TSAQOFAH
Jurnal Penelitian Guru Indonesia

p-ISSN: 2810-0395
e-ISSN: 2810-0042

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i3.5974

TREN PENELITIAN KONSELING POST-MODERN: KAJIAN BIBLIOMETRIK DARI TAHUN 2020–2025

Trends in Postmodern Counseling Research: A Bibliometric Study from 2020 to 2025

Syafira Badhiatus Shidqah[1], Alya Rahmawati[2], Oetari Zakiyah Aji[3]
Universitas Negeri Surabaya
syafira.23006@mhs.unesa.ac.id; alya.23148@mhs.unesa.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 15, 2025	May 10, 2025	May 23, 2025	May 28, 2025

Abstract

This study aims to analyze the trends and characteristics of research on Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) from 2020 to 2025 using a bibliometric and literature review approach. A total of 18 relevant articles were collected from the Google Scholar database and the Publish or Perish application, selected based on topic relevance, application context, and methodological completeness. The analysis focused on research methods, addressed issues, and the effectiveness of SFBT implementation. Bibliometric visualization using VOSviewer software identified three main thematic clusters interconnected by the central keyword "solution." The first cluster focuses on the implementation of SFBT in educational settings, the second highlights its use in individual counseling, and the third explores the integration of SFBT with religious approaches, such as Islamic counseling. Keyword density visualization further confirms the dominance of solution-oriented themes, along with the emergence of newer topics such as anxiety and self-development. These findings indicate that SFBT is a flexible and adaptive therapeutic approach with high relevance across educational, psychological, and cultural contexts. The implications of this study reinforce SFBT's

Tsaqofah journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

position as an evolving intervention model with strong potential for further development in interdisciplinary fields.

Keywords: Solution-Focused Brief Therapy; Bibliometric; VOSviewer; Counseling; Research Trends

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tren dan karakteristik penelitian terkait *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) pada rentang waktu 2020 hingga 2025 dengan pendekatan bibliometrik dan *literature review*. Sebanyak 18 artikel relevan dikumpulkan dari basis data Google Scholar dan aplikasi Publish or Perish dengan mempertimbangkan kesesuaian topik, konteks penerapan, dan kelengkapan metodologis. Analisis dilakukan terhadap metode penelitian, isu yang ditangani, serta efektivitas penerapan SFBT. Hasil visualisasi bibliometrik menggunakan perangkat lunak VOSviewer mengidentifikasi tiga klaster tematik utama yang saling terhubung dengan kata kunci "solution" sebagai simpul pusat. Klaster pertama berfokus pada implementasi SFBT dalam konteks pendidikan, klaster kedua menyoroti penerapannya dalam konseling individual, dan klaster ketiga menunjukkan integrasi SFBT dengan pendekatan keagamaan seperti konseling Islami. Visualisasi kepadatan kata kunci turut mengonfirmasi dominasi tema pencarian solusi, serta munculnya topik-topik baru seperti kecemasan dan pengembangan diri. Temuan ini mengindikasikan bahwa SFBT merupakan pendekatan terapi yang fleksibel dan adaptif, dengan relevansi tinggi dalam berbagai konteks, baik pendidikan, psikologis, maupun budaya. Implikasi dari studi ini memperkuat posisi SFBT sebagai model intervensi yang terus berkembang dan berpotensi dikembangkan lebih lanjut dalam ranah interdisipliner.

Kata Kunci: *Solution-Focused Brief Therapy*; Bibliometrik; VOSviewer; Konseling; Tren Penelitian

PENDAHULUAN

Beberapa dekade kebelakang, pendekatan konseling post-modern mengalami peningkatan yang signifikan. Pada pendekatan ini menekankan konstruksi yang realistis, narasi pribadi, dan konteks budaya sebagai kunci konseli dalam melakukan proses konseling. Pada pendekatan konseling post-modern berfokus pada pemberdayaan konseli melalui cerita hidup dan pengalaman hidup konseli. Dengan adanya konseling post-modern, konseli dapat menjadi ahli bagi kehidupannya, dan dapat menentukan keputusan sesuai dengan apa yang ia yakini.

Salah satu tujuan dari adanya layanan konseling adalah untuk membantu setiap individu yang memiliki masalah dalam menyelesaikan masalahnya. Konseling menjadi salah satu upaya yang dilakukan dalam membantu individu melalui proses interaksi pribadi antara konselor dan konseli dengan tujuan konseli mampu memahami dirinya sendiri dan dapat menentukan tujuan berdasarkan nilai yang konseli yakini (Potabuga, 2020). Dalam memberikan layanan

konseling, banyak intervensi yang dapat digunakan, sehingga penggunaan intervensi dapat disesuaikan dengan karakteristik konseli, masalah yang dialami, dan tujuan yang ingin dicapai. Salah satu intervensi yang cukup familiar dalam konseling adalah *Solution-Focused Brief Therapy (SFBT).*

Pendektan SFBT didasari oleh suatu pandangan bahwa sejatinya kebenaran dan realitas bukanlahsuatu yang bersifat absolute namun realitas dan kebenaran itu dapat dikonstruksikan (Hidayat, 2021). SFBT sendiri dikenal menjadi salah satu intervensi konseling dengan waktu yang relatif singkat dalam pelaksanaannya, hal ini karena dalam konseling SFBT langsung berfokus pada solusi. Menurut Gingerich (Potabuga, 2020) SFBT atau *Solution Focused Brief Therapy* merupakan terapeutik yang memfokuskan kepada target atau tujuan dalam masa yang singkat. Konseling SFBT mempercayai jika setiap individu sebenarnya memiliki kekuatan dan dapat menentukan tujuan hidupnya sendiri. Sehingga dalam pelaksanaan konseling SFBT, konseli akan didorong untuk menjadi ahli dalam hidupnya dan didorong untuk mengambil keputusan bagi hidupnya sendiri. Dalam pelaksanaan konseling SFBT, konselor hanya memposisikan dirinya sebagai fasilitator untuk konseli.

Artikel yang ditulis Potabuga (2020) dijelaskan tujuan dari konseling SFBT adalah (mengutip dari Palmer,2016) : a) mengidentifikasi dan memanfaatkan sepenuhnya kekuatan dan kompetensi yang dimiliki konseli, b) membantu konseli dalam mengenali dan membangun pengecualian pada masalah seperti pada saat konseli telah memikirkan dan merasakan sesuatu yang mengurangi atau membatasi dampak masalah, c) menolong konseli berfokus pada hal-hal yang jelas dan spesifik yang dianggapnya mampu menyelesaikan masalahnya atau solusi.

Pelaksanaan konseling SFBT memiliki beberapa teknik yang bisa dilakukan oleh konselor dalam membantu konseli : a) E*xception*, adalah sebagai pertanyaan untuk mengidentifikasi masalah konseli, b) M*iracle question*, adalah untuk membuat solusi yang sudah ditetapkan konsel menjad lebih spesifik, c) S*calling question*, adalah digunakan ketika konselor ingin mengetahui perubahan koseli dari pengalamannya yang dilihat dan dianalisis melalui panca indra, d) C*oping question*, adalah digunakan ketika konseli merasa putus asa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan bibliometrik yang dipadukan dengan metode *literature review* untuk mengidentifikasi dan menganalisis tren penelitian mengenai *Solution-*

Focused Brief Therapy (SFBT) dalam kurun waktu 2020 hingga 2025. Sumber data diperoleh dari tiga basis data utama, yaitu Google Scholar dan aplikasi Publish or Perish, dengan menggunakan kata kunci *"solution-focused brief therapy"*. Seleksi dilakukan secara purposif, dengan mempertimbangkan relevansi topik, konteks penerapan SFBT, serta kelengkapan informasi metodologis. Dari hasil pencarian, dipilih masing-masing tiga artikel setiap tahun sehingga terkumpul total 18 artikel yang dianalisis. Analisis dilakukan terhadap tiga aspek utama, yaitu metode penelitian yang digunakan dalam setiap artikel, jenis permasalahan atau isu yang ditangani melalui pendekatan SFBT, serta efektivitas penerapannya sebagaimana dilaporkan dalam hasil penelitian. Untuk mendukung analisis visual, peneliti menggunakan perangkat lunak VOSviewer dalam memetakan kata kunci dan hubungan tematik antarartikel. Visualisasi ini mencakup peta jaringan *(network visualization)* dan peta kepadatan *(density visualization)* untuk mengidentifikasi klaster dominan, distribusi topik, serta perkembangan tren dari waktu ke waktu. Melalui kombinasi pendekatan bibliometrik dan telaah pustaka ini, penelitian bertujuan memberikan gambaran komprehensif mengenai arah perkembangan penelitian SFBT, bidang aplikasi yang paling sering disorot, serta potensi integrasi pendekatan ini dalam berbagai konteks sosial, edukatif, dan kultural.

HASIL

Dengan menggunakan kata kunci dan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, peneliti berhasil mengidentifikasi 18 artikel dari database yang memenuhi persyaratan dan akan dianalisis. Hasil analisis jurnal tersebut kemudian disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis 18 Artikel

No.	Penulis dan Tahun	Judul	Hasil
1.	Bakar, A. Y. A., & Suranata, K. (2020)	*Application of solution-focused brief therapy (SFBT) to help clients with anxiety issues*	*Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) efektif digunakan untuk menangani klien dengan kecemasan, meskipun tidak menyajikan data empiris. Pendekatan ini berfokus pada kekuatan internal klien, perubahan kecil, dan orientasi masa depan, dengan teknik seperti *exception question*, *miracle question*, dan *scaling question* yang membantu klien mengenali solusi dan menilai kemajuan. SFBT mengalihkan perhatian dari masalah menuju solusi, serta membangun hubungan kolaboratif antara konselor dan klien dalam

			suasana yang mendukung. Meskipun hasilnya menjanjikan, penulis menekankan perlunya penelitian lebih lanjut. Secara umum, SFBT dinilai efisien, cepat, dan cocok diterapkan di berbagai setting layanan konseling.
2.	Potabuga, Y. F. (2020)	Pendekatan realitas dan *solution focused brief therapy* dalam bimbingan konseling Islam	*Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam bimbingan dan konseling Islam sebagai alternatif atas keterbatasan efektivitas pendekatan realitas yang selama ini dinilai kurang karena minimnya landasan teori. Penulis menyoroti bahwa SFBT, sebagai pendekatan postmodern, lebih menekankan pada solusi daripada masalah, dengan asumsi bahwa setiap individu memiliki kekuatan dan sumber daya untuk menyelesaikan tantangannya. Dalam konteks bimbingan dan konseling Islam, SFBT dipadukan dengan nilai-nilai spiritual dan ayat-ayat Al-Qur'an untuk memperkuat proses perubahan konseli secara holistik. Penulis menyimpulkan bahwa kombinasi pendekatan realitas dan SFBT tidak hanya membantu konseli menemukan solusi praktis, tetapi juga mendorong perubahan yang sejalan dengan ajaran Islam.
3.	Sucipto, A., Purwanto, E., Japar, M., & Ilendo-Milewska, A. (2020)	*Improving the psychological well-being of prisoners through group counseling with solution-focused brief therapy* (SFBT) *approach*	Pendekatan *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam konseling kelompok efektif meningkatkan *psychological well-being* (PWB) pada narapidana. Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan pada skor PWB dari pre-test ke post-test dan dari post-test ke follow-up. SFBT terbukti membantu narapidana menetapkan tujuan hidup, membangun hubungan sosial yang lebih baik, serta meningkatkan penerimaan diri. Pendekatan ini menekankan potensi dan kekuatan individu dalam menemukan solusi, bukan berfokus pada masalah. Narapidana yang mengikuti sesi konseling juga menunjukkan perubahan perilaku positif seperti keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial dan keagamaan di dalam lapas. Dengan fokus pada masa depan yang diinginkan dan cara mencapainya, SFBT memperkuat dimensi PWB seperti makna hidup, pertumbuhan pribadi, dan relasi positif. Oleh karena itu, SFBT dinilai sebagai pendekatan yang efisien, praktis,

			dan relevan untuk diterapkan dalam konseling kelompok, khususnya bagi populasi khusus seperti narapidana.
4.	Bustan, R., Mailani, L., & Novianti, M. (2021)	*Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) *to parents of street kids at the Jakarta Rumah Alif Community Foundation*	Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa setelah mendapatkan konseling, orang tua lebih mampu mengenali kebutuhan psikologis anak dan mulai meninggalkan pola pengasuhan kekerasan. Dalam konseling individu, pendekatan SFBT efektif menggali potensi solusi yang sesuai dengan kondisi masing-masing orang tua. Sementara itu, dalam konseling kelompok melalui pemutaran video motivasi, peserta menunjukkan peningkatan kesadaran dan refleksi diri yang memperkuat pemahaman mereka tentang pola pengasuhan positif. Interaksi antar peserta juga memperkaya wawasan dan memberi dukungan emosional satu sama lain. Evaluasi melalui kuesioner, observasi, dan diskusi menunjukkan perubahan positif dalam sikap dan perilaku orang tua dalam mendidik anak. Temuan ini menguatkan pentingnya keterlibatan orang tua dalam intervensi terhadap anak jalanan serta menegaskan bahwa pendekatan SFBT efektif diterapkan untuk populasi dengan keterbatasan sumber daya seperti keluarga anak jalanan.
5.	Febristi, A. (2021)	Pre Intervensi Solution Focused Brief Therapy (SFBT) untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Remaja di Panti Asuhan Aisyah Cab. Koto Tangah Timur Padang	Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di Panti Asuhan Aisyiah Cabang Koto Timur memiliki tingkat *self-esteem* yang rendah, yakni sebesar 73,3% sebelum intervensi diberikan. Melalui intervensi *Solution-Focused Brief Group Therapy* (SFBGT) yang terdiri dari 4 sesi dengan durasi 60-70 menit tiap sesi, terjadi perubahan positif pada tingkat *self-esteem* para remaja. Pendekatan SFBGT efektif karena fokus pada solusi dan penguatan potensi diri, sehingga membantu remaja mengidentifikasi dan mengembangkan sumber daya internal mereka untuk meningkatkan rasa percaya diri. Penggunaan modul dan lembar kerja tiap sesi memudahkan proses terapi dan mendorong partisipasi aktif peserta. Temuan ini mendukung bahwa pendekatan kelompok berbasis solusi dapat menjadi

			alternatif intervensi yang efisien dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja, khususnya pada populasi yang rentan seperti penghuni panti asuhan.
6.	Rostini, R. (2021)	Teori Dan Pendekatan Konseling Sfbt *(Solution Foused Brief Therapy)* Berbasis Islam	Tujuan utama dari konseling SFBT berbasis Islam adalah membantu individu menemukan solusi atas masalahnya melalui pendekatan yang bersifat pencegahan dan pengobatan, serta mengingatkan konseli akan kewajiban menjalankan perintah Allah SWT dan menjauhi larangan-Nya. Hasilnya adalah model konseling SFBT yang diintegrasikan dengan ajaran Al-Qur'an, sehingga konseling tidak hanya fokus pada penyelesaian masalah secara psikologis, tetapi juga melibatkan aspek spiritual sesuai nilai Islam. Konseling SFBT berbasis Islam ini efektif digunakan untuk membantu mengatasi berbagai permasalahan seperti pendidikan, keluarga, sosial, dan lain-lain, khususnya bagi mereka yang memiliki kesulitan dalam kemampuan pemecahan masalah *(problem solving)*.
7.	Cahyanti, A. D., Nurlailiwangi, E., & Suhana. (2022)	Efektivitas *Solution Focused Brief Therapy* untuk Meningkatkan Derajat Harga Diri pada Istri Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga	Hasil analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,102 : 2 = 0,051, yang berada pada batas taraf kepercayaan 0,05. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan yang signifikan dalam derajat harga diri setelah intervensi SFBT. Ketiga subjek menunjukkan peningkatan skor harga diri dari pre-test ke post-test. Subjek A mengalami peningkatan 13 poin (19%), subjek B meningkat 18 poin (28%), dan subjek C juga meningkat 18 poin (24%). Secara keseluruhan, kedua dimensi harga diri, yaitu kompetensi dan keberhargaan, mengalami peningkatan yang signifikan. Terapi SFBT terbukti efektif karena mampu membantu subjek membangun gambaran positif tentang diri mereka sendiri dan mengidentifikasi perubahan yang mereka inginkan, sehingga mereka merasa lebih berdaya dan berharga. Penelitian ini menunjukkan bahwa SFBT dapat menjadi pendekatan yang bermanfaat dalam pemulihan psikologis korban KDRT.

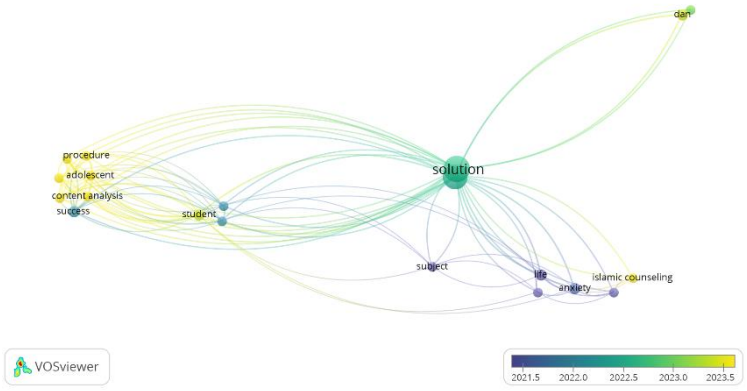
8.	Widodo, A., & Nurjannah, N. (2022)	Konseling Islam dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Muda Pasca Melahirkan	Penerapan konseling Islam dengan pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) pada ibu muda pasca melahirkan yang mengalami kecemasan (baby blues syndrome) efektif dalam membantu mengurangi rasa cemas. Setelah mengikuti sesi konseling, konseli merasa lebih baik secara psikologis dan mampu mengendalikan pikirannya ketika muncul rasa cemas. Selain itu, konseli melaporkan perasaan lega, tenang, dan rileks setelah terapi. Meskipun masih terdapat beberapa kesulitan dalam mengendalikan kecemasan, konseli segera menyadari dampak negatif dari kecemasan tersebut dan mampu kembali fokus untuk mengatur pikiran dan emosinya sehingga dapat mengatasi rasa cemasnya. Proses konseling yang dilakukan melalui tahap membangun rapport, eksplorasi masalah, terapi, dan evaluasi terbukti membantu dalam peningkatan kontrol diri dan kesejahteraan psikologis konseli.
9.	Ilman, Z. S., & Jannah, N. (2022)	Konsep Bimbingan dan Konseling *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Berbasis Islam	Pengembangan layanan bimbingan dan konseling dengan pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) menjadi bimbingan dan konseling berbasis Islam. Praktik bimbingan dan konseling SFBT berbasis Islam ini terdiri dari empat tahap utama, yaitu pra-sesi terapi, bimbingan, intervensi, dan penutupan sesi. Pendekatan ini membantu konseli, khususnya yang beragama Islam, untuk memiliki keyakinan dan kemampuan dalam menghadapi masalah serta menemukan solusi yang sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan hadist. Dengan demikian, model ini memudahkan konselor dalam memberikan layanan yang relevan secara agama dan budaya, serta mendorong konseli untuk fokus pada solusi daripada masalahnya.
10.	Cahyaningrum, A. ., & Wahyuni, E. (2023)	*Literature Review*: Efektivitas SFBT (*Solution Focused Brief Therapy*) untuk Meningkatkan *Self Esteem*	*Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) efektif dalam meningkatkan self-esteem, khususnya pada siswa atau remaja yang menghadapi berbagai permasalahan dalam hidupnya. SFBT membantu klien dengan menekankan pada pencarian solusi, bukan berfokus pada masalah yang dihadapi. Dalam praktiknya, SFBT menggunakan

			beberapa teknik konseling seperti *pretherapy change*, *exception question*, *the miracle question*, *scaling question*, *homework*, dan *summary feedback* yang diberikan secara sistematis sebagai bentuk pendampingan terhadap klien. Teknik-teknik tersebut terbukti fleksibel, praktis, dan efisien dalam pelaksanaan intervensi konseling. Oleh karena itu, penggunaan SFBT sangat direkomendasikan untuk konselor sekolah dalam membantu siswa atau remaja menumbuhkan self-esteem agar mereka mampu melewati fase-fase kehidupan dengan lebih baik dan percaya diri.
11.	Nirmala, Y. T., Susilo, A. T., & Suryawati, C. T. (2023)	Studi Kepustakaan Penerapan *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam Bimbingan dan Konseling	SFBT ditujukan bagi siswa usia sekolah dari tingkat SD hingga SMA, baik laki-laki maupun perempuan, yang mengalami permasalahan pribadi, sosial-emosional, perilaku, dan akademik. Beberapa masalah yang sering ditangani dengan pendekatan ini antara lain perilaku agresif, rendahnya self-esteem, gejala depresi, burnout sekolah, kecanduan internet, prokrastinasi akademik, serta kurangnya regulasi diri. Teknik yang digunakan dalam SFBT mencakup pertanyaan pengecualian (*exception questions*), pertanyaan keajaiban (*miracle questions*), dan pertanyaan skala (*scaling questions*). Prosedur pelaksanaan terdiri dari tiga tahap utama, yaitu perubahan pra-sesi, penetapan tujuan berfokus pada solusi, serta menemukan pengecualian dan membangun solusi. Secara keseluruhan, SFBT terbukti efektif dalam meningkatkan persepsi kompetensi sosial, konsep diri, *self-esteem*, *self-efficacy*, regulasi diri, serta dalam menurunkan gejala depresi, stres akademik, dan perilaku prokrastinasi.
12.	Sahrah, Dwidiyanti, & Moordiningsih (2023)	*Improvement of Spiritual Well-Being in Students Experiencing Quarter Life Crisis through Solution-Focus Brief Therapy*	Mahasiswa pascasarjana, yang berada dalam fase perkembangan dewasa awal, diketahui memiliki tingkat *spiritual well-being* yang relatif rendah dibandingkan fase perkembangan lainnya, sehingga rentan terhadap tekanan emosional dan kebingungan identitas. SFBT digunakan dalam penelitian ini sebagai pendekatan intervensi yang bersifat solutif, singkat, dan terfokus. Setelah diberikan intervensi

			SFBT, para subjek penelitian menunjukkan perubahan signifikan dalam diri mereka. Keluhan seperti rendah diri, *pesimisme*, dan kecemasan mulai mereda, sehingga mereka menjadi lebih optimis dalam menghadapi tantangan hidup. Dengan demikian, krisis seperempat abad yang mereka alami dapat diatasi dengan lebih baik.
13.	Hafid, Latifah, & Sari (2024)	Keefektifan Konseling Kelompok Pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Untuk Menurunkan *Academic Burnout* siswa di SMP	Adanya penurunan *academic burnout* setelah diberikan *treatment* dengan teknik SFBT. Hal ini terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang sudah dilakukan. Sehingga dapat disimpulkan teknik SFBT efektif digunakan dalam mengatasi *academic burnout* pada siswa.
14.	Marten, Aulania, Indahsari, Rahmi, Ratnasari, Yasin, Wiyono, & Nursilowati (2024)	Implementasi Konseling Individu *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) untuk Menurunkan Agresifitas Verbal Siswa	Adanya penurunan tingkat agresifitas pada siswa. Hal ini dapat dilihat dari 2 siklus yang dialami, pada siklus 1 diketahui skor awalnya sebesar 25 kemudian menurun menjad 21 dan pada siklus ke 2 diketahui penurunan skor dari 21 menjadi 17. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik SFBT dapat menurunkan agresifitas verbal pada siswa.
15.	Dartina, Nabila, Alfaiz, & Maharani (2024)	*Systematic Literature Review*: Penerapan Layanan Konseling Kelompok *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) pada Peserta Didik di Sekolah Menengah	Melakukan l*iterature review* pada 21 jurnal yang dipilih dan ditemukan hasil bahwa layanan konseling kelompok teknik SFBT efektif digunakan dalam menyelesaikan beragam permasalahan siswa. Dari hasil *literature review* juga ditemukan bahwa konseling kelompok dengan teknik SFBT biasa dilakukan selama 4-8 sesi dengan durasi 40-70 menit per sesi yang diikuti 4-8 anggota per-kelompok.
16.	Pratiwi, Yuline, & Putri (2025)	Efektivitas Konseling Kelompok dengan *Solution Focused Brief Counseling* untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa *Broken Home*	Menghasilkan rata-rata skor angket resiliensi yang didapat sebelum diberikan *treatment* sebesar 50% dan setelah diberikan *treatment* mengalami peningkatan menjadi 72%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik SFBT dapat digunakan dalam meningkatkan resiliensi siswa *broken home* pada siswa.
17.	Rahayu, Nurjannah, & Perkasa (2025)	*The Application of Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) in Islamic Counseling to Address Psychological Crises in Young Mothers After Divorce*	Melakukan konseling selama 5 sesi dan didapatkan hasil bahwa setelah diberikan *treatment* konseli mulai menunjukkan perubahan menjadi lebih optimis dalam menjalani hidup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling SFBT dengan mengintegrasikan nilai-nilai islam

			dapat efektif dilakukan dalam mengatasi masalah psikologis yang dialami ibu muda pasca perceraian. Dengan konseling SFBT islami juga dapat membantu konseli dalam memberi kedamaian batin dan keterampilan yang diperlukan dalam menghadapi tantangan hidup.
18.	Wahyudi, Nugroho, & Yuanita (2025)	Penerapan Konseling Kelompok *Solutions-Focused Brief Therapy* untuk Menurunkan Stres Akademik Siswa	Dari layanan yang diberikan selama 2 sesi menghasilkan bahwa adanya penurunan tingkat stress akademik yang dialami oleh siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil pre-test yang dilakukan siswa berada pada tingkatan tinggi dan setelah diberikan *treatment* siswa berada pada tingkat rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik SFBT dapat efektif dilakukan dalam menurunkan tingkat stress akademik pada siswa.

PEMBAHASAN



Gambar 1. Visualisasi Peta *(network)* Tren Penelitian

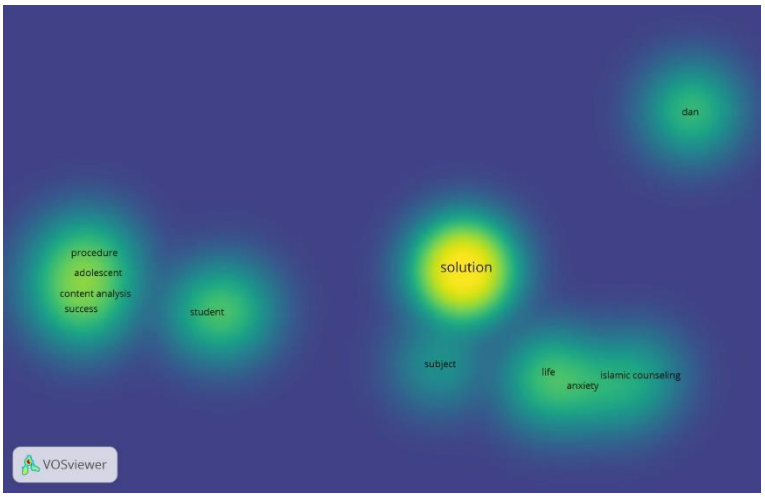
Hasil visualisasi bibliometrik menggunakan VOSviewer terhadap 18 artikel mengenai *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam rentang 2020–2025 menunjukkan adanya hubungan tematik yang kuat di antara kata kunci utama. Peta ini memperlihatkan 3 klaster tematik yang saling berhubungan dengan titik pusat utama yaitu kata solution. Warna dalam visualisasi ini merepresentasikan perkembangan waktu penelitian, dengan gradasi dari biru (2021) ke kuning (2023), memberikan gambaran dinamika tren topik dari waktu ke waktu.

Klaster pertama yang berwarna kuning menampilkan kata kunci seperti *procedure, adolescent, content analysis, success,* dan *student.* Klaster ini menggambarkan bahwa pada tahun-tahun terakhir (sekitar 2023), fokus penelitian lebih banyak mengarah pada implementasi prosedural SFBT di lingkungan pendidikan, terutama untuk remaja dan siswa. Penelitian ini mengevaluasi bagaimana efektivitas SFBT dalam membentuk keberhasilan dan perkembangan peserta didik, dengan analisis isi sebagai metode dominan yang digunakan untuk mengukur keberhasilan terapi.

Klaster kedua ditandai oleh warna hijau kebiruan dengan pusat pada kata solution. Klaster ini merupakan jantung dari seluruh peta, menunjukkan bahwa pendekatan berorientasi solusi tetap menjadi fokus utama dalam semua penelitian yang dianalisis. Kata solution memiliki link terbanyak dengan kata kunci lain, seperti *student, life, subject, anxiety,* hingga *islamic counseling.* Hal ini mengindikasikan bahwa SFBT terus digunakan secara luas dalam berbagai bidang, baik pendidikan maupun konseling individual, dengan pendekatan berbasis kekuatan individu dalam mengatasi masalah.

Klaster ketiga berwarna biru keunguan meliputi kata kunci seperti *life, subject, anxiety,* dan *islamic counseling.* Kata kunci ini menunjukkan arah penelitian yang lebih spesifik pada konteks konseling individu, terutama terkait isu-isu kehidupan dan kecemasan. Menariknya, integrasi SFBT dengan pendekatan *Islamic counseling* juga mulai muncul sebagai tren baru, yang menunjukkan respons terhadap kebutuhan kontekstual dan budaya dalam praktik konseling di negara-negara berpenduduk mayoritas Muslim, seperti Indonesia.

Dari visualisasi ini dapat disimpulkan bahwa penelitian SFBT berkembang secara dinamis dengan dua orientasi besar: intervensi di bidang pendidikan (klaster kuning) dan konseling individual berbasis solusi (klaster biru-keunguan). Kata *solution* berperan sebagai simpul utama yang menghubungkan seluruh kata kunci, memperkuat karakteristik pendekatan ini sebagai intervensi yang mengutamakan masa depan dan kekuatan individu. Tren penelitian juga menunjukkan kecenderungan ke arah pendekatan yang lebih kontekstual dan terintegrasi secara budaya, sebagaimana tercermin dari munculnya konsep *Islamic counseling.*



Gambar 2. Visualisasi Kedalaman *(density)* Tren Penelitian

Visualisasi density yang dihasilkan melalui VOSviewer menampilkan pemetaan kata kunci berdasarkan kepadatan frekuensinya dalam publikasi ilmiah terkait *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) selama periode 2020 hingga 2025. Warna kuning menandakan area dengan kepadatan tinggi atau kata kunci yang sering muncul, sementara warna hijau hingga biru menunjukkan kepadatan yang lebih rendah. Dari visualisasi tersebut, kata *"solution"* menjadi titik pusat dengan kerapatan paling tinggi, menandakan bahwa fokus utama penelitian tetap mengarah pada pendekatan inti dari SFBT, yaitu penekanan pada pencarian solusi, bukan masalah.

Selain kata *"solution"*, muncul pula beberapa kata kunci dengan kepadatan menengah seperti *"subject"*, *"life"*, *"student"*, *"anxiety"*, dan *"islamic counseling"*. Kata-kata ini menunjukkan subjek-subjek yang sering dibahas dalam kaitannya dengan SFBT. Misalnya, "*student"* dan *"life"* mengindikasikan bahwa pendekatan SFBT banyak digunakan dalam setting pendidikan dan pengembangan diri. Sementara itu, munculnya *"anxiety"* menunjukkan bahwa SFBT juga sering diterapkan untuk mengatasi gangguan kecemasan. Kehadiran *"islamic counseling"* menandakan integrasi SFBT dengan konteks keagamaan, khususnya Islam, yang merupakan tren baru dalam praktik konseling di wilayah mayoritas Muslim.

Kelompok kata kunci lain yang muncul dengan kepadatan rendah tetapi membentuk klaster tersendiri antara lain *"procedure"*, *"adolescent"*, *"content analysis"*, dan *"success"*. Kelompok ini menggambarkan pendekatan metodologis dan sasaran yang lebih spesifik. Kata *"adolescent"* mengindikasikan bahwa banyak penelitian SFBT yang diarahkan kepada remaja sebagai populasi sasaran. Sedangkan *"procedure"* dan *"content analysis"* mengacu pada metode dan desain penelitian yang digunakan dalam mengevaluasi efektivitas pendekatan ini.

Namun demikian, terdapat pula kata kunci yang tidak substansial seperti *"dan"*, yang muncul secara terisolasi. Hal ini kemungkinan besar merupakan hasil kesalahan dalam ekstraksi data bibliometrik atau akibat penggunaan kata hubung dalam metadata. Kata seperti ini tidak memiliki makna ilmiah yang relevan dan perlu diabaikan dalam interpretasi hasil pemetaan. Temuan ini menunjukkan pentingnya penyaringan kata kunci dalam tahap praproses data untuk meningkatkan akurasi hasil visualisasi.

Secara keseluruhan, peta kepadatan ini menggambarkan bahwa tren penelitian SFBT masih sangat kuat berpusat pada kata *"solution"* sebagai inti pendekatan. Namun, seiring dengan meningkatnya keragaman topik dan konteks penerapan, muncul perluasan arah penelitian ke bidang pendidikan, kesehatan mental (khususnya kecemasan), dan integrasi budaya-religius. Ini menunjukkan bahwa SFBT memiliki fleksibilitas tinggi untuk diadaptasi dalam berbagai konteks, baik klinis, edukatif, maupun spiritual.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) tetap menjadi pendekatan konseling yang banyak digunakan dan dikembangkan dalam berbagai konteks selama periode 2020–2025. Melalui analisis bibliometrik terhadap 18 artikel, ditemukan bahwa kata *"solution"* menjadi simpul utama yang menghubungkan berbagai topik penelitian, menandakan bahwa fokus utama SFBT tetap pada kekuatan individu dan pencarian solusi, bukan pada masalah.

Terdapat tiga klaster utama dalam visualisasi jaringan dan kepadatan: klaster pendidikan yang menekankan penggunaan SFBT pada siswa dan remaja; klaster inti yang menguatkan posisi SFBT sebagai pendekatan dominan dalam konseling; serta klaster konseling individual yang berkaitan dengan isu kehidupan, kecemasan, dan integrasi dengan nilai keagamaan seperti *Islamic counseling*. Hal ini mencerminkan bahwa penelitian SFBT tidak hanya berkembang secara kuantitas, tetapi juga secara kontekstual dan tematik.

Visualisasi density juga memperlihatkan bahwa kepadatan kata kunci seperti *"solution", "student", "life",* dan *"anxiety"* menandakan fokus penelitian pada isu pendidikan dan kesehatan mental. Kemunculan kata *"Islamic counseling"* menjadi indikator bahwa praktik SFBT mulai mengalami penyesuaian dengan konteks budaya dan spiritual masyarakat, terutama di negara dengan mayoritas penduduk Muslim.

Dengan demikian, SFBT terbukti memiliki fleksibilitas tinggi untuk diterapkan di berbagai bidang, baik dalam pendidikan, kesehatan mental, maupun konseling berbasis nilai budaya dan spiritual. Temuan ini membuka peluang untuk pengembangan praktik konseling post-modern yang lebih adaptif terhadap kebutuhan zaman dan konteks lokal.

DAFTAR PUSTAKA

Bakar, A. Y. A., & Suranata, K. (2020). Application of solution-focused brief therapy (SFBT) to help clients with anxiety issues. Bisma The Journal of Counseling, 4(1), 16-20. https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/bisma/article/view/24709

Bustan, R., Mailani, L., & Novianti, M. (2021). Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) to parents of street kids at the Jakarta Rumah Alif Community Foundation. KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 12(1), 126-141. https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/view/9534

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. http://www.jiip.stkipyapisdompu.ac.id/jiip/index.php/JIIP/article/view/2752

Cahyanti, A. D., Nurlailiwangi, E., & Suhana. (2022). Efektivitas Solution Focused Brief Therapy untuk meningkatkan derajat harga diri pada istri korban kekerasan dalam rumah tangga. Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains, 4(1), 37–42. https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/jiks/article/view/9321

Dartina, V., Nabila, S., Alfaiz, A., & Maharani, I. F. (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. http://www.ijec.ejournal.id/index.php/counseling/article/view/319

Febristi, A. (2021). PRE INTERVENSI SOLUSION FOCUSED BRIEF THERAPY (SFBT) UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN AISYAH CAB. KOTO TANGAH TIMUR PADANG. Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah, 15(1). https://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/2854

Hafid, A., Latifah, L., & Sari, E. K. W. (2024). Keefektifan Konseling Kelompok Pendekatan Solution Focused Brief Thrapy (SFBT) Untuk Mengurangi Academic Burnout Siswa Di SMP Negeri 4 Kota Pasuruan. Jurnal Wahana Konseling, 7(2), 270-278. https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/juang/article/view/15065

Hafid, A., Latifah, L., & Sari, E. K. W. (2024). Keefektifan Konseling Kelompok Pendekatan Solution Focused Brief Thrapy (SFBT) Untuk Mengurangi Academic Burnout Siswa Di SMP Negeri 4 Kota Pasuruan. Jurnal Wahana Konseling. https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/juang/article/view/15065

Hidayat, A. H. (2021). Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Konseling Posmodernisme. Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 3(1), 117-134. http://jurnal.uinsyahada.ac.id/index.php/Irsyad/article/view/4066

Nirmala, Y. T., Susilo, A. T., & Suryawati, C. T. (2023). Studi kepustakaan penerapan solution-focused brief therapy (SFBT) dalam bimbingan dan konseling. Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling, 7(1), 18-26. https://core.ac.uk/download/pdf/572536260.pdf

Nugroho, I. H., & Yuanita, L. (2025). Penerapan Konseling Kelompok Solutions-Focused Brief Therapy untuk Menurunkan Stres Akademik Siswa. Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling, 3(1), 6-11. https://jurnal.ittc.web.id/index.php/jpdsk/article/view/2464

Potabuga, Y. F. (2020). Pendekatan realitas dan solution focused brief therapy dalam bimbingan konseling Islam. Al-Tazkiah Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 9(1), 40-55. https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/altazkiah/article/view/1833

Pratiwi, U. A., Yuline, Y., & Putri, A. (2025). EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA BROKEN HOME. Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, 5(1), 105-1. http://jurnal.umbarru.ac.id/index.php/jubikops/article/view/851

Rahayu, P., Nurjannah, N., & Perkasa, A. (2025). The Application of Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) in Islamic Counseling to Address Psychological Crises in Young Mothers After Divorce. Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, 8(1), 119–129. https://ejournal.uiidalwa.ac.id/index.php/almusyrif/article/view/2183

Rostini, R. (2021). Teori dan Pendekatan Konseling SFBT (Solution Foused Brief Therapy) Berbasis Islam. At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam, 4(2), 81–91. https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/taujih/article/view/11743

Sahrah, A., Dwidiyanti, A., & Moordiningsih, M. (2023). Improvement of spiritual well-being in students experiencing quarter life crisis through solution-focus brief therapy. Academic Journal of Interdisciplinary Studies, 12(4), 305-312. https://www.academia.edu/download/104682761/12984.pdf

Sucipto, A., Purwanto, E., Japar, M., & Ilendo-Milewska, A. (2020). Improving the psychological well-being of prisoners through group counseling with solution-focused brief therapy (SFBT) approach. Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 5(2), 155–168. https://journal.walisongo.ac.id/index.php/Psikohumaniora/article/view/6036/3132

Widodo, A., & Nurjannah, N. (2022). Konseling Islam Dengan Pendekatan Solution Focused Brief Therapy (Sfbt) Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Muda Pasca Melahirkan [Islamic Counseling With a Solution Focused Brief Therapy (Sfbt) Approach To Overcome Anxiety of Young Mothers Post-Birth]. Journal of Contemporary Islamic Counselling, 2(2), 67-80. https://jurnal.pabki.org/index.php/jcic/article/view/130

Zidni Ilman, S., & Jannah, N. . (2022). Konsep Bimbingan dan Konseling Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Berbasis Islam. At-Taujih; Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 1(1), 20–29. https://jurnal.iaihnwpancor.ac.id/index.php/taujih/article/view/759