



**EFIKASI KONSELING SINGKAT BERFOKUS SOLUSI
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PROBLEM
SOLVING* SISWA DI SMP NEGERI 22 SEMARANG**

SKRIPSI

**Disajikan sebagai salah satu syarat
Memperoleh gelar sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling S1**

**oleh
Retno Yolanda Prasinta
1301415002**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Retno Yolanda Prasinta

NIM : 1301415002

Program Studi : Bimbingan dan Konseling S1

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi dengan judul "Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang" benar benar hasil karya sendiri, bukan buatan orang lain, dan tidak menjiplak karya tulis orang lain baik sebagian atau seluruhnya. Adapun pendapat atau temuan dari orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan ketentuan kode etik ilmiah.

Semarang, 01 Juli 2019

Yang membuat pernyataan



Retno Yolanda Prasinta

NIM. 1301415002

PENGESAHAN

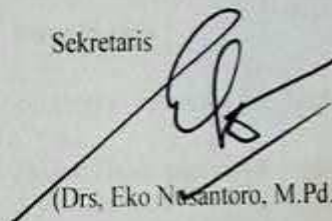
Skripsi dengan judul “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang” disusun oleh Retno Yolanda Prasinta dengan NIM 1301415002 telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, 15 Agustus 2019.

PANTIA :



(Dr. Sunngkono Edy M. S.Pd., M.Si)
NIP. 1968070 420050 1 1001

Sekretaris



(Drs. Eko Nisantoro, M.Pd., Kons)
NIP. 1960020 519980 2 1001

Penguji 1.



(Drs. Heru Mugiarto, M.Pd., Kons)
NIP. 19610602 19840 3 1002

Penguji 2.



(Dra. M.Th. Sri Hartati, M.Pd., Kons)
NIP. 19601228 198601 2 001

Penguji 3.



(Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D)
NIP. 19771223 200501 1 0001

MOTTO & PERSEMBAHAN

Lakukan apa yang seharusnya kamu lakukan, dan bukan untuk lemah apa lagi pantang menyerah, karena ingatlah bahwa doa dan usaha adalah pembuka gerbang kemustahilan yang nyata.

(R. Yolanda Prasinta)

Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Jurusan Bimbingan dan Konseling,

Fakultas Ilmu Pendidikan,

Universitas Negeri Semarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa, Maha Pengasih lagi lagi Maha Penyayang, sebab dengan karunia-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan penuh kelancaran. Shalawat salam tetap tercurahkan keharibaan baginda tercinta Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umatnya dari zaman kegelapan menuju zaman kebenaran sesungguhnya.

Penulisan skripsi yang berjudul “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang” ini sebagai dorongan peneliti untuk setiap individu dalam menyambut kehidupan era industri 4.0 yang dimulai tahun 2020 yang didukung dengan data empirik yang ada dilapangan bahwa kebanyakan individu terutama siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) masih memiliki keterampilan *problem solving* yang rendah, maka dengan itu peneliti merasa prihatin dan berusaha untuk meningkatkan keterampilan *problem solving* melalui adanya konseling singkat yang berfokus pada solusi.

Skripsi ini sebagai langkah penulis mendapatkan gelar S1 Jurusan Bimbingan dan Konseling dari Unnes. Di dalam skripsi ini terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian awal, bagian pokok (nas), dan bagian akhir. Bagian awal adalah bagian yang dimulai dari sampul sampai dengan sebelum bab pendahuluan. Bagian pokok adalah bagian yang dimulai dari bab pendahuluan sampai bab penutup. Bagian akhir adalah bagian sesudah bab penutup, yaitu daftar pustaka,

lampiran, dan daftar indeks (bila ada). Pada kesempatan ini, penulis sekaligus mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman M.Hum, Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh jenjang pendidikan S1 di Unnes.
2. Dr. Achmad Rifa'i RC, M.Pd , Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin penelitian.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memperlancar segala bentuk administrasi skripsi penulis.
4. Mulawarman S.Pd., M.Pd., Ph.D, dosen Pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar dan dapat menyematkan gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.
5. Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo M.Pd., Kons. Dosen wali penulis yang telah memberikan motivasi dan dukungan untuk segera menyelesaikan skripsi.
6. Kusnarto, M.Pd., Kons, Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kelancaran urusan administrasi skripsi penulis.
7. Drs. Heru Mugiarto, M.Pd, Kons, selaku penguji 1 dalam ujian skripsi yang telah memberikan bimbingan, serta memperlancar penyelesaian skripsi.
8. Dra. M.Th. Sri Hartati, M.Pd., Kons, selaku penguji 2 yang telah memberikan arahan dan memberikan kelancaran dalam penyelesaian skripsi.

9. Segenap dosen FIP yang telah mentransfer ilmunya kepada penulis. Semoga ilmu yang penulis dapatkan bisa segera diamankan dalam dunia kerja dan kehidupan sehari-hari di masyarakat.
10. Kepala sekolah, guru BK, guru dan staff SMP Negeri 22 Semarang yang telah membantu dan memfasilitasi pelaksanaan selama penelitian.
11. Orangtua penulis Bapak Suradi, dan Ibu Tri Hastuti, yang selalu mendoakan, memberikan motivasi materiil dan non materiil pada penulis untuk segera menyelesaikan skripsi.
12. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semarang, 01 Juli 2019

Penulis,

ABSTRAK

Prasinta, Retno Yolanda. 2019. Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing (1) Mulawarman S. Pd., M.Pd., Ph.D.

Kata kunci : Efikasi; Konseling Singkat Berfokus Solusi; *Problem Solving*

Tujuan dari penelitian ini dilakukan adalah untuk menganalisis keterampilan *problem solving* siswa sebelum diberikan perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi, dan keterampilan *problem solving* siswa sesudah diberikan perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi, serta untuk membuktikan efikasi pemberian perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi terhadap keterampilan *problem solving* siswa SMP Negeri 22 Semarang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen *one group pretest posttest design*. Populasinya adalah siswa SMP Negeri 22 Semarang dan sebagai subyek penelitian adalah 6 (enam) siswa yang memenuhi kriteria inklusi penelitian. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala penyelesaian masalah. Dengan hasil reliabilitasnya adalah 0,973. Dengan teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dengan melihat *mean dan standart deviasi*, dan uji hipotesis menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa hasil uji *wilcoxon* yang telah dilakukan yaitu $Z = 2,201$, $P < 0,05$ yaitu 0,028 sehingga keputusan hipotesisnya adalah terdapat pengaruh signifikan pemberian perlakuan (*treatment*) Konseling Singkat Berfokus Solusi pada konseli terhadap keterampilan *problem solving* siswa di SMP Negeri 22 Semarang.

Sehubungan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa penerapan layanan Konseling Singkat Berfokus Solusi sudah teruji dan terbukti dapat meningkatkan keterampilan *problem solving*, maka diharapkan konselor sekolah dapat lebih kreatif dan inovatif dalam rangka untuk membantu perkembangan optimal siswanya.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO&PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN TEORI	
2.1 Penelitian Terdahulu.....	11
2.2 Pemecahan Masalah (<i>problem solving</i>).....	14
2.3 Konsep Konseling Singkat Berfokus Solusi.....	23
2.4 Kerangka Berpikir.....	37
2.5 Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	40
3.1.1 Pengukuran Sebelum (<i>Pre-test</i>).....	41
3.1.2 Perlakuan (<i>Treatment</i>).....	42
3.1.3 Penilaian Sesudah (<i>Post-test</i>).....	42
3.2 Variabel Penelitian.....	43

3.2.1	Identifikasi Variabel.....	43
3.2.2	Hubungan Antar Variabel.....	44
3.2.3	Definisi Operasional.....	44
3.3	Subyek penelitian.....	45
3.4	Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	46
3.4.1	Metode Pengumpulan Data.....	47
3.4.2	Alat Pengumpulan Data.....	47
3.4.3	Panduan Perlakuan.....	50
3.5	Validitas dan Reliabilitas.....	52
3.5.1	Uji Validitas.....	52
3.5.2	Reliabilitas.....	54
3.6	Analisis Data.....	55
3.6.1	Teknik Analisis Data Deskriptif.....	56
3.6.2	Uji Hipotesis.....	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian.....	58
4.1.1	Tingkat Keterampilan <i>Problem Solving</i> Siswa SMP Negeri 22 Semarang Sebelum (<i>Pre-test</i>) Konseling Singkat Berfokus Solusi Pada Setiap Subyek Penelitian.....	58
4.1.2	Tingkat Keterampilan <i>Problem Solving</i> Siswa SMP Negeri 22 Semarang Sesudah (<i>Post-test</i>) diberikan Konseling Singkat Berfokus Solusi Pada Setiap Subyek Penelitian.....	61
4.1.3	Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan <i>Problem Solving</i> Siswa di SMP Negeri 22 Semarang.....	63
4.1.4	Hasil Uji Hipotesis.....	66
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian.....	67
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	70

BAB V PENUTUP

5.1 Simpulan..... 71

5.2 Saran..... 72

DAFTAR PUSTAKA..... 73

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Jumlah Total Siswa.....	45
Tabel 3.2 Kriteria Subyek Penelitian.....	46
Tabel 3.3 Kategori Nilai Skala Penyelesaian Masalah.....	48
Tabel 3.4 Interval Kategori Penilaian.....	49
Tabel 3.5 Kisi-kisi Skala Penyelesaian Masalah.....	50
Tabel 3.6 Panduan Rencana Konseling.....	51
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Menggunakan <i>Product Moment</i>	53
Tabel 3.8 Kategori Tingkat Konsistensi Instrumen didasarkan Skor <i>Alpha Cronbach</i>	55
Tabel 4.1 Hasil Perhitungan <i>Pre-test</i> Pada Setiap Subyek Penelitian.....	59
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan <i>Pre-test</i> Pada Setiap Indikator.....	60
Tabel 4.3 Keterampilan <i>Problem Solving Post-test</i> Konseling Singkat Berfokus Solusi Pada Setiap Subyek Penelitian.....	61
Tabel 4.4 Hasil <i>Post-test</i> Keterampilan <i>Problem Solving</i> Setiap Indikator.....	62
Tabel 4.5 Hasil Perhitungan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tingkat Keterampilan <i>Problem Solving</i> Siswa Pada Setiap Subyek Penelitian.....	63
Tabel 4.6 Hasil Perhitungan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tingkat Keterampilan <i>Problem Solving</i> Siswa Pada Setiap Indikator.....	64
Tabel 4.7 Skala Ketercapaian Keterampilan <i>Problem Solving Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Konseling Singkat Berfokus Solusi.....	66
Tabel 4.8 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i>	66
Tabel 4.9 Pola Keterampilan <i>Problem Solving</i> Siswa Berdasarkan Hasil Konseling Singkat Berfokus Solusi.....	70

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.....	38
Bagan 3.1 Pola Desain Penelitian.....	41
Bagan 3.2 Hubungan Antar Variabel.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 01. Panduan Perlakuan.....	78
Lampiran 02. Kisi-kisi Instrumen.....	79
Lampiran 03. Instrumen Penelitian.....	80
Lampiran 04. Hasil <i>Pre-test</i>	83
Lampiran 05. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	86
Lampiran 06. Hasil Pemilihan Konseli.....	87
Lampiran 07. RPL Konseling individu, Lembar evaluasi pelaksanaan.....	88
Lampiran 08. Hasil <i>Post-test</i>	88
Lampiran 09. Rekaman Konseling, <i>Informed Consent</i> Lembar Kerja, Lembar Kepuasan Pasca Konseling.....	89
Lampiran 10. Verbatim Konseling.....	113
Lampiran 11. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	149
Lampiran 12. Surat Pengantar Validator.....	150
Lampiran 13. Penilaian Validasi Instrumen.....	151
Lampiran 14. Dokumentasi.....	152

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab pendahuluan berikut, peneliti menyajikan ada beberapa sub bagian yaitu : Latar belakang masalah, Rumusan masalah, Tujuan penelitian, dan Manfaat penelitian yang dilakukan.

1.1 Latar Belakang Masalah

Kaya, Izgiol, dan Kesan (2014) menyatakan bahwa *problem solving* merupakan kemampuan menyelesaikan masalah dalam diri seseorang yang melibatkan pemikiran kritis, logis, dan sistematis. Dikatakan kemampuan dasar individu, Karena pemecahan masalah adalah keterampilan kognitif yang bersifat kompleks, maka dalam suatu pemecahan masalah merupakan proses terdiri dari menemukan solusi-solusi yang efektif dan kreatif yang paling sesuai dengan indikator permasalahan individu (Anderson, 2009).

Menurut (Surur, Triyono, dan Dany: 2016) bahwa remaja ideal itu mengacu fase dan tugas perkembangan yang memiliki keterampilan memecahkan masalah yang tinggi atau pemecah masalah (*problem solver*) dengan diantaranya cenderung berhasil dalam kehidupan efektif sehari-hari, yaitu sesuai fase dan tugas perkembangannya. Dari hal tersebut dapat ditemukan bahwa remaja yang memiliki karakteristik *problem solver* diketahui memiliki karakteristik dalam mendapati masalah, diantaranya yaitu dapat memahami masalah, serta individu

dapat lebih merasa tertantang dan memiliki keuletan serta ketangguhan dalam upaya menemukan jalan keluar atas permasalahannya.

Sejatinya kehidupan individu tidak akan bebas dari masalah dalam setiap kondisi. Baik itu tingkat permasalahan yang rendah, sedang, hingga tinggi. Permasalahan timbul karena stimulus yang menuntut adanya suatu respon tertentu untuk menyelesaikannya, sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Maka, seorang individu dituntut memiliki kemampuan dalam berpikir dan memiliki solusi-solusi yang kreatif dan efektif dalam penyelesaian setiap permasalahannya. Bisa dibidang keterampilan *problem solving* adalah kemampuan yang melingkupi keterampilan unggul yang dimiliki seorang manusia (Chi & Glaser dalam Matlin, 1989) menyatakan bahwa dalam memecahkan masalah, individu tidak hanya melalui kemampuan kognitif, tetapi berfikir kritis juga berperan kreatif dalam upaya pencarian jalan keluar masalah tersebut.

Keterampilan pemecahan masalah adalah rangkaian yang terdiri dari menemukan alternatif solusi yang sesuai dengan masalah yang dialaminya sampai pada upaya penyelesaiannya dinyatakan (Eskin, 2013). Suatu cara menemukan arti dari adanya suatu peristiwa untuk ditemukan cara penyelesaiannya menurut Polya dalam Warli (2006: 390). Keterampilan ini dapat pula dikatakan sebagai langkah-langkah yang memberikan anjuran penyelesaian suatu permasalahan dengan memberikan anjuran pada cara penyelesaian masalah yang dapat diterima dengan logika manusia (dalam Gulo,2002).

Dari penelitian Menmun, bahwa *problem solving* itu membantu individu ketika menghadapi masalah dalam kehidupannya merupakan sasaran utama dunia pendidikan sekarang sebagaimana (D.S., Lynn. C. Hart, dan Akkaya, 2012).

Berdasarkan pendapat ahli, disimpulkan individu penting untuk memiliki keterampilan *problem solving* sebagai bekal hidupnya sehari-hari. Kemampuan *problem solving* terlebih dibutuhkan siswa untuk menyelesaikan berbagai persoalan yang dihadapi. Karena, keterampilan *problem solving* merupakan keterampilan alami untuk mencari jalan keluar dari suatu persoalan disitu mencakup kemampuan kognitif yang kompleks.

Huitt, W (1992) menyatakan pemecahan masalah merupakan suatu proses melihat dan menyelesaikan adanya kesenjangan antara tujuan kedepan dan kenyataan yang ada pada saat ini, dikerenakan dengan berbagai hal yang diketahui dan yang tidak dapat diketahui. Umumnya, permasalahan tersebut muncul bukan di depan namun memang sedang dialami, dan beberapa individu menyelesaikannya dengan cara-cara tertentu berdasarkan pengalaman-pengalaman yang sudah dilewati diri sendiri atau dari orang lain. Disisi lain, penyelesaian masalah merupakan istilah yang berkaitan dengan pemecahan masalah dan pada kenyataannya keduanya memang memiliki makna yang saling sejalan.

Fakta empiris di lapangan, menunjukkan keterampilan *problem solving* masih sedang hingga rendah, sehingga perlunya upaya dan strategi untuk meningkatkan keterampilan *problem solving* remaja khususnya siswa Sekolah Pertama. (Surur, Triyono, dan Dany, 2016) menyimpulkan sebagian besar dari hasil *need assesment* bimbingan dan konseling di beberapa Sekolah Menengah

Pertama Negeri Provinsi Jawa Timur ditemukan sekitar masih banyak responden yang membutuhkan keterampilan *problem solving* dalam kategori segera.

Selanjutnya, bahwa dorongan dan kegiatan belajar memiliki pengaruh pada keterampilan pemecahan masalah siswa. Sehingga dari beberapa penelitian tersebut membawa suatu keterampilan *problem solving* terutama pada siswa, masih menjadi perhatian utama dalam kajian pendidikan saat ini, sehingga adanya intervensi yang kreatif diperlukan dalam rangka membantu siswa dapat berkembang secara optimal (dalam Agustin Wijayanti, dan Winarti, 2014).

Keterampilan *problem solving* remaja memiliki hubungan erat dengan identitas diri, karena remaja yang memiliki kesulitan dalam menghadapi masalah menurut Rumke (dalam Sabri, 1993) bersumber dari tiga masalah, yaitu: masalah individuasi, masalah regulasi, dan masalah integrasi. Kognisi remaja awal, (Slavin,2011) menyimpulkan pada perkembangan kognisi remaja awal berada pada proses pemahaman dan kekuatan yang berkelanjutan. Untuk remaja yang belum memiliki pemahaman fase tersebut dapat menjadi batu sandungan kemampuan kognisinya secara kreatif ketika memaknai segala hal.

Empirik di lapangan dalam penelitian Surur, Triyono, dan Dany (2016) menyimpulkan masih banyak ditemui siswa yang memiliki keterampilan *problem solving* rendah, yaitu diketahui dengan ciri-ciri: siswa lari dari masalahnya, bermalas-malas untuk mencari jalan keluar suatu permasalahan, dan pemilihan solusi yang dipilih tanpa berpikir matang. Disebabkan karena siswa cenderung suka menerima penyelesaian malah dari lingkungan sekitar tanpa berpikir terampil untuk memecahkan masalahnya sendiri, dan biasanya tanpa berpikir

panjang. Selanjutnya, penelitian Nomleni dan Theodora (2018) menurut hasil penelitiannya pemahaman konsep dan kemampuan memecahkan masalah dari sebagian besar siswa Sekolah Menengah Pertama/ Sederajat pada materi sistem pencernaan manusia masih sangat rendah, terbukti dengan pencapaian hasil belajar siswa yang reratanya hasil belajarnya masih rendah.

Dukungan hasil pra riset yang di lakukan di SMP Negeri 22 Semarang pada 22 Januari 2019 pukul 08.00 WIB, melalui angket pengelolaan masalah pada sejumlah 32 siswa yang terwakilan secara acak, menyatakan keterampilan *problem solving* siswa dalam kategori rendah hingga sedang, yaitu sebanyak 18 siswa mengalami kecemasan ketika mendapatkan suatu permasalahan dengan prosentase 56,3%, lalu ketika dapat menyelesaikan suatu permasalahannya siswa merasakan kelegaan sebanyak 78,1%. Selanjutnya siswa yang mengalihkan permasalahannya dengan bermain bersama teman-teman sebanyak 75%. Sebanyak 24 siswa tidak mendapati solusi atas permasalahannya, menuliskan merasa cemas sebanyak 75%. Dan sebanyak 62,5% marah pada diri sendiri, sebagai wujud pembelaan dirinya ketika mendapati peringkat kelasnya menurun.

Adanya data awal, semakin mendukung perlu suatu strategi intervensi dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan *problem solving* siswa di sekolah tersebut. Data yang sudah didapat juga mendukung dengan hasil observasi serta bincang-bincang ringan dengan konselor SMP Negeri 22 Semarang yang merasa kebingungan dalam memberi konseling pada siswa, konselor sekolah juga memberitahu bahwa terkadang dalam proses konseling, konselor lebih banyak memberikan saran, tanpa memberikan kesempatan bagi siswa untuk dapat

menemukan alternatif-alternatif pemecahan masalahnya berdasarkan solusi dari pemikiran siswa sendiri. Berbagai media yang dilakukan para praktisi, guru, ataupun konselor dunia pendidikan agar menambah keterampilan pemecahan masalah siswa. Diantaranya adalah: menurut Program BK komprehensif, berdasarkan fungsi dan prinsip bimbingan, maka pola kerja layanan bimbingan dan konseling komprehensif dikemas dalam program bimbingan dan konseling yang uraikan dalam empat kegiatan utama diantaranya: (1) layanan dasar bimbingan, (2) layanan responsif, (3) layanan perencanaan individual, (4) dan dukungan sistem (Supratiknya, 2010).

Pada penelitian ini, peneliti tertarik melakukan jenis layanan responsif, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan yang dirasakan sangat penting oleh siswa. Layanan ini lebih bersifat preventif dan juga penyembuhan, peneliti melakukan eksperimen pada siswa untuk meningkatkan keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*) melalui strategi intervensi konseling individual.

Komponen yang berkaitan pada keterampilan *problem solving* dapat dilihat berdasarkan berdasarkan langkah konseling sampai dengan akhir sebuah konseling. Langkah pemecahan masalah, Rebori dalam Rahayu (2008) sebagai berikut: (1) Mengetahui terdapatnya suatu masalah. Ketika seseorang mampu memahami adanya masalah, ia akan mengetahui kondisi yang sebenarnya. (2) Mengidentifikasi dari suatu masalah. (3) Memproduksi alternatif-alternatif jalan keluar. Pada point ini didapatkan beberapa solusi yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah. (4) Memilih jalan keluar yang efektif. Yaitu dipilihnya

jalan keluar untuk menyelesaikan masalah. (5) Tindakan lanjut. *Follow up* digunakan untuk menilai jalan keluar yang sudah dipilih, sehingga berguna di masa yang akan datang. (6) Pemantapan. Setelah *follow up*, pemantapan digunakan untuk penyelesaian permasalahan tersebut.

Berdasarkan prosedurnya, *problem solving* menitik beratkan pada proses terbentuknya alternatif solusi yang selanjutnya untuk dapat memilih solusi yang tepat efektif berdasarkan permasalahan siswa dengan tindakan nyata, melalui tahapan proses berpikir yang logis, kritis, dan sistematis. Maka pendekatan konseling aliran *postmodern* yang cocok dan memiliki kaitan dengan upaya peningkatan keterampilan *problem solving* siswa, melalui intervensi konseling yang berpusat pada solusi dipandang tepat pada keterampilan *problem solving*.

Erford (2017:3) mengemukakan lima asumsi yang mendasari, diantaranya yaitu: (1) Fokus pada ketercapaian sehingga menghasilkan perubahan konstruktif; (2) Konseli menyadari untuk setiap permasalahan ada ketercualian (*exception*) di mana saat permasalahan itu tidak ada, sehingga secara langsung menstimulasi konseli untuk jalan keluar atas masalahnya; (3) Peningkatan positif yang dapat menghasilkan hasil baik yang lebih berarti, (4) Konseli dapat menemukan jalan keluar atas permasalahannya sendiri dengan memaparkan, memperinci, dan mereplikasi keberhasilan selama pengecualian; (5) Bidikan patut dinyatakan dalam kalimat komunikatif, membangun, dan bisa di ukur.

Melalui konseling singkat berfokus solusi, konselor membantu siswa meningkatkan keterampilan pemecahan masalah. Dengan merekonstruksi pikiran konseli agar aktif dan kreatif dalam menemukan alternatif-alternatif solusi yang

menalar (kritis, logis, dan sistematis), selanjutnya di wujudkan dalam memilih solusi yang tepat dan efektif untuk dilakukan (Corey 2013), meningkatkan keterampilan *problem solving* dengan melakukan konstruksi pikiran dalam rangka menemukan alternatif-alternatif pemecahan masalah, untuk dapat memilih secara benar solusi yang menalar, tepat dan efektif untuk dilakukannya suatu perubahan di masa depan. Oleh karena tingkat keterampilan *problem solving* siswa yang masih relatif rendah, maka dari itu peneliti terdorong untuk meneliti terkait eksperimen “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* siswa di SMP Negeri 22 Semarang” akan diteliti serta dianalisis berdasarkan data yang didapat.

Peneliti menggunakan istilah efikasi didasarkan bahwa peneliti ingin memaksimalkan validitas internalnya maksudnya, untuk menarik kesimpulan tentang hubungan sebab akibat, antara terapi dan hasil dengan mengontrol sebanyak mungkin aspek-aspek yang ingin diterapi. Kelompok subyek penelitian yang akan di berikan perlakuan benar-benar berdasarkan karakteristik diagnosis yang di sesuaikan dengan variabel yang ingin diteliti atau diberikan perlakuan atas intervensi tersebut. Sehingga subyek penelitian di sesuaikan dengan gangguan yang dipilih, atau yang akan di sembuhkan dan sama sekali tidak memenuhi kriteria untuk gangguan yang lain. Jadi subjek dalam penelitian benar-benar disesuaikan karakteristik gangguan yang di pilih dalam penelitian dan untuk melihat hasil atau efek suatu intervensi sebagaimana (Nathan dan Gorman, 2002, Spokas, Rodebaugh dan Heinborough, 2008, Truax dan Thomas, 2003).

Penelitian diharapkan menambah wawasan keilmuan layanan bimbingan dan konseling khususnya bagi penerapan Konseling Singkat Berfokus Solusi, serta referensi untuk melakukan penelitian lanjutan bagi peneliti lain atau digunakan untuk kemajuan layanan bimbingan dan konseling ditinjau dari pendekatan dan teknik yang digunakan.

1.2 Rumusan Masalah

Atas latar belakang masalah diatas, jadi fokus permasalahan umum sehingga muncul judul “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang” diantaranya sebagai berikut :

- 1) Seberapa tinggi tingkat keterampilan *problem solving* siswa, sebelum mendapatkan perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi?
- 2) Seberapa tinggi tingkat keterampilan *problem solving* siswa, sesudah mendapatkan perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi?
- 3) Apakah Konseling Singkat Berfokus Solusi efikasi untuk meningkatkan keterampilan *problem solving* siswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Ada beberapa tujuan penelitian yang dilakukan, diantaranya adalah :

- 1) Menganalisis tingkat keterampilan *problem solving* siswa sebelum mendapatkan perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi.

- 2) Menganalisis tingkat keterampilan *problem solving* siswa sesudah mendapatkan perlakuan Konseling Singkat Berfokus Solusi.
- 3) Membuktikan efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk meningkatkan keterampilan *problem solving* siswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat yang didapat dari adanya penelitian ini diantaranya yaitu :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah wawasan ilmu pengetahuan, perkembangan layanan bimbingan dan konseling bagi konselor dunia pendidikan dan atau konselor komunitas. Terlebih untuk menambah khasanah keilmuan mengenai “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang.

1.4.2 Manfaat Praktis

Beberapa manfaat praktis dari penelitian ini, adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi konselor sekolah

Memberikan wawasan keilmuan layanan bimbingan dan konseling, sehingga konselor sekolah bisa melakukan tindakan pengembangan, pengentasan, dan pemeliharaan dengan strategi dan upaya secara tepat. Khususnya bagi konseli yang memiliki kebutuhan keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*).

- 2) Penelitian Selanjutnya

Memberikan rujukan bagi penelaah berikutnya untuk riset lanjut atau perbaikan terkait layanan konseling sejenis untuk keterampilan *problem solving* setelah diketahui hasil mengenai “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk meningkatkan keterampilan *problem solving* siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Adapun subbab tinjauan pustaka dalam penelitian ini diantaranya : Penelitian terdahulu, Pemecahan masalah (*Problem solving*), Konseling Singkat Berfokus Solusi, Kerangka berpikir, dan Hipotesis penelitian.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu bisa disebut penelitian tersebut berkaitan dengan topik penelitian yang sedang di laksanakan. Penelitian ini digunakan sebagai bahan rujukan sehingga dapat menguatkan penelitian dari peneliti saat ini “Efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving*”. Ada beberapa hasil penelitian yang terdahulu sehingga memiliki keterkaitan dengan topik penelitian yang sedang dicari oleh peneliti saat ini.

Suprapti (2014) menyatakan hasilnya adanya hubungan stress sekolah yang dialami siswa, dengan permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Apabila individu memiliki tingkat stress sekolah yang tinggi maka individu tersebut memiliki kemampuan pemecahan masalah yang rendah. Sebaliknya, seseorang yang menunjukkan angka stress sekolah yang rendah adalah individu yang cenderung memiliki kemampuan pemecahan masalah yang tinggi. Hal ini memberikan kontribusi yang besar dalam penelitian ini untuk dijadikan acuan dalam pemilihan subjek penelitian, bahwasanya subjek yang

memiliki stres yang tinggi, otomatis tingkat kemampuan pemecahan masalah dalam kategori rendah.

Hasil penelitian oleh Diah, Abdurrahman, Budi, dkk (2015) yaitu ketika siswa memiliki keterampilan *problem solving* tinggi, sehingga dapat menumbuhkan beberapa karakter yang baik, diantaranya sebagai berikut: jujur, disiplin, tanggung jawab, percaya diri, dan peduli setiap kegiatannya sehari-hari. Lalu Cahyono (2015), mengemukakan kemampuan pemecahan masalah mempersyaratkan kemampuan berpikir kritis dalam mengeksplorasi berbagai alternatif cara atau solusi dari setiap persoalan. Dari variabel tersebut menyatakan, bahwa pemecahan masalah berkaitan erat dengan proses kerja kognitif, yang kritis, logis, dan sistematis.

Hasil penelitian berikutnya, oleh Hartoni (2016) menyatakan bahwa orang yang memiliki keterampilan penyelesaian masalah, ia akan efektif dan kreatif dapat memproduksi beberapa cara penyelesaian atas permasalahannya tersebut. Chris Iveson (2002), menyatakan Konseling Singkat Berfokus Solusi merupakan sarana untuk psikoterapi yang menekankan pada penciptaan solusi lebih dari pada suatu pemecahan masalah. Dan pendekatan ini cocok dilakukan semua umur, serta beberapa karakteristik permasalahan, seperti: permasalahan perilaku siswa di sekolah, pelecehan anak dan keretakan keluarga, tunawisma (anak terlantar), penggunaan narkoba, permasalahan percintaan dan lebih banyak lagi permasalahan. Memberikan tambahan informasi untuk penelitian ini dalam mengkaji *problem solving* siswa, khususnya dengan memperhatikan beberapa karakteristik permasalahan diatas.

Lalu selanjutnya, Mulawarman (2014) menyebutkan Konseling Singkat Berfokus Solusi menawarkan kontribusi unik untuk menegaskan kekuatan diri konseli, karena lebih berorientasi pada masa depan dan berfokus pada menyelesaikan yang terjadi. Selanjutnya, Pratiwi dan Nuryono, Wiryo (2015) menyatakan hasilnya Konseling Singkat Berfokus Solusi terbukti efektif untuk upaya pengembangan diri siswa. Adanya variabel tersebut memberikan informasi kepada peneliti bahwa Konseling Singkat Berfokus Solusi memang efektif untuk meningkatkan kemampuan diri siswa, namun dalam peneliti mencoba mengaitkan dengan keterampilan *problem solving* yang dimiliki oleh siswa dari permasalahan yang dialami siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP/ Sederajat).

Hikmah, Nurul (2016) menyatakan Konseling Singkat Berfokus Solusi cocok untuk dunia pendidikan dikarenakan dapat menumbuhkan pengembangan pada diri konseli pasca konseling dan melalui proses konseling yang padat. Maka kaitannya dengan keterampilan pemecahan masalah, dapat dilakukan dengan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi yang membantu konseli untuk dapat berpikir secara sistematis dan kreatif dalam menemukan solusi-solusi.

Adapun beberapa keterkaitan dengan penelitian-penelitian di atas adalah memiliki kesamaan untuk mengetahui tingkat keterampilan dan atau kemampuan *problem solving* siswa, akan tetapi beberapa penelitian di atas lebih pada upaya untuk meningkatkan keterampilan dan atau kemampuan pemecahan masalah siswa dalam berbagai materi pembelajaran yang ada di Sekolah Menengah Pertama, diantaranya adalah: matematika, kimia, biologi, dan lain sebagainya. Namun, pada penelitian ini bukan hanya untuk mengetahui tingkat keterampilan

problem solving, tetapi juga memberikan perlakuan melalui upaya intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi.

2.2 Pemecahan Masalah (*Problem Solving*)

Glass & Holyoak (1986) menyatakan individu dirundung masalah ketika dirinya menargetkan pada suatu hal yang tidak dapat dicapainya saat itu juga dan dalam kurun waktu terdekat tersebut, wujud dari sesuatu hal yang menjadi tujuan atau apa yang diinginkannya tersebut dapat berupa objek spesifik, contohnya ketika mengerjakan soal ujian kenaikan kelas dengan mudah dan tanpa kendala, dan ketika ingin segera sampai pada suatu tempat tujuan, namun perjalanan lalu lintas sedang macet. Tindakan yang dapat dilakukannya tersebut dapat bervariasi mulai dari aktivitas jasmani sampai aktivitas rohani, dan imajinasi. Sementara itu Bransford & Stein (dalam Eggen & Kauchak, 1997) bahwa permasalahan individu muncul ketika ada pada sebuah kondisi yang tidak seperti yang diinginkannya dan kesulitan akan kejelasan akan tercapainya dari yang diinginkannya itu.

2.2.1 Pengertian Pemecahan Masalah

Pemecahan masalah yaitu upaya penyelesaian masalah dari hambatan-hambatan yang ada dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai kejelasan dan tercapainya tujuan dari masing-masing dinyatakan (Reed,2011). Menyelesaikan setiap persoalan dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi sangat penting untuk di perhatikan sebagai upaya khas pencapaian akan tujuan yang manusia lakukan. Menurut Eskin (2013) istilah keterampilan *problem solving* merupakan upaya

pemecahan masalah yang merupakan proses untuk dapat memproduksi beberapa jalan keluar atas permasalahan yang dihadapinya, serta menitikberatkan pada jalan keluar yang terbaik dan efektif dalam setiap permasalahan yang terjadi.

Secara lebih luas, pemecahan masalah adalah aktivitas alami yang akan dilakukan individu dikarenakan proses yang terjadi selama kehidupannya, tidak akan terlepas dengan yang namanya persoalan, gangguan, hambatan dan lain sebagainya. Apabila suatu cara gagal untuk menyelesaikan suatu masalah, maka hendaknya dicoba dengan cara yang lain untuk menyelesaikannya. Pemahaman pemecahan masalah masih terbatas hanya dengan metode dalam proses belajar mengajar untuk kepentingan pembelajaran dan pengajaran di sekolah. Namun seiring perkembangan, keterampilan ini merupakan sangat penting dimiliki setiap individu untuk menjalani kehidupan. Maka *problem solving* tergantung dengan bagaimana seorang individu merespon sampai pemilihan solusi yang tepat dan efektif dari adanya suatu gangguan atau permasalahan yang terjadi.

2.2.2 Ciri-ciri Pemecahan Masalah

Ada beberapa ciri-ciri pemecahan masalah yang dapat diketahui, diantaranya Tjadimojo (2001) yaitu sebagai berikut:

- 1) Dikatakan sebagai serangkaian sistem pembelajaran yang dimaknai sebagai penerapan sejumlah kegiatan yang harus di lakukan siswa.
- 2) Setiap sistem pembelajaran diarahkan untuk dapat tercapai penemuan jalan keluar atas sesuatu permasalahan.

- 3) Kegiatan pemecahan masalah (*problem solving*) dilakukan dengan sistem berpikir yang ilmiah.

(Mbulu,2001) yang mengemukakan adanya karakteristik pemecahan masalah dan sistem pembelajaran model pemecahan masalah diantaranya yaitu :

- 1) Adanya permasalahan tersebut secara konkret dan dapat digunakan untuk melatih mental siswa.
- 2) Fenomena permasalahan yang disajikan mengundang perhatian siswa untuk mengamati dan mempelajarinya secara utuh.
- 3) Konteks permasalahan sesuai dengan ruang lingkup permasalahan siswa sekolah dan lingkungannya.
- 4) Permasalahan yang disajikan sesuai kemampuan siswa untuk dapat memungkinkan siswa menyelesaikan permasalahan yang ada tersebut.

2.2.3 Tujuan Pemecahan Masalah

Kemampuan ini merupakan kemampuan digunakan mengembangkan kemampuan berpikir, dipupuk adanya kemampuan untuk mengobservasi problema, mengumpulkan data, menganalisa data. Cara berpikir semacam itu disebut dengan cara berpikir ilmiah yaitu menghasilkan suatu kesimpulan atau keputusan yang diyakini kebenarannya karena seluruh proses pemecahan masalah itu telah diikuti dan di kontrol dari data sebelumnya yang berhasil dikumpulkan dan dianalisis sampai kepada kesimpulan yang di tetapkan sebagaipemecahan masalah sehingga terpecahkan atau terselesaikan.

Tujuan utama dari pemecahan masalah adalah :

- 1) Meningkatkan kemampuan kognitif. Yaitu kemampuan yang dapat membelajarkan siswa untuk langkah-langkah mengambil jalan keluar memecahkan suatu masalah.
- 2) Siswa diberikan pengetahuan dan keterampilan praktis untuk dapat menyelesaikan setiap permasalahan yang terjadi.

2.2.4 Manfaat Pemecahan Masalah

(Djahiri,1983) menyatakan bahwa metode *problem solving* memberikan beberapa manfaat diantaranya adalah:

- 1) Siswa dapat mengembangkan keterampilan pengambilan jalan keluar atas suatu masalah secara mandiri.
- 2) Menungkatnya kemampuan kognitif siswa, beberap pendapat menyatakan kemampuan kognitif akan muncul apabila pengetahuan seseorang bertambah.
- 3) Dengan metode inkuiri atau *problem solving* siswa secara umum lebih tertarik untuk mengikuti.
- 4) Melakukan pembinaan dalam pengembangan rasa ingin tahu secara lebih jauh dan menalar.

2.2.5 Langkah-langkah *problem solving*

Ada beberapa proses dalam penyelesaian masalah yang diadaptasi dari sudut pandang George Polya *How To Solve It* (1985) dalam *Precalculus Fifth edition mathematics for calculus*. Diantaranya adalah:

1) Memahami masalah

Pertama yang dilakukan adalah untuk mengetahui masalah tersebut dan membuat suatu keyakinan bahwa Anda memahaminya. Tanyakan pada dirimu diikuti beberapa kata tanya berikut: (1) Apa yang belum diketahui? (2) Apa saja yang memberatkan? (3) Apa yang menjadikan kondisi tersebut?

2) Menyusun rencana

Menemukan persamaan diantara beberapa informasi dan ketidaktahuan untuk mengetahui seberapa banyak ketidaktahuan. Diantaranya : (1) Mencoba untuk mengakui sesuatu yang berkaitan. (2) Menghubungkan situasi yang ada untuk membangun pengetahuan. (3) Mencoba untuk membuktikan pola/rancangan. (4) Menggunakan analogi, yaitu mencoba untuk berpikir analogi suatu masalah, yang itu merupakan keterkaitan masalah. (5) Menetapkan subtujuan, maksudnya beberapa permasalahan yang kompleks sering sangat berguna untuk menetapkan subtujuan ketika situasi yang diinginkan hanya sebagian saja yang terpenuhi. (6) Mengingat permasalahan yang lalu, hal tersebut terkadang berguna untuk membayangkan bahwa masalah terpecahkan dan bekerja secara mundur, langkah demi langkah, sampai tiba pada hasil data.

3) Melaksanakan rencana

Pada langkah kedua, rencana sudah dirancang, pada pelaksanaan rencana kamu harus mengecek prosedur pada rencana dan menulis secara detail bahwa prosedur-prosedur tersebut sudah terlaksanakan dengan benar.

4) Mengecek kembali (evaluasi)

Setelah solusi terjalankan, dianjurkan untuk mengecek kembali, sebagian untuk melihat jika ada kesalahan dan sebagian untuk melihat jika kamu dapat menemukan cara yang lebih mudah untuk menyelesaikan permasalahan. Mengecek kembali juga berkaitan pada metode penyelesaian, dan ini bisa jadi sangat berguna untuk penyelesaian permasalahan di masa mendatang.

George Polya sebagai bapak pemecahan masalah (*Problem Solving*) (1985) mengemukakan beberapa langkah atau cara yang digunakan untuk pemecahan masalah, yaitu: (1) Memahami masalahnya, (2) Menyusun rencana penyelesaian, (3) Melaksanakan rencana penyelesaian, (4) Mengecek kembali penyelesaian yang telah dilaksanakan.

2.2.6 Hakekat Masalah

Adanya gab antara suatu yang diharapkan dengan suatu kenyataan, sering disebut sebagai masalah. Sejatinya masalah tidak pernah yang namanya secara tunggal atau sendirian karena pasti ada kaitannya dengan penyebab lainnya.

2.2.7 Jenis-Jenis Masalah

Masalah (*problem*) yang dialami individu diantaranya terdapat beberapa struktur sebagai berikut :

- 1) Masalah terstruktur masalah yang memiliki keterhubungan dimana *problem solver* memiliki andil didalamnya.
- 2) Masalah tidak terstruktur merupakan permasalahan yang berisi unsur-unsur yang tidak dapat dimengerti *problem solver*.
- 3) Masalah semi terstruktur merupakan permasalahan yang sebagian elemennya dapat dimengerti oleh *problem solver* tersebut.

2.2.8 Karakteristik Individu dalam Menanggapi suatu Masalah

Ada beberapa karakteristik individu ketika sedang mengalami suatu pemasalahannya, yaitu di antaranya :

- 1) Tipe pemimpin

Individu ini banyak sekali memiliki ide atau gagasan yang cerah, namun jarang untuk dapat terealisasikan sebagaimana mestinya. Jarang sekali untuk berusaha mengenail situasi dan kondisi untuk dapat mewujudkan ide atau gagasannya tersebut. Sudah barang tentu, individu karakteristik jenis ini masih sangat sulit untuk dapat menyelesaikan permasalahannya. Karena itu individu jenis ini merupakan tipe pemimpin berani punya mimpi-mimpi hebat, tetapi tidak pernah menjadikan kenyataan.

2) Tipe cepat beraksi

Individu jenis ini merupakan individu yang cepat bertindak untuk menyelesaikan suatu permasalahan. Memiliki kegigihan dan sikap inisiatif dengan kesan tidak terburu-buru. Mampu untuk menyelesaikan setiap permasalahan dengan efektif dan efisien, menurutnya kerja keras terlebih dahulu itu yang penting menurut individu jenis cepat bereaksi.

3) Tipe pengeluh

Individu jenis ini sangat mudah sekali untuk menyerah ketika mendapatkan suatu permasalahan. Sangat suka sekali mengkritik, menjatuhkan, dan menyalahkan orang lain atas permasalahan yang terjadi padanya. Individu inipun tidak segan untuk menyalahkan dirinya sendiri selain menyalahkan oranglain.

4) Tipe pengkritik

Dikatakan sebagai tipe pengkritik bahwa, individu jenis ini memang sangat suka sekali untuk mengkritisi setiap permasalahan yang terjadi, baik dari permasalahan orang lain ataupun permasalahan dari dirinya sendiri. Dalam upaya penyelesaian masalahnya individu jenis ini suka menjatuhkan orang lain. Dirinya merasa senang untuk mencari-cari yang namanya kesalahan dari diri orang lain, sehingga individu jenis ini dapat terlihat dan terkesan lebih hebat dan berwibawa atas penderitaan yang dialami oranglain, padahal individu tipe ini sangat jarang untuk melakukan sesuatu hal. Individu dengan tipe ini sulit untuk menanggung suatu tanggung jawab atas suatu pekerjaan.

5) Tipe pemecah masalah

Tipe ini, individu memiliki keterampilan dalam menyelesaikan setiap permasalahannya. Karena pada tipe ini menganggap justru dengan adanya permasalahan menjadi suatu peluang untuk dapat menuju kesuksesan, orientasi individu ini adalah tercapainya tujuan mereka, sehingga dapat bersikap tenang dalam mengatasi permasalahannya, mampu untuk menganalisis suatu permasalahan, mencari tahu untuk sebab timbulnya suatu permasalahan, mampu untuk memutuskan jalan keluar dan menyusun rencana-rencana dengan rapi, melakukan setiap perencanaan, serta mampu mengimplementasikan setiap rencana beserta kemajuan setiap rencana mereka.

2.2.9 Jenis-Jenis Masalah

Ada berbagai jenis permasalahan, di antaranya yaitu:

1) Masalah kompleks

Suatu *problem* tidak ada yang terisolasi (sendirian) karena, dapat memiliki keterkaitan erat dengan masalah-masalah yang lainnya sehingga dapat kita sebut masalah dengan skala yang besar.

2) Masalah yang terstruktur

Suatu masalah rutin dan berulang kali namun sudah didapati dengan jelas faktor penyebabnya.

3) Masalah yang tidak terstruktur

Suatu masalah yang terjadi tidak terus-menerus, kurang begitu jelas faktor penyebabnya, pemecahan masalahnya pun lebih rumit dan lebih lama.

Menurut literatur lain disebutkan beberapa jenis masalah, di antaranya adalah sebagai berikut :

1) Masalah sederhana (*simple problem*)

Ciri-ciri: lingkupnya kecil, kurang memiliki sangkut paut dengan masalah lain, tidak memiliki konsekuensi yang besar, upaya penyelesaiannya tidak memerlukan pemikirn yang sangat mendalam. Dilakukan secara mandiri, atau individu saja. *Scope*: Pemecahan masalah dilakukan secara individual.

2) Masalah rumit (*complex problem*)

Ciri-ciri: lingkupnya besar, memiliki kaitan yang erat dengan masalah yang lain, memiliki konsekuensi yang besar, serta untuk pemecahannya diperlukan secara tajam dan analisis. *Scope*: Upaya penyelesaiannya dilakukan secara berkelompok. Memiliki dua jenis masalah, yaitu permasalahan terstruktur (*structured problem*) dan permasalahan tidak terstruktur (*unstructured problem*).

2.3 Konseling Singkat Berfokus Solusi

Konseling Singkat Berfokus Solusi merupakan pendekatan konseling *postmodern*. Ada banyak sebutan untuk Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam beberapa referensi juga dapat disebut sebagai Terapi Konstruktivis (*Constructivist*

Therapy), ada juga yang disebut Terapi Berfokus Solusi, selain itu, disebut juga Konseling Singkat Berfokus Solusi namun sejatinya dari semua sebutan tersebut memiliki satu maksud yang sama yaitu pendekatan penyelesaian suatu permasalahan yang berfokus penyelesaian masalah dengan aliran *postmodern*.

2.3.1 Sejarah Konseling Singkat Berfokus Solusi

Konseling Singkat Berfokus Solusi sendiri berkembang di USA sejak tahun 1990an yang memasukkan pendekatan ini adalah Steve de Shazer dan InsooKim Berg. Pendekatan Konseling Singkat Berfokus Solusi beda dengan pendekatan yang lain, pendekatan ini bentuk intervensi merupakan perubahan dicari yang berada pada masa depan. Tugas pada pendekatan ini yaitu melakukan suatu perubahan dengan perlakuan-perlakuan yang berbeda secara berskala. Pada terapi ini berasumsi bahwasanya seseorang memiliki suatu kemampuan untuk mencari solusi dalam menangani suatu masalahnya sendiri.

Konseling Singkat Berfokus Solusi ini termasuk pada pendekatan konseling *postmodern* dimana pada pendekatan ini berfokus pada penyelesaian masalah untuk dapat memecahkan masalah serta membuat adanya suatu perubahan untuk bisa menjadi pribadi yang senantiasa berkembang.

2.3.2 Pengertian Konseling Singkat Berfokus Solusi

Konseling Singkat Berfokus Solusi merupakan pendekatan berfokus pada solusi dengan batas waktu yang singkat. (Corey, 2013) menyatakan bahwa konseling ini tidak memperdulikan suatu penyebab dari suatu permasalahan, namun lebih pada upaya penyelesaian dari permasalahan tersebut. Sehingga

konseli secara bersama-sama dengan konseli untuk mampu mencapai tujuan yang diinginkan konseli tersebut.

2.3.3 Konsep dasar Konseling Singkat Berfokus Solusi

Adanya beberapa konsep dasar yang diajarkan dalam pendekatan Konseling Singkat Berfokus Solusi, sebagaimana (Connie dan Metcalf, 2009) diantaranya :

- 1) Jika tidak ada yang buruk, jangan perbaiki.

Prinsip ini sangat penting dan merupakan yang menjadi ajaran yang mendasari adanya pendekatan ini. Jika konseli tidak melaporkan sesuatu sebagai suatu masalah, kemudian mereka sudah tetap itu atau sedang memperbaiki itu, membuat intervensi terapeutik apapun tidak relevan masalahnya, maka konselor bisa untuk memberikan arahan untuk melakukan sesuatu dengan lebih baik kembali sehingga ada perubahan secara berkala.

- 2) Upaya sederhana yang bisa membawa suatu perubahan yang besar.

Pada ajaran ini bahwasannya suatu hal kecil yang dilakukan konseli pasti akan memberikan suatu dampak yang besar bagi dirinya pula. Pendekatan ini meyakini bahwa perilaku yang berbeda akan meningkatkan suatu perubahan yang lainnya sampai tercapainya tujuan konseli.

- 3) Solusi yang tidak selalu berhubungan dengan Masalah.

Solusi yang dikaitkan oleh klien terkadang bukan solusi yang berkaitan dengan masalah namun penting untuk mengarahkan klien menuju kepada tujuan yang dia inginkan.

- 4) Jika melakukan pekerjaan, lakukanlah sesuatu yang lebih.

Pada ajaran ini bila seorang konseli telah melakukan hal yang efektif untuk perubahan mengatasi. Bahasa untuk mengembangkan solusi berbeda dengan bahasa untuk mengembangkan masalah. Memberikan suatu pengalihan bahasa kepada konseli sehingga bisa mengembangkan perubahan-perubahan kecil kepada konseli sehingga konseli memiliki harapan untuk dapat menyelesaikan masalahnya.

2.3.4 Hakikat Manusia

Manusia adalah makhluk yang sempurna, sehat dan kompeten dalam setiap dirinya, sehingga sejatinya mereka mampu dalam masalah-masalah yang sedang ia hadapi. Sedangkan manusia yang sehat pada umumnya adalah manusia yang cenderung untuk mengerahkan setiap kemampuan dan keterampilan yang ia miliki untuk dapat menyelesaikan setiap persoalan yang terjadi pada dirinya dalam kehidupan sehari-harinya..

(Corey, 2013) menyatakan bahwa yang paling utama adalah upaya yang digunakan untuk dapat menyelesaikan permasalahan, daripada berfokus pada penyebab dari setiap permasalahan yang terjadi. Karena pada dasarnya untuk dapat mengetahui dan memahami suatu permasalahan adalah bukan suatu hal yang penting. Namun mencari jalan keluar dari yang “benar-benar” adalah hal yang utama. Kebanyakan orang mungkin dapat memikirkan berbagai macam penyelesaiannya, dan untuk kemungkinan apa yang benar untuk individu yang satu dengan yang lainnya adalah tidak dapat disamakan. Konseli menentukan beberapa tujuan yang ingin dicapai, dan dibahas untuk beberapa kemungkinan-kemungkinan, pembicaraan masa lampau, atau penjelajahan (Corey, 2013).

2.3.5 Struktur kepribadian Konseling Singkat Berfokus Solusi

Konseling Singkat Berfokus Solusi mengemukakan adanya beberapa struktur kepribadian individu diantaranya adalah sebagai berikut :

2.3.4.1 Pribadi sehat

- 1) Merupakan pribadi yang memiliki potensi dan kekuatan untuk mampu mendesain ataupun mengkonstruksi beberapa penyelesaian masalah, sehingga individu mampu untuk tidak selalu berkebutakan dengan permasalahan yang terjadi padanya.
- 2) Pribadi yang tidak hanya fokus pada setiap permasalahan yang terjadi, namun lebih pada upaya yang tetap untuk dapat segera menyelesaikan permasalahannya tersebut.

2.3.4.2 Pribadi bermasalah

- 1) Individu menjadi bermasalah karena ketidak efektifannya dalam mencari dan menggunakan solusi yang dibuatnya.
- 2) Individu menjadi bermasalah karena ia meyakini bahwa ketidakbahagiaan atau ketidak sejahteraan ia berpangkal pada dirinya.

2.3.6 Hakikat Konseling Singkat Berfokus Solusi

Konseling Singkat Berfokus Solusi merupakan suatu proses yang memberikan fasilitas pada konseli untuk mampu menemukan jalan keluar dari penyelesaian masalah yang dirancang oleh dirinya sendiri, namun tidak berfokus pada penyebab setiap permasalahan yang dibawanya sebagaimana (Corey, 2013). Adapun beberapa hakikat Konseling Singkat Berfokus Solusi diantaranya :

- 1) Individu yang mendatangi terapis sementara adalah sedang mengalami pemahaman yang negatif atas permasalahan yang dialami.
- 2) Melalui orientasi solusi, konseling ini sangat mudah untuk mencapai tujuan dengan waktu yang relatif singkat.
- 3) Dalam setiap permasalahan yang terjadi ada penyangkalan-penyangkalan dari diri konseli penyangkalan ini memungkinkan terciptanya sebuah solusi.
- 4) Seringkali konseli hanya menampilkan satu sisi dari diri mereka tanpa, menampilkan dirinya secara utuh apa adanya. Sehingga dalam hal ini, Konseling Singkat Berfokus Solusi berusaha untuk membuka potensi dan kemampuan yang dimiliki konseli tersebut.
- 5) Perubahan yang sederhana merupakan cara untuk mendapatkan perubahan yang lebih besar.
- 6) Konseli yang berniat untuk berubah, dan memiliki kapasitas untuk mengerjakan perubahan tersebut.
- 7) Untuk penyelesaian masalah konseli dapat dipercaya secara penuh. Karena, individu adalah makhluk yang unik untuk dapat menyelesaikan permasalahan.

2.3.7 Tujuan Konseling Singkat Berfokus Solusi

Dalam hal ini tujuan dari Konseling Singkat Berfokus Solusi yaitu merubah pandangan konseli dari situasi yang sangat penuh dengan tekanan dan permasalahan, menjadi penuh pada unsur potensi dan kekuatan.

- 1) Konseli dapat terbantu untuk bersikap dan bertindak lebih memfokuskan diri pada penyelesaian suatu masalah daripada penyebab dari adanya suatu permasalahan.

- 2) Daripada membicarakan suatu masalah yang terjadi pada diri konseli, maka konseli lebih di ajak untuk membicarakan jalan keluar yang terbaik atas suatu permasalahan yang terjadi.

Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam hal ini lebih mengedepankan pada tujuan yang ingin dicapai, proses menuju perubahan yang lebih baik, dan kerjasama antar konselor dan konseli dalam proses konseling. Konseling jenis ini sangat mempercayai bahwa individu memiliki kemampuan menentukan keinginan pribadi yang berarti dan memiliki kemampuan serta keprluan yang diperlukan dirinya sebagai bekal dalam menghadapi setiap persoalan yang ada. Dimulai dari proses pertemuan awal yaitu pembangunan hubungan baik dengan setiap konseli, sehingga konselor sangat berupaya menciptakan suasana yang mengesankan dan akrab pada pertemuan pertama saat proses konseling berlangsung.

2.3.8 Peran dan Fungsi Konselor

Pada pendekatan Konseling Singkat Berfokus Solusi, seorang konselor berfungsi dan berperan sebagai berikut:

- 1) Sebagai sahabat

Konselor dapat berupaya menciptakan iklim bersahabat dan penuh perhatian dengan konseli, sehingga konseli secara yakin bahwa dirinya sebenarnya mampu untuk melakukan perubahan yang lebih berarti ke depannya.

2) Sebagai pendorong

Dalam hal ini, konselor sebagai individu yang memiliki pengaruh lebih sebagai penyemangat konseli dalam menyelesaikan permasalahannya tersebut, sehingga permainan kosa bahasa konselor sangat diperlukan dan diperhatikan oleh konseli dalam rangka perubahan dirinya menjadi lebih baik.

2.3.9 Peran dan Fungsi konseli

Pada proses konseling, konseli hendaknya mampu untuk berpartisipasi secara penuh untuk mengikuti proses konseling dari awal sampai akhir demi tercapainya tujuan konseling yang diharapkan oleh konseli.

2.3.10 Hubungan Konseling Singkat Berfokus Solusi

Salah satu faktor penentu dari kualitas proses hubungan diantara konselor dan konseli dapat dilihat diantaranya melalui : sikap dari konselor dalam melakukan penerimaan pada setiap konseli, karena sikap dapat dikatakan utama untuk dapat menciptakan keyakinan dan kepercayaan konseli pada setiap prosesnya sehingga konseli teratur untuk mengikuti proses konseling dengan efektif pada pertemuan berikutnya dan dapat mengerjakan pekerjaan rumah sebagaimana (Corey, 2013).

2.3.11 Tahap-tahap Konseling Singkat Berfokus Solusi

Menurut de Shazer (Seligman,2007) konseling biasanya melalui tujuh tahapan, diantaranya adalah :

1) Mengidentifikasi permasalahan yang bisa diselesaikan

Konselor bersama-sama dengan konseli mengidentifikasi permasalahan yang bisa diselesaikan, karena hal ini merupakan langkah pertama yang bisa

dikatakan penting dalam proses konseling. Pada tahapan ini konselor tidak hanya berupaya membantu memfasilitasi konseli yang datang, tetapi juga mendambakan adanya suatu perubahan dalam diri konseli. Selanjutnya konseli bersama-sama dengan konselor berkolaborasi untuk pembahasan penyelesaian masalah yang dihadapi demi tercapainya tujuan konseling.

2) Menetapkan adanya tujuan

Tujuan yang ditetapkan pada proses konseling antara konselor dan konseli merupakan tujuan yang konkret dan khusus. Tujuan konseling sangat berpengaruh pada langkah penyelesaian yang akan diambil konseli untuk menyelesaikan suatu permasalahan, sehingga biasanya dalam hal ini konselor sering menggunakan teknik pertanyaan keajaiban dalam proses konseling yang sedang dilakukan.

3) Merancang suatu bantuan penyelesaian

Kolaborasi konselor dan konseli pada tahap ini juga tidak kalah penting, karena utamanya pada terdorongnya suatu perubahan dalam diri konseli sehingga tercapainya suatu tujuan yang diinginkan, serta apresiasi pada kemampuan perubahan yang akan terjadi, walaupun pada taraf yang masih sederhana.

4) Pekerjaan rumah yang mendorong perubahan

Adanya pekerjaan rumah adalah sangat membantu konseli dalam menjalankan jalan keluar atas permasalahan yang sedang dialami, sehingga secara perlahan-lahan konseli mendapati suatu perubahan untuk tercapainya tujuan konseling yang diharapkan. Dan sedapat mungkin pekerjaan rumah

tersebut dilakukan dengan sungguh-sungguh untuk memaksimalkan kolaborasi antara konselor dan konseli secara sukses dalam mencapai tujuan.

5) Mengidentifikasi kesempatan dan perilaku yang baru

Dengan diberikannya tugas rumah, maka adanya perilaku baru yang muncul atau terbentuk sebagai langkah pencapaian tujuan konseling semakin nyata terlihat, sehingga konseli dari sini sudah dapat lebih memahami dirinya bahwa dirinya adalah seorang individu yang mampu dan memiliki kompeten.

6) Keseimbangan

Keseimbangan merupakan hal yang tidak kalah penting dalam rangka memfasilitasi konseli, karena setelah adanya tugas rumah dan perilaku baru yang muncul sedikit banyak ada perubahan dalam diri konseli. Maka dari itu, konseli diberikan kesempatan untuk dapat beradaptasi atas perubahan diri yang mereka lakukan, harapan akan keberhasilan lebih lanjut, dan memotivasi kembali konseli apabila dirasa belum terdapat suatu perubahan sehingga juga dapat mencegah konseli untuk berkecil hati ketika keinginan yang akan dicapainya tidak secepat apa yang diharapkan.

7) Pengakhiran

Setelah semua tahapan sudah dilakukan, dan dirasakan bahwa konseli sudah mampu untuk berdiri sendiri dalam upaya untuk mencapai tujuan, maka pengakhiran proses konseling sudah sangat diperlukan. Namun konselor tidak melepaskan proses konseling sampai situ saja, karena diperlukan *follow up*.

2.3.12 Teknik-teknik Konseling Singkat Berfokus Solusi

Pada proses konseling yang dilakukan, Konseling Singkat Berfokus Solusi ada beberapa intervensi khusus yang menjadi andalan ketika melakukan proses konseling. Adapun demikina adanya beberapa teknik dalam proses konseling yang dilakukan untuk mempermudah konseli mengikuti proses konseling, dan menambah kesan seni dalam melakukan konselin. Adapun beberapa teknik tersebut diantaranya:

1) Pertanyaan yang mengecualikan

Pertanyaan jenis ini merupakan teknik agar konseli mampu untuk mengandai waktu ketika permasalahan tersebut tidak ada. Pada teknik ini sebenarnya menekankan bahwa mengingatkan konseli untuk memiliki kesadaran bahwa tidak semua permasalahan yang dihadapi sangat berat, bahkan pada situasi-situasi sebelumnya dirinya masih memiliki kekuatan dan mampu untuk menemukan jalan keluar yang membahagiakan sehingga tercapainya suatu tujuan yang diinginkan.

2) Pertanyaan dengan keajaiban

Teknik pertanyaan keajaiban merupakan yang utama dalam penelitian ini. Keajiban yang dimaksud adalah dengan memberikan pengandaian pada konseli sebagai langkah untuk mengetahui sebenarnya yang menjadi tujuan konseli dalam pencapaian tujuannya tersebut. Sehingga dalam hal ini, pertanyaan dengan keajaiban sangat berfokus pada masa depan dan perubahan yang akan dilakukan konseli tanpa membahas secara dominan permasalahan yang sedang dialami tersebut.

3) Pertanyaan dengan menggunakan skala

Pertanyaan dengan menggunakan skala memfokuskan pada pernyataan yang konseli kemukakan sehingga konselor ingin mengetahui seberapa yakin atau seberapa kemungkinan yang akan didapati dengan suatu hal tersebut. Sehingga yang biasanya diberikan pertanyaan dengan menggunakan skala merupakan pernyataan individu terkait sesuatu hal yang tidak dapat dengan mudah diamati dan dinilai, misalnya perasaan, suasana hati, atau pola interaksi sehingga pertanyaan menggunakan skala menegaskan kembali pada konseli pada keyakinannya akan pernyataannya tersebut.

4) Tugas rumah awal

Teknik jenis ini diberikan dari konselor pada konseli pada awal-awal pertemuan proses konseling, yaitu antara pertemuan pertama dan atau pertemuan kedua. Sehingga konseli mampu untuk secara konsisten mengikuti proses konseling dan konselor mampu untuk menambah data diluar proses konseling berlangsung.

5) Umpan Balik

Pada setiap akhir proses konseling biasanya, konselor mengambil 5 (lima) menit terakhir untuk menyusun ringkasan pernyataan dari konseli. Sehingga konselor dapat memberikan tiga kemungkinan dari setiap akhir pertemuan proses konseling, diantaranya yaitu pujian pada konseli, pembahasan bersambung untuk pertemuan selanjutnya, dan atau pemberian tugas rumah pada konseli.

2.3.13 Kekurangan dan Keunggulan Konseling Singkat Berfokus Solusi

1. Diantaranya kekurangan dari Konseling Singkat Berfokus Solusi adalah :

- 1) Konseling Singkat Berfokus Solusi tidak untuk menyelesaikan secara tuntas setiap permasalahan yang terjadi pada konseli
- 2) Pertemuan relatif singkat dari pada konseling-konseling lainnya
- 3) Pada proses konseling, keterampilan seni konseling dalam penyampaian teknik sangat diperhatikan
- 4) Keterampilan kognitif sangat diperlukan selama proses konseling berlangsung

2. Adapun keunggulan Konseling Singkat Berfokus Solusi diantaranya :

- 1) Keutamaan dalam penyelesaian masalah
- 2) Perlakuan terfokuskan pada suatu khusus dan jelas
- 3) Pemanfaatan pertemuan konseling yang relatif singkat dan efektif
- 4) Fokus permasalahan dan kejadian yang ada disini dan sekarang
- 5) Teknik-teknik yang digunakan adalah fleksibel dan tidak begitu sulit untuk dilakukan

2.3.14 Penerapan Konseling Singkat Berfokus Solusi di Sekolah

Konseling Singkat Berfokus Solusi merupakan pendekatan yang cocok dilaksanakan pada setting pendidikan. Konsep tersebut disampaikan Mulawarman (2014:71) yang menyatakan bahwa model ini sesuai untuk diterapkan pada *setting* sekolah, karena pada pendekatan ini berfokus pada kelebihan daripada kelemahannya, dengan waktu yang tidak terlalu panjang, penekanan konseling pada solusi, dan pada ketercapaian tujuan. Selain diberikan dengan waktu yang

relatif singkat, konseling ini juga tepat dilakukan para konselor sekolah sebagaimana disampaikan oleh Kelly, Kim, dan Frangklin (2008: 12) bahwa Konseling Singkat Berfokus Solusi sangat sesuai untuk konselor sekolah dan *setting* sekolah, karena konselor sekolah bisa berkolaborasi dengan siswa untuk menyelesaikan masalahnya yang berfokus pada pencarian solusi dan dengan solusi tersebut mengarahkan siswa untuk perubahan hidup yang lebih positif.

Pada dasarnya, konseling ini memberikan kesempatan siswa melakukan perubahan dan perilaku yang berbeda sesuai dengan tujuan. Selain itu, siswa juga diuntut adanya kurikulum pendidikan yang harus mereka selesaikan pula sehingga perlu waktu cepat untuk menyelesaikan permasalahannya. Juga dengan waktu yang terbatas yang di miliki konselor dalam menangani siswa per individu, melalui konseling ini konselor juga bisa berkolaborasi dengan *stick holder* untuk menyelesaikan masalah yang terfokus pada solusi. Konseling Singkat Berfokus Solusi juga memiliki asumsi mengarahkan kepada penemuan solusi, maka siswa mampu untuk menyelesaikan masalahnya sendiri sebagaimana (Kelly, Kim, dan Cynthia: 2008; Mulawarman, 2014).

2.4 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir pada penelitian ini, keterampilan pemecahan masalah adalah mengkontruksikan pikiran individu untuk dapat memiliki ketahanan akan permasalahan sehingga secara aktif dan kreatif dapat secara kreatif menemukan solusi-solusi atas permasalahan yang dialaminya. Ketika seseorang yang sedang mengalami suatu permasalahan sebelum diberikan Konseling Singkat Berfokus

Solusi maka keterampilan pemecahan masalah secara umum masih rendah, namun ketika sudah diberikan Konseling Singkat Berfokus Solusi maka keterampilan *problem solving*nya mengalami peningkatan dari sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan tersebut.

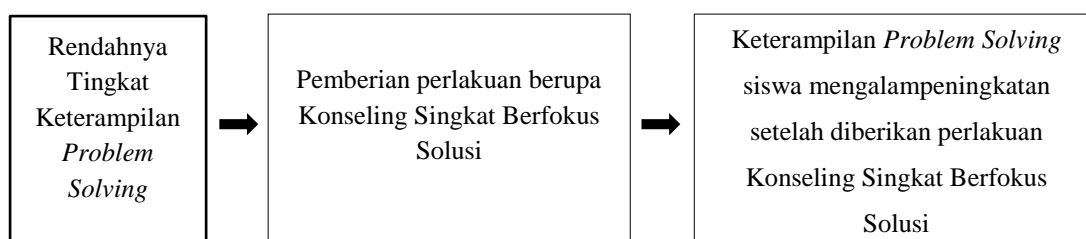
Peneliti mengaitkan variabel Konseling Singkat Berfokus Solusi dengan Pemecahan Masalah (*Problem Solving*) didasarkan pada beberapa indikator individu ketika melakukan upaya pemecahan masalah, sebagaimana (Polya, 1985) diantaranya adalah : (1) Memahami Masalah, (2) Menyusun Rencana, (3) Melaksanakan Rencana (Solusi), (4) Mengecek Kembali (Evaluasi). Diperkuat dengan yang disampaikan oleh (Corey, 2013) menyatakan bahwa Konseling Singkat Berfokus Solusi berasumsi setiap individu memiliki sumber daya untuk dapat mengkonstruksi masalahnya dan menemukan adanya solusi baru atas permasalahannya tersebut. Dengan demikian hubungan antar variabel berdasarkan kerangka berpikir tersebut peneliti ingin meneliti dan membuktikan dengan melaksanakan Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk peningkatan keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*) siswa.

Dengan demikian, beberapa penguatan pernyataan teori yang ada tersebut memberikan jalan untuk peneliti melakukan Konseling tersebut yang dimaksudkan untuk membuktikan efikasi Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk dapat meningkatkan keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*) siswa, khususnya siswa di SMP Negeri 22 Semarang. Lebih daripada itu adalah siswa mampu untuk memiliki bekal keterampilan pemecahan masalah dalam

rangka menghadapi adanya tantangan era industri 4,0 yang dimulai pada tahun 2020 tersebut.

Kerangka berpikir pada penelitian ini, didasarkan beberapa observasi di lapangan terkait rendahnya keterampilan pemecahan masalah siswa di SMP Negeri 22 Semarang, selanjutnya peneliti merasakan keprihatinan dengan hal tersebut sehingga memutuskan untuk melakukan penelitian di sekolah terkait dengan menggunakan layanan Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk meningkatkan keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*) siswa di SMP Negeri 22 Semarang, melalui bagan berikut :

Bagan 2.1 Kerangka berpikir Efikasi SFBC (*Solution-Focused Brief Counseling*) untuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang



2.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara pada penelitian, sangat membantu peneliti pada proses penelitian menjadi lebih terarah. Adapun pada penelitian ini terdapat dua jenis variabel, yaitu variabel bebas Konseling Singkat Berfokus Solusi dan variabel terikat yaitu Keterampilan *Problem Solving*.

Sehingga berdasarkan permasalahan dan teori pada penelitian ini, maka jawaban sementara dari penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Konseling

Singkat Berfokus Solusi efikasi untuk dapat meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* Siswa di SMP Negeri 22 Semarang”.

BAB V

PENUTUP

Berikut ini merupakan bab penutup yang isinya meliputi : Simpulan dari penelitian yang sudah dilaksanakan, dan saran bagi pihak-pihak yang bersangkutan beserta untuk para pembaca.

5.1 Simpulan

Adapun secara umum keseluruhan bab 1- 4 adalah Konseling Singkat Berfokus Solusi Efikasi efuntuk Meningkatkan Keterampilan *Problem Solving* siswa di SMP Negeri 22 Semarang. Namun dalam hal ini, peneliti menguraikan beberapa simpulan diantaranya adalah :

1. Tingkat keterampilan *problem solving* subyek penelitian (konseli) yang masih rendah sebelum (*pretest*) diberikannya Konseling Singkat Berfokus Solusi.
2. Tingkat keterampilan *problem solving* subyek penelitian (konseli) yang mengalami peningkatan sesudah (*posttest*) diberikannya Konseling Singkat Berfokus Solusi.
3. Berdasarkan analisis dan hasil sesudah (*posttest*) diberikannya Konseling Singkat Berfokus Solusi menunjukkan bahwa keduanya signifikan, sehingga Konseling Singkat Berfokus Solusi efikasi untuk dapat meningkatkan keterampilan *problem solving* siswa.

5.2 Saran

Berdasarkan beberapa keterbatasan dalam penelitian terkait, peneliti berupaya untuk mengajukan beberapa rujukan atau saran yang digunakan untuk pelayanan dan penelitian yang lebih baik ke depannya. Adapun saran-saran yang diajukan yaitu:

1) Konselor

Dalam rangka mengikuti perkembangan zaman, konselor sekolah diupayakan lebih aktif kreatif serta inovatif dalam memberikan pelayanan konseling individual. Karena ada beberapa siswa yang lebih terbuka apabila melalui konseling individu, sehingga pada akhirnya siswa mampu membangun solusi-solusi alternatif penyelesaian masalah, akan tetapi dengan memerhatikan gender (jenis kelamin) dikarenakan siswa laki-laki lebih berusaha menyelesaikan permasalahan dengan logika dan pemikiran, sedangkan untuk siswa perempuan lebih berusaha menyelesaikan permasalahan dengan afeksi (perasaan) sehingga konselor sekolah dapat lebih memahami siswa.

2) Peneliti Selanjutnya

Para peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat tema besar *problem solving* sebagai topik permasalahan dalam penelitiannya, peneliti menawarkan untuk dapat menambahkan unsur gender (jenis kelamin) dalam melakukan penelitian dengan menggunakan layanan konseling dengan jenis tertentu sehingga dapat lebih melihat perkembangan keterampilan *problem solving* siswa dengan adanya variabel gender (jenis kelamin).

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, R.N., Wijayanti., dan Winarti. (2014). *Pengaruh Motivasi dan Aktivitas Belajar Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah*. Jurnal. Diterbitkan. Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam. Semarang: Universitas Negeri Semarang. DOI: <https://doi.org/10.15294/ujme.v3i2.4477>
- Alisuf Sabri. (1993). *Pengantar Psikologi Umum dan Perkembangan*. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya.
- Anderson, J. (2009). *Mathematics Curriculum Development and The Role of Problem Solving*. ACSA Conference. <https://www.researchgate.net/publication/255630930>
<http://www.acsa.edu.au/pages/images/judy%20anderson%20%20mathematics%20%20curriculum%20development.pdf>, diakses 20 Desember 2018.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifuddin. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berg, I. K., & Miller, S. D. (1992). *Working with the problem drinker. A solution focused approach*. New York: W.W. Norton
- Cahyono. (2015). *Korelasi Pemecahan Masalah dan Indikator Berpikir Kritis*. Skripsi. Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo. Vol 5, No 1 (2015)
- Connie, Elliott dan Linda Metcalf. 2009. *The art of Solution Focused Therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Corey, Gerald. (2013). *Theory and Practice Counseling and Psychotherapy* (9th edition). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- De Shazer, S. & Dolan, Y. 2007. *More Than Miracles: The State of the Art of Solution Focused Brief Therapy*. London: Routledge.
- Djahiri, Ahmad Kosasih. (1985). *Strategi Pengajaran Afektif-Nilai Moral-VCT dan Games dalam VCT*. Bandung: Jurusan PMPKn IKIP.
- Eggen dan Kauchak.(1997). *Educational Psychology*: Prentice Hall, New Jersey.

- Erford. (2017). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Edisi Kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Eskin, M. (2013). *Problem Solving Therapy in the Clinical Practice*. London: Elsevier.
- Funun, Edy, dan Asep. (2015). *Disposisi Matematis Siswa Ditinjau dari Kemampuan Problem Solving*. Jurnal. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Untan.
- Ghozali, Imam. 2001. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gick, M.L.
(1986). *Problem-solving strategies*. Educational Psychologist 2.
- Gingerich, W. J., & Eisengart, S. (2000). *Solution-Focused Brief Therapy: A review of the outcome research*; Family Process, 39, 477-498.
- Glass, L,A & Holyoak, J, K. (1986). *Cognition*. Second Edition. Singapore: McGraw-Hill Book Co.
- Gomulya, Benry. 2015. *Problem Solving and Decision Making For Improvement*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hadi, Sutrisno. (2016). *Statistika Cetakan III*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hartoni, Muhammad Try. (2016). *Kecemasan Bimbingan Skripsi dan Problem Solving Pada Mahasiswa yang Sedang Menempuh Skripsi*. Diterbitkan. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/34240>
- Herman, Mustika, dan Suyidno. (2014). *Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Pengajaran Langsung dengan Metode Problem Solving*. Jurnal Ilmiah Pendidikan. Diterbitkan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Lampung: Universitas Negeri Lampung. DOI: 10.20527/bipf.v2i2.893
- Hikmah, Nurul. (2016). *Efektivitas Teknik Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) dalam Setting Kelompok untuk Meningkatkan Self Control Siswa*. Diterbitkan. Skripsi. Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia. <http://repository.upi.edu>
- Huitt, W. (1992). *Problem Solving and Decison Making : Consideration of Individual Differences Using the Myers-Briggs Type Indicator*. Journal of Psychological Type, 24, 33-44, <http://chiron.valdosta.edu/whuitt/papers/prbsmbti.html>. diakses 02 Januari 2019.

- Iveson, Chris. (2002). "Solution Focused Brief Therapy". Journal Advances in Psychiatric Treatment. Vol: pp 149-156. Diakses <http://apt.rcpsych.org/cgi/eletter-submit/8/2/149> DOI: 10.1192/apt.8.2.149
- Kaya, D., D. Izgiol, dan C. Kesan. (2014). "The Investigation of Elementary Mathematics Teacher Candidates' Problem Solving Skills According to Various Variables". Internation Electronic Journal of Elementary Education, 295-314. <https://doi.org/10.11114/jets.v6il.2807>
- Kelly, M. S., Kkim, J.S., and Franklin, C (2008). *Solution-Focused Brief Therapy in School: A 360-Degree View of Research and Practice*. New York: Oxford University Press.
- Matlin,W, M. (1989). *Cognition*. Second Edition. New York: Holt, Rincheart and Winston, Inc.
- Mbulu, Joseph. (2001). *Pengajaran Individual Pendekatan Metode dan Media Pedomam Mengajar Bagi Guru dan Calon Guru*. Malang: Yayasan Elang Emas.
- Menmun, D.S., Lynn. C. Hart, dan Recai Akkaya. (2012). "A Research on the Mathematical Problem Solving Beliefs of Mathematics, Science and Elementary Pre-Service Teachers in Turkey in term of Different Variables". International Journal of Humanities and Social Science Vol. 2 No. 24, 172-184.
- Mulawarman, Eem Munawaroh, Edwindha Prafitra 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. DOI: <https://doi.org/10.23916/10-15.0016.11-i33b>
- Mulawarman. (2014). *Brief Counseling in School: a Solution –Focused Brief Counseling (SFBC) Approach for School Counselor in Indonesia* . Journal of Education and Practice, 5 (21).
- Muzaki, F. I. (2010). *Pengaruh Kreatifitas dan Motivasi Belajar Siswa Terhadap Kemampuan Siswa Memecahkan Masalah Matematika di dalam Model Pembelajaran Problem Solving Pada Materi Pokok Perbandingan Kelas VIII di SMP Muhammadiyah 1Kota Tegal Tahun Ajaran 2009/2010*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Nathan, P. E.,& Gorman, J.M. (2002). *Efficacy , effectiveness, and the clinical utility of psychotherapy research*. In P . E. Nathan & J. M. Gorman (Eds.), *A guide to treatments that work* (2nd ed., pp. 643–654). New York: Oxford University Press.
- Nomleni, Fransina Thresiana, dan Manu, Theodora Sarlotha Nirmala. (2018). *Pengembangan Media Audio Visual dan Alat Peraga dalam Meningkatkan Pemahaman Konsep dan Pemecahan Masalah*. Artikel Skripsi. Diterbitkan.

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Kupang: Universitas Kristen Artha Wacana. Palmer, Stephen. 2010. *Konseling dan psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Polya, G. (1985). *How To Solve It, Second Edition*. Princeton University Press. New Jersey.

Polya. (2002). *Model Problem Solving dalam Pembelajaran*. Jakarta: Pustaka Buku.

Pomerantz, Andrew. M. (2011). *Clinical Psychology Science Practice, And Culture*. London: Sage Publication, Inc.

Pranata. (2005). *Penerapan Problem Solving*. Bandung: Sanata Dharma.

Pratiwi, Manis Anggra dan Wiryo Nuryono. (2015). *Penerapan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI Bahasa SMA Al-Islam Krian*. Jurnal. Diterbitkan. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/9198>

Prawiro. (1986). *Model Problem Solving*. Jakarta: Quantum Teaching Center.

Reed, S. K. (2011). *Kognisi: Teori dan aplikasi*. Jakarta: Salemba Humanika.

Sabri, M. Alisuf. (1993). *Pengantar Psikologi Umum dan Perkembangan*. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya.

Seligman, L. (2006). *Theories of Counseling and Psychotherapy*. Columbus, Ohio: Pearson Merrill Prentice Hall.

Slavin, R.E. (2011). *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik*. Jakarta: Indeks.

Sri Rahayu. (2008). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukardi. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara

Sukmadinata, Nana Syaodih. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Rosdakarya.

Sobhy, M., & Cavallaro, M. 2010. *Solution-Focused Brief Counseling in School: Theoretical perspectives and case application to an elementary school student*. <http://counselingoutfilters.com/vistas/vistas10/Article.81.pdf>

- Solso, R.L & Mclin, M.K. (2002). *Experimental Psychology: A Case Approach* (5th Ed). Boston: Allyn & Bacon.
- Spokas, M. E., Rodebaugh, T. L., & Heimburg, R. G.(2008). *Treatment research*. In M. Hersen & A. M. Gross (Eds.), *Handbook of Clinical Psychology* (Vol. 1, pp. 300–338). Hoboken, NJ: Wiley.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suprpti. (2014). *Pengaruh Pembelajaran Pemecahan Masalah Terhadap Setress Sekolah Siswa SMK/Sederajat*. Diterbitkan. Tesis. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Supratiknya. (2010). *Manajemen Bimbingan dan Konseling Komprehensif*. Yogyakarta: USD.
- Surur, Triyono, dan Dany. (2016). *Keefektifan Problem Solving Strategy (PSS) untuk Meningkatkan Keterampilan Memecahkan Masalah Pada Siswa di SMP*. Jurnal Pendidikan. Diterbitkan. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang: Malang. DOI: <http://dx.doi.org/10.17977/jp.v1i11.8116>
- Suryosubroto. (2009). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suyitno. (2004). *Dasar-Dasar dan Proses Pembelajaran Matematika I*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Tjadimojo. (2001). *Ciri-ciri Model Problem Solving*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Truax, P., & Thomas, J. C. (2003). *Effectiveness versus efficacy studies: Issues, designs, and methodologies*. In J. C. Thomas & M. Hersen (Eds.), *Understanding research in clinical and counseling psychology* (pp. 342–378). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ulya, H. (2016). *Hubungan Gaya Kognitif dengan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Siswa*. Jurnal Konseling Gusjigang.1(2). <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/410>. DOI: 10.24176/jkg.v1i2.410
- Warli. (2006). *Prosiding Konferensi Nasional Matematika XIII*. Semarang: Universitas Diponegoro.