi ini memunculkan situasi positif dalam kehidupan individu yang ditandai oleh adanya suasana KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari). Begitu pun sebaliknya, masalah muncul jika ADD tidak sama atau bertentangan dengan ADL. ADD dan ADL manusia bersifat lentur dan dinamis, yang terus berinteraksi akan menghasilkan suatu perkembangan. Masalah jika ditinjau dari perspektif bimbingan konseling merupakan sesuatu yang dialami oleh individu yang menyebabkan munculnya kondisi KES-T (Kehidupan Efektif Sehari-hari yang Terganggu).

Dalam perspektif bimbingan konseling, secara umum permasalahan individu terbagi menjadi dua, yaitu masalah umum dan masalah belajar. Masalah umum tersebut terdiri

dari 11 jenis bidang masalah yaitu :

1. Perkembangan jasmani dan kesehatan
2. Keuangan, lingkungan dan pekerjaan
3. Kegiatan sosial dan rekreasi
4. Seks, pacaran dan perkawinan
5. Hubungan sosial-kejiwaan
6. Hubungan pribadi-kejiwaan
7. Moral dan agama
8. Rumah dan keluarga
9. Masa depan pekerjaan dan pendidikan
10. Penyesuaian terhadap tugas-tugas sekolah
11. Kurikulum dan pengajaran

Sedangkan masalah belajar terdiri dari 5 jenis bidang masalah yaitu : (1) Penguasaan Materi Pelajaran, (2) Keterampilan Belajar, (3) Sarana Belajar, (4) Diri Pribadi dan (5) Lingkungan sosio-emosional.

Gambaran permasalahan yang dialami mahasiswa tergambar dalam daftar cek masalah. Daftar Cek Masalah adalah daftar berisi pernyataan-pernyataan berupa masalah yang diasumsikan biasa dialami oleh individu dalam tingkat perkembangan tertentu. Adapun gambaran permasalahan yang dialami mahasiswa yang tergambar pada daftar cek masalah adalah berkaitan dengan : 1) kesehatan, 2) keadaan ekonomi, 3) kehidupan keluarga, 4) agama dan moral, 5) rekreasi dan hobi (kegemaran), 6) hubungan pribadi, 7) kehidupan sosial dan keaktifan berorganisasi, 8) muda-mudi/masalah remaja, 9) penyesuaian terhadap kampus, 10) penyesuaian terhadap kurikulum, 11) kebiasaan belajar dan 12) masa depan dan cita-cita pendidikan/jabatan.

2. Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling*

Solution Focused Brief Counseling (SFBC) merupakan salah satu pendekatan konseling post-modern dengan mengedepankan daya pada diri konseli untuk mencari jalan keluar atau solusi, sehingga konseli akan memilih sendiri tujuan yang hendak ia capai (Corey, 2016; Capuzzi & Gross, 2003 dalam Mulawarman, 2019). Pada pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) ini berfokus pada pencarian solusi untuk mengatasi masalah dan melakukan suatu perubahan untuk bisa menjadi pribadi yang berkembang. Sama halnya konsep dari Shazer (dalam Ahmad, dkk 2018) menyampaikan bahwa klien memiliki kemampuan yang diperlukan dan sumber daya untuk berubah dan konseling yang paling aktif ketika membangun solusi yang unik untuk klien.

Disampaikan juga oleh Shazer (Corey, 2013) pendekatan ini tidak menekankan pada sebab pemecahan masalah dan tidak menekankan pada hubungan antara sebab permasalahan dan solusi. Sehingga pada pendekatan ini konseli akan diajak untuk mencari solusi supaya mampu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Friedman &

Lipchick (Suciani & Musfirah, 2019) menjelaskan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) lebih berfokus pada masa sekarang dan akan datang. SFBC menghindari penggalian sejarah individu terlalu dalam, meskipun beberapa pengumpulan informasi merupakan bagian dari kontak klinis.

Untuk lebih efektif dalam penggunaan pendekatan ini maka perlu suatu treatment untuk membatu konseli dalam mencari solusi atas masalahnya, menurut Corey, Seligman dan Macdonald, sebagaimana dikutip oleh Mulawarman (dalam Ahmad, dkk, 2018) terdapat tiga teknik dasar yaitu *Exception-finding questions (Questions discovery exception)*, *Miracle questions (Question miracle)*, and *Scaling questions (Questionscale)*.

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode analisis deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi bimbingan konseling UNRIKA yang berjumlah 36 orang. Penarikan sampel menggunakan *purposive sampling* sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 17 orang yang memiliki permasalahan kategori tinggi. Pengumpulan data menggunakan instrument inventori Daftar Cek Masalah (DCM) dengan klasifikasi 12 bidang masalah. Analisis data dilakukan dengan rumus Uji *Paired Dependent Sample T-test* dan teknik Gain Skor.

PEMBAHASAN

Permasalahan yang dialami mahasiswa prodi BK Unrika dideskripsikan melalui temuan penelitian sebagai berikut :

a. Data Pretest permasalahan mahasiswa kelompok eksperimen

Tabel 1 : Kategori Data Pretest Kelompok Eksperimen

skor persentase	kategori	frekuensi
1%- 10%	Cukup Baik	0
11%-25%	Cukup	0
26%-50%	Kurang	9
51%-100%	Kurang Sekali	8
Total		17

Berdasarkan tabel di atas, pada kelompok eksperimen, terdapat 9 orang yang mengalami permasalahan kategori kurang dengan rentangan 26%-50%, dan terdapat 8 orang yang mengalami permasalahan kategori kurang sekali dengan rentangan 51%-100%. Data ini menunjukkan bahwa, kelompok eksperimen mengalami permasalahan yang banyak dari 12 klasifikasi bidang masalah.

b. Data posttest permasalahan mahasiswa kelompok eksperimen

Tabel 2 : Kategori Data Posttest Kelompok Eksperimen

skor persentase	kategori	frekuensi
1%- 10%	Cukup Baik	2
11%-25%	Cukup	12
26%-50%	Kurang	3
51%-100%	Kurang Sekali	0
Total		17

Berdasarkan tabel di atas, pada data posttest kelompok eksperimen, terdapat 3 orang yang mengalami permasalahan kategori kurang dengan rentangan 26%-50%, dan terdapat 12 orang yang mengalami permasalahan kategori cukup dengan rentangan 11%-25%, terdapat 2 orang yang mengalami permasalahan kategori cukup baik dengan rentangan 1%-10%, sedangkan kategori kurang sekali menjadi 0.

c. Efektifitas Pendekatan SFBC dalam mengatasi Permasalahan Mahasiswa

Uji efektivitas dilakukan untuk menguji tingkat efektivitas intervensi pendekatan SFBC dalam mengurangi permasalahan mahasiswa menggunakan rancangan desain eksperimen *pretest-posttest*. Langkah pertama yang dilakukan ialah melihat bagaimana perbedaan perkembangan tingkat permasalahan mahasiswa pada kelompok eksperimen menggunakan *dependent sampel t-test* pada skor pre-tes dan post-tes kelompok. Berkaitan dengan hal tersebut, terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap asumsi atau prasyarat pengujian uji *dependenti sample t tes* yaitu pengujian normalitas data. Hasil pengujian adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Uji Normalitas data pre test dan post test

Kelompok		Statistik	Shapiro-Wilk	
			df	Sig
Kelompok	Pre Test	0,963	5	0,798
Eksperimen	Post Test	0,971	5	0,782

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai signifikansi (sig) dalam uji Shapiro Wilk untuk nilai pre-test dan post-test pada kelas eksperimen adalah 0,798 dan 0,782. Tabel 3 menunjukkan nilai signifikansi kelompok eksperimen lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal. Dengan demikian, prasyarat pengujian uji dependensi sampel t-test untuk pre-test dan post-test telah terpenuhi.

Selanjutnya untuk mengetahui apakah perbedaan efektivitas di antara kedua bentuk perlakuan terhadap kelompok eksperimen bermakna (signifikan) atau tidak,

dapat dilihat dalam tabel perhitungan *dependent sample t-test* berikut.

Tabel 4. Uji sampel Berpasangan

	Perbedaan berpasangan			
	Std Deviasi	Std. Error	df	Sig. (2-tailed)
Kelompok Eksperimen	-2,13828	0,88535	4	-0,01

Berdasarkan tabel 4 diketahui nilai signifikansi (2-tailed) untuk pengujian pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen adalah sebesar -0,01 atau lebih kecil dari 0,05. dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan skor yang signifikan (nyata) antara pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen. Langkah selanjutnya yaitu melakukan pengujian dilakukan untuk melihat kualitas perkembangan pada kelompok eksperimen menggunakan teknik *Gain Skor* terhadap data pre-test dan post-test.

Tabel 5. Efektivitas SFBC Dalam mengatasi Permasalahan Mahasiswa

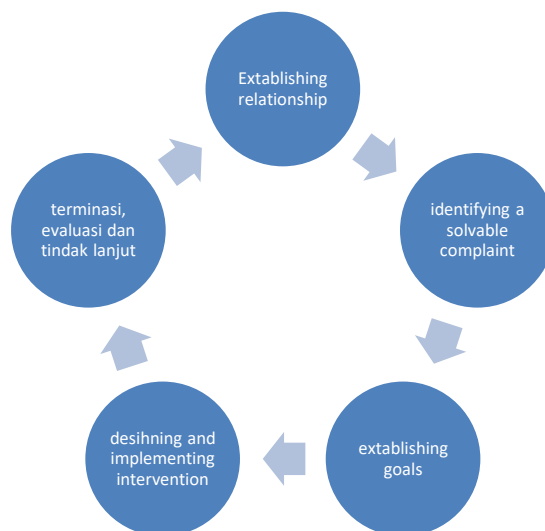
Kelompok Pengujian	Gain Skor	Kategori
Eksperimen	-0,7	Sedang

Berdasarkan hasil pengujian menggunakan teknik *Gain Skor* yang telah dilakukan, diketahui bahwa perkembangan permasalahan mahasiswa pada kelompok eksperimen memperoleh skor -0,7 dan diinterpretasikan pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan mahasiswa telah berkembang kepada arah penurunan pada kelompok eksperimen.

d. Alur Pelaksanaan Konseling dengan Pendekatan SFBC

Pendekatan SFBC memandang manusia sebagai individu yang sehat, memiliki daya kemampuan atau kompeten, memiliki kapasitas untuk membangun, merancang ataupun mengonstruksikan solusi-solusi. Individu tidak perlu terpaku pada masalah, sehingga ia tidak terus-menerus berkebutakan dalam masalah melainkan ia lebih berfokus pada solusi, bertindak dan mewujudkan jalan keluar seperti yang dikehendaki.

Pada penelitian ini, pemberian konseling dengan pendekatan SFBC mengacu kepada tahapan umum pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi yaitu : a) pembinaan hubungan, b) identifikasi masalah yang dapat dipecahkan, 3) penetapan tujuan, 4) merancang dan melaksanakan intervensi dan 5) terminasi, evaluasi dan tindak lanjut. Adapun proses konseling yang dilakukan dapat dipahami melalui gambar di bawah ini :



Gambar 1 : Tahapan Umum Pelaksanaan Konseling dengan pendekatan SFBC (Seligman & Reichenberg, 2015)

Tahapan konseling SFBC di atas saling keterkaitan antara satu dengan yang lainnya, sehingga satu tahapan ke tahapan lainnya saling mendukung kearah pengentasan masalah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pendekatan solution focused brief counseling efektif dalam mengurangi permasalahan mahasiswa dengan pengujian pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen adalah sebesar $-0,01$ atau lebih kecil dari $0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan skor yang signifikan (nyata) antara pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen. Selanjutnya, pengujian menggunakan teknik Gain Skor, diketahui bahwa perkembangan permasalahan mahasiswa pada kelompok eksperimen memperoleh skor $-0,7$ dan diinterpretasikan pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan mahasiswa telah berkembang kepada arah penurunan pada kelompok eksperimen. Adapun pelaksanaan solution focused brief counseling mengacu kepada tahapan umum pelaksanaan konseling singkat berfokus solusi yaitu : a) pembinaan hubungan, b) identifikasi masalah yang dapat dipecahkan, 3) penetapan tujuan, 4) merancang dan melaksanakan intervensi 5) terminasi, evaluasi dan tindak lanjut. Penelitian ini merekomendasikan mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap permasalahan yang dialami dan mengikuti pelayanan konseling baik individu maupun kelompok secara berkala dan berkelanjutan.

REFERENSI

- Ahmad, dkk (2018) Penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa. *Jurnal Bikotetik*. 2(1), 73 – 114
- Arjanto, P. (2015). Identifikasi Masalah Menggunakan Teknik Problem Check-List Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pattimura. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 1(1), 1-13. <https://doi.org/10.21067/jki.v1i1.833>
- Corey,G. (2013). *Theory And Practice Of Counseling And Psychotherapy*. Nelson Education.
- Hartono, Boy Soedarmadji (2012) *Psikologi Konseling*. Cet. 4; Jakarta: Prenadamedia Goup
- Indra Kusumah (2007).*Risalah Pergerakan Mahasiswa*. Cet. I Bandung: Indydec Press
- Mulawarman .(2019). *SFBC Konsep, Riset dan Prosedur*. Jakarta Timur : Prenadamedia Group
- Prayitno (2005). *Konseling Pancawaskita*. Program PPK : UNP press
- Rusandi & Rachman (2014). Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solution Focused Brief Therapy) untuk Meningkatkan Self Esteem Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Fkip Unlam Banjarmasin. *Al'Ulum*, 62(4).
- Rofiqah, T. (2020). Profil Permasalahan Mahasiswa Prodi BK Unrika. *Jurnal Kopasta*.7(2), 72-84. DOI: <https://doi.org/10.33373/kop.v7i2>
- Suciani & Musfirah, (2019) Model Hipotetik: Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) dalam Keluarga Indonesian. *Journal Of Educational Counseling* 3(1), 10-20
- Sumarwiyah, Zamroni, & Hidayati (2015). Solution Focused Brief Counseling (SFBC): Alternatif Pendekatan dalam Konseling Keluarga. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(2)
- Triya Utami, et.al. (2013) Pemetaan Masalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya Tahun 2013. *Jurnal BK UNESA*, (3).1. Hlm, 133-137