



KONSELING KELOMPOK DENGAN SFBC (SOLUTION FOCUSED BRIEF

COUNSELING) FORM SCALING QUESTION UNTUK

MENINGKATKAN KEDISIPLINAN

Rahmawati Putri AS^{1*}, Nurlela², Ika Rahmawaty³

Universitas Sriwijaya^{1,2}, SMA Negeri 1 Palembang³

e-mail: ratiputri061001@gmail.com^{*}, nurlelampd97@gmail.com, ika.rahma92@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat kedisiplinan pada sebagian peserta didik kelas X.5 SMA Negeri 1 Palembang, sebagaimana teridentifikasi dari hasil angket awal. Oleh karena itu, fokus penelitian ini adalah untuk meningkatkan kedisiplinan tersebut melalui penerapan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) yang menggunakan teknik *Form Scaling Question*. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus mencakup tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 8 orang siswa dari kelas X.5 yang teridentifikasi memiliki tingkat kedisiplinan rendah dari total 36 siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui angket kedisiplinan, lembar observasi partisipan, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat kedisiplinan peserta didik. Rata-rata skor kedisiplinan meningkat dari 59% pada kondisi pra-siklus, menjadi 62% pada siklus I, dan mencapai 72% pada siklus II. Temuan ini mengindikasikan bahwa teknik *Form Scaling Question* dalam SFBC efektif membantu peserta didik mengenali, mengevaluasi, dan meningkatkan perilaku disiplin secara mandiri. Dengan demikian, disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan SFBC dengan teknik *Form Scaling Question* dapat meningkatkan kedisiplinan peserta didik dan direkomendasikan sebagai strategi intervensi di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: *kedisiplinan, konseling kelompok, Solution Focused Brief Counseling, Form Scaling Question*

ABSTRACT

This research is motivated by the low level of discipline in some students of class X.5 of SMA Negeri 1 Palembang, as identified from the results of the initial questionnaire. Therefore, the focus of this research is to improve this discipline through the implementation of group counseling services with the Solution Focused Brief Counseling (SFBC) approach using the Form Scaling Question technique. The research method used is Guidance and Counseling Action Research (PTBK) which is carried out in two cycles, where each cycle includes the stages of planning, action implementation, observation, and reflection. The subjects of the research were 8 students from class X.5 who were identified as having a low level of discipline out of a total of 36 students. Data collection was carried out through a discipline questionnaire, participant observation sheets, and documentation. The results of the study showed a significant increase in the level of student discipline. The average discipline score increased from 59% in pre-cycle conditions, to 62% in cycle I, and reached 72% in cycle II. These findings indicate that the Form Scaling Question technique in SFBC is effective in helping students recognize, evaluate, and improve discipline behavior independently. Thus, it is concluded that group counseling services using the SFBC approach with the Form Scaling Question technique can improve student discipline and is recommended as an intervention strategy in the school environment.



PENDAHULUAN

Kedisiplinan memegang peranan krusial dalam pembentukan karakter dan pencapaian kesuksesan individu. Internalisasi dan pembiasaan perilaku disiplin sejak dini menjadi fundamental, mengingat ketiadaan perilaku ini berpotensi menimbulkan dampak negatif pada individu saat beranjak dewasa dan memasuki dunia kerja. Oleh karena itu, kedisiplinan tidak hanya relevan dalam konteks institusi pendidikan, tetapi juga esensial dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari di luar lingkungan sekolah.

Dari perspektif psikologis, Drever (dalam Embong, 2021) mendefinisikan disiplin sebagai kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku internalnya agar selaras dengan norma atau aturan yang ditetapkan secara eksternal. Definisi ini mengimplikasikan bahwa disiplin secara psikologis merujuk pada kapasitas seseorang untuk menyesuaikan tindakannya dengan regulasi yang berlaku. Senada dengan pandangan tersebut, Shofiyati (dalam Novianti & Hunainah, 2020) mengemukakan bahwa disiplin merupakan manifestasi tingkah laku yang menunjukkan ketataan individu terhadap peraturan dan konvensi sosial sesuai dengan konteks waktu dan tempat.

Berdasarkan observasi awal dan wawancara yang dilakukan selama kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Palembang, teridentifikasi sejumlah peserta didik yang menunjukkan perilaku kurang disiplin. Subjek penelitian ini, yang terdiri dari delapan peserta didik, dipilih berdasarkan rekomendasi Guru Bimbingan dan Konseling (BK) merujuk pada hasil Analisis Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yang mengindikasikan adanya permasalahan kedisiplinan. Beberapa bentuk pelanggaran disiplin yang ditemukan antara lain ketidaksesuaian seragam sekolah dengan aturan yang berlaku, yang oleh beberapa konseli diakui sebagai akibat dari kurangnya rasa percaya diri dan pengaruh teman sebaya untuk memodifikasi seragam. Selain itu, masalah keterlambatan masuk sekolah juga menjadi sorotan, dengan berbagai faktor penyebab seperti perasaan sedih akibat jauh dari orang tua yang diperberat dengan tanggung jawab sebagai sekretaris OSIS sehingga menurunkan motivasi belajar, serta kelelahan akibat aktivitas belajar yang berujung pada bangun kesiangan. Temuan-temuan ini mengindikasikan perlunya intervensi melalui layanan konseling kelompok bagi peserta didik yang teridentifikasi.

Penelitian relevan yang dilakukan oleh Andrianti et al. (2023) mengenai “Konseling Kelompok Dengan Teknik Berfokus Pada Solusi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di Mts Al-Uswah Kuala” menunjukkan bahwa intervensi konseling kelompok dengan teknik berfokus pada solusi mampu meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII-4 MTs Al-Uswah Kuala. Peningkatan tersebut diverifikasi melalui analisis persentase dan skor rata-rata sebelum dan sesudah tindakan, yang mengindikasikan transisi motivasi belajar dari kategori rendah ke kategori tinggi.

Menurut Latipun (dalam Pertiwi et al., 2023), konseling kelompok adalah suatu bentuk layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok, di mana konselor memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu anggota dalam memberikan umpan balik dan menciptakan pengalaman belajar bersama. Natawidjaja (2023) menambahkan bahwa konseling kelompok merupakan proses interpersonal yang dirancang untuk menumbuhkan kemampuan anggota kelompok dalam menghadapi berbagai persoalan melalui atmosfer kelompok yang suportif.

Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling dalam penelitian ini mengimplementasikan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). Pendekatan SFBC telah terbukti dapat diaplikasikan untuk mengatasi beragam permasalahan, seperti Copyright (c) 2025 MANAJERIAL: Jurnal Inovasi Manajemen dan Supervisi Pendidikan



prokrastinasi akademik, perundungan (*bullying*), dan isu-isu keluarga, dengan keunggulan durasi intervensi yang relatif singkat. Lebih lanjut, pendekatan ini bertujuan untuk melatih peserta didik agar mampu menjadi pemecah masalah (*problem solver*) yang efektif bagi dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai tantangan di masa mendatang (Dartina et al., 2024).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK). Penelitian ini dilakukan secara kolaboratif dengan tujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran dan bimbingan yang dilakukan di kelas X.5 SMA Negeri 1 Palembang. Metode ini dipilih untuk meningkatkan kedisiplinan diri peserta didik melalui pendekatan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) dengan menggunakan lembar *From Scalling Question*. Penelitian tindakan Bimbingan dan konseling ini dilakukan pada kelas X.5 di SMA Negeri 1 Palembang dengan jumlah 8 peserta didik. Pemilihan subjek dilakukan dengan cara purposive sampling, yaitu memilih siswa yang membutuhkan konseling kelompok. dalam hal Penelitian ini akan dilaksanakan dalam dua siklus yang terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan ialah observasi dan angket. Angket yang digunakan menggunakan skala likert 4 yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), dan tidak pernah (TP). Angket yang sudah valid sebanyak 25 pernyataan.

Pada penelitian ini penulis menggunakan analisis data deskriptif kualitatif, penilaian yang dilakukan pada penelitian ini yaitu menjelaskan tentang kedisiplinan peserta didik yang diperoleh dari hasil pengamatan selama proses pemberian layanan berdasarkan hasil persentase skor terhadap meningkatnya kedisiplinan peserta didik menggunakan angket. Sedangkan, teknik analisis persentase dilakukan untuk mengetahui berhasil atau tidaknya tindakan yang dilakukan dalam penelitian. Hal ini dilihat dari seberapa persentase tingkat keberhasilan yang ingin dicapai dilihat dari peningkatan percaya diri siswa. Menurut (Maulana & Prasetyawan, 2022) rumus analisis persentase sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

Keterangan:

P: Persentase yang dihitung

F: Frekuensi yang dieperoleh

N: Jumlah keseluruhan responden/data

Nilai persentase yang diperoleh selanjutnya dibandingkan dengan kriteria persentase untuk ditarik kesimpulan. Adapun Langkah-langkah pembuatan kriteria persentase sebagai berikut:

Persentase skor maksimal = $(4 \times 4) \times 100\% = 100\%$

Persentase skor maximum = $(1:4) \times 100\% = 25\%$

Rentang persentase skor = $100\% - 25\% = 75\%$

Banyak kriteria = 5 (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi)

Panjang kelas interval = rentang : banyaknya interval = $75\% : 5 = 15\%$

Berdasarkan perhitungan diatas maka kriteria penilaian tingkat kedisiplinan peserta didik adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria penelitian

Interval	Kriteria
85%-100%	Sangat Tinggi
70%-85%	Tinggi

55%-70%	Sedang
40%-55%	Rendah
25%-40%	Sangat Rendah

Indikator keberhasilan dalam penelitian ini yaitu naiknya perilaku disiplin yang dilakukan oleh peserta didik. Penelitian ini dapat dikatakan berhasil apabila perilaku disiplin yang dilakukan peserta didik setalah diberikan layanan konseling kelompok behavioral teknik form scalling question berada pada rentang skor tinggi yaitu antara 70%-85%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Pra Siklus

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Palembang dengan menggunakan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK). Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan persiapan untuk menunjang kelancaran penelitian. Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini untuk mengetahui dan mengentaskan permasalahan kedisiplinan di SMA Negeri 1 Palembang dengan memberikan layanan konseling kelompok pendekatan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question*. Peneliti melakukan tahap pra siklus untuk memperoleh gambaran awal tingkat kedisiplinan peserta didik secara keseluruhan dengan melakukan pengamatan dan memberikan kuesioner secara klasikal kepada 36 peserta didik di kelas X.5. Adapun hasil pra siklus yang sudah dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Pra Siklus Kedisiplinan Keseluruhan

Tingkat presentasi	Tingkat Kedisiplinan	Banyak peserta didik	Jumlah	Rata-Rata
85% - 100%	Sangat Tinggi	2		
70% - 85%	Tinggi	4		
55% - 70%	Sedang	22	2135	59%
40% - 55%	Rendah	8		
25% - 40%	Sangat Rendah	0		
Jumlah		36		

Pada tahap pra siklus didapatkan hasil persentase kedisiplinan dari 36 peserta didik secara klasikal sebesar 59%. Didapatkan sebanyak 8 peserta didik yang memiliki tingkat kedisiplinan yang masuk kedalam kategori “rendah”, sebanyak 22 peserta didik dalam kategori “sedang”, 4 peserta didik dalam kategori “tinggi” dan 2 peserta didik dalam kategori “sangat tinggi”. Dari hasil tersebut peserta didik yang masuk dalam kategori “rendah” harus diberikan layanan konseling kelompok. Selain itu, peneliti juga menjelaskan langkah-langkah dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti berperan sebagai guru BK (pemimpin kelompok). Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.

B. Siklus I

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap proses tindakan yang sudah dilaksanakan yaitu konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* pada kegiatan siklus I maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 3 . Hasil Kedipilinan Siswa Setelah Tindakan Siklus I

Responden	Tingkat Persentase	Tingkat Kedisiplinan	Banyak Peserta Didik	Jml	Rata-Rata
K1	69%	Sedang			
K2	64%	Sedang			
K4	59%	Sedang			
K5	64%	Sedang			
K6	67%	Sedang			
K8	64%	Sedang			
K3	55%	Rendah			
K7	54%	Rendah			
Total			8		

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil rata-rata dari tindakan siklus I sebesar 62% yang mana dari 8 orang siswa, 2 siswa memiliki tingkat kedisiplinan dalam kategori rendah, 6 peserta didik dalam kategori sedang. Oleh karena itu peneliti akan melakukan tindakan tahap siklus II, dikarenakan hasil dari tindakan siklus I belum mencapai target ketuntasan dari keberhasilan yaitu kategori tinggi. Adapun hasil perbandingan pra siklus dan siklus I disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4 Perbandingan Data Pra Siklus dan Siklus I Kedisiplinan Peserta didik

Kategori	Pra Siklus		Siklus I	
	F	%	F	%
Sangat Tinggi	2		0	
Tinggi	4		0	
Sedang	22	59%	6	62%
Rendah	8		2	
Sangat Rendah	0		0	
Total		36	8	

Berdasarkan tabel perbandingan dari pra siklus dan hasil tindakan pada siklus I, didapatkan hasil 8 dari 30 siswa memiliki tingkat perilaku kedisiplinan kategori “rendah” dengan rata-rata persentase 59% pada pra siklus. Tindakan pada siklus I berfokus pada 8 siswa dengan kategori “rendah” dengan diberikannya layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* yang didapatkan hasil adanya peningkatan namun belum signifikan. Dari hasil siklus I didapatkan 6 siswa dalam kategori “sedang”, 2 siswa dalam kategori “rendah”, dengan hasil rata-rata persentase siklus I yaitu 62%. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan jumlah siswa yang berada pada kategori rendah akan tetapi kondisi tersebut belum sepenuhnya memenuhi target yang ditetapkan. Oleh karena itu peneliti masih harus melanjutkan kegiatan tindakan ke siklus II.

C. Siklus II

Hasil dari pengamatan terhadap proses tindakan yang sudah dilaksanakan yaitu konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* pada kegiatan siklus II. Setelah melaksanakan layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Kedisiplinan Siswa Setelah Tindakan Siklus II

Responden	Tingkat Persentase	Tingkat Kedisiplinan	Banyak Peserta Didik	Jml	Rata-Rata
K1	75%	Tinggi			
K4	73%	Tinggi			
K5	73%	Tinggi	5		
K6	82%	Tinggi			
K8	74%	Tinggi		574	72%
K2	67%	Sedang			
K3	64%	Sedang	3		
K7	66%	Sedang			
Total			8		

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil rata-rata dari tindakan siklus II sebesar 72% dari 8 orang siswa, 5 peserta didik memiliki tingkat kedisiplinan dalam kategori “tinggi” dan 3 peserta didik dalam kategori “sedang”. Dari hasil tersebut menunjukkan 5 dari 8 siswa terjadi peningkatan perilaku kedisiplinan setelah diberikannya layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question*. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pengentasan masalah kedisiplinan peserta didik sudah tuntas dan penelitian ini cukup dilakukan dengan dua siklus saja. Adapun hasil perbandingan siklus I dan siklus II disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5 Perbandingan Data Siklus I dan Siklus II Kedisiplinan Peserta Didik

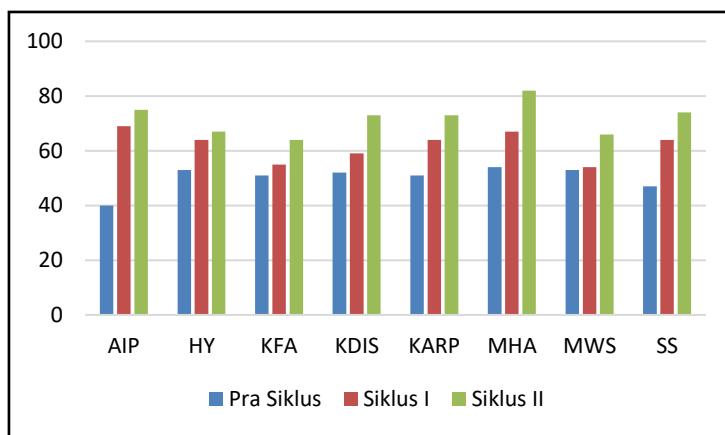
Kategori	Siklus I		Siklus II	
	F	%	F	%
Sangat Tinggi	0		0	
Tinggi	0		5	
Sedang	6	62%	3	72%
Rendah	2		0	
Sangat Rendah	0		0	
Total		8	8	

Berdasarkan tabel data perbandingan siklus I dan siklus II di atas, didapatkan hasil adanya peningkatan secara signifikan dari perilaku kedisiplinan peserta didik. Dari hasil data siklus I dan II menunjukkan adanya peningkatan implementasi dari layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* untuk mereduksi perilaku Kedisiplinan peserta didik. Jika dibandingkan secara keseluruhan pada siklus I masih ada 2 peserta didik berada pada kategori “rendah”, sedangkan pada siklus II seluruh peserta didik berada pada kategori “sedang” dan “tinggi”. Peningkatan jumlah peserta didik dalam kategori rendah dari 2 siswa di siklus I menjadi 5 siswa di siklus II menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* yang diterapkan memiliki efektivitas yang baik

dalam membantu siswa meningkatkan perilaku kedisiplinan. Adapun hasil perbandingan data pra siklus, siklus I, dan siklus II, yaitu sebagai berikut:

Tabel 6 Perbandingan Data Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II Kedisiplinan peserta didik

Kategori	Pra Siklus		Siklus I		Siklus II	
	F	%	F	%	F	%
Sangat Tinggi	2		0		0	
Tinggi	4		0		5	
Sedang	22	59%	6	62%	3	72%
Rendah	8		2		0	
Sangat Rendah	0		0		0	
Total	36		8		8	



Gambar 2 Diagram Perbandingan percaya diri siswa antara Pra Siklus, Hasil Siklus I dan Siklus II

Berdasarkan data pada tabel dan digambarkan pada diagram grafik perbandingan di atas didapatkan hasil dari pra siklus, siklus I, dan siklus II menunjukkan adanya peningkatan tingkat perilaku kedisiplinan peserta didik secara signifikan. Banyaknya siswa dengan kategori "rendah" mengalami peningkatan dari 8 siswa pada pra siklus menjadi 2 siswa di siklus I, dan 0 siswa di siklus II. Pada siklus II 3 peserta didik menjadi kategori "sedang" dan 5 peserta didik dalam kategori "tinggi". Sehingga dapat disimpulkan bahwa implementasi layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scalling Question* efektif untuk meningkatkan tingkat kedisiplinan peserta didik.

Pembahasan

Penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dilakukan di kelas X.5 SMA Negeri 1 Palembang yang telah terlaksana sebanyak dua siklus untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Pada tahap pra siklus, peneliti melakukan pengamatan awal terhadap perilaku kedisiplinan peserta didik kelas X.5 yang berjumlah 36 orang dengan menyebarkan kuesioner secara klasikal. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada dalam kategori "sedang" (22 siswa), diikuti oleh kategori "rendah" (8 siswa), "tinggi" (4



siswa), dan "sangat tinggi" (2 siswa), dengan rata-rata persentase kedisiplinan sebesar 59%.

Berdasarkan data tersebut, 8 peserta didik yang berada pada kategori "rendah" menjadi subjek tindakan lebih lanjut.

Pada siklus I, 8 siswa yang tergolong dalam kategori "rendah" diberikan layanan konseling kelompok SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scaling Question*. Layanan ini dilaksanakan dalam satu sesi pada tanggal 22 April 2025. Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan perilaku kedisiplinan, dengan rata-rata mencapai 62%. 6 siswa naik ke kategori "sedang" dan 2 siswa masih berada pada kategori "rendah". Meskipun terjadi peningkatan, hasil ini belum mencapai target yang diharapkan yaitu kategori "tinggi" (70%-85%), sehingga dilakukan tindakan lanjut pada siklus II. Pada siklus II yang dilaksanakan tanggal 29 April 2025, 8 siswa kembali diberikan layanan konseling kelompok. Hasil tindakan menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan rata-rata persentase mencapai 72%. Lima siswa mencapai kategori "tinggi", dan tiga siswa berada pada kategori "sedang". Dengan demikian, tidak ada lagi siswa yang berada pada kategori "rendah".

Perbandingan dari ketiga tahap menunjukkan perkembangan positif: pada pra siklus terdapat 8 siswa dalam kategori "rendah", siklus I menurun menjadi 2 siswa, dan pada siklus II menjadi 0. Sebaliknya, jumlah siswa dalam kategori "tinggi" meningkat dari 4 (pra siklus) menjadi 5 (siklus II). Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) teknik *Form Scaling Question* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

Hasil ini didukung oleh penelitian dari (Habsy et al., 2024) yang menemukan bahwa penerapan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) dengan teknik scaling question mampu meningkatkan kesadaran dan motivasi internal siswa dalam memperbaiki perilaku indisipliner di lingkungan sekolah. Selain itu, penelitian oleh Rahmawati & Prasetya (2022) menunjukkan bahwa konseling kelompok berbasis solusi dapat meningkatkan kontrol diri dan ketaatan siswa terhadap aturan sekolah secara signifikan.

Teknik *Form Scaling Question* terbukti menjadi alat yang ampuh dalam memberdayakan siswa untuk melakukan identifikasi masalah secara konkret, melakukan evaluasi mendalam terhadap tingkat keparahan isu yang mereka hadapi, serta menumbuhkan komitmen yang kuat terhadap proses perubahan. Sejalan dengan hal ini, pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), dengan fokus utamanya pada kekuatan dan solusi yang dimiliki individu, secara efektif membantu siswa dalam menggali potensi diri mereka. Proses ini memungkinkan siswa untuk memperbaiki perilaku tanpa harus terbebani oleh analisis mendalam terhadap permasalahan di masa lalu. Penekanan pada aset dan solusi yang ada dalam diri siswa menciptakan pandangan yang lebih optimis dan proaktif terhadap perubahan perilaku (Wiretna et al, 2020; Aprila, 2023; Novella et al, 2022; Lestari & Astuti, 2024)

Temuan penelitian ini selaras dengan berbagai kajian teoretis dan bukti empiris yang telah ada sebelumnya, yang secara konsisten menunjukkan efektivitas pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam menangani berbagai masalah perilaku, termasuk di antaranya adalah kedisiplinan. Studi oleh Franklin et al (2017) dalam *Journal of Systemic Therapies* menunjukkan bahwa intervensi SFBC secara signifikan meningkatkan perilaku positif dan mengurangi perilaku negatif pada remaja. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lee & Selekman (2018) dalam buku *Solution-Focused Brief Therapy: A Multicultural Approach* menyoroti bagaimana prinsip-prinsip SFBC, seperti fokus pada solusi, keterlibatan aktif siswa dalam proses konseling, dan penekanan pada pemberdayaan individu, menjadi faktor kunci dalam keberhasilan intervensi perilaku. Dengan demikian, pendekatan SFBC menawarkan kerangka kerja yang konstruktif dan berorientasi pada masa depan untuk mengatasi tantangan kedisiplinan di lingkungan pendidikan.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan bimbingan konseling yang dilaksanakan melalui dua siklus, dapat ditarik kesimpulan utama bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dan teknik *Form Scaling Question* secara efektif mampu meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Peningkatan ini terbukti melalui peningkatan rata-rata kedisiplinan siswa dari 59% pada tahap pra siklus, menjadi 62% pada siklus I, dan kemudian melonjak signifikan menjadi 72% pada siklus II. Lebih lanjut, tingkat kedisiplinan peserta didik menunjukkan perbaikan yang substansial, tercerminkan dari berkurangnya jumlah siswa dalam kategori "rendah" dari delapan siswa pada pra siklus menjadi hanya dua siswa pada siklus I, dan akhirnya tidak ada lagi siswa dalam kategori tersebut pada siklus II. Bahkan, sebanyak lima dari delapan siswa yang sebelumnya berada dalam kategori rendah berhasil mencapai kategori "tinggi" setelah implementasi tindakan pada siklus II. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan SFBC dengan teknik *Form Scaling Question* berhasil memfasilitasi peserta didik dalam menanggulangi isu kedisiplinan melalui proses identifikasi solusi yang realistik, penumbuhan motivasi dari dalam diri, serta stimulasi refleksi diri yang aktif. Dengan demikian, pendekatan ini layak dipertimbangkan sebagai alternatif strategi yang efektif dalam layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah untuk mengatasi berbagai permasalahan terkait kedisiplinan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianti, S., et al. (2023). Konseling kelompok dengan teknik berfokus pada solusi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di MTS Al-Uswah Kuala. *Journal of Student Research (JSR)*, 1(1).
- Aprila, A., et al. (2023). Individual counseling practice with solution-focused brief counseling in cross-cultural counseling. *ProGCounts: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 4(2), 71–77.
- Dartina, V., et al. (2024). Systematic literature review: Penerapan layanan konseling kelompok solution focused brief therapy (SFBT) pada peserta didik di sekolah menengah. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 36–46. <https://doi.org/10.30653/001.202481.319>
- Embong, M. (2021). Upaya meningkatkan kedisiplinan siswa kelas VIII pada SMP Negeri 1 Suppa melalui layanan bimbingan sosial. *Kependidikan Media*, 10, 103–117.
- Franklin, C., et al. (2017). Solution-focused brief therapy with children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of Systemic Therapies*, 36(2), 1–17.
- Habsy, B. A., et al. (2024). Pendekatan solution focused brief counseling dalam konseling kelompok. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 1(4), 14–23. <https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.515>
- Lee, M. Y., & Selekman, M. D. (2018). *Solution-focused brief therapy: A multicultural approach*. Routledge.
- Lestari, R., & Astuti, B. (2024). The effectiveness of solution-focused brief therapy to reduce Generation Z anxiety in the age of disruption. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 6(3), 14.
- Maulana, R., & Prasetyawan, H. (2022). Upaya meningkatkan percaya diri melalui bimbingan kelompok teknik permainan simulasi siswa kelas X IPS 1 SMAN 7 Yogyakarta. *Jurnal Pahlawan: Publikasi Pendidikan dan Kewarganegaraan*, 4(4), 1–8. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/download/5215/3655/19672>
- Natawidjaja. (2023). Konseling kelompok sebagai proses interpersonal. *Jurnal Attending*, 4(1).



- Novella, J. K., et al. (2022). A comparison of online and in-person counseling outcomes using solution-focused brief therapy for college students with anxiety. *Journal of American College Health*, 70(4), 1161–1168.
- Novianti, V., & Hunainah. (2020). Hubungan kedisiplinan dan pemahaman ayat-ayat Al-Qur'an dengan akhlak siswa (studi di MAN 2 Kota Serang). *Qathruna*, 7, 1–17.
- Pertiwi, K. A., et al. (2023). Penerapan layanan konseling kelompok dalam mengatasi kesulitan belajar siswa akuntansi kelas XI di SMK Negeri 1 Kutacane. *Jurnal KIP: Kajian Ilmu Pendidikan*, 2(2), 120–128. <https://jurnal.risetilmiah.ac.id/index.php/jkip/article/download/356/266/976>
- Rahmawati, N., & Prasetya, A. (2022). Penerapan konseling kelompok berbasis solusi dalam meningkatkan disiplin siswa SMA. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 18(1), 55–63. <https://doi.org/10.25037/jpp.181.05>
- Wiretna, C. D., et al. (2020). Effectiveness of solution-focused brief counseling to reduce online aggression of student. *Universal Journal of Educational Research*, 8(3), 1092–1099.