



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Hubungan Konselor dengan Konseli dalam Menunjang Keberhasilan Konseling SFBC : Studi Literatur

Flora Fahimna Aurora¹, Alisya Salwa Nabila Islami², Nathania Novita Sela³, Nia Rahmatun Nisa⁴, Rima Try Lestari⁵, Rosalia Dewi Nawantara⁶

Universitas Nusantara PGRI Kediri

auroraflo54@gmail.com¹, alisyasalwa1@gmail.com², nathaniansela@gmail.com³,
niarahmaaaa822@gmail.com⁴, rimatrilestari594@gmail.com⁵, rosaliadewi@unpkediri.ac.id⁶

ABSTRACT

This literature study examines the significance of the counselor–client relationship in supporting the success of Solution-Focused Brief Counseling (SFBC). The quality of this relationship is a fundamental factor that enables clients to feel safe, accepted, and heard, thereby encouraging their openness during the counseling process. SFBC emphasizes clients' strengths, competencies, and capacities to construct solutions, making collaborative interaction between counselor and client essential. Through a review of relevant journals, books, and scientific articles, this study identifies core principles of SFBC, techniques to strengthen counselor–client rapport, personal characteristics influencing the counseling process, and strategies to build an effective working alliance. The findings reveal that counselor professionalism, personal qualities, cultural sensitivity, and clients' readiness significantly affect counseling outcomes. A strong, supportive, and collaborative relationship contributes greatly to the effectiveness of SFBC interventions.

Keywords: : counseling relationship, SFBC, counselor competence, collaboration, solution-focused approach

ABSTRAK

Studi literatur ini membahas pentingnya hubungan antara konselor dan konseli dalam menunjang keberhasilan konseling Solution-Focused Brief Counseling (SFBC). Kualitas hubungan tersebut menjadi faktor utama yang memungkinkan konseli merasa aman, diterima, dan didengar sehingga lebih terbuka dalam proses konseling. Pendekatan SFBC menekankan kekuatan, kompetensi, serta kemampuan konseli dalam membangun solusi, sehingga hubungan kolaboratif antara konselor dan konseli memegang peranan sentral. Melalui telaah jurnal, buku, dan artikel ilmiah, penelitian ini mengidentifikasi prinsip dasar SFBC, teknik untuk memperkuat hubungan konseling, karakteristik konselor dan konseli yang berpengaruh, serta strategi dalam membangun aliansi kerja yang efektif. Hasil studi menunjukkan bahwa profesionalisme konselor, kualitas pribadi, sensitivitas budaya, serta kesiapan konseli sangat berpengaruh terhadap keberhasilan layanan. Hubungan yang hangat, suportif, dan kolaboratif terbukti berkontribusi besar pada efektivitas konseling SFBC.

Kata Kunci: hubungan konseling, SFBC, kompetensi konselor, kolaborasi, pendekatan berfokus solusi.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Koneksi Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, Sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

PENDAHULUAN

Dalam proses konseling, hubungan yang terjalin antara konselor dan konseli merupakan aspek yang sangat menentukan keberhasilan suatu layanan. Konselor yang hakekatnya adalah seorang *helper* (penolong), berperan membantu konseli dalam proses pengembangan diri, sehingga diperlukannya hubungan baik yang dikenal sebagai *helping relationship*. Hubungan membantu ini ditandai dengan adanya empati dan penerimaan konselor terhadap konseli melalui interaksi yang positif antara konselor dengan konseli dalam mencapai tujuan konseling. Hubungan ini menjadi dasar yang memungkinkan konseli merasa aman, didengar, dan dihargai sehingga ia dapat terbuka untuk membahas permasalahan yang sedang dihadapi (Zahrah dkk, 2024).

Konseling singkat berfokus solusi menurut Coray yakni memandang manusia sebagai pribadi yang kompeten, mampu menyusun solusi-solusi yang dapat mengarahkan tujuan-tujuan hidupnya. Tidak dapat dipungkiri bahwa keberhasilan dalam proses konseling sangat dipengaruhi oleh karakteristik dari konselor dan konseli itu sendiri (Endarti & Susanto, 2019). Karakteristik konselor yang dimaksud merujuk pada kualitas sikap dan perilaku konselor dalam memberikan bantuan selama proses konseling berlangsung. Sementara itu, karakteristik konseli mencakup sikap, respon, serta tingkat kesungguhan yang ditunjukkan konseli selama sesi konseling, khususnya dalam upayanya menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Menurut salah satu peneliti kualitas pribadi konselor merupakan *instrument* yang terpenting karena dapat menentukan hasil positif dalam layanan konseling, dimana inti dari proses layanan konseling yakni hubungan yang dibangun antara konselor dengan konseli.

Mengingat pentingnya peran yang diemban konselor, maka untuk menjalankan tugasnya konselor perlu memiliki kepribadian yang baik, yaitu pribadi yang mampu memahami orang lain dan selalu mendorong mereka untuk berkembang. Kualitas pribadi sangat berkaitan dengan perilaku profesional seorang konselor. Perilaku profesional setidaknya mencerminkan tiga hal. Pertama, perilaku konselor tidak hanya terlihat saat konseling, tetapi juga di berbagai situasi lainnya. Kedua, perilaku tersebut merujuk pada apa yang seharusnya ditampilkan oleh konselor sesuai standar profesi, bukan hanya apa yang ia lakukan secara nyata. Ketiga, setiap orang yang mengaku sebagai konselor harus mematuhi kode etik konselor (Rufaedah, 2022). Konselor profesional terbentuk secara menyeluruh dengan berpegang pada norma dan nilai, baik spiritual maupun sosial. Perilaku profesional didasari oleh keyakinan dan nilai-nilai yang mempengaruhi integritas kepribadian konselor.

Dalam pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC), hubungan konselor dan konseli bahkan memegang peranan yang lebih penting, karena pendekatan ini berorientasi pada kerja sama aktif untuk menemukan solusi, bukan pada penggalian mendalam mengenai masalah (Arofah, 2018). Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* memandang bahwa kebenaran dan realitas tidak bersifat mutlak, tetapi dapat dibentuk atau dikonstruksi (Rani, 2025). Dalam SFBC, konseli memilih tujuan yang ingin dicapai, mengesampingkan pembicaraan tentang latar belakang masalah atau eksplorasi masalah (Corey, 2009 dalam Rani, 2025).



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Konseling Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Dengan demikian, kualitas relasi menjadi pusat dari segala interaksi konseling. Tujuan penulisan artikel ini dimaksudkan agar konselor dapat mengetahui bahwa hubungan yang dijalin antara konselor dengan konseli pada proses konseling sangat mempengaruhi keberhasilan konseling, sehingga sebagai konselor harus bisa menyiapkan diri sebaik mungkin agar proses konseling yang berhasil dapat dicapai. Artikel ini diharapkan juga bisa bermanfaat bagi para calon konselor atau seorang konselor untuk dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai teknik SFBC untuk memperkuat hubungan konselor dan konseli, faktor yang mempengaruhi kualitas hubungan konselor dan konseli, peran konselor dalam konseling serta strategi untuk membangun kualitas hubungan konselor dan konseli agar membuahkan keberhasilan dalam konseling SFBC.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kajian literatur dengan mencari referensi teori relevan dengan kasus atau permasalahan yang ingin peneliti bahas. Disebutkan bahwa kajian literatur adalah bentuk kajian yang menyajikan penelitian dalam bentuk ringkasan tertulis dari jurnal, buku, dan dokumen lainnya untuk mendapatkan teori dan informasi untuk mengorganisasikan ke dalam topik pembahasan yang penulis kaji. Dalam proses pengumpulan data penulis melakukan penelusuran data ilmiah dari beberapa jurnal, buku dan artikel untuk memperoleh referensi yang relevan dengan topik penelitian. Pengolahan data dilakukan menggunakan metode analisis deskriptif.

Menurut Habsy (2017), analisis deskriptif dilakukan dengan cara memaparkan fakta-fakta yang ditemukan dalam sumber literatur, kemudian menghubungkannya dengan konteks penelitian melalui proses analisis, interpretasi, dan penarikan kesimpulan. Dalam penelitian ini, analisis deskriptif dimaksudkan untuk menjelaskan bagaimana teori-teori konseling, terutama prinsip-prinsip SFBC, menggambarkan peran dan pengaruh hubungan konselor–konseli terhadap keberhasilan layanan konseling. Jenis data yang digunakan dalam penelitian diperoleh melalui kajian literatur atau studi literatur dengan cara penulis menghimpun data serta sumber yang berhubungan dengan topik yaitu Hubungan Konselor dengan Konseli dalam Keberhasilan Konseling SFBC.

PEMBAHASAN

Teknik SFBC dalam Penguatan Hubungan Konselor–Konseli

Konseling SFBC membantu konseli untuk mendapatkan solusi atas masalah yang dialami oleh konseli. Konseling singkat yang efektif di sekolah melalui pendekatan SFBC menuntut konselor untuk menggunakan teknik konseling yang tepat guna mendukung keberhasilan layanan (Seligman, L., & Reichhenberg, L.W., 2015). Seligman menjelaskan beberapa tahapan yakni tahapan pertama membangun hubungan baik, tahap kedua konselor mengidentifikasi masalah, tahap ketiga konselor menetapkan tujuan konseli, tahap keempat konselor dan konseli merancang dan menetapkan langkah tindakan, dan tahap kelima konselor melakukan pengakhiran berupa evaluasi dan tindak lanjut.

Pada tahap pertama konselor menjadi pondasi utama proses konseling, konselor mampu menciptakan suasana yang aman, nyaman, dan



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: *Konseling Kearifan Nusantara*
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

penyakit penerimaan. Konselor harus memiliki hubungan yang positif dengan konseli diharapkan konseli dapat terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan harapan mereka. Konseling SFBC merupakan sarana untuk memahami masalah dan menjadi media untuk menggali potensi dan kekuatan konseli untuk menemukan solusi terhadap masalah (Refani, Putri, 2024). Pada tahap kedua konselor mengidentifikasi masalah yang berfokus pada penyebab masalah secara mendalam dan konselor dapat meng eksploratif dan konstruktif sehingga konselor dapat memahami permasalahan konseli. Selanjutnya, tahap ketiga yaitu konselor dan konseli menetapkan tujuan yang bersifat spesifik, realistis, dan berorientasi pada perubahan perilaku. Pada tahap keempat, konselor dan konseli bekerja sama untuk menyusun strategi agar mencapai tujuan yang telah disepakati, konselor membantu mengidentifikasi pengalaman keberhasilan konseli serta kekuatan yang dimiliki konseli. Terakhir tahap kelima yaitu evaluasi dan tindak lanjut untuk menilai efektivitas proses konseling dan mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai serta perubahan yang dirasakan konseli.

Faktor Penentu Kualitas Hubungan Konselor–Konseli dalam Konseling SFBC

Dalam proses konseling SFBC, faktor penentu keberhasilan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) yang terutama adalah melalui prinsip kolaborasi, peran fasilitatif konselor dan kondisi konseli yang berorientasi pada pembangunan solusi. Hal ini menunjukkan kesiapan konselor menjadi perhatian utama dalam proses konseling. Kualitas hubungan konselor–konseli dalam konseling SFBC tidak terbentuk secara sederhana, melainkan dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berinteraksi. Penentu kualitas hubungan antara konselor dengan konseli tidak hanya berpusat pada teknik yang digunakan dalam konseling. Sikap profesional konselor dalam menunjukkan empati dan penghargaan tanpa syarat juga menjadi faktor penentu kualitas hubungan.

Selaras dengan salah satu faktor yakni penghargaan tanpa syarat. Uraian dari Insani, N., & Astuti, B. (2024) mempertegas bahwa penghargaan tanpa syarat konselor kepada konseli memungkinkan pembangunan rapport yang harmonis, dinamis, dan lebih mendalam. Rapport yang solid dapat memungkinkan konselor memanfaatkan potensi konseli secara optimal tanpa mendalami penyebab masalah secara berlebihan. Hal ini sesuai dengan esensi *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) yakni berfokus pada penguatan potensi dan orientasi solusi konseli melalui proses konseling yang singkat, dan kolaboratif. Dalam Hasby (2024) menyatakan bahwa rapport kolaboratif melalui topik netral dapat membuka kemungkinan solusi.

Solusi yang dibangun oleh konseli merupakan kondisi pengembangan diri yang membayangkan perubahan masa depan secara efektif. Kerja sama dalam merumuskan solusi menunjukkan bahwa kualitas relasi konselor dengan konseli dipandang sebagai fondasi penting efektivitas SFBC, khususnya dalam mengoptimalkan kekuatan dan potensi konseli dalam proses perubahan (Atika, A., & Hastiani, H., 2022). Dengan demikian, kualitas hubungan konselor–konseli dalam konseling SFBC tidak dapat direduksi pada penerapan teknik semata, melainkan menuntut kesiapan profesional konselor dalam membangun relasi kolaboratif yang berlandaskan empati, penghargaan tanpa syarat, dan orientasi solusi. Tanpa fondasi hubungan yang kuat,



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Konseling Kearifan Nusantara
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

efektivitas SFBC berpotensi menjadi prosedural dan kehilangan esensinya sebagai pendekatan yang memberdayakan konseli dalam proses perubahan.

Peran Konselor dalam Konseling SFBC

Dalam pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), konselor menempati posisi yang tidak dominan, melainkan berperan memfasilitasi konseli sebagai pihak yang menentukan arah dan tujuan konseling. Peran ini menempatkan konseli sebagai subjek aktif dalam proses perubahan, sementara konselor mendukung pengambilan keputusan secara kolaboratif. Cara konselor menjalankan perannya berpengaruh langsung terhadap efektivitas interaksi, minat konseli untuk terlibat, serta *outcome* konseling secara keseluruhan. Konselor berperan sebagai pemandu yang membangun hubungan harmonis untuk mengoptimalkan kekuatan konseli tanpa mendalami penyebab masalah. Hal ini menimbulkan terbangunnya rasa aman, kepercayaan, dan keinginan keterlibatan konseli, sehingga sejalan dengan karakteristik SFBC yang bersifat singkat, berorientasi solusi, dan fleksibel.

Keberhasilan konseling SFBC sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan terapeutik yang dibangun konselor melalui sikap empatik, saling menghormati, dan komunikasi yang memberdayakan. Dalam hubungan yang kolaboratif, konselor membantu konseli membentuk kerangka pemahaman baru yang lebih positif dan berorientasi solusi, sehingga konseli merasa aman dan percaya diri dalam merumuskan tujuan perubahan. Konselor juga memfasilitasi konseli untuk mengenali kekuatan internal dan pengalaman keberhasilan sebelumnya melalui pertanyaan reflektif dan strategis, serta penguatan berupa pujian yang autentik untuk meningkatkan efikasi diri konseli (Kitty L., 2009).

Selain membangun hubungan dan menggali potensi konseli, konselor dalam SFBC berperan sebagai pemandu dialog yang afirmatif dan non-otoritatif dengan menggunakan teknik seperti *miracle question* dan *scaling question* untuk membantu konseli membayangkan perubahan dan mengevaluasi kemajuan (Atika & Hastiani, 2022). Konselor tidak memberikan solusi secara langsung, tetapi mendorong konseli menemukan langkah perubahan yang sesuai dengan konteks kehidupannya serta merumuskan tujuan yang jelas, realistis, dan bermakna (Pabalik, 2021). Melalui peran ini, konselor tidak hanya mendukung tercapainya solusi jangka pendek, tetapi juga menumbuhkan kemandirian konseli dalam mempertahankan perubahan setelah proses konseling berakhir.

Strategi Penguatan Hubungan Konselor–Konseli untuk Keberhasilan SFBC

Konseling dilaksanakan oleh kedua belah pihak yakni konselor dan konseli, dalam proses konseling *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) memiliki beberapa tahapan agar konseling *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) berjalan sesuai dengan yang diharapkan oleh konseli. Tidak hanya tahapan dan tekniknya saja yang menunjang keberhasilan konseling *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) akan tetapi konselor harus memiliki strategi agar mampu membantu konseling berhasil mencapai tujuan yang diinginkan. Berikut strategi yang dapat konselor implementasikan untuk menunjang keberhasilan konseling *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) menurut



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: *Konseling Kearifan Nusantara*
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

Insani, N., & Astuti, B. (2024) ialah konselor sebagai penopang dalam kegiatan konseling harus memiliki keseimbangan fisik, mental, emosional, sosial, dan budaya, empati dan integritas konselor.

Keseimbangan fisik, mental, dan emosional membuat konselor mampu hadir secara penuh dalam sesi konseling. Kondisi fisik dan mental yang sehat juga membantu konselor tetap fokus, tidak mudah lelah, serta mampu berpikir jernih dalam membantu konseli. Selain itu, kestabilan emosional sangat penting agar dapat mendengarkan konseli dengan baik dan dapat merespons cerita dan perasaan konseli. Di samping itu, konselor perlu memiliki kepekaan sosial dan budaya agar dapat memahami latar belakang kehidupan, kebiasaan, serta nilai-nilai yang dianut oleh konseli. Empati juga menjadi kunci utama dalam membangun hubungan yang hangat dan saling percaya, karena konseli akan merasa dipahami, dihargai, dan diterima apa adanya. Sementara itu, integritas konselor tercermin dari sikap jujur, konsisten, serta bertanggung jawab dalam menjalankan tugas profesionalnya (Corey, 2017). Dengan memiliki kualitas-kualitas tersebut, konselor dapat menjalin kerja sama yang baik dengan konseli dan mendukung mereka dalam menemukan solusi serta mencapai tujuan konseling secara lebih efektif.

HASIL

Berikut adalah hasil kajian literatur mengenai hubungan konselor dan konseli serta kontribusinya terhadap keberhasilan konseling, terutama dalam konteks pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC).

Tabel 1. Hasil Kajian literatur

No.	Penulis	Metode	Ringkasan
1.	Refani, Putri. (2024)	Jenis penelitian dengan metode Kualitatif. Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi	Dalam artikel berjudul Pelaksanaan Pendekatan SFBC (<i>Solution Focused Brief Counseling</i>) Dalam Mengatasi Siswa Terlambat Sekolah Di SMA Negeri 1 Petarukan. Literatur menunjukkan bahwa <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC) berlandaskan pada upaya mendorong konseli untuk mengenali peluang perubahan yang dapat dicapai. Keberhasilan konseling dalam pendekatan ini dipahami tidak hanya dari tercapainya tujuan konseli, tetapi juga dari kualitas hubungan kolaboratif antara konselor dan konseli yang saling menghargai kekuatan, potensi, serta kemampuan konseli dalam membangun perubahan yang bermakna.
2.	Habsy, B. A., Rahmawati, A.,	Jenis penelitian dengan metode	Dalam penelitian yang berjudul Pendekatan <i>Solution Focused</i>



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi, sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

	Ariyanti, D. W., Zahro, C. I., & Santoso, H. R. P. (2024).	Kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu dengan tipe nonequivalent control group design.	Brief Counseling dalam Konseling Kelompok. Penelitian Habsy menyatakan bahwa <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC) merupakan pendekatan konseling yang berorientasi pada solusi dan masa depan, berbeda dari terapi tradisional yang menekankan penelusuran masalah masa lalu. Prinsip dasar SFBC menegaskan bahwa perubahan dapat terjadi tanpa harus memahami penyebab masalah, karena solusi tidak selalu berkaitan langsung dengan sumber permasalahan. Oleh karena itu, konseling difokuskan pada kemungkinan tindakan, harapan, dan solusi yang bermakna bagi konseli, dengan mengakui bahwa setiap individu memiliki cara unik dalam membangun perubahan.
3.	Seligman, L., & Reichhenberg, L.W. (2015).	Dalam buku tersebut disusun menggunakan metode kajian teoretis berbasis studi literatur	Dalam buku Seligman yang berjudul <i>Theories of counseling and psychotherapy: Systems, strategies, and skills</i> menjelaskan bahwa pendekatan <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC) melibatkan tahapan membangun hubungan, mengidentifikasi masalah, menetapkan tujuan, merancang strategi, serta melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Tahapan tersebut menegaskan bahwa keberhasilan SFBC tidak semata-mata ditentukan oleh pencapaian solusi, tetapi juga oleh kualitas hubungan kolaboratif antara konselor dan konseli. Oleh karena itu, teknik SFBC memiliki peran strategis dalam memperkuat relasi konseling yang mendorong keterlibatan aktif konseli dan efektivitas perubahan yang ingin dicapai.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

4.	Mulawarman. (2014).	Jenis penelitian menggunakan metode campuran atau dapat disebut dengan eksperimental tertanam	Pada literatur berjudul Brief counseling in schools: A solution-focused brief counseling (SFBC) approach for school counselor in Indonesia. Studi menunjukkan bahwa tahapan dalam <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC) berperan penting dalam keberhasilan konseling, dengan konselor berfungsi sebagai fasilitator perubahan yang membantu konseli mengenali kekuatan dan solusi. Kualitas hubungan konselor-konseli, yang ditandai oleh kolaborasi, saling menghormati, dan komunikasi yang memberdayakan, menjadi faktor utama yang mendorong konseli membangun narasi serta upaya perubahan yang berkelanjutan.
5.	Kitty Brasher. (2009).	L. Pendekatan kualitatif dengan metode kajian literatur (literature review), di mana data diperoleh melalui penelusuran dan analisis sumber-sumber pustaka yang relevan, kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif	Pada literatur berjudul Solution-Focused Brief Therapy: Overview and Implications for School Counselors. Menurut Brasher, wujud peran konselor dalam proses konseling SFBC adalah membantu konseli mengenali kekuatan internal, mengembangkan tujuan dan mendorong komitmen untuk berubah. Dapat dikatakan bahwa konselor berperan membantu konseli dalam mengenali solusi yang terletak pada diri sendiri yang sebelumnya telah konseli gunakan untuk menghadapi permasalahan. Selain itu, pada konseling berbasis solusi, konselor dapat memberikan compliment (pujian spesifik) untuk memperkuat kompetensi konseli, menetapkan tujuan realistis (SMART: specific, motivating, achievable, realistic, trackable), serta menugaskan pekerjaan rumah sederhana agar konseli mandiri.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Kearsifan Nusantara
Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui
Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

6.	Atika, A., & Hastiani, H. (2022).	Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang istilah dalam bahasa Inggrisnya adalah Classroom Action Research (CAR). Tahapan siklus PTK yaitu rencana, tindakan, observasi, dan refleksi.	Pada literatur yang berjudul Penerapan Solution-Focus Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Kemampuan Kerjasama Pada Mahasiswa menjelaskan bahwa dalam <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC), konselor berperan sebagai fasilitator yang mengadopsi posisi <i>non-otoritatif</i> , membangun hubungan terapeutik, serta menciptakan iklim dialog yang saling menghormati dan afirmatif. Peran ini menegaskan bahwa konselor tidak bertindak sebagai ahli yang menentukan solusi, melainkan sebagai pemandu yang menggunakan pertanyaan strategis untuk membantu konseli membayangkan masa depan yang diinginkan dan mengembangkan langkah perubahan secara kolaboratif.
7.	Nugroho, A.H & Puspita D.A (2018).	Jenis penelitian dengan metode Kualitatif. Penelitian ini menggunakan teknik wawancara.	Sebagaimana dikutip dalam jurnal Nugroho, menyatakan bahwa perkembangan konsep diri dipengaruhi oleh reaksi orang lain, perbandingan sosial, peran individu, dan proses identifikasi. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri akademik negatif siswa kerap muncul akibat perbandingan dengan teman yang dianggap lebih unggul. Dalam konteks <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC), kondisi ini menegaskan pentingnya memposisikan konseli sebagai agen perubahan yang secara aktif merekonstruksi penilaian diri dan mengembangkan perspektif positif terhadap kemampuan akademiknya.
8.	Pabalik, V. (2021)	Jenis penelitian dengan metode Kualitatif. Teknik pengumpulan data yang	Dalam penelitian berjudul Penerapan Solution Focused Brief Counseling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMPN 13 MAKASSAR.



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Konseling Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Profesional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Jurus Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

			digunakan adalah observasi.	Konseling SFBC dimana konseli diposisikan sebagai ahli atas kehidupannya sendiri dan memiliki kendali penuh dalam menentukan arah serta tujuan konseling. Penekanan ini menegaskan bahwa konseli merupakan agen perubahan utama yang secara aktif merefleksikan harapan masa depan, membangun narasi hidup yang baru, serta merumuskan solusi yang sesuai dengan kebutuhan dan konteks kehidupannya.
9.	Insani, N., & Astuti, B. (2024).	Jenis penelitian menggunakan metode studi kepustakaan yang berfokus pada eksplorasi literatur ilmiah yang relevan		Dalam artikel berjudul pengembangan kualitas pribadi konselor secara profesional dalam pelayanan bimbingan dan konseling, penulis memberikan informasi bahwa kualitas hubungan konselor-konseli dipengaruhi oleh kemampuan konselor menjaga kualitas pribadi melalui praktik <i>self-care</i> yang mencakup keseimbangan fisik, mental, emosional, sosial, dan budaya. Sebagaimana penguatan oleh Insani dan Astuti (2024) yang menyatakan bahwa hubungan konseling yang efektif tidak hanya ditopang oleh empati dan integritas konselor, tetapi juga oleh sensitivitas terhadap konteks budaya, nilai religius, serta profesionalisme dalam praktik konseling.
10.	Corey, Gerald. (2017).	Buku Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy disusun menggunakan metode kajian teoritis dan analisis komparatif (theoretical and comparative review)		Dalam buku yang berjudul Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (10th Edition) Boston, MA: Cengage Learning. Penulis menegaskan bahwa keberhasilan konseling sangat dipengaruhi oleh kualitas <i>therapeutic relationship</i> atau <i>working alliance</i> antara konselor dan konseli. Dalam konteks <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (SFBC), hubungan



Sabtu, 20 Desember 2025 Via Zoom

SENJA KKN #6 +PRO SIDING

Seminar Nasional Dalam Jaringan: Konseling Kearifan Nusantara

Membangun Resiliensi dan Makna Kemanusiaan di Era BANI melalui Integrasi Kompetensi Professional, Kearifan Lokal, dan AI



Terindeks:



ISSN 2810-0239



Scope & Focus Prosiding

1. Bimbingan dan Konseling Multikultural
2. Best Practice Kearifan Lokal untuk Peningkatan Isu Kesehatan Mental
3. Integrasi Kearifan Lokal dengan Layanan BK
4. Best Practice 7 Juru Hebat BK
5. Peningkatan Permasalahan Generasi Z (Pribadi-sosial, Akademik & Karir)
6. Asesmen, Evaluasi & Manajemen Layanan BK
7. Peningkatan Nasionalisme dan Kebhinekaan Generasi Z
8. Character Building Berbasis Kearifan Lokal
9. Media dan Inovasi Bermuatan Kearifan Lokal

			kolaboratif menjadi krusial karena proses konseling berpusat pada kesepakatan tujuan, tugas konseling, serta ikatan emosional yang ditandai oleh empati dan kepercayaan. Kualitas pribadi konselor, seperti ketulusan dan penerimaan, berperan penting dalam menciptakan hubungan yang memberdayakan konseli untuk mengenali kekuatan diri dan membangun arah perubahan, sehingga mendukung efektivitas pendekatan SFBC.
--	--	--	--

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa hubungan konselor–konseli merupakan faktor kunci dalam keberhasilan penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC). Pendekatan ini menekankan kerja sama yang kolaboratif, peran konselor sebagai fasilitator perubahan, serta posisi konseli sebagai agen perubahan yang memiliki kemampuan untuk membangun solusi dan masa depan yang lebih baik. Tahapan dan teknik SFBC akan berjalan secara efektif apabila didukung oleh kualitas hubungan yang positif, ditandai dengan empati, kepercayaan, komunikasi yang memberdayakan, serta penghargaan terhadap kekuatan dan potensi konseli. Selain itu, kualitas pribadi dan profesional konselor, kesiapan konseli, serta interaksi yang saling menghargai turut mempengaruhi keterbukaan, motivasi, dan keberhasilan pencapaian tujuan konseling, sehingga hubungan konselor–konseli tidak hanya berfungsi sebagai pendukung teknis, tetapi menjadi determinan utama keberhasilan keseluruhan proses konseling SFBC.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan tersebut, disarankan lebih menekankan penguatan kualitas hubungan konselor–konseli dalam penerapan SFBC, selain penguasaan teknik-teknik konseling. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan kajian empiris atau pengembangan model konseptual yang secara komprehensif mengintegrasikan hubungan konselor–konseli sebagai kompetensi inti dalam SFBC, khususnya dalam konteks pendidikan dan budaya Indonesia. Dengan demikian, kajian dan praktik SFBC di Indonesia dapat berkembang secara lebih kontekstual, aplikatif, dan berkelanjutan.

DAFTAR RUJUKAN

- Atika, A., & Hastiani, H. (2022). Penerapan Solution-Focus Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Kemampuan Kerjasama Pada Mahasiswa. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 9(2), 125-136. <https://doi.org/10.29407/nor.v9i2.16611>
- Arofah, Laelatul & Nawantara, Rosalia & Puspitasari, Arinda. (2018). PENGEMBANGAN PANDUAN SOLUTION FOCUSED BRIEF



- COUNSELING UNTUK GURU BK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI (SMPN) 1 KOTA KEDIRI. Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik). 2. 100. 10.26740/bikotetik.v2n1.p100-104.
- Corey, Gerald. 2017. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th Edition). Boston, MA: Cengage Learning. Hal. 50 - 55, 165 - 170.
- Nugroho, A.H & Puspita D.A (2018). Penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa. *Jurnal Bikotetik*. Vol. 02 No. 01 (73-114).
- Ervinda Rosana Maghfira, Muwakhidah, Puji Ning Tyas, & Elly Dwi Putri Utari. (2022). *PENGARUH KUALITAS PRIBADI KONSELOR DALAM MEMBANGUN INTERAKSI KONSELI TERHADAP KEBERHASILAN PROSES KONSELING*, 3(1), 94-104.
<https://doi.org/10.1234/pdabkin.v3i1.139>
- Endarti, T & Susanto E. 2019. Penggunaan Konseling Kelompok Pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X sma Taruna Dra. Zulaeha Leces Purbolinggo. *Jurnal HELPER*. Vol 36 (2), Hal 27-36
- Habsy, B. A., Rahmawati, A., Ariyanti, D. W., Zahro, C. I., & Santoso, H. R. P. (2024). Pendekatan Solution Focused Brief Counseling dalam Konseling Kelompok. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 1(4), 14.
<https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.515>
- Habsy, B. A. (2017, Agustus). *Seni Memahami Penelitian Kuliatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur*, 1 Nomor 2 Agustus 2017, 90-100. Retrieved Desember, 2025.
- Insani, N., & Astuti, B. (2024). Pengembangan Kualitas Pribadi Konselor Secara Profesional dalam Pelayanan Bimbingan Konseling. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 9 (2), 97-107.
<https://doi.org/10.21067/jki.v9i2.10300>
- Kitty L. Brasher. (2009). Solution-Focused Brief Therapy: Overview and Implications for School Counselors. *The Alabama Counseling Association Journal*, Volume 34, Number 2, Spring 2009
- Mulawarman. (2014). Brief counseling in schools: A solution-focused brief counseling (SFBC) approach for school counselor in Indonesia. *Journal of Education and Practice*, 5(21), 68-72.
<https://www.researchgate.net/publication/312991742>
- Nugroho, A.H & Puspita D.A (2018). Penerapan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa. *Jurnal Bikotetik*. Vol. 02 No. 01 (73-114).
- Pabalik, V. (2021) Penerapan Solution Focused Brief Counseling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMPN 13 MAKASSAR.
<https://eprints.unm.ac.id/20083/1/Jurnal.pdf>
- Rani, R. K., Riska Andriani, Khayatun Nufus Akhsania, Syifa Jauhar Nafisah, & Susi Handayani Boru Lubis. (2025). Implementasi Konseling Individu Pendekatan Solution Focused Brief Counseling Teknik Exception Question untuk Meningkatkan Self-Acceptance. *Edutainment*, 13(2), 1-8.
<https://doi.org/10.35438/e.v13i2.1038>
- Refani, Putri. 2024. *Pelaksanaan Pendekatan SFBC (Solution Focused Brief Counseling) Dalam Mengatasi Siswa Terlambat Sekolah Di SMA Negeri 1 Petarukan*. Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas



Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

- Rufaedah, E. A., Ikhwanarropiq, M. 2022. Kualitas Pribadi Konselor Dalam Membangun Hubungan antar Konselor dan Konseli. Jurnal Counselia: Islamic Guidance and Counseling Journals. Vol. 3 No. 2 Juli 2022. Hal.52-63.
- Seligman, L., & Reichhenberg, L.W. 2015. *Theories Of Counseling and Psychotherapy: System, Strategis, and Skills*. New Jersey: Pearson Education, inc
- Zahrah, D. I., Zalukhu, M. W., Zahratunnisa, N. 2024. *Pentingnya Membangun Hubungan Antar Kualitas Pribadi Konselor Dan Kualitas Pribadi Konseling*. Realisasi : Ilmu Pendidikan, Seni Rupa dan Desain. Volume. 1 No. 3 Juli 2024. Hal.121-128.