PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEKNIK *SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY* (SFBT) TERHADAP PERILAKU DISIPLIN BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 1 LOTU

Herman Syukur Gea[1], Justin Foera-era Lase[2], Hosianna Rodearni Damanik[3], Famahato Lase[4]
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Nias[1,2,3,4]
e-mail: hermansyukurgea@gmail.com[1], justinfoeraeralase@unias.ac.id[2], hosiannar.damanik@unias.ac.id[3], famahatolase@unias.ac.id[4]

Diterima: *6/8/2026*; Direvisi: *19/10/2026*; Diterbitkan: *18/11/2026*

ABSTRAK

Rendahnya disiplin belajar siswa di SMP Negeri 1 Lotu, yang tercermin dari ketidakpatuhan terhadap aturan sekolah, keterlambatan, pengabaian tugas, dan kurangnya fokus selama pembelajaran, menunjukkan perlunya pendekatan bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Penelitian ini mengkaji perubahan perilaku disiplin belajar setelah siswa memperoleh layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT). Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posttest* yang melibatkan 24 siswa kelas VII-2 melalui teknik *purposive sampling*. Data diperoleh melalui angket disiplin belajar yang telah memenuhi pengujian validitas dan reliabilitas, serta didukung oleh observasi dan dokumentasi. Analisis dilakukan menggunakan SPSS versi 25 melalui pengujian statistik dan perhitungan N-Gain. Hasil *paired-samples t-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara perilaku disiplin belajar sebelum dan sesudah pemberian layanan, dengan nilai signifikansi $p < 0{,}001$. Sementara itu, hasil perhitungan N-Gain sebesar 0,6604 atau 66,04% berada dalam kategori sedang. Temuan tersebut memperlihatkan adanya peningkatan perilaku disiplin belajar setelah pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT. Meskipun demikian, ketiadaan kelompok kontrol membatasi penarikan kesimpulan mengenai kontribusi layanan secara kausal. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan layanan yang mendukung pembentukan disiplin belajar siswa.

Kata kunci: *Bimbingan Klasikal, Solution Focused Brief Therapy (SFBT), Disiplin Belajar*

ABSTRACT

The low level of learning discipline among students at SMP Negeri 1 Lotu, reflected in non-compliance with school rules, tardiness, failure to complete assignments, and lack of focus during lessons, indicates the need for guidance services that address students' needs. This study examines changes in students' learning discipline following the implementation of classical guidance services using the *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) technique. A quantitative approach with a *One Group Pretest-Posttest* design was employed, involving 24 seventh-grade students from class VII-2 selected through purposive sampling. Data were collected using a learning discipline questionnaire that had undergone validity and reliability testing, supported by observation and documentation. Data analysis was conducted using SPSS version 25 through statistical testing and N-Gain calculation. The *paired-samples t-test* revealed a statistically significant difference in students' learning discipline before and after the intervention, with a

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

significance level of $p < 0.001$. Meanwhile, the N-Gain score was 0.6604, equivalent to 66.04%, which falls into the moderate category. These findings indicate an improvement in students' learning discipline following the implementation of classical guidance services using the SFBT technique. Nevertheless, the absence of a control group limits the extent to which these changes can be causally attributed to the intervention. The findings may serve as a consideration for guidance and counseling teachers in developing services to support students' learning discipline.
Keywords: *Classical Guidance, Solution-Focused Brief Therapy (SFBT), Learning Discipline*

PENDAHULUAN

Disiplin belajar merupakan bagian dari pembentukan tanggung jawab akademik yang tercermin melalui kepatuhan terhadap aturan, keteraturan dalam mengikuti pembelajaran, dan konsistensi menyelesaikan tugas. Disiplin tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap tata tertib sekolah, tetapi juga mencerminkan kemampuan siswa mengendalikan perilaku berdasarkan kesadaran terhadap tanggung jawabnya. Sari (2021) menjelaskan upaya pembentukan sikap disiplin peserta didik sebagai bagian dari pembinaan perilaku di sekolah, sedangkan Naryanto (2022) mengkaji keterkaitan disiplin belajar dengan prestasi belajar siswa. Keterkaitan tersebut memperlihatkan bahwa disiplin perlu dipahami sebagai perilaku yang mendukung keteraturan proses belajar, bukan sekadar kepatuhan terhadap instruksi guru. Dengan demikian, pengembangan disiplin belajar membutuhkan pendekatan yang tidak hanya menekankan pengawasan dan pemberian konsekuensi, tetapi juga mendorong kesadaran siswa untuk mengatur perilakunya sendiri.

Permasalahan disiplin belajar masih ditemukan dalam pelaksanaan pendidikan dan dapat muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari keterlambatan hingga ketidakpatuhan terhadap ketentuan pembelajaran. Apriliana dan Budiati (2025) mengkaji konstruksi sosial perilaku indisipliner peserta didik dalam konteks fleksibilitas pembelajaran Kurikulum Merdeka, sedangkan Fauziah dan Fitriyeni (2024) membahas kesulitan guru dalam mendisiplinkan siswa. Kedua kajian tersebut memberikan konteks bahwa perilaku indisipliner tidak cukup dipahami sebagai persoalan kepatuhan individu, tetapi juga perlu dilihat dalam kaitannya dengan lingkungan dan proses pendidikan. Pada tingkat hasil belajar, Cholifah dan Wahyuningtyas (2025) mengkaji hubungan antara disiplin belajar dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran IPAS. Temuan dari berbagai ranah kajian tersebut memperkuat alasan perlunya pembinaan disiplin yang terarah, meskipun setiap penelitian memiliki fokus dan konteks yang berbeda.

Permasalahan serupa ditemukan di SMP Negeri 1 Lotu berdasarkan observasi awal peneliti dan komunikasi dengan guru di sekolah tersebut. Sejumlah siswa masih menunjukkan perilaku berupa datang terlambat, tidak menyelesaikan tugas sesuai ketentuan, kurang memperhatikan pembelajaran, keluar kelas tanpa izin, dan tidak mematuhi tata tertib secara konsisten. Ragam perilaku tersebut mengindikasikan bahwa pembinaan disiplin tidak cukup dilakukan melalui pengingat aturan semata, tetapi perlu membantu siswa memahami perubahan perilaku yang ingin dicapai dan langkah konkret untuk mewujudkannya. Apabila tidak ditangani secara terarah, perilaku tersebut berpotensi menghambat keterlibatan siswa dalam pembelajaran dan mengganggu keteraturan kegiatan kelas. Kondisi ini menjadi dasar perlunya layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat diterapkan kepada siswa secara terstruktur sekaligus mendorong keterlibatan aktif mereka dalam memperbaiki perilaku.

Salah satu pendekatan yang dapat dipertimbangkan untuk menangani permasalahan tersebut adalah *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT), yang menitikberatkan pada tujuan perubahan, kekuatan individu, dan kemungkinan solusi daripada memusatkan pembahasan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

pada penyebab masalah. Cahyaningrum dan Wahyuni (2023) mengulas efektivitas SFBT dalam meningkatkan self-esteem, sedangkan Fajriani et al. (2021) membahas bimbingan berbasis SFBT dalam pengembangan academic hardiness siswa. Secara teoretis, orientasi SFBT terhadap tujuan yang spesifik dan sumber daya yang telah dimiliki individu relevan untuk pembinaan disiplin karena siswa dapat diarahkan mengenali perilaku yang ingin diubah, menemukan situasi ketika mereka mampu bertindak disiplin, dan merumuskan langkah perbaikan yang realistis. Pertanyaan berorientasi solusi, seperti exception question, scaling question, dan coping question, dapat digunakan untuk membantu siswa mengidentifikasi keberhasilan kecil, menilai kemajuan, dan mengenali strategi yang sudah dapat dilakukan. Dengan mekanisme tersebut, perubahan disiplin diharapkan tidak hanya bertumpu pada kontrol eksternal, tetapi juga pada keterlibatan siswa dalam menetapkan serta mengevaluasi tujuan perilakunya.

Penerapan SFBT dalam konteks disiplin juga memperoleh dukungan dari penelitian yang secara langsung mengkaji perilaku tersebut. Islam et al. (2024) membahas upaya meningkatkan sikap disiplin siswa melalui pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC), sementara Fauziah (2023) mengkaji bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku disiplin siswa. Lestari dan Subardi (2023) meneliti pengaruh layanan bimbingan klasikal terhadap kedisiplinan belajar, sehingga menyediakan konteks yang relevan bagi pemilihan bentuk layanan dalam penelitian ini. Meskipun sumber-sumber tersebut berkaitan dengan disiplin atau layanan bimbingan, fokusnya tidak secara otomatis membuktikan bahwa integrasi SFBT dalam bimbingan klasikal menghasilkan perubahan disiplin belajar pada siswa SMP di semua konteks. Oleh sebab itu, penelitian ini perlu membedakan bukti yang mendukung relevansi pendekatan SFBT dari bukti empiris yang secara khusus diperlukan untuk menilai penerapannya dalam layanan bimbingan klasikal.

Celah penelitian terletak pada kebutuhan untuk menguji penerapan SFBT dalam layanan bimbingan klasikal dengan sasaran spesifik perilaku disiplin belajar siswa SMP, sekaligus menilai perubahan yang terjadi setelah layanan diberikan. Kajian tentang SFBT telah mencakup beberapa hasil psikologis dan akademik, sedangkan penelitian mengenai disiplin juga menggunakan bentuk layanan yang beragam (Cahyaningrum & Wahyuni, 2023; Fajriani et al., 2021; Islam et al., 2024; Lestari & Subardi, 2023). Namun, dari referensi yang digunakan dalam pendahuluan ini, belum cukup bukti untuk menyatakan bahwa kombinasi pendekatan dan layanan tersebut telah teruji secara konsisten pada konteks siswa SMP Negeri 1 Lotu. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus pengujian integrasi SFBT dalam layanan bimbingan klasikal untuk membantu siswa mengembangkan perilaku disiplin belajar, dengan menempatkan perubahan perilaku sebagai hasil yang perlu dievaluasi, bukan sekadar mengandalkan perbedaan lokasi penelitian. Fokus ini juga memungkinkan pengkajian terhadap kesesuaian pendekatan berorientasi solusi dengan kebutuhan pembinaan disiplin dalam layanan yang diberikan kepada satu kelas.

Berdasarkan permasalahan dan celah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) terhadap perilaku disiplin belajar siswa di SMP Negeri 1 Lotu. Hasil penelitian diharapkan dapat memperluas kajian mengenai penerapan pendekatan berorientasi solusi dalam layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya untuk pembinaan perilaku disiplin belajar. Secara praktis, temuan penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam menyusun layanan yang membantu siswa menetapkan tujuan perubahan dan mengevaluasi perkembangan perilakunya. Dengan demikian, kontribusi penelitian diarahkan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

pada penyediaan bukti empiris mengenai penerapan SFBT dalam bimbingan klasikal, dengan tetap mempertimbangkan desain penelitian dan batas kekuatan kesimpulan yang dapat ditarik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design* untuk menganalisis perubahan perilaku disiplin belajar siswa setelah diberikan layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT). Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 1 Lotu pada Mei–Juni 2026, dengan melibatkan 24 siswa kelas VII-2 yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil asesmen awal dan pertimbangan guru Bimbingan dan Konseling (BK). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT, sedangkan variabel terikatnya adalah perilaku disiplin belajar siswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket tertutup berskala Likert sebagai instrumen utama, serta observasi dan dokumentasi sebagai data pendukung. Sebelum digunakan, instrumen angket terlebih dahulu diuji validitasnya menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dan reliabilitasnya menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*.

Prosedur penelitian diawali dengan pemberian *pretest* untuk mengukur perilaku disiplin belajar siswa sebelum perlakuan. Selanjutnya, siswa diberikan layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT, kemudian diakhiri dengan pemberian *posttest* menggunakan angket yang sama untuk mengetahui perubahan skor perilaku disiplin belajar setelah layanan diberikan. Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25 melalui analisis deskriptif untuk menggambarkan skor *pretest* dan *posttest* serta uji normalitas Shapiro–Wilk terhadap skor selisih kedua pengukuran. Perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan dianalisis menggunakan *paired-samples t-test* apabila asumsi normalitas skor selisih terpenuhi, sedangkan uji Wilcoxon digunakan apabila asumsi tersebut tidak terpenuhi. Perhitungan *N-Gain* juga dilakukan untuk menggambarkan peningkatan skor setelah pemberian layanan. Hasil analisis diinterpretasikan dengan mempertimbangkan bahwa desain satu kelompok tanpa kelompok kontrol menunjukkan perubahan yang terjadi setelah intervensi, tetapi belum dapat memastikan bahwa perubahan tersebut sepenuhnya disebabkan oleh layanan yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil Uji Validitas Instrumen

1. Hasil Uji Validitas

Pengujian validitas dilakukan untuk menilai kesesuaian butir pernyataan dalam instrumen penelitian dengan aspek yang hendak diukur. Pemeriksaan validitas mencakup instrumen yang dicantumkan sebagai variabel layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) dan instrumen perilaku disiplin belajar siswa. Penilaian dilakukan dengan membandingkan nilai korelasi setiap butir dengan nilai kritis yang digunakan dalam penelitian. Rekapitulasi hasil pengujian disajikan pada Tabel 1 sebagai gambaran kelayakan butir berdasarkan kriteria validitas yang ditetapkan.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Tabel 1. Ringkasan Hasil Uji Validitas Instrumen

Variabel	Jumlah Butir	Rentang r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
Angket Evaluasi Proses Layanan SFBT (X)	20	0,361–0,623	0,344	Seluruh butir valid
Perilaku Disiplin Belajar Siswa (Y)	20	0,368–0,756	0,344	Seluruh butir valid

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh butir memenuhi kriteria validitas berdasarkan perbandingan nilai korelasi dengan nilai kritis yang digunakan. Temuan ini menunjukkan bahwa tidak ada butir yang dinyatakan gugur berdasarkan kriteria tersebut. Meskipun demikian, hasil pengujian korelasi butir perlu dibedakan dari bukti bahwa instrumen telah mengukur konstruk secara menyeluruh. Khusus instrumen X, penulis perlu memastikan bahwa butir-butir tersebut memang mengukur konstruk yang relevan dan memiliki tujuan pengukuran yang jelas, mengingat SFBT dalam penelitian ini merupakan perlakuan yang diberikan kepada siswa.

2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dilakukan untuk menilai konsistensi internal butir pernyataan dalam instrumen yang digunakan pada penelitian. Pengujian ini melengkapi pemeriksaan validitas dengan menilai konsistensi antarbutir berdasarkan koefisien Cronbach's Alpha. Pemeriksaan dilakukan secara terpisah terhadap instrumen yang dicantumkan untuk variabel layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT dan instrumen perilaku disiplin belajar siswa. Hasil pengujian dibandingkan dengan batas reliabilitas yang digunakan dalam penelitian dan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	(Variabel X) Angket Evaluasi Proses Layanan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT)	(Variabel Y) Perilaku Disiplin Belajar Siswa
Hasil Cronbach's Alpha	0,853	0,833
Cronbach's Alpha Standar	0,7	0,7
Jumlah Butir Pernyataan	20	20
Interpretasi	Reliabel	Reliabel

Hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa kedua instrumen memenuhi batas konsistensi internal yang digunakan dalam penelitian. Temuan ini memberikan informasi mengenai konsistensi antarbutir, tetapi tidak dengan sendirinya membuktikan ketepatan pengukuran konstruk. Oleh karena itu, hasil reliabilitas instrumen X perlu ditafsirkan sesuai fungsi sebenarnya dari butir pernyataan tersebut, terutama apabila instrumen digunakan untuk mengevaluasi pelaksanaan layanan, bukan untuk mengukur variabel prediktor dalam analisis regresi. Sementara itu, hasil pengujian instrumen perilaku disiplin belajar dapat menjadi bagian dari informasi kualitas alat ukur yang digunakan untuk mengevaluasi perubahan skor siswa.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Hasil Uji Prasyarat Analisis

Hasil Uji Normalitas Data

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi data penelitian sebelum pengujian hipotesis dilakukan. Pemeriksaan normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode Shapiro–Wilk karena jumlah responden sebanyak 24 siswa. Hasil pengujian terhadap skor variabel layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT dan perilaku disiplin belajar disajikan pada Tabel 3. Kedua hasil tersebut memberikan gambaran distribusi skor masing-masing variabel, sedangkan penentuan terpenuhinya asumsi normalitas untuk analisis *paired-samples t-test* perlu didasarkan pada distribusi skor selisih antara *pretest* dan *posttest*.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk			Interpretasi
	Statistic	df	Sig.	
Angket Evaluasi Proses Layanan SFBT (Variabel X)	.943	24	.187	Berdistribusi Normal
Perilaku Disiplin Belajar Siswa (Variabel Y)	.931	24	.105	Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil pada Tabel 3, variabel layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,187, sedangkan variabel perilaku disiplin belajar memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,105. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga skor masing-masing variabel dinyatakan berdistribusi normal. Meskipun demikian, hasil tersebut belum dapat dijadikan dasar untuk menyatakan bahwa asumsi normalitas *paired-samples t-test* telah terpenuhi. Dalam desain *One Group Pretest-Posttest*, pemeriksaan normalitas yang relevan dilakukan terhadap skor selisih antara hasil *posttest* dan *pretest*. Apabila skor selisih berdistribusi normal, pengujian perbedaan dapat dilanjutkan menggunakan *paired-samples t-test*. Sebaliknya, apabila distribusi skor selisih tidak memenuhi asumsi normalitas, penulis dapat menggunakan uji Wilcoxon *Signed-Rank* sebagai alternatif analisis nonparametrik untuk membandingkan dua pengukuran berpasangan.

Hasil Uji *Paired Sample t-Test*

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan skor perilaku disiplin belajar siswa sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan klasikal dengan teknik SFBT. Karena pengukuran dilakukan terhadap siswa yang sama pada dua waktu berbeda, analisis menggunakan *paired-samples t-test* apabila asumsi normalitas skor selisih terpenuhi. Pengujian ini berfokus pada perbedaan rata-rata skor berpasangan dan arah perubahan yang terjadi setelah layanan diberikan. Hasil analisis digunakan untuk mengevaluasi perubahan perilaku disiplin belajar pada kelompok yang diteliti dan disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil *Paired Samples Test*

Variabel	Mean Difference	t	df	Sig. (2-tailed)
Pretest – Posttest Perilaku Disiplin Belajar	-19.625	-12.505	23	0.000

Hasil pada Tabel 4 menunjukkan adanya perbedaan skor perilaku disiplin belajar antara pengukuran awal dan pengukuran akhir yang signifikan secara statistik. Tanda negatif pada selisih rata-rata menunjukkan bahwa skor *posttest* lebih tinggi daripada skor *pretest* karena selisih dihitung dengan urutan skor awal dikurangi skor akhir. Nilai signifikansi yang

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

ditampilkan perangkat lunak sebagai 0,000 sebaiknya dilaporkan sebagai ($p<0,001$), bukan sebagai probabilitas nol. Dengan demikian, hasil pengujian mendukung adanya peningkatan skor perilaku disiplin belajar setelah layanan diberikan, tetapi desain tanpa kelompok kontrol belum dapat memastikan bahwa perubahan tersebut sepenuhnya disebabkan oleh layanan SFBT.

Hasil Uji N-Gain

Analisis N-Gain digunakan untuk menggambarkan besarnya peningkatan skor perilaku disiplin belajar dengan mempertimbangkan peluang peningkatan yang masih tersedia dari skor awal menuju skor maksimum. Analisis ini melengkapi pengujian perbedaan skor karena memberikan informasi mengenai tingkat peningkatan relatif, bukan hanya signifikansi statistik. Hasil perhitungan diinterpretasikan berdasarkan kriteria kategorisasi N-Gain yang digunakan dalam penelitian. Ringkasan hasil penghitungan disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji N-Gain

Jenis Uji	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
N_Gain_Score	24	.29	.83	.6604	.12614
N_Gain_Persen	24	29.41	82.50	66.0405	12.61401
Valid N (listwise)	24				

Hasil pada Tabel 5 menunjukkan bahwa peningkatan skor perilaku disiplin belajar berada pada kategori sedang berdasarkan kriteria N-Gain yang digunakan. Temuan ini memberikan gambaran mengenai tingkat peningkatan relatif yang diperoleh siswa selama periode penelitian. Adanya variasi nilai N-Gain juga menunjukkan bahwa tingkat peningkatan tidak sepenuhnya seragam pada seluruh siswa. Oleh karena itu, hasil N-Gain dapat digunakan sebagai bahan evaluasi terhadap pelaksanaan layanan dan kebutuhan pendampingan lanjutan, tetapi tidak dapat berdiri sendiri sebagai bukti kausal efektivitas intervensi.

Pembahasan

Layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) berkaitan dengan perubahan perilaku disiplin belajar siswa SMP Negeri 1 Lotu setelah layanan diberikan. Perubahan ini dapat dipahami melalui perilaku belajar yang mencerminkan tanggung jawab siswa dalam mengikuti pembelajaran, mengelola waktu, mematuhi aturan, dan menyelesaikan tugas. Disiplin belajar tidak hanya berkaitan dengan kepatuhan terhadap ketentuan sekolah, tetapi juga dengan kemampuan siswa mengarahkan perilakunya untuk memenuhi tuntutan akademik. Dalam konteks tersebut, layanan bimbingan klasikal berbasis SFBT menjadi salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mendukung pengembangan tanggung jawab belajar siswa. Sari (2021) turut membahas upaya pengembangan sikap disiplin pada siswa sekolah menengah pertama, sehingga memberikan konteks bahwa pembentukan disiplin merupakan bagian dari upaya pendidikan yang perlu dilakukan secara terarah.

Secara teoretis, SFBT menempatkan individu sebagai pihak yang memiliki sumber daya dan kemampuan untuk mengembangkan perubahan. Pendekatan ini mengarahkan perhatian pada tujuan yang ingin dicapai, potensi yang tersedia, serta pengalaman positif yang dapat digunakan sebagai pijakan untuk menghadapi kesulitan. Orientasi tersebut berbeda dari pendekatan yang semata-mata menitikberatkan pembahasan pada masalah atau kekurangan individu. Dalam konteks disiplin belajar, perspektif ini memungkinkan siswa memandang

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

perubahan sebagai proses yang dapat diupayakan melalui tindakan nyata, bukan sekadar tuntutan dari guru atau sekolah. Franklin et al. (2022) melalui meta-analisis mengenai SFBT pada siswa di lingkungan sekolah memberikan landasan empiris untuk mempertimbangkan pendekatan ini dalam layanan pendidikan, sedangkan Vermeulen-Oskam et al. (2024) mengulas bukti mengenai luaran psikososial SFBT dan faktor-faktor yang berkaitan dengan hasil penerapannya.

Penerapan SFBT dalam layanan bimbingan klasikal juga perlu dipahami bersama karakteristik layanan yang memungkinkan siswa terlibat dalam proses belajar secara kolektif. Diskusi dan pertukaran pengalaman dapat membuka kesempatan bagi siswa untuk memahami bahwa kesulitan menjaga disiplin bukan hanya berkaitan dengan kurangnya pengetahuan tentang aturan, tetapi juga dengan konsistensi dalam menjalankan kebiasaan belajar. Lingkungan kelompok dapat menjadi ruang untuk membangun pemahaman bersama mengenai tanggung jawab dan perilaku yang mendukung proses pembelajaran. Meskipun demikian, kontribusi interaksi teman sebaya tersebut tidak dapat dipisahkan secara empiris dari kontribusi teknik SFBT dalam penelitian ini apabila keduanya diberikan sebagai satu kesatuan layanan. Karena itu, perubahan yang diamati lebih tepat ditafsirkan sebagai perubahan setelah pelaksanaan layanan secara keseluruhan, bukan sebagai bukti bahwa salah satu unsur layanan secara mandiri menghasilkan perubahan tersebut.

Kajian terdahulu menunjukkan bahwa SFBT telah digunakan untuk mendukung berbagai kebutuhan perkembangan anak dan remaja, termasuk persoalan yang berkaitan dengan lingkungan sekolah. Hsu et al. (2021) merangkum bukti mengenai penerapan SFBT untuk permasalahan perilaku pada anak dan remaja, sedangkan Karababa (2024) secara khusus mengkaji SFBT untuk persoalan yang berkaitan dengan sekolah pada kelompok remaja. Kedua kajian tersebut relevan untuk menjelaskan dasar pemilihan SFBT sebagai pendekatan dalam layanan bimbingan, tetapi hasilnya tidak dapat langsung dianggap sebagai bukti bahwa SFBT pasti meningkatkan disiplin belajar dalam setiap konteks. Dartina et al. (2024) juga meninjau penerapan SFBT dalam konseling kelompok pada siswa sekolah menengah, sementara Naraswari et al. (2021) mengkaji konseling singkat berfokus solusi dalam lingkungan pendidikan. Relevansi penelitian Naraswari et al. (2024) juga terletak pada kajian konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan keterampilan sosial-emosional dan kesejahteraan psikologis siswa. Kajian tersebut memperluas konteks penerapan SFBT dalam pendidikan dengan menunjukkan bahwa pendekatan berorientasi solusi juga dikaji dalam kaitannya dengan aspek perkembangan sosial dan psikologis siswa, meskipun luaran tersebut berbeda dari perilaku disiplin belajar yang menjadi fokus penelitian ini. Secara keseluruhan, literatur tersebut memberikan dukungan konseptual dan empiris bagi penggunaan pendekatan berorientasi solusi di sekolah, meskipun kesesuaian hasilnya tetap perlu ditinjau berdasarkan karakteristik layanan, subjek, dan luaran yang diteliti.

Temuan penelitian ini juga dapat ditempatkan dalam kaitannya dengan penelitian yang membahas disiplin dan perkembangan akademik siswa. Lestari dan Subardi (2023) serta Khasanah dan Aspin (2020), sebagaimana dirujuk dalam naskah awal, berkaitan dengan layanan bimbingan dan pengembangan disiplin belajar. Sementara itu, penelitian Fajriani et al. (2021), Permatasari et al. (2025), dan Islam et al. (2024) yang dicantumkan dalam naskah awal membahas penerapan SFBT atau aspek perkembangan siswa yang relevan dengan konteks pendidikan. Pratiwi dan Pravesti (2022) mengkaji penggunaan konseling kelompok SFBT untuk meningkatkan resiliensi akademik, sedangkan Wijanarko dan Wiyono (2023) mengembangkan panduan konseling singkat berfokus solusi untuk mendukung motivasi belajar

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

siswa. Pujowati et al. (2022) juga meneliti konseling kelompok SFBT dalam kaitannya dengan optimisme siswa yang mengalami stres akademik. Penelitian-penelitian tersebut membahas luaran yang tidak seluruhnya identik dengan disiplin belajar, sehingga relevansinya terletak pada dukungan terhadap penggunaan pendekatan berorientasi solusi dalam konteks pendidikan, bukan pada kesamaan langsung hasil penelitian.

Penelitian ini menambah konteks penerapan SFBT dengan mengintegrasikannya ke dalam layanan bimbingan klasikal yang diarahkan pada perilaku disiplin belajar siswa sekolah menengah pertama. Integrasi tersebut relevan secara praktis karena layanan klasikal memungkinkan bimbingan diberikan kepada siswa dalam satu kelompok, sementara orientasi SFBT menempatkan tujuan dan potensi siswa sebagai titik perhatian dalam proses perubahan. Kombinasi ini dapat dipertimbangkan sebagai alternatif bagi guru bimbingan dan konseling ketika mendampingi siswa yang memerlukan dukungan dalam membangun kebiasaan belajar. Namun, penelitian ini belum dapat memastikan bahwa penggabungan kedua unsur tersebut lebih unggul dibandingkan layanan bimbingan klasikal tanpa SFBT atau penerapan SFBT melalui format layanan yang berbeda. Kontribusi utamanya terletak pada penyediaan temuan awal mengenai penerapan layanan tersebut dalam konteks siswa SMP Negeri 1 Lotu, yang dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dengan rancangan pembanding.

Interpretasi hasil perlu mempertimbangkan bahwa penelitian menggunakan desain One Group Pretest-Posttest tanpa kelompok kontrol. Desain ini memungkinkan peneliti mengamati perubahan perilaku disiplin belajar sebelum dan sesudah layanan, tetapi tidak dapat sepenuhnya menyingkirkan kemungkinan adanya faktor lain yang turut berkaitan dengan perubahan tersebut. Pengalaman belajar di kelas, pengaruh guru dan keluarga, interaksi teman sebaya, atau perubahan yang berlangsung seiring waktu merupakan kemungkinan yang belum dapat dipisahkan dari pelaksanaan layanan melalui desain ini. Oleh sebab itu, istilah “efektif” atau “berpengaruh” perlu digunakan secara hati-hati agar tidak menyiratkan kepastian hubungan sebab-akibat yang belum diuji melalui kelompok pembanding. Penelitian lanjutan dapat menggunakan kelompok kontrol, jumlah subjek yang lebih beragam, serta pengukuran tindak lanjut untuk menilai apakah perubahan bertahan dan seberapa jauh perubahan tersebut dapat dikaitkan dengan layanan yang diberikan.

Makna utama temuan ini terletak pada peluang untuk mengembangkan disiplin belajar melalui layanan bimbingan yang tidak hanya menekankan kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga membantu siswa mengenali tujuan dan kapasitas dirinya. Dalam praktik bimbingan dan konseling, pendekatan tersebut dapat mengarahkan perhatian pada pembentukan tanggung jawab belajar yang tumbuh dari kesadaran siswa, dengan tetap mempertimbangkan dukungan lingkungan sekolah. Bagi guru bimbingan dan konseling, layanan klasikal berbasis SFBT dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif yang penerapannya perlu disesuaikan dengan kebutuhan siswa dan dievaluasi secara berkala. Temuan penelitian ini belum menjadi bukti final mengenai keunggulan atau hubungan sebab-akibat layanan, tetapi memberikan dasar kontekstual untuk menguji pendekatan tersebut secara lebih kuat. Dengan demikian, kontribusi penelitian terletak pada perluasan pilihan praktik bimbingan di sekolah serta penegasan perlunya penelitian lanjutan untuk menilai konsistensi dan keberlanjutan perubahan disiplin belajar siswa.

KESIMPULAN

Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) berpotensi mendukung pengembangan perilaku

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

disiplin belajar siswa di SMP Negeri 1 Lotu. Kontribusi penelitian ini terletak pada penerapan pendekatan berorientasi solusi dalam layanan klasikal sebagai salah satu alternatif untuk mendukung tanggung jawab dan kemandirian siswa dalam belajar. Namun, karena penelitian menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest* tanpa kelompok kontrol, perubahan yang ditemukan belum dapat sepenuhnya diatribusikan pada layanan yang diberikan. Oleh karena itu, penerapan SFBT dapat dipertimbangkan dalam program bimbingan dan konseling dengan tetap memperhatikan kebutuhan siswa serta evaluasi hasil layanan.

Implikasi penelitian ini menekankan perlunya kolaborasi guru Bimbingan dan Konseling dan pihak sekolah dalam menciptakan lingkungan yang mendukung disiplin belajar siswa. Guru BK dapat mempertimbangkan SFBT dalam perencanaan layanan, sedangkan sekolah perlu memperkuat iklim belajar yang mendorong tanggung jawab siswa. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan kelompok kontrol, memperluas karakteristik dan jumlah subjek, serta melakukan pengukuran tindak lanjut untuk menilai keberlanjutan perubahan perilaku disiplin belajar. Kajian berikutnya juga dapat membandingkan penerapan SFBT dalam layanan klasikal dengan format layanan lainnya untuk memperoleh pemahaman yang lebih spesifik mengenai kontribusinya terhadap disiplin belajar.

DAFTAR PUSTAKA

Apriliana, I., & Budiati, A. C. (2025). Konstruksi sosial perilaku indisipliner peserta didik dalam fleksibilitas pembelajaran Kurikulum Merdeka. Jurnal Cerdik: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, 4(2), 13–24. https://doi.org/10.21776/ub.jcerdik.2024.004.02.02

Cahyaningrum, A., & Wahyuni, E. (2023). Literatur review: Efektivitas SFBT (Solution Focused Brief Therapy) untuk meningkatkan self-esteem. JIIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 6(8), 6037–6041. https://doi.org/10.54371/jiip.v6i8.2752

Cholifah, T. N., & Wahyuningtyas, R. (2025). Hubungan antara disiplin belajar dengan hasil belajar siswa pada mata pelajaran IPAS kelas V SD. Primary Education Journals (Jurnal Ke-SD-An), 5(3), 1367–1372. https://doi.org/10.36636/primed.v5i3.9481

Dartina, V., Nabila, S., Alfaiz, A., & Maharani, I. (2024). Systematic literature review: Penerapan layanan konseling kelompok Solution Focused Brief Therapy (SFBT) pada peserta didik di sekolah menengah. Indonesian Journal of Educational Counseling, 8(1), 36–46. https://doi.org/10.30653/001.202481.319

Fajriani, F., Abu Bakar, & Fitra Marsela. (2021). Solution-focused brief therapy (SFBT) based guidance for student academic hardiness. ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 4(1), 1–13. https://doi.org/10.32505/enlighten.v4i1.2758

Fauziah, F. (2023). Upaya meningkatkan perilaku disiplin siswa melalui bimbingan kelompok pada siswa kelas XII-1 di SMA Negeri 1 Penajam Paser Utara tahun pelajaran 2022/2023. Khazanah Pendidikan, 17(1), 330. https://doi.org/10.30595/jkp.v17i1.16608

Fauziah, N., & Fitriyeni, F. (2024). Analisis kesulitan guru dalam mendisiplinkan siswa. Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(2), 876–887. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i2.992

Franklin, C., Guz, S., Zhang, A., Kim, J., Zheng, H., Hai, A. H., Cho, Y. J., & Shen, L. (2022). Solution-focused brief therapy for students in schools: A comparative meta-analysis of the U.S. and Chinese literature. Journal of the Society for Social Work and Research, 13(2), 381–407. https://doi.org/10.1086/712169

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober-Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Hsu, K.-S., Eads, R., Lee, M. Y., & Wen, Z. (2021). Solution-focused brief therapy for behavior problems in children and adolescents: A meta-analysis of treatment effectiveness and family involvement. Children and Youth Services Review, 120, Article 105620. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105620

Islam, F., Harum, A., & Kusnadi. (2024). Meningkatkan sikap disiplin siswa melalui pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC). Jurnal Pendidikan Dasar dan Menengah (Dikdasmen), 4(2), 119–124. https://journal.ilininstitute.com/index.php/dikdasmen/article/view/2406/928

Karababa, A. (2024). A meta-analysis of solution-focused brief therapy for school-related problems in adolescents. Research on Social Work Practice, 34(2). https://doi.org/10.1177/10497315231170865

Lestari, K. R. I., & Subardi. (2023). Pengaruh layanan bimbingan klasikal terhadap kedisiplinan belajar. Indonesian Journal of Counseling and Education, 4(2), 33. https://rumahjurnal.iainsasbabel.ac.id/IJoCE/article/view/3598

Mukaromah, N., & Khotijah, S. (2025). Penguatan nilai-nilai kepatuhan dan disiplin oleh guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku indisipliner siswa kelas IX Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Larangan Pamekasan. Values: Jurnal Kajian Islam Multidisiplin, 2(5), 571–600. https://doi.org/10.61166/values.v2i5.121

Naraswari, I. A. M. D., Dantes, N., Suarni, N. K., Gading, I. K., & Suranata, K. (2024). Solution-focused brief counseling to improve student's social-emotional skills and psychological well-being. Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia, 10(1), 106–113. https://doi.org/10.29210/1202423798

Naraswari, I. A. M. D., Suranata, K., Suarni, N. K., & Gading, I. K. (2021). Solution-focused brief counseling in educational setting: A systematic literature review. Konselor, 10(3), 86–91. https://doi.org/10.36728/ganesha.v3i2.2801

Naryanto, N. (2022). Pengaruh disiplin belajar dan lingkungan keluarga terhadap prestasi belajar siswa SMP Negeri 251 Jakarta. PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi, 2(1), 94–102. https://doi.org/10.51878/paedagogy.v2i1.1055

Permatasari, E. I. K., Karamoy, Y. K., & Budiono, A. N. (2025). Pengaruh pendekatan Solution Focused Brief Counseling terhadap resiliensi akademik siswa kelas VII MTs Miftahul Arifin Lumajang. Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, 8(2), 389–405. https://doi.org/10.56013/jcbkp.v8i2.3855

Pratiwi, D. A., & Pravesti, C. A. (2022). Penggunaan konseling kelompok Solution-Focused Brief Therapy untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa kelas X SMA. Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 6(2), 216–225. https://journal.unindra.ac.id/index.php/teraputik/article/view/1032

Pujowati, M., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2022). The effectiveness of solution-focused brief group counseling to increase the optimism of students with academic stress. Jurnal Bimbingan Konseling, 11(2), 137–144. https://journal.unnes.ac.id/sju/jubk/article/view/59396

Sari, F. P. (2021). Upaya meningkatkan sikap disiplin peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mardinding Kabupaten Karo. Didactica: Jurnal Kajian Pendidikan dan Pembelajaran, 1(2), 53–58. https://doi.org/10.56393/didactica.v1i2.972

Vermeulen-Oskam, E., Franklin, C., van't Hof, L. P., Stams, G. J. J. M., van Vugt, E. S., Assink, M., Veltman, E. J., Froerer, A. S., Staaks, J. P. C., & Zhang, A. (2024). The current evidence of solution focused brief therapy: A meta-analysis of psychosocial outcomes

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924

and moderating factors. Clinical Psychology Review, 114, Article 102512. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102512

Wijanarko, A. N. A., & Wiyono, B. D. (2023). Pengembangan panduan Solution-Focused Brief Counseling untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas X SMK. Jurnal BK UNESA, 13(6). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/56459

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/educational.v6i4.14924