



## Konseling Kelompok SFBC untuk Meningkatkan *Subjective Well-Being* pada Anak Berhadapan dengan Hukum

### SFBC Group Counseling to Improve Subjective Well-Being in Children in Conflict with the Law

Mayang T. Afriwilda<sup>1</sup>, Rita Sinthia<sup>2</sup>, Anni Suprapti<sup>3</sup>

Universitas Bengkulu

Email: mtafriwilda@unib.ac.id

#### **Abstrak:**

Penelitian ini bertujuan menguji seberapa efektif layanan konseling kelompok SFBC dalam meningkatkan kualitas subjective well-being anak-anak yang berhadapan dengan hukum. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment tipe pretest-posttest control group design. Subjek penelitian berjumlah 14 anak berhadapan dengan hukum yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol masing-masing sebanyak 7 orang. Instrumen penelitian menggunakan angket subjective well-being yang mencakup aspek kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif. Teknik analisis data dilakukan menggunakan uji independent sample t-test setelah melalui uji prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji homogenitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor rata-rata subjective well-being pada kelompok eksperimen dari 53,14 menjadi 72,29, sedangkan kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan dari 52,71 menjadi 56,00. Hasil uji independent sample t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,007 ( $< 0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pelaksanaan intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok SFBC efektif dalam meningkatkan subjective well-being pada anak berhadapan dengan hukum. Dengan demikian, konseling kelompok SFBC dapat digunakan sebagai salah satu alternatif intervensi layanan bimbingan dan konseling untuk mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis anak berhadapan dengan hukum selama menjalani proses pembinaan.

**Kata Kunci:** Konseling kelompok; sfbc; subjective well-being; anak, hukum

#### **Abstract:**

This study aims to examine the effectiveness of Solution-Focused Brief Counseling (SFBC) group counseling services in improving subjective well-being among children in conflict with the law. The study employed a quantitative approach using a quasi-experimental pretest-posttest control group design. The

*study subjects consisted of 14 children in conflict with the law, divided into two groups: an experimental group and a control group, each comprising 7 participants. The research instrument utilized a subjective well-being questionnaire covering aspects of life satisfaction, positive affect, and negative affect. Data analysis was conducted using an independent samples t-test following the fulfillment of prerequisite tests, including normality and homogeneity tests. The results of the study indicate that there was an increase in the average subjective well-being score in the experimental group from 53.14 to 72.29, whereas the control group only saw an increase from 52.71 to 56.00. The results of the independent samples t-test showed a significance value of 0.007 ( $< 0.05$ ), indicating a significant difference between the experimental and control groups following the intervention. These findings indicate that SFBC group counseling services are effective in improving subjective well-being among children in conflict with the law. Thus, SFBC group counseling can be used as an alternative intervention in guidance and counseling services to support the improvement of the psychological well-being of children in conflict with the law during the rehabilitation process.*

**Keywords:** group counseling; sfbc; subjective well-being; children; law

## PENDAHULUAN

Kesejahteraan psikologis merupakan indikator penting dalam perkembangan remaja karena berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengevaluasi pengalaman hidupnya secara positif serta membangun harapan terhadap masa depan secara adaptif. *Subjective well-being* sebagai salah satu konstruk utama kesejahteraan psikologis mencerminkan penilaian individu terhadap kepuasan hidup, dominasi emosi positif, serta rendahnya emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari (OECD, 2021). Menurut World Health Organization, penguatan kesejahteraan subjektif pada remaja menjadi bagian penting dalam strategi promotif kesehatan mental global karena berpengaruh terhadap keberhasilan adaptasi sosial dan perkembangan identitas diri (WHO, 2022). Dalam konteks pendidikan dan layanan perkembangan peserta didik, peningkatan *subjective well-being* juga terbukti berhubungan dengan peningkatan resiliensi, motivasi, serta keterlibatan sosial remaja dalam lingkungan belajar (Suldo & Shaffer, 2021).

Dalam kajian psikologi perkembangan, *subjective well-being* dipahami sebagai evaluasi individu terhadap kualitas kehidupannya yang melibatkan komponen kognitif berupa kepuasan hidup serta komponen afektif berupa dominasi emosi positif dibandingkan emosi negatif. Kesejahteraan subjektif menjadi indikator penting dalam menilai keberfungsian psikologis individu karena berkaitan langsung dengan kemampuan regulasi emosi dan adaptasi sosial (Diener & Oishi, 2021). Pada masa remaja, tingkat *subjective well-being* yang baik berkontribusi terhadap pembentukan identitas diri yang sehat serta peningkatan resiliensi dalam menghadapi tekanan lingkungan sosial (Park, 2022). Dalam konteks anak yang berhadapan dengan hukum, penguatan *subjective well-being* menjadi sangat penting karena berperan dalam meningkatkan optimisme terhadap masa depan serta kesiapan mengikuti proses pembinaan secara konstruktif (UNICEF, 2021). Oleh karena itu, intervensi yang secara sistematis diarahkan untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif anak

berhadapan dengan hukum menjadi bagian penting dari layanan bimbingan dan konseling di lingkungan Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA).

Namun demikian, kondisi ideal tersebut belum sepenuhnya tercapai pada kelompok remaja yang berhadapan dengan hukum dan menjalani masa pembinaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). Anak berhadapan dengan hukum LPKA menghadapi berbagai perubahan lingkungan yang signifikan, termasuk keterpisahan dari keluarga, pembatasan aktivitas sosial, serta adanya stigma sosial yang berpotensi memengaruhi persepsi diri dan masa depan mereka. Dalam laporan Kementerian Hukum dan HAM RI ditegaskan bahwa proses pembinaan anak berhadapan dengan hukum tidak hanya berorientasi pada aspek kedisiplinan, tetapi juga pada penguatan perkembangan psikologis sebagai bagian dari reintegrasi sosial (Kementerian Hukum dan HAM RI, 2023). Sejalan dengan itu, penelitian Handayani & Nurhayati (2022) menunjukkan bahwa anak berhadapan dengan hukum rentan mengalami penurunan penerimaan diri dan kepuasan hidup selama masa pembinaan sementara penelitian lain menegaskan bahwa keterbatasan dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang memengaruhi rendahnya kesejahteraan psikologis anak berhadapan dengan hukum di lembaga pembinaan (Amalia, 2023).

Dalam perspektif layanan bimbingan dan konseling perkembangan, penguatan kesejahteraan subjektif anak berhadapan dengan hukum merupakan bagian penting dari proses pembinaan yang berorientasi pada pengembangan potensi individu. UNICEF menekankan bahwa program pembinaan anak yang berhadapan dengan hukum perlu mengintegrasikan pendekatan kesehatan mental berbasis kekuatan individu untuk mendukung keberhasilan reintegrasi sosial (UNICEF, 2021). Pendekatan serupa juga direkomendasikan oleh *United Nations Office on Drugs and Crime* yang menyatakan bahwa intervensi psikososial berbasis dukungan kelompok efektif membantu meningkatkan kesiapan adaptasi sosial remaja binaan. Dalam konteks nasional, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menegaskan pentingnya layanan psikologis yang terstruktur dalam sistem pembinaan anak sebagai bagian dari perlindungan hak tumbuh kembang anak secara optimal (Kementerian PPA, 2022; UNODC, 2021).

Salah satu pendekatan konseling yang relevan digunakan untuk meningkatkan *subjective well-being* remaja adalah *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC). Pendekatan ini berfokus pada kekuatan individu serta pengalaman keberhasilan yang pernah dimiliki konseli sehingga membantu mereka membangun orientasi solusi terhadap permasalahan yang dihadapi (Franklin et al., 2022). Hasil penelitian menjelaskan bahwa SFBC efektif meningkatkan harapan masa depan dan kesejahteraan psikologis remaja karena menekankan perubahan yang realistis dan dapat dicapai dalam waktu relatif singkat (Kim et al., 2021). Bahkan dalam penelitian terbaru, menunjukkan bahwa penerapan SFBC berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis remaja melalui penguatan perspektif positif terhadap diri dan lingkungan sosialnya (Zahro et al., 2025).

Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) merupakan salah satu pendekatan konseling berbasis kekuatan (*strength-based approach*) yang menekankan pada identifikasi potensi, pengalaman keberhasilan, serta harapan masa depan konseli sebagai dasar perubahan perilaku yang adaptif. SFBC efektif digunakan pada remaja karena pendekatan ini berorientasi pada solusi yang realistis dan dapat dicapai dalam waktu relatif singkat (Kim et al., 2021). Penggunaan teknik-teknik khas SFBC seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception finding* terbukti mampu meningkatkan optimisme serta persepsi kontrol diri pada individu yang mengalami tekanan psikologis (Zahro et al., 2025). Dalam konteks konseling kelompok, pendekatan SFBC juga memungkinkan terjadinya proses saling menguatkan antaranggota kelompok melalui pertukaran pengalaman keberhasilan dan strategi solusi yang konstruktif (Gingerich & Peterson, 2021). Dengan karakteristiknya yang berorientasi pada kekuatan individu dan perubahan positif yang

terukur, SFBC dinilai relevan digunakan sebagai intervensi konseling kelompok untuk meningkatkan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di LPKA.

Selain digunakan dalam setting konseling individual, pendekatan SFBC juga efektif diterapkan dalam konseling kelompok karena dinamika kelompok memungkinkan terjadinya proses saling mendukung antaranggota serta penguatan pengalaman keberhasilan secara kolektif. SFBC berbasis kelompok mampu meningkatkan optimisme dan kepercayaan diri remaja melalui eksplorasi solusi secara kolaboratif (Gingerich & Peterson, 2021). Dalam konteks pendidikan, penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok SFBC efektif meningkatkan kemampuan regulasi diri dan keterlibatan sosial peserta didik. Temuan serupa juga dilaporkan yang menunjukkan bahwa pendekatan SFBC dalam konseling kelompok mampu menurunkan perilaku agresif sekaligus meningkatkan kompetensi sosial remaja secara signifikan (Cahyani, 2024; Farhan, 2024).

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan efektivitas konseling kelompok SFBC dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, kajian empiris yang secara khusus menguji peningkatan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di LPKA masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada peningkatan penerimaan diri, dukungan sosial, serta resiliensi anak berhadapan dengan hukum dalam konteks pembinaan. Selain itu, penelitian mengenai SFBC di Indonesia masih didominasi pada konteks sekolah dan mahasiswa sehingga belum banyak memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas pendekatan ini pada populasi anak berhadapan dengan hukum di lembaga pembinaan khusus anak. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang secara khusus menguji efektivitas konseling kelompok SFBC dalam meningkatkan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di LPKA sebagai bagian dari penguatan layanan bimbingan dan konseling berbasis kekuatan (*strength-based counseling*).

Selain itu, pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) telah banyak digunakan dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di sekolah maupun perguruan tinggi, penelitian yang secara spesifik mengkaji efektivitas konseling kelompok SFBC terhadap peningkatan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) masih relatif terbatas. Sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak menekankan pada peningkatan resiliensi, penerimaan diri, serta penyesuaian sosial remaja melalui layanan konseling kelompok tanpa secara khusus mengukur perubahan kesejahteraan subjektif sebagai indikator utama keberhasilan intervensi. Di sisi lain, penelitian mengenai penerapan SFBC dalam setting pendidikan menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif meningkatkan optimisme, harapan masa depan, serta kesejahteraan psikologis peserta didik melalui penguatan perspektif solusi dan pengalaman keberhasilan individu (Franklin, 2022). namun implementasinya pada populasi anak yang berhadapan dengan hukum masih jarang dilaporkan dalam kajian empiris di Indonesia. Bahkan laporan UNICEF (2021) menegaskan bahwa intervensi psikososial berbasis kekuatan individu pada anak berhadapan dengan hukum masih membutuhkan pengembangan model layanan yang kontekstual sesuai karakteristik lingkungan pembinaan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada penerapan konseling kelompok berbasis SFBC sebagai intervensi terstruktur untuk meningkatkan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di LPKA, sekaligus memperluas kajian praktik konseling berbasis solusi dalam setting pembinaan anak yang berhadapan dengan hukum di Indonesia.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam meningkatkan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di LPKA. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan layanan bimbingan dan konseling di lingkungan lembaga pembinaan anak serta memperkuat praktik intervensi konseling kelompok berbasis solusi dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja yang berhadapan dengan hukum.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi eksperimen (*quasi experimental research*) melalui desain *pretest-posttest control group design*. Melalui desain ini, subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan berupa konseling kelompok SFBC dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan selama periode penelitian berlangsung. Desain penelitian *pretest-posttest control group design* dipilih karena memungkinkan peneliti membandingkan perubahan yang terjadi pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol secara lebih objektif sehingga dapat meningkatkan validitas internal penelitian dalam menguji pengaruh intervensi yang diberikan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak berhadapan dengan hukum yang berada pada rentang usia remaja dan masih mengikuti program pembinaan di LPKA serta memenuhi karakteristik yang relevan dengan tujuan penelitian. Sampel penelitian ditentukan berdasarkan kriteria tertentu yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian eksperimen berjumlah 14 anak berhadapan dengan hukum yang dibagi kedalam dua kelompok. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria subjek penelitian meliputi: (1) anak berhadapan dengan hukum yang berada pada kategori usia remaja, (2) bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok, (3) memiliki tingkat *subjective well-being* pada kategori rendah atau sedang berdasarkan hasil pengukuran awal (*pretest*), serta (4) mendapatkan izin dari pihak lembaga untuk mengikuti kegiatan penelitian.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum adalah skala *Subjective Well-Being* yang dikembangkan oleh Diener (1984). Skala ini mencakup tiga aspek utama yaitu *life satisfaction* (kepuasan hidup), *positive affect* (afek positif), dan *negative affect* (afek negatif). Aspek *life satisfaction* digunakan untuk mengukur evaluasi kognitif individu terhadap kualitas kehidupannya secara umum, sedangkan *positive affect* dan *negative affect* digunakan untuk mengukur pengalaman emosional yang dirasakan individu dalam kehidupan sehari-hari. Instrumen *subjective well-being* memiliki koefisien reliabilitas Cronbach's alpha sebesar 0.92. Skala *subjective well-being* terdiri dari 17 pernyataan dengan lima pilihan jawaban, yaitu Sangat tidak setuju (STS) diberi skor 1, Tidak setuju (TS) skor 2, Kurang setuju (KS) skor 3, Setuju (S) skor 4, dan Sangat setuju (SS) diberi skor 5. Selanjutnya, hasil pengukuran digunakan sebagai dasar untuk mengetahui perubahan tingkat *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC).

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis statistik parametrik. Analisis data diawali dengan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data *subjective well-being* berdistribusi normal, sedangkan uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan varians antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai syarat dilakukannya uji statistik parametrik. Setelah uji prasyarat terpenuhi, pengujian hipotesis penelitian dilakukan menggunakan uji *independent sample t-test*. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat *subjective well-being* antara kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan setelah pelaksanaan intervensi (*posttest*). Penggunaan uji *independent sample t-test* dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Kriteria pengambilan keputusan dalam penelitian ini didasarkan pada nilai signifikansi (*sig.*) dengan taraf signifikansi 0,05. Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (*sig.* < 0,05), maka terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program pengolahan data statistic SPSS versi 25.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh melalui pemberian angket kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pelaksanaan layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC). Hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya peningkatan skor *subjective well-being* yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan.

Tabel 1. Deskripsi Skor *Subjective Well-Being* Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok	N	Mean Pre-test	Mean Post-test	Gain Score
Eksperimen	7	53.14	72.29	19.15
Kontrol	7	52.71	56.00	3.29

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa skor rata-rata (*mean subjective well-being*) pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) sebesar 53.14, sedangkan setelah diberikan layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) meningkat menjadi 72.29. Dengan demikian, kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor rata-rata sebesar 19.15. Peningkatan ini menunjukkan adanya perubahan yang cukup besar pada tingkat *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum setelah mengikuti intervensi konseling kelompok SFBC. Secara deskriptif, perubahan skor tersebut mengindikasikan bahwa layanan konseling kelompok berbasis solusi memberikan kontribusi terhadap peningkatan evaluasi positif peserta terhadap kehidupannya selama menjalani proses pembinaan. Sementara itu, kelompok kontrol yang tidak memperoleh perlakuan menunjukkan skor rata-rata *pretest* sebesar 52.71 dan skor rata-rata *posttest* sebesar 56.00, sehingga hanya mengalami peningkatan sebesar 3.29. Peningkatan yang relatif kecil pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa tanpa pemberian intervensi konseling kelompok SFBC, perubahan tingkat *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum tidak terjadi secara signifikan. Perubahan skor yang terjadi pada kelompok kontrol kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lingkungan pembinaan sehari-hari atau proses adaptasi alami selama berada di LPKA, namun peningkatannya tidak sebesar kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan secara sistematis.

Apabila dibandingkan antara kedua kelompok, selisih peningkatan skor (*gain score*) kelompok eksperimen yang mencapai 19.15 jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya sebesar 3.29. Perbedaan peningkatan skor ini menunjukkan bahwa intervensi konseling kelompok SFBC memberikan pengaruh yang lebih kuat terhadap peningkatan *subjective well-being* dibandingkan perubahan yang terjadi secara alami tanpa perlakuan. Secara substantif, peningkatan tersebut mengindikasikan adanya perubahan pada aspek kepuasan hidup, peningkatan pengalaman afek positif, serta penurunan afek negatif peserta setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok.

Tabel 2 Distribusi Kategori *Subjective Well-Being*

Kelompok	Kategori	Pre-test	Post-test
Eksperimen	Rendah	2	0
	Sedang	5	2
	Tinggi	0	5
Kontrol	Rendah	1	1
	Sedang	6	5
	Tinggi	0	1

Berdasarkan Tabel 2 mengenai distribusi kategori *subjective well-being*, terlihat adanya perubahan kategori yang cukup signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC). Pada hasil *pretest*, terdapat 2 peserta berada pada kategori rendah dan 5 peserta berada pada kategori sedang, serta belum terdapat peserta pada kategori tinggi. Setelah pelaksanaan intervensi (*posttest*), tidak terdapat lagi peserta pada kategori rendah, jumlah peserta pada kategori sedang menurun menjadi 2 peserta, dan terjadi peningkatan jumlah peserta pada kategori tinggi menjadi 5 peserta. Perubahan distribusi kategori tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan tingkat *subjective well-being* setelah mengikuti layanan konseling kelompok SFBC.

Sementara itu, pada kelompok kontrol tidak terlihat perubahan kategori yang berarti antara hasil *pretest* dan *posttest*. Pada hasil *pretest*, terdapat 1 peserta pada kategori rendah dan 6 peserta pada kategori sedang, sedangkan pada hasil *posttest* jumlah peserta pada kategori rendah tetap 1 peserta, kategori sedang menjadi 5 peserta, dan hanya 1 peserta yang berpindah ke kategori tinggi. Perubahan yang relatif kecil pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa tanpa pemberian intervensi konseling kelompok SFBC, peningkatan *subjective well-being* tidak terjadi secara optimal.

Tabel 3 Hasil Uji Independent Sample t-test

Kelompok	Mean	t	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Eksperimen	72.29	3.267	0.007	Signifikan
Kontrol	56.00			

Berdasarkan Tabel 3 hasil uji *independent sample t-test*, diperoleh nilai rata-rata (*mean*) *subjective well-being* kelompok eksperimen sebesar 72.29, sedangkan kelompok kontrol sebesar 56.00 setelah pelaksanaan intervensi. Hasil analisis menunjukkan nilai  $t = 3,267$  dengan nilai signifikansi (*Sig. (2-tailed)*) sebesar 0.007. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ( $0,007 < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC). Perbedaan rata-rata skor tersebut menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji statistik ini memperkuat temuan analisis deskriptif sebelumnya yang menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dan perubahan kategori *subjective well-being* pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi konseling kelompok SFBC. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi konseling kelompok berbasis solusi dapat digunakan sebagai salah satu pendekatan efektif dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif anak berhadapan dengan hukum selama menjalani proses pembinaan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) efektif dalam meningkatkan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). Hal ini terlihat dari peningkatan skor rata-rata *subjective well-being* pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol setelah pelaksanaan intervensi. Peningkatan skor tersebut menunjukkan bahwa pendekatan konseling berbasis solusi mampu membantu anak berhadapan dengan hukum mengembangkan evaluasi yang lebih positif terhadap pengalaman hidupnya selama menjalani proses pembinaan. Dalam konteks intervensi psikologis pada remaja yang berhadapan dengan hukum, peningkatan kesejahteraan subjektif merupakan indikator penting keberhasilan layanan rehabilitatif karena berhubungan dengan kesiapan adaptasi sosial dan penguatan fungsi psikologis individu (UNODC, 2022). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa intervensi konseling berbasis kekuatan individu pada populasi remaja rentan efektif meningkatkan persepsi kontrol diri serta orientasi masa depan yang lebih positif (Bannink, 2021), sementara studi meta-analitik intervensi *solution-*

focused menunjukkan kontribusi signifikan pendekatan ini terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis remaja dalam berbagai konteks layanan sosial dan pendidikan [20].

Perubahan kategori subjective well-being dari tingkat sedang menjadi tinggi pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa intervensi konseling kelompok SFBC tidak hanya menghasilkan peningkatan skor secara kuantitatif, tetapi juga memberikan perubahan yang bermakna secara psikologis terhadap kepuasan hidup dan pengalaman emosional anak berhadapan dengan hukum. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan evaluasi kognitif terhadap kualitas kehidupan serta meningkatnya pengalaman emosi positif selama mengikuti proses konseling kelompok. Dalam kajian kesejahteraan psikologis remaja, peningkatan kepuasan hidup merupakan indikator penting keberhasilan intervensi yang berorientasi pada penguatan makna hidup dan harapan masa depan (Proctor et al., 2021). Selain itu, penelitian mengenai kesejahteraan subjektif pada remaja dalam lingkungan pembinaan menunjukkan bahwa dukungan kelompok sebaya berperan signifikan dalam meningkatkan afek positif serta menurunkan tekanan psikologis selama proses rehabilitasi sosial (Van Damme, 2022). Studi lain juga menegaskan bahwa intervensi berbasis kelompok memberikan kontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan emosional melalui proses refleksi pengalaman dan pertukaran strategi adaptasi antaranggota kelompok (Rose & Steen, 2021).

Hasil uji independent sample t-test yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pelaksanaan intervensi memperkuat bahwa layanan konseling kelompok SFBC memberikan pengaruh nyata terhadap peningkatan subjective well-being anak berhadapan dengan hukum. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan SFBC yang menekankan eksplorasi kekuatan individu, pengalaman keberhasilan, serta orientasi solusi masa depan mampu membantu peserta membangun persepsi diri yang lebih positif selama menjalani masa pembinaan. Penelitian mengenai efektivitas pendekatan solution-focused dalam setting kelompok menunjukkan bahwa intervensi berbasis solusi mampu meningkatkan optimisme dan efikasi diri remaja melalui proses refleksi pengalaman keberhasilan yang terstruktur (Cepeda & Davenport, 2021). Hasil serupa juga dilaporkan dalam penelitian intervensi konseling kelompok berbasis solusi pada populasi remaja berisiko yang menunjukkan peningkatan signifikan pada kesejahteraan psikologis dan kemampuan regulasi emosi peserta setelah mengikuti layanan konseling kelompok (Newsome, 2022). Bahkan penelitian longitudinal terbaru menunjukkan bahwa pendekatan SFBC memiliki dampak berkelanjutan terhadap peningkatan kesejahteraan subjektif remaja karena berfokus pada perubahan yang realistis dan dapat dipertahankan dalam kehidupan sehari-hari (Franklin, 2023)

Jika dikaitkan dengan karakteristik pendekatan konseling kelompok, peningkatan subjective well-being yang terjadi pada kelompok eksperimen juga menunjukkan pentingnya dinamika kelompok sebagai faktor pendukung keberhasilan intervensi. Interaksi antaranggota kelompok memungkinkan peserta memperoleh dukungan sosial, memperkuat rasa diterima, serta mengembangkan perspektif baru terhadap permasalahan yang dihadapi selama menjalani masa pembinaan. Penelitian mengenai efektivitas konseling kelompok pada populasi remaja dalam lingkungan pembinaan menunjukkan bahwa dukungan kelompok sebaya berperan penting dalam meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan menghadapi masa depan setelah menyelesaikan masa pembinaan (Abrams et al., 2021). Selain itu, pendekatan kelompok dalam layanan konseling juga terbukti mampu meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses perubahan perilaku melalui pengalaman belajar sosial yang bersifat kolaboratif (Corey, 2022). Studi terbaru lainnya menegaskan bahwa intervensi kelompok berbasis kekuatan individu memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis remaja dalam lingkungan rehabilitatif karena memfasilitasi proses refleksi diri secara lebih mendalam (Carr & Renshaw, 2023).

Dalam konteks pembinaan anak di LPKA, peningkatan subjective well-being yang terjadi pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok SFBC dapat menjadi salah satu bentuk intervensi psikologis yang relevan untuk mendukung keberhasilan proses pembinaan secara komprehensif. Anak berhadapan dengan hukum yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih baik cenderung menunjukkan kesiapan yang lebih tinggi dalam mengikuti program pembinaan serta memiliki orientasi masa depan yang lebih positif setelah menyelesaikan masa pembinaan. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian mengenai intervensi psikososial pada anak yang berhadapan dengan hukum yang menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan subjektif berkontribusi terhadap keberhasilan reintegrasi sosial remaja setelah menjalani proses pembinaan (Mulvey et al., 2022). Selain itu, penelitian terbaru mengenai program rehabilitasi berbasis kekuatan individu juga menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan psikologis merupakan faktor protektif penting dalam mencegah risiko residivisme pada remaja yang berhadapan dengan hukum (Baglivio & Wolff, 2021). Dengan demikian, temuan penelitian ini memperkuat bahwa konseling kelompok SFBC merupakan intervensi yang efektif dan relevan dalam meningkatkan subjective well-being anak berhadapan dengan hukum di LPKA sekaligus memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan layanan bimbingan dan konseling dalam setting pembinaan anak di Indonesia.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) efektif dalam meningkatkan *subjective well-being* anak berhadapan dengan hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA), yang ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor rata-rata *subjective well-being* pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak memperoleh perlakuan, serta perubahan tingkat *subjective well-being* dari kategori sedang menjadi tinggi pada kelompok eksperimen setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok SFBC dan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan hasil uji *independent sample t-test*; temuan ini menunjukkan bahwa konseling kelompok SFBC berkontribusi terhadap peningkatan kepuasan hidup, penguatan afek positif, serta penurunan efek negatif anak berhadapan dengan hukum selama menjalani masa pembinaan di LPKA, sehingga layanan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC dapat direkomendasikan sebagai salah satu alternatif intervensi bimbingan dan konseling dalam mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis anak berhadapan dengan hukum serta kesiapan adaptasi sosial, meskipun penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada jumlah subjek penelitian yang relatif terbatas dan waktu pelaksanaan intervensi yang masih singkat, sehingga penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah peserta yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta pengembangan variabel lain yang relevan guna memperkuat hasil penelitian yang diperoleh.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abrams, L., Mizel, M. L., & Barnert, E. S. (2021). Youth rehabilitation and psychosocial adjustment. *Youth Justice*, 21(2). <https://doi.org/10.1177/1473225421992044>
- Amalia, G. (2023). Dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis anak binaan. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1).
- Baglivio, M. T., & Wolff, K. T. (2021). Protective factors in juvenile justice rehabilitation. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 19(3). <https://doi.org/10.1177/1541204020927735>
- Bannink, F. (2021). *Solution-focused brief therapy handbook*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003045694>

- Carr, A., & Renshaw, T. L. (2023). Strength-based interventions for adolescent well-being. *School Mental Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09523-8>
- Cahyani, A. P. R. (2024). Efektivitas konseling kelompok SFBC terhadap regulasi diri siswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(1).
- Cepeda, L., & Davenport, D. (2021). Solution-focused counseling outcomes in adolescents. *Journal of Counseling Practice*, 12(2).
- Corey, G. (2022). *Theory and practice of group counseling* (10th ed.). Cengage Learning.
- Diener, E., & Oishi, S. (2021). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 5, 124-131. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-00941-6>
- Farhan. (2024). Konseling kelompok SFBC untuk menurunkan perilaku agresif siswa. *Jurnal BK Nusantara*, 6(2).
- Franklin, C., Zhang, A., Froerer, A., & Johnson, S. (2022). Solution-focused brief therapy: A systematic review and meta-summary. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(3), 701-721. <https://doi.org/10.1111/jmft.12545>
- Franklin, C., & Zhang, A. (2023). Longitudinal outcomes of solution-focused counseling. *Journal of Counseling Research*, 70(3).
- Gingerich, W. J., & Peterson, L. T. (2021). Effectiveness of solution-focused brief therapy: A systematic review. *Research on Social Work Practice*, 31(5), 450-463. <https://doi.org/10.1177/1049731521991127>
- Handayani, R., & Nurhayati, S. (2022). Penerimaan diri anak binaan di LPKA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(2).
- Kim, J. S., Kelly, M. S., & Franklin, C. (2021). Solution-focused brief therapy with youth populations. *Children and Youth Services Review*, 121, 105859. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105859>
- Kim, J. S., & Franklin, C. (2023). Effectiveness of solution-focused interventions. *Journal of Counseling & Development*, 101(1), 25-38. <https://doi.org/10.1002/jcad.12433>
- Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia. (2023). Laporan pembinaan anak di LPKA. <https://kemenkumham.go.id>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2022). Profil anak Indonesia. <https://kemenpppa.go.id>
- Mulvey, E. P., Schubert, C. A., & Piquero, A. R. (2022). Juvenile justice rehabilitation outcomes. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 59(4). <https://doi.org/10.1177/00224278211059552>
- Newsome, W. S., Waldo, M., & Gruszka, C. (2022). Group solution-focused counseling for youth at risk. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 8(1). <https://doi.org/10.1080/23727810.2021.1876605>
- OECD. (2020). *How's life? 2020: Measuring well-being*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9870c393-en>
- Park, N. (2022). Subjective well-being and resilience among adolescents. *Journal of Adolescence*, 94, 45-56. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.12.012>
- Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2021). Life satisfaction among adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 22. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00274-3>

- Rose, J., & Steen, S. (2021). Group counseling effectiveness with adolescents. *Professional School Counseling*, 25(1). <https://doi.org/10.1177/2156759X20980602>
- Suldo, S. M., & Shaffer, E. J. (2021). Looking beyond psychopathology: The dual factor model of mental health in youth. *School Psychology Review*, 50(2). <https://doi.org/10.1080/2372966X.2021.1878771>
- UNICEF. (2021). Children in conflict with the law: Global perspectives. <https://www.unicef.org>
- United Nations Office on Drugs and Crime. (2021). Handbook on children in conflict with the law. <https://www.unodc.org>
- United Nations Office on Drugs and Crime. (2022). Youth crime prevention report. <https://www.unodc.org>
- Van Damme, L., Colins, O. F., & Vermeiren, R. (2022). Peer support and adolescent well-being. *Youth & Society*, 54(6). <https://doi.org/10.1177/0044118X20985079>
- World Health Organization. (2022). Adolescent mental health. <https://www.who.int>
- Zahro, A., et al. (2025). Effectiveness of solution-focused counseling on adolescent psychological well-being. *Al-Musyrif Journal*, 3(2).