

Efektifitas *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik

Diah Retno Ningsih¹⁾, Fatmah K²⁾, Fayrus Abadi Slamet³⁾

^{1,2,3)}Institut Agama Islam Sunan Kalijogo Malang

¹⁾Diahningsih@iaiskj.ac.id, ²⁾Fatmahkfebruari@gmail.com, ³⁾fayrus@iaiskjmalang.ac.id

Abstrak. Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran. Rendahnya motivasi belajar seringkali ditunjukkan melalui perilaku kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran, rendahnya minat menyelesaikan tugas, kurangnya konsentrasi, serta rendahnya semangat dalam mencapai prestasi akademik. Kondisi tersebut apabila tidak segera ditangani dapat berdampak pada menurunnya hasil belajar peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi experimental design*) menggunakan model one group pretest-posttest design. Subjek penelitian terdiri dari 20 peserta didik yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah di SMK SKJ Jabung. Teknik pengumpulan data menggunakan angket motivasi belajar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan uji paired sample t-test untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan motivasi belajar peserta didik setelah diberikan layanan *Solution Focused Brief Counseling*. Hal ini ditunjukkan dari peningkatan rata-rata skor motivasi belajar dari 58,4 menjadi 82,7 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, *Solution Focused Brief Counseling* terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pendekatan SFBC membantu peserta didik menemukan potensi, harapan, dan solusi yang berorientasi pada masa depan sehingga mampu meningkatkan semangat belajar secara positif.

Kata kunci : *Solution Focused Brief Counseling*, motivasi belajar, konseling singkat, peserta didik, bimbingan konseling

Abstract. Learning motivation is one of the important factors determining students' success in achieving learning objectives. Low learning motivation is often indicated by passive behavior in classroom activities, low interest in completing assignments, lack of focus, and weak enthusiasm for academic achievement. If not addressed properly, this condition may affect students' academic performance negatively. This study aims to determine the effectiveness of *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) in improving students' learning motivation. The research employed a quantitative approach with a quasi-experimental method using a one group pretest-posttest design. The research subjects consisted of 20 students with low learning motivation at SMK SKJ Jabung. Data collection techniques used a learning motivation questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was

conducted using paired sample t-test to determine differences before and after treatment. The results showed that there was an increase in students' learning motivation after receiving Solution Focused Brief Counseling services. This was indicated by an increase in the average learning motivation score from 58.4 to 82.7 with a significance value of $0.000 < 0.05$. Thus, Solution Focused Brief Counseling proved effective in increasing students' learning motivation. The SFBC approach helps students discover their strengths, hopes, and future-oriented solutions so that they can improve their learning enthusiasm positively.

Keywords: *Brief Counseling, learning motivation, counseling, students, guidance and counseling*

PENDAHULUAN

Motivasi belajar merupakan aspek psikologis yang memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan proses 92ocus92h929292. Motivasi tidak hanya berfungsi sebagai penggerak perilaku dalam belajar, tetapi juga menentukan intensitas, arah, dan keberlanjutan aktivitas akademik peserta didik ¹. Peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran, memiliki ketekunan dalam menyelesaikan tugas, serta menunjukkan orientasi positif terhadap pencapaian akademik. Sebaliknya, rendahnya motivasi belajar menyebabkan peserta didik kurang terlibat dalam proses pembelajaran, mudah menyerah Ketika menghadapi kesulitan, dan memiliki prestasi akademik yang rendah ².

Menurut Sardiman bahwa motivasi belajar merupakan keseluruhan daya penggerak dalam diri peserta didik yang menimbulkan kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar tersebut sehingga tujuan pembelajarandapat tercapai ³. Motivasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, seperti kondisi psikologis, lingkungan keluarga, dukungan sosial, iklim sekolah, dan kualitas interaksi pembelajaran. Dalam konteks 92ocus92h929292 modern, motivasi belajar menjadi salah satu isu penting karena perubahan sosial dan perkembangan teknologi telah memengaruhi perilaku belajar peserta didik.

Motivasi belajar merupakan faktor utama yang menentukan keberhasilan akademik individu. Tanpa motivasi yang memadai, individu cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan usaha belajar secara konsisten serta kurang mampu mencapai tujuan

¹ M Ngalm Purwanto, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2021).

² Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Rajawali pers, 2019).

³ Arief M Sardiman, *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta: Rajawali press, 2018).

akademik jangka 93ocus93h. Selain itu, motivasi tidak selalu harus dibangun melalui pemberian materi atau hadiah, melainkan dapat ditumbuhkan melalui penghargaan, pengakuan, dukungan psikologis, dan penguatan positif yang diberikan kepada peserta didik ⁴

Fenomena rendahnya motivasi belajar masih banyak ditemukan di berbagai jenjang 93ocus93h939393 termasuk pada tingkat sekolah menengah atas. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMK SKJ Jabung, ditemukan beberapa peserta didik menunjukkan perilaku kurang 93ocus dalam pembelajaran, tidak mengerjakan tugas tepat waktu, kurang aktif dalam diskusi kelas, serta memiliki semangat belajar yang rendah. Selain itu, beberapa peserta didik juga menunjukkan rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri dan kurang memiliki tujuan belajar yang jelas.

Kondisi tersebut memerlukan intervensi yang tepat melalui layanan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu peserta didik mengembangkan potensi akademik maupun psikologis. Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan motivasi belajar peserta didik adalah *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). SFBC merupakan pendekatan konseling singkat yang berorientasi pada solusi, kekuatan individu, dan harapan masa depan ⁵. Pendekatan ini menekankan pada kemampuan individu dalam menemukan solusi atas masalah yang dihadapi, bukan berfokus pada penyebab masalah secara mendalam.

Solution Focused Brief Counseling dikembangkan oleh Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg dengan asumsi bahwa setiap individu memiliki potensi dan sumber daya untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Fokus utama SFBC bukan pada penyebab masalah, tetapi pada pencarian solusi yang dapat dilakukan individu untuk mencapai perubahan positif ⁶. Dalam konteks 93ocus93h939393, SFBC dapat membantu peserta didik menemukan tujuan belajar yang jelas, meningkatkan keyakinan diri, serta mengembangkan strategi belajar yang lebih efektif. Teknik-teknik dalam SFBC seperti *miracle question*, *scaling question*, *exception question*, dan pemberian pujian (*compliment*) diyakini mampu meningkatkan motivasi dan 93ocus93h93 peserta didik.

⁴ Retno Ningsih Diah, "Penerapan Reward Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa," *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 2 (2024): 238–47.

⁵ G. Corey, *Theory & Practise of Group Counseling*. Belmont : Brooks/Cole, Cengage Learning, 2012.

⁶ Steve De Shazer, *Keys to Solution in Brief Therapy* (New York: W.W. Norton & Company, 1985).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa SFBC efektif dalam membantu meningkatkan berbagai aspek psikologis peserta didik, seperti kepercayaan diri, disiplin belajar, penyesuaian diri, serta motivasi akademik. Penelitian Riska Yulia menunjukkan bahwa pendekatan SFBC mampu meningkatkan motivasi akademik siswa melalui teknik *miracle question* dan *scaling question*⁷. Namun demikian, penelitian mengenai efektivitas SFBC terhadap motivasi belajar peserta didik masih perlu dikembangkan lebih lanjut, khususnya pada konteks 94ocus94h949494 menengah.

Meskipun beberapa penelitian telah membuktikan efektivitas SFBC terhadap aspek akademis, 94ocus94h94 besar studi terdahulu lebih banyak berfokus pada lingkungan sekolah perkotaan dengan karakteristik siswa yang homogen. Masih terbatas penelitian yang secara spesifik menguji intervensi SFBC pada peserta didik di wilayah sub-urban, seperti di Kabupaten Malang, yang memiliki tantangan lingkungan sosial, budaya, dan iklim sekolah yang khas. Selain itu, penelitian ini tidak hanya melihat skor kuantitatif akhir, melainkan juga mengkaji bagaimana proses adaptasi perilaku nyata peserta didik pasca-konseling terjadi di sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Solution Focused Brief Counseling* terhadap motivasi belajar peserta didik. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam membantu meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi experimental design*. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan⁸. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Dalam desain ini, subjek penelitian diberikan pretest sebelum perlakuan dan posttest setelah perlakuan untuk mengetahui perubahan tingkat motivasi

⁷ Yulia Riska, "Efektivitas *Solution Focused Brief Counseling* Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *Jurnal Konseling Indonesia* 7, no. 2 (2021): 115–24.

⁸ Sugiyono, "Metode Kualitatif Dan Kuantitatif," Cetakan ke (Bandung: Alfabeta, 2016).

belajar peserta didik. Desain ini memungkinkan peneliti membandingkan kondisi sebelum dan sesudah perlakuan sehingga dapat diketahui efektivitas layanan yang diberikan. Hal ini sejalan dengan pendapat Arikunto yang menyatakan bahwa desain *pretest-posttest* digunakan untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah diberikan perlakuan ⁹.

Penelitian dilaksanakan di SMK Sunan Kalijogo di Kabupaten Malang pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026. Pelaksanaan penelitian dilakukan selama dua bulan, mulai bulan September hingga Oktober 2025. Subjek penelitian terdiri dari 20 peserta didik yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah berdasarkan hasil penyebaran angket motivasi belajar dan rekomendasi guru bimbingan dan konseling. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai tujuan penelitian. Menurut Arikunto, *purposive sampling* dilakukan dengan memilih subjek berdasarkan karakteristik yang dianggap paling sesuai dengan kebutuhan penelitian ¹⁰.

Prosedur Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu:

1. Tahap persiapan meliputi observasi awal, penyusunan 95ocus95h959595, dan penentuan subjek penelitian.
2. Tahap pelaksanaan pretest untuk mengetahui tingkat motivasi belajar peserta didik sebelum diberikan perlakuan.
3. Tahap pemberian perlakuan berupa layanan Solution Focused Brief Counseling sebanyak lima sesi.
4. Tahap pelaksanaan posttest untuk mengetahui perubahan motivasi belajar setelah perlakuan.
5. Tahap analisis data dan penyusunan laporan penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket motivasi belajar. Instrumen disusun berdasarkan 95ocus95h9595 motivasi belajar yang meliputi:

1. Ketekunan dalam belajar.
2. Minat terhadap kegiatan belajar.

⁹ Suharsimi Arikunto, *Suharsimi Arikunto, Suharsimi Arikunto*, vol. 198 (Jakarta: Rineka Cipta, 2014).

¹⁰ Arikunto.

3. Keinginan mencapai prestasi.
4. Kemandirian belajar.
5. Semangat menghadapi tantangan.

Instrumen menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Validitas 96ocus96h969696 diuji menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, yang menunjukkan bahwa seluruh item dinyatakan valid karena nilai r hitung melebihi r tabel. Sementara itu, uji reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha* menghasilkan koefisien sebesar 0,89, sehingga 96ocus96h969696 ini dikategorikan memiliki reliabilitas yang tinggi.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini mencakup 96ocus96h9696 deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif diterapkan untuk membandingkan nilai rata-rata skor motivasi belajar sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan perlakuan. Sementara itu, analisis inferensial yang digunakan adalah uji *paired sample t-test* untuk menguji kontribusi atau efektivitas *Solution Focused Brief Counseling* terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

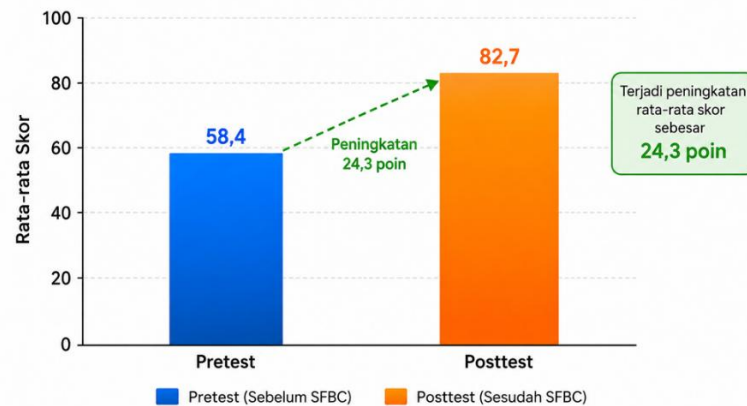
Hasil Penelitian

Data yang diperoleh dari fase *pre-test* (sebelum) dan *post-test* (sesudah) menjadi dasar dalam melihat perubahan motivasi belajar peserta didik setelah diberikan intervensi berupa *Solution Focused Brief Counseling*.

Gambar 1. Grafik Pretest dan Posttest Motivasi Belajar

Grafik Hasil Pretest dan Posttest Motivasi Belajar

Rata-rata Skor Motivasi Belajar

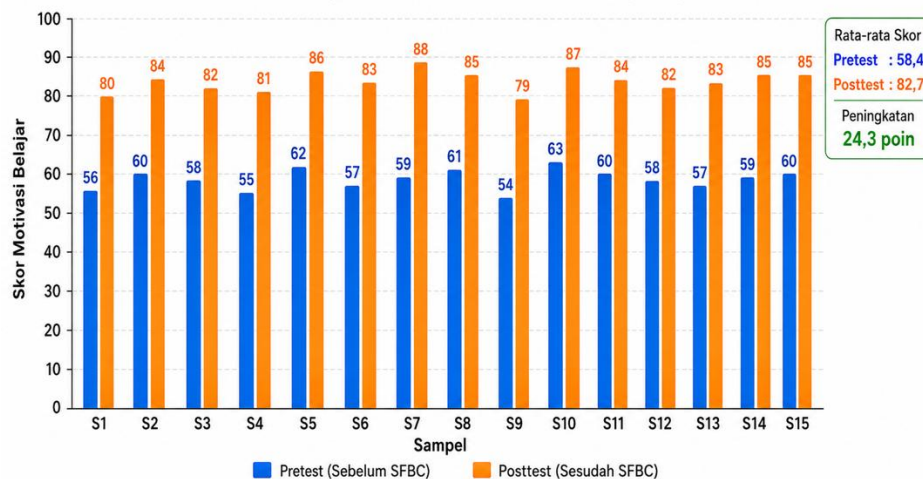


Berdasarkan Gambar 1 diketahui bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor motivasi belajar peserta didik dari 58,4 pada saat pretest menjadi 82,7 pada saat posttest. Peningkatan sebesar 24,3 poin tersebut menunjukkan bahwa pemberian layanan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) memberikan dampak positif terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik. Temuan ini diperkuat oleh hasil uji paired sample t-test yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan SFBC efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Dapat dilihat secara rinci berdasarkan hasil pretest dan posttest sampel dibawah ini:

Grafik Hasil Pretest dan Posttest Motivasi Belajar per Sampel

Perbandingan Skor Pretest dan Posttest Setiap Sampel



Tabel 1

Hasil Pretest dan Posttest Motivasi Belajar

No	Kategori	Rata-rata Skor
1	Pretest	58,4
2	Posttest	82,7

Tabel 2

Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	t hitung	Sig.	Keterangan
Pretest-Posttest	9,842	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil uji paired sample t-test diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest. Dengan demikian, Solution Focused Brief Counseling efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Pembahasan

Berdasarkan temuan penelitian, layanan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terbukti efektif meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Peningkatan ini ditunjukkan oleh kenaikan rata-rata skor motivasi belajar dari 58,4 (sebelum intervensi) menjadi 82,7 (setelah intervensi). Didukung oleh hasil uji *paired sample t-test* yang menunjukkan nilai signifikansi ($p < 0,05$), dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada motivasi belajar siswa antara sebelum dan sesudah diberikan pendekatan SFBC.

Peningkatan tersebut terlihat dari perubahan perilaku peserta didik selama proses konseling maupun berdasarkan hasil posttest yang mengalami peningkatan secara signifikan. Pendekatan SFBC membantu peserta didik untuk lebih fokus pada solusi dibandingkan permasalahan yang dihadapi. Dalam proses konseling, peserta didik diajak mengenali kekuatan dan potensi yang dimiliki sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri dan fokus dalam belajar. Teknik *miracle question* yang digunakan dalam SFBC terbukti membantu peserta didik membangun gambaran masa depan yang lebih positif. Ketika peserta didik diminta membayangkan kondisi ideal yang ingin dicapai apabila masalah belajar mereka terselesaikan, muncul kesadaran mengenai tujuan akademik yang selama ini kurang terdefinisi

dengan jelas. Tujuan yang jelas merupakan salah satu komponen penting dalam pembentukan motivasi peserta didik karena peserta didik memiliki arah yang ingin dicapai serta alasan yang kuat untuk melakukan aktivitas belajar secara konsisten.

Selain itu, penggunaan *scaling question* memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan refleksi diri terhadap tingkat motivasi belajar yang dimiliki. Melalui teknik ini peserta didik dapat menilai posisi dirinya saat ini dan menentukan target peningkatan yang realistis. Proses tersebut membantu peserta didik memahami bahwa perubahan tidak harus dilakukan secara besar sekaligus, tetapi dapat dimulai melalui langkah-langkah kecil yang berkelanjutan. Kesadaran ini berdampak pada meningkatnya keyakinan diri (*self-efficacy*) peserta didik dalam menghadapi tugas-tugas akademik.

Teknik *exception question* juga memberikan kontribusi yang signifikan dalam peningkatan motivasi belajar. Melalui pertanyaan mengenai situasi masalah belajar tidak muncul atau peserta didik pernah berhasil mencapai prestasi tertentu, peserta didik diajak mengenali pola keberhasilan yang pernah mereka lakukan. Pengalaman keberhasilan tersebut kemudian menjadi sumber kekuatan psikologis yang dapat digunakan untuk membangun dan semangat belajar. Semakin banyak peserta didik menyadari pengalaman sukses yang pernah dicapai, semakin tinggi pula keyakinan bahwa mereka mampu mencapai keberhasilan serupa pada masa mendatang.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh de Shazer bahwa pada solusi dan kekuatan individu dapat membantu individu mencapai perubahan positif dalam waktu singkat¹¹. Peserta didik yang semula merasa tidak mampu dan kurang termotivasi menjadi lebih optimis setelah menyadari bahwa mereka memiliki kemampuan untuk berkembang. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa SFBC efektif dalam meningkatkan motivasi akademik, kepercayaan diri, dan kemampuan pemecahan masalah peserta didik¹². Pendekatan SFBC dinilai lebih praktis dan efisien karena berfokus pada tujuan yang ingin dicapai serta memanfaatkan potensi individu secara optimal.

¹¹ De Shazer, *Keys to Solution in Brief Therapy*.

¹² Erman Amti Prayitno and Erman Amti, "Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling," Jakarta: Rineka Cipta, 2004.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini memperkuat temuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada berbagai bidang layanan bimbingan dan konseling yang menunjukkan bahwa intervensi konseling yang berorientasi pada pengembangan potensi individu mampu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menghadapi permasalahan akademik maupun psikologis. Penelitian ini menekankan pentingnya pemberian layanan konseling yang tidak hanya berfokus pada permasalahan yang dialami peserta didik, tetapi juga pada penguatan aspek positif, kemampuan adaptasi, serta pemberdayaan sumber daya pribadi yang dimiliki peserta didik. Temuan tersebut relevan dengan prinsip dasar SFBC yang memandang individu sebagai pribadi yang memiliki kekuatan untuk menemukan solusi terhadap permasalahannya sendiri.

Selama proses pelaksanaan layanan, peneliti juga mengamati adanya perubahan perilaku yang cukup signifikan pada peserta didik. Sebagian besar peserta didik menunjukkan peningkatan partisipasi dalam kegiatan pembelajaran, lebih aktif bertanya dan berdiskusi, serta lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik. Beberapa peserta didik mulai mampu mengikuti jadwal belajar secara mandiri dan memiliki target pencapaian akademik yang lebih terukur dibandingkan sebelum mengikuti layanan konseling. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan motivasi belajar tidak hanya tampak pada skor angket, tetapi juga tercermin dalam perilaku nyata peserta didik di lingkungan sekolah.

Dari perspektif bimbingan dan konseling, keberhasilan SFBC dalam meningkatkan motivasi belajar menunjukkan bahwa layanan konseling yang singkat dan terstruktur tetap mampu menghasilkan perubahan yang bermakna. Hal ini menjadi penting mengingat keterbatasan waktu layanan konseling di sekolah sering kali menjadi kendala dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling. Dengan karakteristik yang singkat, fokus, dan berorientasi pada hasil, SFBC dapat menjadi alternatif layanan yang efektif dan efisien untuk membantu peserta didik mengatasi berbagai permasalahan akademik.

Di samping efektivitas teknik-teknik spesifik SFBC, keberhasilan intervensi ini juga tidak terlepas dari kualitas hubungan konseling (aliansi terapeutik) yang terbangun antara peneliti sebagai konselor dengan peserta didik. Dalam pandangan SFBC, konselor tidak memosisikan diri sebagai "pakar" yang mendikte jalan keluar, melainkan sebagai fasilitator yang mengadopsi sikap *not-knowing* (tidak merasa paling tahu). Sikap ini memberikan ruang bagi peserta didik untuk merasa dihargai, didengarkan, dan dianggap sebagai ahli atas

hidupnya sendiri. Penerimaan tanpa syarat dan penguatan positif (*compliment*) yang diberikan konselor sepanjang sesi terbukti mampu menurunkan resistensi psikologis peserta didik yang semula enggan atau merasa tertekan dengan masalah belajarnya. Atmosfer konseling yang suportif dan kolaboratif ini menjadi katalis penting yang mempercepat transisi pola pikir peserta didik dari yang semula terjebak dalam lingkaran masalah (*problem-talk*) menuju pencarian solusi (*solution-talk*).

Implikasi praktis dari temuan ini menegaskan bahwa untuk mempertahankan stabilitas motivasi belajar yang telah meningkat, diperlukan adanya sinergi pasca-konseling antara guru bimbingan dan konseling dengan guru mata pelajaran serta orang tua. Motivasi belajar yang telah distimulus melalui sesi SFBC perlu dijaga kelangsungan hidupnya melalui ekosistem kelas yang juga berbasis solusi. Guru mata pelajaran dapat turut mendukung dengan memberikan apresiasi terhadap kemajuan-kemajuan kecil (*small steps*) yang ditunjukkan peserta didik di kelas, sejalan dengan prinsip *scaling* dalam SFBC. Dengan demikian, penguatan yang didapatkan peserta didik tidak hanya berhenti di ruang konseling, melainkan termanifestasi secara berkelanjutan dalam iklim akademik sekolah yang kondusif, sehingga mencegah terjadinya penurunan *101ocus101h* (*relapse*) pada motivasi belajar peserta didik.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian, dapat dipahami bahwa peningkatan motivasi belajar peserta didik terjadi karena SFBC membantu peserta didik mengenali kekuatan diri, membangun harapan yang positif, meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, serta *101ocus101h101 101ocus101h*-langkah konkret untuk mencapai tujuan belajar. Oleh karena itu, pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* layak dijadikan salah satu strategi layanan bimbingan dan konseling yang dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam upaya meningkatkan motivasi belajar dan keberhasilan akademik peserta didik.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *Solution Focused Brief Counseling* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Hal tersebut dibuktikan melalui peningkatan rata-rata skor motivasi belajar dari 58,4 menjadi 82,7 setelah diberikan perlakuan. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$

yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest. Pendekatan SFBC membantu peserta didik mengembangkan pandangan positif terhadap diri sendiri, meningkatkan keyakinan diri, serta menemukan solusi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan motivasi belajar. Teknik-teknik dalam SFBC seperti miracle question, scaling question, dan exception question mampu membantu peserta didik lebih fokus pada tujuan dan potensi yang dimiliki.

Saran

1. Guru bimbingan dan konseling disarankan untuk menerapkan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* sebagai salah satu layanan konseling dalam membantu meningkatkan motivasi belajar peserta didik.
2. Sekolah diharapkan memberikan dukungan terhadap pelaksanaan layanan konseling yang inovatif dan berorientasi pada pengembangan potensi peserta didik.
3. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih besar serta menggunakan desain eksperimen yang lebih kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. *Suharsimi Arikunto. Suharsimi Arikunto*. Vol. 198. Jakarta: Rineka Cipta, 2014.
- Corey, G. *Theory & Practise of Group Counseling*. Belmont : Brooks/Cole, Cengage Learning, 2012.
- Diah, Retno Ningsih. "Penerapan Reward Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa." *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 2 (2024): 238–47.
- Prayitno, Erman Amti, and Erman Amti. "Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling." *Jakarta: Rineka Cipta*, 2004.
- Purwanto, M Ngalm. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2021.
- Riska, Yulia. "Efektivitas Solution Focused Brief Counseling Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa." *Jurnal Konseling Indonesia* 7, no. 2 (2021): 115–24.
- Sardiman, Arief M. *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali press, 2018.
- Shazer, Steve De. *Keys to Solution in Brief Therapy*. New York: W.W. Norton & Company, 1985.
- Sugiyono. "Metode Kualitatif Dan Kuantitatif," Cetakan ke. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali pers, 2019.