



PENINGKATAN KOMPETENSI KONSELING RINGKAS BERFOKUS SOLUSI BAGI KONSELOR SMK DAN SMA

M. Ramli*, Nur Hidayah, Lutfi Fauzan

Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No 5, Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia

*e-mail: m.ramli.fip@um.ac.id

artikel masuk: 27 Januari 2020; artikel diterima: 30 April 2022

Abstract: : The purpose of the activity is to improve the competence of counselors in Batu City Vocational High Schools and High Schools in implementing concise solution-focused counseling for solving problems faced by students. The training is carried out using a structured learning approach. To achieve this goal, a brief solution-focused counseling training was conducted for high school and vocational high school counselors in Batu City with a structured learning approach through the stages of fostering good relations, modeling, roleplaying, giving feedback, and assigning assignments. In general, the results of the training show that there is an increase in the competence of the trainees in the application of solution-focused concise counseling to help counselees achieve the expected goals in finding solutions to the problems they face.

Keywords: Solution-focused concise counseling; counselor

Abstrak: Tujuan kegiatan untuk meningkatkan kompetensi konselor SMK dan SMA Kota Batu dalam menerapkan konseling ringkas berfokus solusi bagi penyelesaian masalah yang dihadapi siswa. Pelatihan dilakukan dengan pendekatan pembelajaran terstruktur (*structured learning approach*). Untuk mencapai tujuan tersebut dilakukan pelatihan konseling ringkas berfokus solusi kepada konselor SMA dan SMK Kota Batu dengan pendekatan belajar terstruktur melalui tahapan pembinaan hubungan baik, pemodelan, permainan peran, pemberian balikan, dan pemberian tugas. Secara umum, hasil pelatihan menunjukkan bahwa ada peningkatan kompetensi para peserta pelatihan dalam penerapan konseling ringkas berfokus solusi untuk membantu para konseli mencapai tujuan yang diharapkan dalam menemukan solusi pengatasan masalah yang dihadapi.

Kata kunci: Konseling ringkas berfokus solusi; konselor

PENDAHULUAN

Pelaksanaan layanan BK belum optimal karena beberapa faktor. Diantaranya jumlah konselor terbatas, waktu pelayanan terhadap siswa juga terbatas, dan jumlah siswa yang dibantu sangat banyak. Disamping itu, pelayanan BK di sekolah banyak didominasi pendekatan konseling yang menekankan pada pembahasan masalah dan penyebabnya sehingga menggunakan waktu pelayanan yang lebih banyak (Ramli dan Hidayah, 2015). Untuk itu, layanan konseling terhadap konseli memerlukan pendekatan yang lebih relevan dengan kondisi saat ini, yaitu pendekatan konseling yang efisien sekaligus efektif dalam membantu konseli menghadapi perubahan dan masalah yang begitu kompleks dan cepat berubah agar dapat dengan segera memecahkannya dan dapat mengembangkan dirinya secara optimal.

Salah satu pendekatan konseling tersebut adalah konseling ringkas berfokus solusi. Pendekatan konseling tersebut penting diaplikasikan dan dikembangkan di SMK dan SMA karena dari beberapa penelitian, pendekatan tersebut efisien dan efektif dalam membantu konseli mencapai perubahan yang diharapkan dengan rata-rata berlangsung sebanyak tiga kali pertemuan (DeJong & Hopwood, 1996 dalam Prochaska & Norcross, 2007) dan 25% konseli hanya memerlukan satu kali pertemuan (Macdonald, 2007). Model konseling ringkas berfokus solusi tersebut berasal dari Solution-focused brief counseling (SFBC) yang merupakan salah satu model konseling postmodern yang paling penting (Corey, 2017). Model ini didirikan dan dikembangkan terutama oleh Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg sejak dekade 1980-an di *Brief Family Therapy Center* di Milwaukee Wisconsin Amerika Serikat (Capuzzi & Gross, 2009; de Shazer & Dolan, 2007; Sharf, 2004). Dalam perkembangannya, SFBC dipengaruhi model-model pemberian bantuan yang telah berkembang saat itu, diantaranya brief therapy yang dikembangkan Milton Erickson (Gladding, 2009), model perilaku, model kognitif-perilaku, dan sistem family therapy (Seligman, 2006).

Pendekatan konseling ringkas berfokus solusi tersebut banyak dibutuhkan pada era para konseli dan lembaga-lembaga pemberian bantuan psikologis menuntut layanan konseling yang singkat dan efektif. Demikian pula, keterampilan konseling ringkas berfokus solusi diperlukan konselor yang bekerja dalam latar pemberian bantuan yang diharapkan memberikan layanan yang lebih banyak dengan waktu yang lebih singkat (Gladding, 2009). Pendekatan konseling tersebut menjadi semakin populer dalam pelayanan konseling karena kepraktisan, efisiensi, dan keefektifan dalam pembantuan terhadap konseli (Sciarra, 2004). Disamping itu, sekarang, SFBC merupakan model konseling yang paling banyak digunakan oleh praktisi profesi pemberian bantuan (Sperry, 2010). SFBC efektif dalam pembantuan terhadap keluarga, pasangan, para individu, anak-anak, dan remaja dengan beragam masalah kehidupan (Prochaska & Norcross, 2007; Mulawarman, 2010; Ummah, 2012; Wiyono, 2013; Sklare, 2014; Ramli & Hidayah, 2015; Eryanti, 2015; Arofah, 2015).

Uraian di atas menunjukkan perlunya peningkatan kemampuan konseling ringkas berfokus solusi sebagai pendekatan pelayanan konseling di SMK dan SMA. Untuk itu konselor SMK dan SMA di Kota Batu sebagai penanggung jawab pelayanan konseling dituntut untuk meningkatkan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi bagi peningkatan kualitas layanan konseling di SMK dan SMA. Namun, pelaksanaannya belum memadai karena kekurangpahaman konselor dalam pelayanan konseling ringkas berfokus solusi. Hal ini terungkap dari hasil wawancara dengan koordinator BK SMK dan SMA di Kota Batu (Desember, 2018).

Berdasarkan uraian di atas, konselor SMK dan SMA di Kota Batu perlu mendapatkan bantuan dalam meningkatkan kemampuan mereka dalam penerapan konseling ringkas berfokus solusi bagi pembantuan konseli dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Untuk itu,

peningkatan kemampuan konselor tersebut dalam penerapan konseling ringkas berfokus solusi perlu diadakan agar mereka dapat meningkatkan kualitas layanan konseling. Dengan demikian diharapkan pelayanan konseling meningkat kualitasnya sehingga siswa SMK dan SMA di Kota Batu lebih bersemangat dalam melibatkan diri mereka dalam layanan konseling sehingga mereka berkembang optimal sebagai sumberdaya manusia unggul bagi kejayaan bangsa dan negara Indonesia.

Berdasarkan uraian analisis situasi, permasalahan yang sedang dihadapi konselor SMK dan SMA di Kota Batu ialah bahwa mereka belum memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam pelayanan konseling ringkas berfokus solusi. Pengetahuan dan keterampilan yang belum dikuasai mereka adalah (1) hakikat, prosedur, dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi, dan (2) penerapan konseling ringkas berfokus solusi dalam upaya membantu konseli mencapai tujuan yang diharapkan.

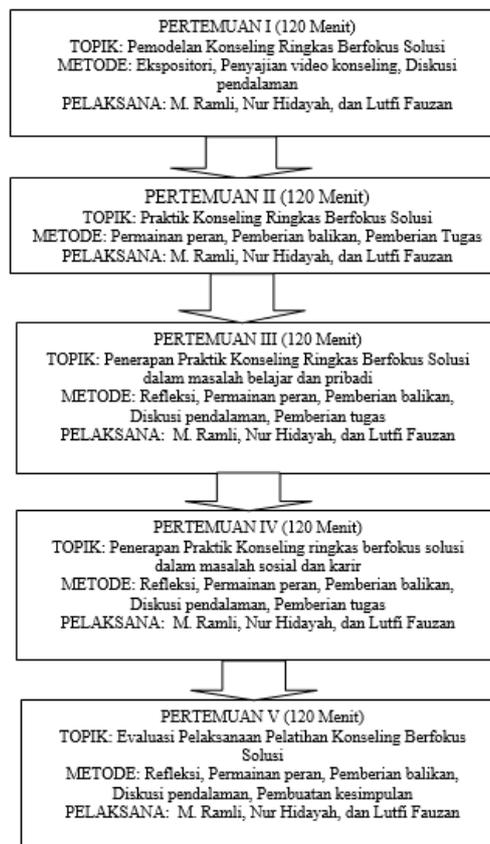
Berkaitan dengan permasalahan tersebut maka dipandang perlu adanya pelatihan peningkatan kompetensi konselor SMK dan SMA di Kota Batu dalam menerapkan konseling ringkas berfokus solusi bagi pembantuan terhadap konseli mencapai tujuan yang diharapkan sehingga pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling SMK dan SMA di Kota Batu optimal bagi peningkatan kualitas sumberdaya manusia yang unggul.

Target yang ingin dicapai dari pengabdian dalam bentuk pelatihan peningkatan kemampuan konseling berfokus ringkas solusi bagi konselor SMA dan SMK di Kota Batu ini ialah agar konselor SMK dan SMA di Kota Batu: (1) menguasai hakikat, prosedur, dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi, dan (2) terampil menerapkan konseling ringkas berfokus solusi dalam pembantuan terhadap konseli mencapai tujuan yang diharapkan. Adapun luaran yang diharapkan ialah tersusunnya artikel hasil PkM yang termuat dalam jurnal nasional PkM.

METODE

Permasalahan yang dihadapi konselor SMA dan SMK di Kota Batu berkaitan dengan belum dikuasainya pengetahuan dan keterampilan tentang: (1) hakikat, prosedur, dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi, dan (2) penerapan konseling ringkas berfokus solusi dalam pembantuan terhadap konseli mencapai tujuan yang diharapkan. Permasalahan tersebut dipecahkan dengan pelatihan peningkatan kemampuan konseling ringkas berfokus solusi berbasis pendekatan pembelajaran terstruktur (*structured learning approach*).

Pendekatan pembelajaran terstruktur (*structured learning approach*) adalah model pelatihan berdasarkan psikologi *behavioral* yang menekankan penguasaan keterampilan langkah demi langkah dari pembinaan hubungan baik, pemodelan, permainan peran, pemberian balikan, dan alih belajar keterampilan ke dalam kehidupan nyata (Sprafkin, Gershaw, & Goldstein, 1993). Untuk itu, prosedur pelatihan peningkatan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi dilaksanakan dengan langkah-langkah: (1) Penciptaan hubungan baik (*establishing rapport*). Pelatihan peningkatan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi akan terlaksana dengan baik dalam mencapai tujuannya bila didasari hubungan yang fasilitatif antarpeserta pelatihan dan antara peserta dengan dosen pelaksana PkM sebagai fasilitatornya. Agar terbina hubungan yang demikian maka dosen pelaksana PkM perlu membina hubungan baik dengan para peserta pelatihan dengan menciptakan hubungan yang penuh penerimaan, penghargaan, dan empati.



Gambar 1. Langkah Pokok yang Digunakan Fasilitator

Hubungan demikian dapat terwujud antara lain dengan perkenalan antara dosen pelaksana PkM dengan para peserta pelatihan, pengungkapan pengalaman menyenangkan yang dapat meningkatkan harga diri masing-masing para peserta pelatihan, penyampaian tujuan pelatihan, penjelasan pentingnya pelatihan, dan pemberian contoh-contoh kegiatan pelatihan dalam pelayanan konseling di SMA dan SMK. Aktivitas ini diharapkan dapat memotivasi para peserta pelatihan mengikuti langkah selanjutnya dengan penuh antusias; (2) Pemodelan adalah proses pemberian pelatihan yang dilakukan dengan cara memberikan model (contoh) keterampilan yang dilatihkan. Tujuan dari pemodelan adalah agar para peserta pelatihan dapat menindakkan keterampilan yang dicontohkan fasilitator sesuai dengan tujuannya. Dalam hal ini fasilitator memberikan contoh keterampilan yang termasuk dalam prosedur dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi. Disamping itu fasilitator dapat meminta para peserta pelatihan untuk berperan sebagai model keterampilan yang akan dilatihkan kepada para peserta pelatihan; (3) Permainan peran (*role playing*). Pada saat pemodelan, para peserta pelatihan diharapkan memperhatikan model dalam menunjukkan keterampilan yang dimodelkan. Setelah itu, mereka diharapkan berlatih menerapkan keterampilan yang dimodelkan dalam situasi yang mirip situasi nyata melalui permainan peran. Permainan peran tentang keterampilan yang diharapkan dikuasai para peserta pelatihan berlangsung secara berulang di ruang pelatihan. Permainan peran tersebut dilaksanakan para peserta pelatihan dalam kelompok yang terdiri dari dua orang atau lebih bergantung pada keterampilan yang dilatihkan.

Selanjutnya, tahap berikutnya (4) Pemberian balikan (*feedback*). Pada saat para peserta pelatihan berlatih mengembangkan keterampilan dalam prosedur dan teknik-teknik konseling

ringkas berfokus solusi, fasilitator memperhatikan dan memberikan balikan seberapa jauh para peserta pelatihan telah melaksanakan permainan peran berkaitan dengan keterampilan yang dilatihkan. Balikan tersebut berupa penguatan terhadap perilaku yang dilatihkan, saran-saran perbaikan untuk meningkatkan keterampilan yang dilatihkan, dan pelatihan ulang tentang keterampilan yang dilatihkan; dan (5) Alih belajar dan pemeliharaan (*transfer of learning and maintenance*). Setelah para peserta pelatihan berlatih keterampilan yang diharapkan dikuasainya dan memperoleh balikan dari fasilitator maka para peserta pelatihan siap untuk menerapkan hasil belajarnya dalam situasi nyata pelayanan konseling di SMK dan SMA. Untuk itu fasilitator memberikan tugas yang dimaksudkan untuk meningkatkan keterampilan yang dilatihkan serta memeliharanya sehingga apa yang telah dipelajarinya dalam latar pelatihan dapat diterapkan dalam pelayanan konseling kepada konseli di SMK dan SMA di Kota Batu.

Kelima langkah tersebut merupakan langkah pokok yang digunakan fasilitator untuk membantu para peserta pelatihan meningkatkan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi yang dalam pelaksanaannya bersifat serkulair/berdaur/bersiklus sampai para peserta pelatihan menguasai keterampilan yang dilatihkan baik prosedur maupun teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi. Berdasarkan prosedur pelatihan peningkatan kemampuan konseling ringkas berfokus solusi dengan langkah-langkah di atas, maka pelatihan dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan (Gambar 1).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan evaluasi, hasil pelaksanaan kegiatan pelatihan peningkatan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi bagi para konselor adalah sebagai berikut. Pengetahuan peserta tentang hakikat, prosedur, dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi berada pada skor rerata 55 dari rentang 5 sampai 100 saat pertemuan pertama pelatihan (*pretest*) dan berada pada skor rerata 75 pada pertemuan terakhir pelatihan (*posttest*). Dengan demikian ada peningkatan skor rerata perolehan (*gain score*) pengetahuan peserta sebesar 20. Peningkatan tersebut signifikan dengan $t = -14.446$ (*paired-samples t test*) dan taraf keyakinan 95% dari segi perolehan pengetahuan tentang hakikat, prosedur, dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi.

Keterampilan peserta prosedur dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi dalam membantu konseli mengatasi masalah-masalah yang dihadapi baik masalah pribadi, belajar, social, maupun karir berada pada skor rerata 50 dari rentang 10 sampai 100 saat pertemuan pertama pelatihan (*pretest*) dan pada skor rerata 80 pada pertemuan terakhir pelatihan (*posttest*). Dengan demikian peningkatan skor rerata perolehan (*gain score*) keterampilan peserta sebesar 30. Peningkatan tersebut signifikan dengan $t = -15.000$ (*paired-samples t test*) dan taraf keyakinan 95% dari segi perolehan keterampilan penerapan prosedur dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi dalam membantu konseli mengatasi masalah-masalah yang dihadapi baik masalah pribadi, belajar, sosial, maupun karir.

Pelatihan peningkatan pengetahuan dan keterampilan konseling ringkas berfokus solusi dengan pendekatan terstruktur menunjukkan hasil yang signifikan tentang peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam penerapan konseling ringkas berfokus solusi. Hasil signifikan tersebut terjadi karena peserta mampu mengikuti tahap-tahap pendekatan pembelajaran terstruktur sebagaimana yang diterapkan pelaksana dalam pelatihan, yaitu pembinaan hubungan baik, pemodelan, permainan peran, pemberian balikan, dan alih belajar keterampilan ke dalam kehidupan nyata (Sprafkin, Gershaw, & Goldstein, 1993). Melalui tahapan tersebut, peserta memperoleh pengetahuan dan peningkatan keterampilan konseling berfokus solusi.

Pelatihan peningkatan kompetensi konseling berfokus solusi terlaksana dengan baik dalam mencapai tujuannya karena didasari hubungan yang fasilitatif antar peserta pelatihan dan antara peserta dengan dosen pelaksana PkM sebagai fasilitatornya. Hubungan demikian dapat terwujud antara lain dengan perkenalan antara dosen pelaksana PkM dengan para peserta pelatihan, pengungkapan pengalaman menyenangkan yang dapat meningkatkan harga diri masing-masing para peserta pelatihan, penyampaian tujuan pelatihan, penjelasan pentingnya pelatihan, dan pemberian contoh-contoh kegiatan pelatihan dalam pelayanan konseling di SMP. Aktivitas ini dapat memotivasi para peserta pelatihan mengikuti langkah selanjutnya dengan penuh antusias (Corey, 2017).

Pemodelan adalah proses pemberian pelatihan yang dilakukan dengan cara memberikan model (contoh) keterampilan yang dilatihkan. Tujuan dari pemodelan adalah agar para peserta pelatihan dapat menindakkan keterampilan yang dicontohkan fasilitator sesuai dengan tujuannya. Dalam hal ini fasilitator memberikan contoh keterampilan yang termasuk dalam prosedur dan teknik-teknik konseling berfokus solusi. Disamping itu fasilitator meminta para peserta pelatihan untuk berperan sebagai model keterampilan yang akan dilatihkan kepada para peserta pelatihan.

Pada saat pemodelan, para peserta pelatihan memperhatikan model dalam menunjukkan keterampilan yang dimodelkan. Setelah itu, mereka berlatih menerapkan keterampilan yang dimodelkan dalam situasi yang mirip situasi nyata melalui permainan peran. Permainan peran tentang keterampilan yang diharapkan dikuasai para peserta pelatihan berlangsung secara berulang di ruang pelatihan. Permainan peran tersebut dilaksanakan para peserta pelatihan dalam kelompok yang terdiri dari dua orang atau lebih bergantung pada keterampilan yang dilatihkan.

Pada saat para peserta pelatihan berlatih mengembangkan keterampilan dalam prosedur dan teknik-teknik konseling berfokus solusi, fasilitator memperhatikan dan memberikan balikan seberapa jauh para peserta pelatihan telah melaksanakan permainan peran berkaitan dengan keterampilan yang dilatihkan. Balikan tersebut berupa penguatan terhadap perilaku yang dilatihkan, saran-saran perbaikan untuk meningkatkan keterampilan yang dilatihkan, dan pelatihan ulang tentang keterampilan yang dilatihkan. Setelah para peserta pelatihan berlatih keterampilan dan memperoleh balikan dari fasilitator maka para peserta pelatihan siap untuk menerapkan hasil belajarnya dalam situasi nyata pelayanan konseling di SMP. Untuk itu fasilitator memberikan tugas yang dimaksudkan untuk meningkatkan keterampilan yang dilatihkan serta memeliharanya sehingga apa yang telah dipelajarinya dalam latar pelatihan dapat diterapkan dalam pelayanan konseling kepada konseli di SMP Kota Malang.

Kelima langkah tersebut merupakan langkah pokok yang digunakan fasilitator membantu para peserta pelatihan meningkatkan kompetensi konseling berfokus solusi yang dalam pelaksanaannya bersifat serkulair/berdaur/bersiklus sampai para peserta pelatihan menguasai keterampilan yang dilatihkan baik prosedur maupun teknik-teknik konseling berfokus solusi.

Keberhasilan pendekatan terstruktur dalam peningkatan pengetahuan dan keterampilan konseling berfokus solusi mendukung keefektifan *modeling*, permainan peran, pemberian balikan, dan alih belajar dalam peningkatan kemampuan individu. Hal tersebut menunjukkan bahwa model konseling yang ditunjukkan fasilitator membantu peserta melatih dirinya melalui permainan peran secara aktif. Dalam latihan tersebut, peserta memperoleh informasi tentang kelayakannya melalui balikan yang diberikan fasilitator. Akhirnya peserta dapat terus meningkatkan kemampuan yang telah dikuasainya dengan berlatih di luar pertemuan pelatihan sebagai pekerjaan rumah sehingga kemampuan yang telah dipelajari dalam pertemuan pelatihan diperkuat dengan tugas rumah yang diberikan kepadanya. Dengan demikian, pendekatan pelatihan terstruktur bersifat komprehensif dalam membantu peserta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan konseling berfokus solusi.

SIMPULAN

Hasil analisis evaluasi pencapaian tujuan kegiatan pelatihan peningkatan kompetensi konseling ringkas berfokus solusi bagi para konselor SMA dan SMK Kota Batu dapat disimpulkan secara umum bahwa kegiatan pelatihan tersebut berhasil mencapai tujuan yang diharapkan yaitu meningkatnya penguasaan para peserta pelatihan dalam penerapan konseling ringkas berfokus solusi untuk membantu para konseli mencapai tujuan yang diharapkan dalam menemukan solusi pengatasan masalah yang dihadapi. Secara rinci, ada (1) peningkatan skor rerata perolehan pengetahuan peserta sebesar 20. Peningkatan tersebut signifikan dengan $t = 14.446$ dan taraf keyakinan 95% dari segi perolehan pengetahuan tentang hakikat, prosedur, dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi; dan (2) peningkatan skor rerata perolehan keterampilan peserta sebesar 30. Peningkatan tersebut signifikan dengan $t = 15.000$ dan taraf keyakinan 95% dari segi perolehan keterampilan penerapan prosedur dan teknik-teknik konseling ringkas berfokus solusi dalam membantu konseli mengatasi masalah-masalah yang dihadapi baik masalah pribadi, belajar, social, maupun karir. Untuk meningkatkan keberhasilan pelaksanaan pelatihan konseling ringkas berfokus solusi perlu dikemukakan saran sebagai berikut: (1) perolehan pengetahuan dan keterampilan peserta tentang konseling ringkas berfokus solusi perlu terus ditingkatkan melalui praktik senyatanya dalam membantu konseli mengatasi masalah-masalah yang dihadapi, (2) pelatihan sejenis perlu diberikan kepada konselor di sekolah lain agar pelaksanaan layanan konseling lebih sesuai dengan kebutuhan nyata di sekolah, dan (3) praktik konseling ringkas berfokus solusi pada saat kegiatan pelatihan hendaknya menggunakan konseli yang sebenarnya sehingga lebih autentik.

DAFTAR RUJUKAN

- Arofah, L. 2015. *Keefektifan Konseling Kelompok Ringkas Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Disiplin-Diri Siswa Menengah Pertama Negeri 5 Malang*. Tesis tidak diterbitkan. Malang: Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Capuzzi, D. & Gross, D.R. 2009. *Introduction to the Counseling Profession*. Columbus, Ohio: Pearson.
- Corey, G. 2017. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Boston, MA: Cengage Learning.
- de Shazer, S. & Dolan, Y. 2007. *More Than Miracles: The State of the Art of Solution Focused Brief Therapy*. London: Routledge.
- Eryanti, D. 2015. *Keefektifan Konseling Kelompok Ringkas Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Tesis Magister pada PPs Universitas Negeri Malang: tidak diterbitkan
- Gladding, S.L. 2009. *Counseling: A Comprehensive Profession*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- McDonald, A.J. 2007. *Solution-Focused Therapy: Theory, Research, & Practice*. London: Sage Publishers.
- Mulawarman. 2010. *Penerapan Solution-Focused Brief Therapy untuk Meningkatkan Harga Diri (Self-Esteem) Siswa SMA: Suatu Embedded Experimental Design*. Tesis Magister pada PPs Universitas Negeri Malang: tidak diterbitkan
- Ramli, M. & Hidayah, N. 2013 – 2015. *Pengembangan Model Konseling ringkas berfokus solusi Bagi Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa SMK*. Malang: LP2M UM.
- Sciarre, D. 2004. *School Counseling*. Belmont, CA: Brooks/Cole-Thomson Learning.
- Seligman, L. 2006. *Theories of Counseling and Psychotherapy*. Columbus, Ohio: Pearson Merrill Prentice Hall.

- Sharf, R.S. 2004. *Theories of Psychotherapies and Counseling: Concepts and Cases*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Sklare, B.G. 2014. *Brief Counseling That Works: A Solution-Focused Therapy Approach for School Counselors and Other Mental Health Professionals*. Thousand Oaks, CA: Corwin & ASCA.
- Sklare, B.G., Sabella, R.A., Petrosko, J.M. 2003. A Preliminary Study of the Effects of Group Solution-Focused Guided Imagery on Recurring Individual Problems. *Journal for Specialists in Group Work*. 28 (4): 270-381.
- Sprafkin, R. P. Gershaw, N. J. & Goldstein, A. P. 1993. *Social Skills for Mental Health: A Structured Learning Approach*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Ummah, A.H. 2012. *Efektivitas Konseling Ringkas Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Tesis Magister pada PPs Universitas Negeri Malang: tidak diterbitkan
- Wiyono, B.D. 2013. *Keefektifan Konseling Kelompok Ringkas Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa Sekolah Menengah Kejuruan*. Tesis Magister pada PPs Universitas.