

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “**Efektivitas Solution-Focused Brief Counseling dalam Setting Kelompok untuk Meningkatkan Self-Control Siswa**“ ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplak atau penguntipan dengan cara-cara tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Januari 2016
Penulis

Nurul Hikmah

ABSTRAK

EFEKTIVITAS *SOLUTION-FOCUSED BRIEF COUNSELING* DALAM SETTING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN SELF-CONTROL SISWA

Nurul Hikmah
NIM. 1302527

Pembimbing : Dr. Ipah Saripah, M.Pd
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Sekolah Pascasarjana UPI

Penelitian dilatar belakangi oleh rendahnya *self-control* dalam kehidupan remaja yang berada pada usia Sekolah Menengah Pertama. Tujuan penelitian yaitu menguji keefektifan *solution focused brief counseling* dalam *setting* kelompok untuk meningkatkan *self-control* siswa. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif, dengan metode kuasi eksperimen. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Konsep instrumen yang digunakan dirumuskan berdasarkan aspek-aspek *self-control* menurut Averil (1973). Tempat penelitian di SMP 6 Cimahi pada Kelas VIII sejumlah 15 orang parsipitan. Teknik analisis data menggunakan *Uji Mann Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *solution focused brief counseling* dalam *setting* kelompok terbukti efektif untuk meningkatkan *self-control* hal ini tampak pada hasil uji efektivitas, nilai rata-rata pada tiap aspek *self-control* untuk siswa kelompok eksperimen serta adanya dinamika perubahan perilaku pada tiap sesi konseling. Rekomendasi hasil penelitian ditujukan kepada: 1) guru bimbingan dan konseling agar dapat menerapkan *solution focused brief counseling* dalam *setting* kelompok sebagai layanan untuk mengembangkan *self-control* siswa serta sebagai basis pengembangan program bimbingan dan konseling; dan 2) peneliti selanjutnya untuk keperluan generalisasi data dapat melakukan penelitian yang serupa tetapi dengan variabel terikat yang berbeda.

Kata Kunci: *Solution Focused Brief Counseling*, konseling kelompok, *self control*

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF SOLUTION-FOCUSED BRIEF COUNSELING IN GROUP SETTING TO INCREASE STUDENTS' SELF-CONTROL

Nurul Hikmah
NIM: 13102527

*Consultant: Dr. Ipah Saripah, M.Pd
School of Postgraduate Studien UPI*

This research is carried out as a consideration on the low self-control of junior high school students during their adolescence. The aim of this research is examining the effectiveness of Solution-Focused Brief Counseling in group setting to increase the students' self-control. A quantitative approach with a quasi-experimental research design was applied in this research. It was conducted at SMP 6 Cimahi; 15 students were involved. The instrument used was designed based on the aspects of self-control by Averril (1973). The data gathered were analyzed by using Mann-Whitney Testing. The findings show that Solution Focused Brief Counseling is effective in improving the students' self-control. It is shown on the result of effectiveness testing, the students' mean scores in each aspects of self-control in experimental group, and some positive changes of their behaviors in each counseling session. Based on the result of this research, it is suggested for: (1) the teachers to use Solution Focused Brief Counseling in group setting at school as a way to develop the students' self-control and as a basis of conseling program, and (2) the next researchers to do similar research with different independent variable in order to generate the topic investigated.

Key words: *Solution Focused Brief Counseling, group setting, self-control*

KATA PENGANTAR

Segala Puji hanya untuk Allah Yang Maha Agung untuk seluruh curahan Rahmat dan Magfirah-Nya. Tiada daya dan upaya kecuali atas izin-Nyalah segala sesuatu dapat terjadi termasuk dalam penyelesaian tesis ini. Salawat serta salam selalu tercurah pada al-Mustafa Nabi Muhammad *Salallahualaihi Wa Salam*.

Tesis ini berjudul “**Efektivitas Solution Focused Brief Counseling dalam Setting Kelompok untuk Meningkatkan Self-control Siswa**”. *Self-control* pada siswa memiliki peran khusus, karena siswa yang berada pada usia remaja mulai mempertanggungjawabkan semua perkataan dan perbuatannya. Isi tesis mengkhususkan mengkaji efektivitas *solution focused brief counseling* dalam *setting* untuk meningkatkan *self-control* siswa.

Penulis menyadari sepenuhnya adanya kekurangan dalam penyusunan tesis, untuk itu saran dan kritik untuk perbaikan karya ilmiah selanjutnya sangat diharapkan. Terakhir semoga tesis ini, dapat bermanfaat bagi pengembangan *khanasah* keilmuan terutama dalam disiplin ilmu bimbingan dan konseling.

Bandung, Januari 2016
Penulis

Nurul Hikmah

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari dan merasakan sepenuhnya bahwa pada penyelesaian tesis tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, arahan dan motivasi dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak sebagai berikut:

1. Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku dosen pembimbing dengan penuh ketulusan dan ketelitian memberikan arahan, masukan dan berbagi ilmu dalam proses penyusunan dan penyelesaian tesis ini. “*Jazakillah khair Bunda*”.
2. Prof. Dr. H. A. Juntika Nurihsan, M.Pd, Dr. Hj. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd dan Dr. Amin Budiamin, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan yang sangat berharga demi perbaikan tesis ini. Semoga menjadi amal sholeh. *Aamiin*.
3. Dr. Suherman, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan penuh kesabaran dalam membimbing dan memotivasi dalam perkuliahan dan menyelesaikan proposal penelitian.
4. Dr. H. Mubiar Agustin, M.Pd dan Prof. Dr. Syamsu Yusuf, M.Pd selaku penimbang instrumen dan program intervensi pada tesis. Terimakasih banyak atas keluangan waktunya serta masukan-masukan yang berharga.
5. Dadang Sudrajat, M.Pd atas masukan dan saran-saran yang memperdalam pemahaman tentang statistika pada proses menyelesaikan tesis ini.

6. Prof. Dr. Uman Suherman AS., M.Pd selaku Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Program Studi Bimbingan dan Konseling periode 2015-2019 dan Dr. H. Nandang Rusmana, M.Pd, selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling periode 2011-2015.
7. H. Asep Rahmatullah, S.Pd., M.M, selaku kepala SMP Negeri 6 Cimahi periode 2015 dan guru-guru Bimbingan dan Konseling, khususnya Bu Hevie serta teman-teman PPK, Kiki, Ari, Nisa dan Lina. Terima kasih atas penerimaan dan bantuan untuk kelancaran pelaksanaan penelitian.
8. Siswa-siswi SMP Negeri 6 kelas VIII A, C dan G serta terspesial pada Abimanyu, Arya, Bayu, Irfan, Annisa, Febry, Eva, dan Sylvia untuk keluangan waktu dan kesabaran selama penelitian. Semoga mendapat ilmu yang barokah dan menjadi generasi emas Indonesia. *Aamiin*.
9. Nuur Insan T. yang telah membantu proses penterjemahan abstrak di sela-sela kesibukannya, serta Rindi A dan Nori A. memberikan dan mengajarkan berbagai ilmu yang berguna kepada penulis, semoga jadi amal jarizah. *Aamiin*.
10. Seluruh mahasiswa SPs Bimbingan dan Konseling angkatan 2013 yang selalu memberikan inspirasi dan berbagai pengalaman. Bu Wiwin, Yeni Afrida, Pak Budin, Ayuk Ela, Wulan, Kak Yudo, Pak Sopian, Dodi, Rofi, Mela, Novi, Teh Nadia, Pak Cece, Pak Aziz, Kang Vici, Rahmi, Resty, Wardah, Yuniar, Winda, Teh Sinta, Teh Ratu, Tri, Mba Devi, Diova, Mpok Hulaifah yang telah memberikan *support* baik fisik maupun psikologis kepada penulis

11. Ayahanda H. Kamaludin Bin Sene, S.Pd dan Ibunda Hj. Junari Bin Masrun, S.Pd. SD yang telah memberikan seluruh hidupnya untuk kemaslahatan ananda dalam do'a-d'oa serta pengorbanan tak bertepi semoga Allah ridhoi dan dibalas dengan surga firdaus-Nya. *Aamiin.* Adik Muhadi, M.Kes dan Taufikqurahman yang telah membersamai dalam suka duka semoga kita menjadi anak-anak sholeh/ah yang menyenangkan hati orang tua. *Aamiin.*
12. Nurazizah, Annida Ul Fitriyah, Mb Arum, Risa, Atik, Ummu Syahida (Aida), Yuni Fitriani, Sahlah *jazakumullah khair* atas persahabatan yang diberikan selama ngerantau di Bandung. Selalu ada dan memberikan yang terbaik yang dimiliki semoga barokah umurnya dan segera dipertemukan jodoh yang sholeh oleh Allah SWT. *Aamiin.*
13. Seluruh adik-adik, kakak-kakak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan doa-doa tulus dan dukungan sepenuhnya demi kelancaran penyelesaian tugas akhir. *Jazakmullah Khair.* Aamiin.

Bandung, Januari 2016
Penulis

Nurul Hikmah

DAFTAR ISI

	Hal
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi dan Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Sistematika Penulisan	10

BAB II KONSEP *SOLUTION-FOCUSED BRIEF COUNSELING* DAN *SELF-CONTROL*

A. Tinjauan Teoretis	
1. <i>Self-Control</i>	11
2. <i>Solution Focused Brief Counseling</i> dalam <i>Setting Kelompok</i>	17
B. Kerangka Berpikir	25
C. Asumsi dan Hipotesis Penelitian.....	28

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian	30
--------------------------------	----

B. Metode Penelitian.....	30
C. Desain Penelitian.....	31
D. Populasi dan Sampel Penelitian	32
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
F. Pengembangan Instrumen Pengumpulan Data.....	37
G. Program Rancangan Intrumen <i>Solution Focused Brief Counseling</i> dalam <i>Setting Kelompok</i> untuk Meningkatkan <i>Self-Control</i> Siswa	43
H. Prosedur Penelitian.....	59
I. Teknik Analisis Data.....	61
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	62
B. Pembahasan.....	65
C. Keterbatasan Penelitian.....	117
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan	118
B. Rekomendasi	119
DAFTAR PUSTAKA	120
LAMPIRAN-LAMPIRAN	125

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
2.1 Perbedaan Fokus Solusi dan Fokus Masalah	19
2.2 Perbedaan Konseling dan Psikoterapi.....	20
3.1 Jumlah Sampel Penelitian Pada Kelas Kontrol dan Kelas Eksperimen.....	32
3.2 Kisi-kisi Instrumen Pengumpulan Data untuk Mengungkap <i>Self-Control</i>	37
3.3 Hasil Uji Validitas Butir Soal	39
3.4 Interpretasi Koefisien Reliabilitas.....	39
3.5 Contoh Pengkorvesian Nilai Skala	40
3.6 Pemberian Skor Alternatif Jawaban.....	42
3.7 Rekapitulasi Data Hasil <i>Pre-test</i> tentang Kategori <i>Self-Control</i> Siswa.....	45
3.8 Rekapitulasi Data <i>Pre-test</i> Tiap Aspek <i>Self-Control</i> pada Siswa Kelas VIII A di SMP 6 Cimahi.....	47
3.9 Rancangan Intervensi <i>Solution Focused Brief Counseling</i> Dalam <i>Setting</i> Kelompok untuk Meningkatkan <i>Self-Control</i>	53
4.1 Hasil Uji Efektifitas <i>SFBC</i> dalam <i>Setting</i> Kelompok untuk Meningkatkan <i>Self-Control</i> Siswa	62
4.2 <i>Self-Control</i> Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol	63
4.3 Nilai Rata-rata <i>Self-Control</i> Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol ...	63
4.4 Rata-rata Tiap Aspek <i>Self-Control</i>	64
4.5 Dinamika Perubahan Perilaku Tiap Sesi Konseling	95

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
3.1 Prosedur Penelitian.....	59
4.1 <i>Self-Control</i> Pada Setiap Siswa Kelompok Eksperimen.....	66
4.2 Rata-rata Tiap Aspek <i>Self-Control</i> Siswa Kelompok Eksperimen	70
4.3 Rata-rata Tiap Aspek <i>Self-Control</i> Kelompok Kontrol	73
4.4 Lembar Komitmen Kelompok	79
4.5 Orientasi Anggota Kelompok	80
4.6 Format Satu yang telah Disi Anggota Kelompok	81
4.7 Lembar Monitor Diri telah Diisi Anggota Kelompok.....	81
4.8 Tulisan Kelemahan dan ketakutan Anggota Kelompok	84
4.9 Konselor Memberikan Pertanyaan Keajaiban.....	84
4.10 Konselor Meminta Anggota Kelompok Menceritakan Pengalaman Selama Satu Pekan Sebelumnya	86
4.11 Format Dua yang Telah Diisi Anggota Kelompok	86
4.12 Konselor Menayangkan Video klip Pada Sesi Dua	87
4.13 Format 5 yang telah Diisi Anggota Kelompok	88
4.14 Format 5a dan 5b telah diisi oleh Anggota Kelompok	89
4.15 Format 3 dan 4 yang telah Diisi Oleh Anggota Kelompok.....	91
4.16 Anggota Kelompok Mengucapkan Kalimat Motivasi Diri.....	92
4.17 Kegiatan Sesi Tindak Lanjut	94

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Surat- surat Izin Penelitian	125
2. Instrumen Penelitian.....	129
3. Hasil Pengolahan Data	141
4. Progam Intervensi dan SKLBK	163
5. Dokumentasi Penelitian	231
6. Riwayat Hidup	243

Sebuah Persembahan

Untuk Ayah dan Bunda Tercinta Atas Segala Nikmat Allah S. W.T

H. Kamaludin Bin Sene, S.Pd dan Hj. Junari Bin Masrun, S.Pd. SD