



**PELAKSANAAN LAYANAN INFORMASI DENGAN PENDEKATAN
SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC) TERHADAP
PEMAHAMAN MENGENAI *ANXIETY DISORDER* PADA
KLIEN DI PT. MINDA BRILLIANT SUKSES
KOTA PEKANBARU**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Strata satu (S1)



UIN SUSKA RIAU

OLEH:

Wahyuni Amelia
NIM. 12240220861

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2026 M/1447 H**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PENGESAHAN UJIAN MUNAQASYAH

Penguji pada Ujian Tugas Akhir/ Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi menyatakan bahwa:

Nama : Wahyuni Amelia
NIM : 12240220861
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Pelaksanaan Layanan Informasi Dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Terhadap Pemahaman Mengenai *Anxiety Disorder* Pada Klien Di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Telah melaksanakan Ujian Tugas Akhir/ Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi pada:

Hari : Selasa
Tanggal : 3 Maret 2026

dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 4 Mei 2026
Tim Penguji

Ketua/ Penguji I,

Drs. H. Suhaimi, M.Ag
NIP. 19620403 199703 1 002

Sekretaris/ Penguji II,

Rosmita, M.Ag
NIP. 19741113 200501 2 005

Penguji III,

Dr. M. Fahli Zatrachadi, S.Sos.I., M.Pd
NIP. 19870421 201903 1 008

Penguji IV,

Reizki Maharani, S.Pd., M.Pd
NIP. 19930522 202012 2 020

Mengetahui
Dekan



Prof. Dr. Masduki., M.Ag
NIP. 19710612 199803 1 003

1. Hak cipta dilindungi Undang-Undang
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
3. Dilarang mengutip hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
4. Dilarang tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
5. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak cipta dilindungi Undang-Undang
UIN Suska Riau
State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau



PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Setelah melakukan bimbingan, arahan, koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap penulis skripsi saudara:

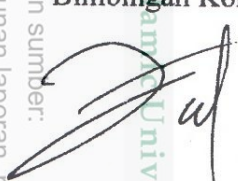
Nama : Wahyuni Amelia
NIM : 12240220861
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Informasi Dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Terhadap Pemahaman Mengenai *Anxiety Disorder* Pada Klien Di PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkapi tugas dan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos).


Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian persetujuan ini kami sampaikan, Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam


Dr. M. Fahli Zatrahadi, M.Pd.
NIP.19870421 201903 1 008

Dosen Pembimbing,


Drs. H. Suhaimi, M.Ag
NIP. 19620403 199703 1 002

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama : Wahyuni Amelia

NIM : 12240220861

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini yang berjudul:
Pelaksanaan Layanan Informasi Dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Terhadap Pemahaman Mengenai *Anxiety Disorder* Pada Klien Di PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru adalah benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan Skripsi dan gelar yang saya peroleh dari Skripsi tersebut.

Pekanbaru, Januari 2026
Yang Membuat Pernyataan,



Wahyuni Amelia
NIM. 12240220861

UIN SUSKA RIAU

1. Hak cipta milik UIN Suska Riau
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
4. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
5. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
6. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
7. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
8. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
9. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
10. Dilarang menggunakan sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Nomor : Nota Dinas

Lampiran : 4 (eksemplar)

Hal : Pengajuan Ujian Skripsi an. **Wahyuni Amelia**

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Suska Riau

Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah mengadakan pemeriksaan atau perubahan seperlunya guna kesempurnaan skripsi ini, maka kami sebagai pembimbing skripsi saudara **Wahyuni Amelia NIM. 12240220861** dengan judul **Pelaksanaan Layanan Informasi Dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Terhadap Pemahaman Mengenai *Anxiety Disorder* Pada Klien Di PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru.** telah dapat diajukan untuk mengikuti ujian munaqasyah guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian Surat Pengajuan ini kami buat, atas perhatian dan kesediaan Bapak diucapkan terima kasih,

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam

Dr. M. Fahli Zatrachadi, M.Pd.
NIP.19870421 201903 1 008

Dosen Pembimbing,

Drs. H. Suhaimi, M.Ag
NIP. 19620403 199703 1 002



ABSTRACT

Name : Wahyuni Amelia
Study Program : Islamic Guidance and Counseling
Title : *Implementation of Information Service Using Solution Focused Brief Counseling Approach Toward Clients Understanding of Anxiety Disorder at PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru*

This study aims to describe the implementation of information services using the Solution Focused Brief Counseling (SFBC) approach to understanding anxiety disorders in clients at PT. Minda Brilliant Sukses in Pekanbaru. The background of this study is the low level of client understanding of anxiety disorders, where many clients experience symptoms of anxiety but do not realize that this condition is an anxiety disorder that needs to be managed. The research used a descriptive qualitative method with data collection techniques through in-depth interviews, observation, and documentation. The informants consisted of one counselor as the key informant and five clients as supporting informants who were selected purposively. The data were analyzed using descriptive narrative techniques and validated through triangulation. The results showed that the implementation of information services using the SFBC approach was carried out in a dialogical and reflective manner, placing clients as active subjects. The scaling question technique was the main instrument that helped clients measure their anxiety levels objectively. This service proved to be effective in increasing clients' understanding of anxiety disorders, including the spectrum of disorders, symptoms, psychophysiological mechanisms, triggering factors, and maladaptive thinking patterns. Clients experienced a change in perspective towards anxiety and mastered management strategies with a positive holistic impact on their quality of life. The SFBC approach, which is empowering and focuses on the strengths of clients, proved to be more effective than the traditional didactic approach to information services.

Keywords: *Information Services, Solution Focused Brief Counseling, Anxiety Disorder, Client Understanding, Islamic Counseling Guidance*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

المخلص

الاسم : واهيوني أميليا
برنامج الدراسة : الإرشاد والتوجيه الإسلامي
العنوان : تنفيذ خدمات المعلومات مع نهج الإرشاد الموجز المركز على الحل (استشارات موجزة تركز على الحلول) لفهم اضطراب القلق لدى العملاء في العلاج الطبيعي.
نجاح
العقول اللامعة بيكانبارو

تهدف هذه الدراسة إلى وصف تطبيق خدمات المعلومات باستخدام نهج الإرشاد الموجز المركز على الحل (استشارات موجزة تركز على الحلول) لفهم اضطراب القلق لدى العملاء في العلاج الطبيعي. العقول اللامعة تخلف مدينة بيكانبارو. تستخدم هذه الدراسة طريقة وصفية نوعية مع تقنيات جمع البيانات من خلال مقابلات معمقة، وملاحظات، وتوثيق. يتكون المخبرون من مستشار واحد كمخبر رئيسي وخمسة عملاء كمخبرين داعمين مختارين عمدا. تم تحليل البيانات باستخدام تقنيات وصفية سردية وتم التحقق منها من خلال التثليث. تظهر نتائج الدراسة أن تنفيذ خدمات المعلومات بنهج استشارات موجزة تركز على الحلول يتم بطريقة حوارية وتأملية من خلال وضع العميل كموضوع نشط (موجه للعميل). يستخدم المستشارون الموارد الداخلية للعميل، بما في ذلك ما يعرفه العميل ويفهمه وما يمكنه القيام به كأساس في عملية الاستشارة. تقنية مقياس الأسئلة هي الأداة الرئيسية التي تساعد العملاء على قياس مستويات القلق بشكل موضوعي على مقياس من 0 إلى 10، حتى يتمكن العملاء من إدراك أن القلق يعتمد على الموقف ويمكن التحكم فيه. لقد ثبت أن هذا النهج فعال في تحسين فهم العميل لاضطراب القلق، والذي يشمل فهم طيف الاضطرابات، والأعراض الجسدية والنفسية، والآليات النفسية الفسيولوجية، والعوامل المحفزة، بالإضافة إلى العقليات غير التكيفية مثل التفكير، والتعميم المفرط، والكمالية. بالإضافة إلى ذلك، يمر العملاء بتغيير كبير في نظرهم تجاه القلق من ما كان يعتبر سابقا علامة ضعف إلى استجابة طبيعية يمكن التحكم بها. يتقن العملاء أيضا استراتيجيات إدارة القلق المعرفية والسلوكية والفسيولوجية والمعتمدة على القيم/الروح، ويبدوون في تطبيقها في الحياة اليومية مع تأثير شامل على جودة الحياة. لقد أثبت نهج استشارات موجزة تركز على الحلول التمكيني وتركيزه على نقاط قوة العملاء أنه أكثر فعالية من خدمات المعلومات التعليمية التقليدية.

الكلمات المفتاحية: خدمات المعلومات، الاستشارة الموجزة التي تركز على الحلول، اضطراب القلق، فهم العميل، إرشاد الإرشاد الإسلامي

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik

UIN Sultan Kasim Riau

Sultanate Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KATA PENGANTAR

Assalamu `alaikum Warohmatullahi Wabarakatuh.

Segala puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi/ penyusunan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi teladan bagi seluruh umat manusia dalam menegakkan kebenaran dan menebarkan kasih sayang.

Skripsi ini berjudul **“Pelaksanaan Layanan Informasi dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap Pemahaman Mengenai *Anxiety Disorder* di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru”** Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi tugas akhir perkuliahan sekaligus sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan dan keterbatasan, baik dalam pengumpulan data maupun dalam penyajian analisis. Namun, dengan segala upaya dan kesungguhan yang telah dilakukan, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat nyata, memperluas pembaca, serta menjadi referensi bagi mahasiswa dan praktisi dalam mengembangkan strategi konseling islam yang efektif dalam berorientasi pada Solusi. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan penghargaan, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Leny Novianti MS, SE, M.Si, Ak, CA, selaku rector Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau tempat penulis menyelesaikan studi.
2. Bapak Prof. H. Raihan, M.Ed., Ph. D selaku Wakil Rektor I. Dr. Alex Wenda, S.T, M.Eng selaku Wakil Rektor II dan Dr. Harris Simaremare, M.T selaku Wakil Rektor III Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Prof. Dr. Masduki, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, beserta Dr. M. Badri, SP., M.Si selaku Wakil Dekan I, Dr. Titi Antin, S.Sos., M.Si selaku Wakil Dekan II dan Dr. Sudianto, S.Sos., M.I.Kom selaku Wakil Dekan III Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
4. Bapak Dr. M. Fahli Zdrahadi, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam, dan Ibu Reizki Maharani, M.Pd., selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam, atas bantuan administrative serta arahan yang diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

5. Bapak Drs. H. Suhaimi, M.Ag., selaku Dosen Pembimbing Skripsi, atas kesabaran dan keikhlasan beliau dalam meluangkan waktu serta memberikan bimbingan yang sangat berarti bagi penulis dan menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam, yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bimbingan yang sangat berharga bagi pengembangan diri penulis.
7. Bapak dan Ibu segenap Staf Akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi, atas bantuan pelayanan administrasi yang memudahkan dalam menyelesaikan berbagai urusan selama masa studi di universitas.
8. Bapak Khairul Anwar, S.Psi., CHt., CT., selaku Direktur PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru, dan Bapak Muhammad Rivai, atas segala bantuan, keramahan, serta ijin yang diberikan kepada penuli untuk melakukan penelitian dan memperoleh data yang diperlukan dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Superhero dan panutanku, Ayahanda tercinta M Sobar, sosok pertama yang menyambut kehadiran penulis kedunia dengan penuh kebahagiaan. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan dan semangat serta selalu mengajarkan kebaikan dalam hidup penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana. Sehat selalu dan Panjang umur karena ayah harus selalu ada setiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
10. Pintu surgaku, Ibunda tercinta Siti Naimah yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi yang luar biasa. Terimakasih untuk doa-doa yang selalu diberikan untuk penulis, terimakasih selalu berjuang untuk penulis, berkat doa serta dukungannya sehingga penulis bisa berada dititik ini. Sehat selalu dan Panjang umur karena ibu harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
11. Adikku tercinta Hanifah, yang selalu menjadi alasan penulis untuk lebih keras lagi dalam berjuang karna dialah orang yang menjadikan penulis untuk kuat dan lebih semangat walaupun melalui celotehannya, tarimakasih sudah menjadi adik dari penulis yang selalu menemani penulis dalam suka dan duka, Railah cita-cita yang selama ini diimpikan dan ingat pada Ayah dan Ibu karena mereka adalah alasan kita melangkah sejauh ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

12. Kepada sahabat seperjuanganku Zepania Dwi Hayumi Br.Parapat, Maudi Nanda Fitri, Nurul Pazila, sejak awal duduk dibangku perkuliahan sampai saat ini, yang selalu Ikhlas dan tulus menjadi sahabat penulis, selalu siap sedia menjadi tempat keluh kesah, memberikan dukungan disaat penulis tidak semangat. Dan banyak lagi hal hebat lainnya manusia baik ini berikan kepada penulis terimakasih.
13. Untuk para pejuang Tolu Marga, Mardiah Pohan, Amanda Amaliyah Siregar, terimakasih sudah menjadi rekan tempur paling setia hingga detik ini. Terimakasih untuk setiap tawa, dukungan, dan keseruan saat bersama tolu marga.
14. Untuk Kakak Reni Hairani dan Kakak Rahma Wansyah Harahap yang selalu hadir menguatkan di masa-masa sulit, serta untuk Kakek, Nenek, Mamak, Etek, Bouk, dan Amangboru.
15. Kepada Amiratin Nasihah, terimakasih sudah banyak membantu dan mendengarkan suka duka dikamar. Senang bisa berjuang diruangan yang selama masa kuliah.
16. Terakhir, terima kasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya, yaitu penulis diriku sendiri, Wahyuni Amelia. Seorang anak pertama yang berjalan memasuki 22 tahun, sangat keras kepala dan yang penuh ambisi, namun sifatnya seperti anak kecil seusianya. Terima kasih telah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi ini sampai selesai. Rayakan kehadiranmu sebagai berkah di mana pun kamu menjejakkan kakidanda semoga Allah selalu meridhai setiap langkahmu serta menjagamu dalam lindungan-Nya. Amiin.

Semoga segala kebaikan, bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan dibalas oleh Allah, aaamiin. Dan semoga skripsi ini bermamfaat bagi banyak orang terutama bagi penulis sendiri.

Pekanbaru, Januari 2026
Salam Hormat,

Wahyuni Amelia
NIM. 12240220861



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
المخلص	iii
KATA PENGANTAR	iiiv
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	iiix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Kajian Terdahulu	5
B. Landasan Teori.....	7
C. Konsep Operasional.....	13
D. Kerangka Pikir	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	16
A. Desain Penelitian	16
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	17
C. Sumber data penelitian.....	18
D. Informan penelitian.....	20
E. Teknik pengumpulan data	21
F. Validasi data.....	23
G. Teknik analisis data	23
H. Jadwal Pelaksanaan	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	26
A. Hasil Penelitian.....	26
B. Pembahasan	34
BAB V PENUTUP	43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....	46

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Rincian Waktu Penelitian.....	18
Tabel 4. 1	Identitas Informan Penelitian.....	26



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	15
-------------------------------------	----



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Observasi.....	51
Lampiran 2	Hasil Observasi	52
Lampiran 3	Pedoman Wawancara Terapis.....	55
Lampiran 4	Pedoman Wawancara	56
Lampiran 5	Hasil Wawancara Konselor	57
Lampiran 6	Hasil Wawancara Klien.....	59
Lampiran 7	Dokumentasi	63
Lampiran 8	Surat Izin Penelitian	64
Lampiran 9	Hasil Cek Plagiarisme	65

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anxiety Disorder atau gangguan kecemasan merupakan salah satu bentuk gangguan psikologis yang ditandai dengan perasaan cemas berlebihan, kekhawatiran yang terus-menerus, serta ketegangan yang tidak sesuai dengan situasi sebenarnya. Kecemasan dikatakan sebagai gangguan ketika intensitasnya sangat tinggi, berlangsung dalam durasi yang lama, dan secara signifikan mengganggu fungsi sosial maupun aktivitas harian seseorang. Gangguan ini dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti *Generalized Anxiety Disorder (GAD)*, *Panic Disorder*, *Social Anxiety Disorder*, hingga *Phobia*. Individu yang mengalami gangguan ini cenderung mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, merasa gelisah, memiliki gangguan tidur, serta pikiran negatif yang berulang. Dalam ranah pendidikan dan pekerjaan maupun dalam proses pengambilan keputusan penting, kondisi ini sering kali muncul dalam bentuk *academic anxiety* atau kecemasan dalam menentukan arah pendidikan dan karier (Edmawati, 2023).

Fenomena tersebut teridentifikasi pada layanan informasi di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru. Berdasarkan pengamatan pada lembaga ini, karakteristik klien umumnya berasal dari berbagai latar belakang usia dan pengalaman, mulai dari pelajar hingga individu dewasa yang tengah menghadapi tekanan psikologis akibat dinamika kehidupan pribadi, akademik, maupun pekerjaan. Meskipun sebagian besar klien tidak menunjukkan gangguan kecemasan klinis, mereka sering kali memperlihatkan gejala kecemasan ringan hingga sedang yang menghambat efektivitas pengambilan keputusan (Rabi'atul Adawiyah Harun Abu Yazid Abu Bakar, 2019). Kondisi ini sering kali diperburuk dengan munculnya rasa ragu dan ketidakpercayaan diri saat harus menentukan pilihan. Dalam situasi demikian, layanan informasi yang hanya bersifat pemberian data atau opsi cenderung kurang efektif karena belum menyentuh aspek psikologis mendalam yang sedang dialami oleh klien.

Oleh karena itu, diperlukan sebuah intervensi yang lebih terarah pada penyelesaian masalah, salah satunya melalui pendekatan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)*. SFBC merupakan model konseling singkat yang dikembangkan oleh Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg pada era 1980-an. Berbeda dengan pendekatan tradisional, SFBC menitikberatkan pada eksplorasi solusi dan kekuatan internal yang dimiliki klien untuk mengatasi



tantangan yang ada, daripada menggali penyebab masalah secara mendalam. Dalam praktiknya, konselor yang menerapkan SFBC berperan aktif membantu klien mengeksplorasi masa depan ideal yang ingin mereka capai, serta menggali keberhasilan-keberhasilan kecil di masa lalu yang bisa dijadikan pijakan (Jong & Berg, n.d.).

Penelitian oleh Wahyudin (2024) menunjukkan bahwa pendekatan SFBC dapat secara signifikan menurunkan kecemasan siswa menjelang ujian (Wahyudin et al., 2024). Meskipun konteksnya berbeda, temuan ini memperlihatkan efektivitas SFBC dalam menangani kecemasan yang bersifat situasional. Hasil serupa juga ditemukan oleh Qurrotu Aini dan Lestari (2023) yang mengungkapkan bahwa penggunaan teknik *scaling question* dalam SFBC mampu meningkatkan motivasi akademik pada siswa korban bullying (Aini & Lestari, 2023).

Studi oleh Harun dan Bakar (2019) juga mendukung bahwa SFBC mampu diterapkan secara efektif untuk individu dengan kecemasan ringan dan sedang. Poin penting dari SFBC adalah membangun relasi yang aman dan positif antara klien dan konselor, di mana komunikasi berjalan secara kolaboratif. Hal ini membuktikan bahwa SFBC tidak hanya teknik konseling, tetapi juga pendekatan pemberdayaan psikologis yang praktis.

Model SFBC yang dikembangkan oleh Ilmi dan Nurjannah (2024) bahkan sudah menyesuaikan pendekatan ini ke dalam layanan pendidikan nonformal di Indonesia (Ilmi & Nurjannah, 2024). Dalam pengembangannya, penerapan SFBC dalam layanan informasi menawarkan bentuk layanan yang lebih dialogis dan reflektif dibandingkan metode konvensional. Melalui pendekatan yang solutif dan singkat, konselor tidak hanya menyajikan data, tetapi juga membantu klien menyelaraskan pilihan mereka dengan kondisi psikologis serta tujuan hidupnya. Hal ini sangat relevan bagi lembaga seperti PT. Minda Brilliant dalam menyediakan layanan yang adaptif terhadap kebutuhan klien saat ini.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan sebelumnya, terlihat bahwa kebutuhan akan layanan informasi yang tidak hanya bersifat instruktif tetapi juga memperhatikan kondisi emosional klien menjadi sangat penting, khususnya di lembaga pengembangan diri seperti PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru. Banyak klien yang datang dengan harapan memperoleh kejelasan arah pendidikan atau karier, namun juga membawa serta perasaan ragu, tekanan batin, dan kecemasan yang sering kali tidak mereka sadari secara utuh. Dalam konteks ini, penerapan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam layanan informasi dipandang relevan karena menempatkan klien sebagai subjek aktif yang memiliki potensi untuk mengatasi tantangannya sendiri. Konselor tidak hanya berperan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

menyampaikan informasi, tetapi juga memfasilitasi proses refleksi dan pemahaman klien terhadap dirinya, termasuk terhadap aspek-aspek psikologis seperti gejala gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti bagaimana pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan SFBC dapat berkontribusi terhadap pemahaman klien mengenai kecemasan yang mereka alami, serta membantu mereka mengambil keputusan secara lebih percaya diri dan terarah. Dengan latar belakang tersebut, maka penelitian ini difokuskan untuk mengkaji secara mendalam **“Pelaksanaan Layanan Informasi dengan Pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) terhadap Pemahaman Mengenai Anxiety Disorder di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru.”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka ditarik rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap pemahaman mengenai *Anxiety Disorder* pada klien di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah menjelaskan bagaimana pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap pemahaman mengenai *Anxiety Disorder* pada klien di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif baik dari sisi pengembangan keilmuan (manfaat teoritis) maupun dalam praktik layanan konseling di lapangan (manfaat praktis). Adapun manfaat tersebut dijabarkan secara lebih rinci berikut ini:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam hal pengembangan metode layanan informasi yang menggunakan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). Meskipun SFBC lebih sering digunakan dalam konteks konseling individual atau kelompok, penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan tersebut juga dapat diadaptasi dalam layanan informasi yang bersifat edukatif. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan menjadi pelengkap dalam khazanah keilmuan mengenai pemahaman gangguan kecemasan dari sudut pandang non-klinis. Artinya,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

gejala kecemasan dapat ditangani bukan hanya melalui terapi medis atau farmakologis, tetapi juga melalui intervensi psikologis berbasis pendekatan solutif yang sederhana dan memberdayakan. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk pengembangan kurikulum dan model layanan konseling Islam yang humanis, reflektif, dan berorientasi solusi.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam berbagai aspek yang berkaitan dengan peningkatan pemahaman klien terhadap gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) melalui pelaksanaan layanan informasi berbasis pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) di klinik hipnoterapi PT. Minda Brilliant Sukses.

- a. Bagi konselor dan tenaga profesional di bidang layanan psikologis, khususnya yang berpraktik di klinik hipnoterapi, hasil dari penelitian ini dapat menjadi acuan dalam menyusun strategi pemberian informasi yang tidak hanya bersifat edukatif, tetapi juga mampu membangkitkan kesadaran dan refleksi klien terhadap kondisi emosional yang mereka alami. Pendekatan SFBC yang digunakan dalam layanan informasi diharapkan dapat memperkuat efektivitas proses konseling, serta mendukung peningkatan kapasitas klien dalam memahami dan mengelola gejala kecemasan secara solutif dan mandiri.
- b. Bagi klien di klinik hipnoterapi PT. Minda Brilliant Sukses, khususnya mereka yang mengalami gejala kecemasan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam membantu mereka mengenali kondisi psikologisnya, memahami penyebab dan dampaknya, serta menemukan cara yang tepat untuk mengelola kecemasan tersebut. Layanan informasi yang dikembangkan secara partisipatif dan berbasis solusi dapat meningkatkan kepercayaan diri klien dalam menghadapi tekanan emosional serta membentuk pola pikir yang lebih adaptif dan sehat.
- c. Bagi klinik hipnoterapi PT. Minda Brilliant Sukses sebagai institusi layanan kesehatan mental alternatif, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun dan mengembangkan program layanan informasi yang lebih terstruktur dan aplikatif. Secara khusus, pendekatan SFBC yang terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman klien dapat dijadikan bagian dari strategi pelayanan klinik untuk memperluas pendekatan intervensi non-medis yang bersifat edukatif dan memberdayakan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Terdahulu

Kajian terdahulu menjadi dasar ilmiah untuk menghubungkan penelitian ini dengan temuan sebelumnya, serta memperkuat orisinalitas topik yang diangkat. Melalui kajian ini, peneliti dapat menelusuri karya-karya ilmiah yang memiliki relevansi atau keterkaitan dengan topik yang diangkat. Tujuan dari bagian ini tidak hanya untuk menghindari kemiripan isi atau plagiarisme, tetapi juga untuk menegaskan posisi penelitian saat ini dalam konteks keilmuan yang lebih luas. Oleh karena itu, peneliti menyajikan beberapa temuan dari studi-studi terdahulu yang berkaitan langsung dengan fokus penelitian terdahulu sebagai berikut:

1. Penelitian dilakukan oleh Herul Wahyudin (2024) berjudul “*Solution-Focused Brief Counseling: An Effective Strategy for Reducing Anxiety During School Exams*” dan diterbitkan dalam Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam membantu peserta didik menurunkan tingkat kecemasan ketika menghadapi ujian sekolah.

Dalam pelaksanaannya, pendekatan SFBC digunakan melalui teknik seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception question*. Teknik-teknik tersebut membantu peserta didik memahami sumber kecemasan yang mereka alami, mengenali kemampuan yang mereka miliki, serta menemukan langkah-langkah solusi yang dapat dilakukan secara mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan SFBC mampu menurunkan kecemasan peserta didik secara signifikan. Selain itu, peserta didik juga mengalami peningkatan dalam kemampuan mengelola pikiran negatif dan lebih yakin terhadap kesiapan diri mereka dalam menghadapi ujian.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Herul Wahyudin terletak pada fokus dan konteksnya. Penelitian Wahyudin berfokus pada penurunan kecemasan, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mengenai *anxiety disorder* melalui layanan informasi berbasis SFBC. Penelitian Wahyudin dilaksanakan pada peserta didik di lingkungan sekolah formal, sedangkan penelitian ini dilakukan pada klien remaja akhir hingga dewasa muda di PT. Minda Brilliant Sukses yang merupakan lembaga pengembangan diri non-formal. Perbedaan ini menegaskan bahwa



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- penelitian ini memiliki kekhasan tersendiri, terutama dalam cara layanan informasi diterapkan untuk meningkatkan pemahaman klien mengenai gangguan kecemasan (Wahyudin et al., 2024)
2. Penelitian dilakukan oleh Ilmi dan Nurjannah (2024) berjudul “Pengembangan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC)” yang diterbitkan dalam Jurnal Ristekdik. Penelitian ini berfokus pada pengembangan kerangka teori, prosedur, serta prinsip penerapan SFBC agar dapat menyesuaikan dengan karakter budaya masyarakat Indonesia yang cenderung religious. Dalam penelitian ini, SFBC dikombinasikan dengan unsur nilai spiritual berupa konsep tafakur, yang diyakini dapat membantu klien lebih mudah merenungi masalah dan menentukan jalan keluar secara mandiri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa SFBC yang dikombinasikan dengan pendekatan nilai spiritual mampu memberikan rasa nyaman kepada klien, sehingga proses konseling menjadi lebih efektif. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada fokus dan bentuk kajiannya. Ilmi dan Nurjannah mengembangkan konsep dan teori SFBC tanpa melakukan uji praktik pada setting nyata, sedangkan penelitian ini lebih aplikatif karena menerapkan layanan informasi berbasis SFBC secara langsung pada klien lembaga pengembangan diri, dengan tujuan meningkatkan pemahaman klien terkait gangguan kecemasan. (Ilmi and Nurjannah 2024).
 3. Penelitian oleh Mulawarman, Ph.D. (2021) berjudul “SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) Konseling berfokus pada Solusi konsep, riset, dan Prosedur” mulai dari landasan filosofi, prinsip dasar, hingga prosedur pelaksanaan tahap demi tahap. Buku ini menjelaskan bahwa dalam SFBC, konselor berfokus pada solusi dan kekuatan klien, bukan hanya mendalami masalah yang dihadapi. Hal ini bertujuan agar klien dapat menemukan strategi penyelesaian yang praktis dan terjangkau secara emosional dalam waktu yang relatif singkat. Buku Mulawarman juga memuat studi kasus nyata dan contoh dialog konseling, sehingga sangat membantu praktisi memahami cara kerja SFBC secara aplikatif. Perbedaan dengan penelitian ini adalah bahwa buku Mulawarman bersifat sebagai acuan teoretis umum, sedangkan penelitian ini berfokus pada penerapan praktis SFBC melalui layanan informasi di lembaga non-formal PT. Minda Brilliant Sukses. Tujuannya adalah untuk membantu klien memahami informasi mengenai gangguan kecemasan secara mendalam dan mengelola gejala kecemasan melalui pendekatan SFBC (Mulawarman 2019).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian ini memiliki pendekatan yang berbeda karena berfokus pada peningkatan pemahaman klien mengenai *anxiety disorder* melalui layanan informasi berbasis *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). Penelitian terdahulu cenderung menitikberatkan pada intervensi yang bertujuan menurunkan tingkat kecemasan melalui konseling tatap muka, konseling kelompok, atau strategi coping tertentu. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini tidak hanya menyoroti aspek terapeutik, tetapi juga memberikan informasi terstruktur yang dikaitkan dengan prinsip-prinsip SFBC sebagai upaya untuk memperluas wawasan klien tentang kecemasan yang dialami.

Pendekatan berbeda ini muncul karena penggunaan SFBC dalam penelitian ini tidak diposisikan sebagai konseling dialogis, melainkan sebagai kerangka penyampaian informasi yang menekankan kekuatan diri, orientasi solusi, dan persepsi positif terhadap perubahan. Model layanan informasi dengan penguatan prinsip SFBC seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception question* belum banyak digunakan dalam konteks lembaga non-formal. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kontribusi yang berbeda dari penelitian sebelumnya, baik dari sisi metode layanan, tujuan penelitian, maupun konteks pelaksanaannya, yaitu di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru.

B. Landasan Teori

Landasan teori merupakan dasar konseptual yang memberikan pijakan ilmiah bagi peneliti dalam memahami, mengkaji, dan menjelaskan fenomena yang diteliti. Melalui landasan teori, peneliti dapat menyusun kerangka berpikir yang sistematis dan terarah, berdasarkan teori-teori atau hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan. Dengan demikian, penelitian yang dilakukan tidak terlepas dari konteks ilmiah yang telah dibangun sebelumnya dan mampu menghindari terjadinya pengulangan atau duplikasi yang tidak perlu. Pada penelitian ini, landasan teori disusun untuk membahas tiga komponen utama, yaitu layanan informasi, pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), dan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) sebagai objek pemahaman klien.

1. Layanan Informasi

Layanan informasi adalah salah satu bentuk kegiatan konseling yang bertujuan untuk memberikan berbagai wawasan yang diperlukan individu dalam mengambil keputusan dan memahami permasalahan yang dihadapi. Secara teoretis, layanan ini termasuk dalam layanan dasar dalam sistem bimbingan dan konseling komprehensif yang bersifat preventif dan developmental. Dalam perspektif bimbingan dan konseling perkembangan, layanan informasi dipandang sebagai upaya sistematis untuk



meningkatkan pemahaman diri (*self-understanding*) dan pemahaman lingkungan (*environmental awareness*) agar individu mampu mengambil keputusan secara rasional dan bertanggung jawab.

Dalam praktik bimbingan konseling, layanan ini dijalankan secara sistematis melalui kegiatan penyampaian materi, baik secara langsung seperti ceramah dan diskusi kelompok, maupun secara tidak langsung melalui media informasi visual dan digital. Pelaksanaan yang sistematis tersebut menunjukkan bahwa layanan informasi bukan sekadar penyampaian materi, melainkan bagian dari strategi intervensi awal yang bertujuan membentuk literasi psikologis klien terhadap isu tertentu, termasuk permasalahan kesehatan mental.

Dalam konteks Islam, layanan informasi sangat menekankan nilai edukatif dan spiritual. Informasi yang disampaikan bukan hanya tentang masalah akademik atau sosial, namun juga menyentuh aspek keyakinan, moralitas, dan sikap hidup Islami. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Islam yang memposisikan manusia sebagai makhluk yang memiliki dimensi akal dan ruhani, sehingga proses pemberian informasi idealnya mengintegrasikan aspek rasional dan nilai keimanan. Pemberian informasi yang seimbang antara konten rasional dan nilai-nilai spiritual merupakan pendekatan yang ideal, karena individu tidak hanya diarahkan pada pemahaman masalah tetapi juga memiliki landasan iman dalam meresponnya. Rasmi (2024) menunjukkan bahwa ketika layanan informasi dikombinasikan dengan pendekatan SFBC, efektivitasnya meningkat dalam mengatasi ketidaktahuan klien tentang gangguan kecemasan. Hasil penelitiannya membuktikan adanya peningkatan pemahaman siswa setelah menerima layanan informasi berbasis SFBC dalam tiga siklus (Ummah, 2019). Temuan ini memperkuat posisi layanan informasi sebagai tahap preventif yang strategis sebelum intervensi konseling lanjutan diberikan. Pengembangan layanan ini harus mempertimbangkan latar belakang budaya, agama, dan usia penerima layanan. Untuk itu, pendekatan yang digunakan oleh konselor dalam menyampaikan informasi harus fleksibel dan disesuaikan dengan kondisi psikologis audiens. Penyesuaian selaras dengan prinsip individual dalam bimbingan dan konseling, yang menegaskan bahwa setiap individu memiliki karakteristik unik sehingga membutuhkan pendekatan yang kontekstual. Tujuan utama dari layanan ini adalah untuk mencegah munculnya masalah psikologis yang lebih berat, serta meningkatkan kesadaran individu terhadap pentingnya memahami peristiwa atau situasi yang mereka alami dengan kacamata positif.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Solution Focused Brief Counseling (SFBC)

Solution Focused Brief Counseling merupakan pendekatan konseling yang bertumpu pada gagasan bahwa setiap individu memiliki potensi untuk mengatasi persoalan yang mereka hadapi. Pendekatan ini dikembangkan oleh Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg yang menekankan bahwa perubahan dapat dibangun melalui eksplorasi solusi, bukan melalui analisis mendalam terhadap masalah. SFBC mengarahkan klien agar memfokuskan perhatian pada solusi, bukan pada penyebab atau asal-usul masalah. Dalam pendekatan ini, konselor berperan sebagai fasilitator perubahan yang membantu klien mengenali kekuatan dan pengalaman keberhasilan sebelumnya sebagai modal untuk membentuk solusi baru. Secara teoretis, SFBC berlandaskan pada asumsi bahwa perubahan adalah sesuatu yang klien memiliki sumber daya internal untuk berubah, dan perubahan kecil yang realistis dapat menghasilkan dampak yang signifikan. Pendekatan ini relevan digunakan untuk konseling singkat karena tidak menuntut eksplorasi masalah secara mendalam, namun tetap mempertahankan efektivitas dalam menghasilkan perubahan perilaku. Menurut Nafi'a dan Gumiandari (2024), SFBC sangat tepat diterapkan dalam bimbingan berbasis karakter, karena sejalan dengan nilai-nilai seperti optimisme, harapan, dan tanggung jawab. Pendekatan ini memperkuat kemampuan individu untuk keluar dari masalah dengan bantuan pemikiran solutif yang berbasis kekuatan diri (Ussolikhah et al., 2024). Teknik-teknik seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception question* menjadi instrumen penting dalam membantu klien membangun gambaran masa depan yang diharapkan serta mengidentifikasi keberhasilan kecil yang pernah dicapai.

Dalam konteks Islam, pendekatan ini dapat diselaraskan dengan prinsip bahwa Allah memberikan potensi dan akal pada manusia untuk menjadi problem solver dalam kehidupannya. Sikap husnudzon, optimisme, serta ikhtiar menjadi semangat utama yang ditekankan dalam Islam, sejalan dengan prinsip SFBC yang mendorong klien untuk selalu melihat kemungkinan positif dalam setiap situasi sulit. Klien diajak untuk membangun narasi kehidupan baru yang lebih sehat, dengan berpegang pada pengalaman yang telah membuktikan keberhasilan kecil sebelumnya.

3. Anxiety Disorder

Anxiety disorder atau gangguan kecemasan merupakan salah satu bentuk gangguan mental yang sering dialami individu sebagai respon terhadap tekanan hidup yang berlebihan. Kecemasan ini tidak bersifat situasional, melainkan berlangsung secara persistem dan mengganggu fungsi keseharian. Gejala gangguan kecemasan mencakup gangguan tidur,



kesulitan berkonsentrasi, kegelisahan ekstrem, serta keluhan somatik yang tidak dapat dijelaskan secara medis. Dalam bimbingan konseling, gangguan ini menjadi perhatian utama karena dapat berdampak serius terhadap keberfungsian akademik, sosial, dan emosional seseorang. Secara konseptual, gangguan kecemasan dalam kajian psikologi klinis dikategorikan sebagai gangguan internalisasi yang ditandai oleh dominasi rasa takut dan kekhawatiran berlebihan yang berlangsung terus menerus. Dalam sistem klasifikasi diagnostik modern seperti *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*, *anxiety disorder* mencakup beberapa bentuk seperti *generalized anxiety disorder*, *panic disorder*, dan *social anxiety disorder* yang masing-masing memiliki karakteristik spesifik namun sama-sama berakar pada pola pikir irasional dan *hipersensitivitas* terhadap ancaman. Dari perspektif teori kognitif, kecemasan dipahami sebagai hasil dari distorsi kognitif dan kecenderungan individu dalam menginterpretasikan situasi secara negatif serta melebih-lebihkan kemungkinan bahaya. Oleh karena itu, intervensi konseling tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala emosional, tetapi juga pada restrukturisasi pola pikir dan penguatan respons adaptif individu. Dalam kajian Islam, ketenangan jiwa dipandang sebagai kunci dalam mengatasi kecemasan. Al-Qur'an dan Hadis banyak memberikan pedoman spiritual yang bisa menjadi sumber ketenangan batin. Konselor dalam pendekatan Islam berupaya untuk membantu klien menemukan kembali ketenangan melalui pendekatan ruhaniyah seperti pembacaan ayat suci, dzikir, serta pendekatan religius yang memperkuat keyakinan akan takdir dan kasih sayang Allah. Dengan demikian, pemahaman terhadap *anxiety disorder* perlu dilengkapi dengan pendekatan psikologis dan spiritual secara bersamaan. Penelitian oleh Riskiyeh (2020) menunjukkan bahwa bentuk konseling sistematis, baik behavioral maupun solusi singkat seperti SFBC, dapat mereduksi kecemasan pada siswa yang mengalami tekanan saat memilih jurusan (Dunn et al., 2011).

4. Keterkaitan Konsep

Hubungan antara layanan informasi, pendekatan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)*, dan topik *anxiety disorder* merupakan hubungan yang saling memperkuat dalam proses intervensi konseling. Ketika seorang klien mengalami kecemasan, maka langkah pertama yang perlu dilakukan adalah memberikan pemahaman menyeluruh mengenai kondisi tersebut. Dalam hal ini, layanan informasi berperan sebagai pintu awal yang menyampaikan edukasi kepada klien agar mereka memahami penyebab, gejala, serta dampak dari gangguan kecemasan yang mereka alami (Ussolikhah et al., 2024). Setelah klien memahami kondisi tersebut,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pendekatan SFBC diterapkan untuk mengarahkan mereka dalam menemukan solusi praktis dan realistis berdasarkan kekuatan dan keberhasilan masa lalu yang dimilikinya (Fadhli & Aldina, 2021).

Secara teoretis, layanan informasi dalam sistem bimbingan dan konseling komprehensif memiliki fungsi preventif dan developmental, yaitu membantu individu memperoleh literasi psikologis sebelum permasalahan berkembang menjadi gangguan yang lebih kompleks. Sementara itu, pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) berperan sebagai strategi intervensi perubahan yang berorientasi pada solusi dengan menekankan penguatan sumber daya internal klien. Integrasi keduanya membentuk model intervensi bertahap, di mana layanan informasi berfungsi sebagai psikoedukasi awal, sedangkan SFBC menjadi mekanisme transformasi kognitif dan perilaku yang mendorong perubahan adaptif secara berkelanjutan. Dengan demikian, reduksi kecemasan tidak hanya terjadi pada tataran pemahaman, tetapi juga pada perubahan pola pikir dan respons emosional individu.

Pendekatan ini menjadi semakin relevan apabila dikaitkan dengan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran Islam. Dalam perspektif Islam, proses konseling tidak hanya berfungsi untuk mengatasi permasalahan psikologis, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter, penguatan spiritualitas, serta peningkatan kesadaran diri individu. Salah satu teknik dalam pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), yakni *scaling question*, membantu klien mengenali sejauh mana perkembangan dan kemampuan dirinya dalam menghadapi permasalahan yang dialami. Konsep ini sejalan dengan ajaran Islam tentang pentingnya evaluasi diri (*muhasabah*), harapan (*raja'*), dan ketawakkalan kepada Allah SWT. Nilai-nilai tersebut memiliki landasan yang kuat dalam firman Allah SWT pada Q.S. Ar-Ra'd (13): 11 yang berbunyi:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Terjemahannya:

“Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang menjaga secara bergiliran, di depan dan di belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya; dan tidak ada bagi mereka pelindung selain Dia.”



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ayat tersebut menegaskan bahwa perubahan dalam diri seseorang tidak akan terwujud tanpa adanya kesadaran dan usaha aktif dari individu untuk memperbaiki kondisi batin serta perilakunya. Prinsip ini sejalan dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) yang menempatkan individu sebagai agen utama dalam proses perubahan melalui pengenalan dan pemanfaatan potensi yang dimilikinya. Dalam konteks penelitian ini, nilai-nilai yang terkandung dalam ayat tersebut juga tercermin dalam penerapan teknik *scaling question*, di mana klien diajak menilai sejauh mana kemajuan yang telah dicapai dan bagaimana mereka dapat terus mengembangkan kekuatan diri untuk mengatasi kecemasan. Dengan demikian, ayat ini menjadi dasar religius yang memperkuat penerapan layanan informasi berbasis SFBC dalam membantu klien memahami dan mengelola *anxiety disorder* di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru (Sariyati & Marbun, 2025).

Layanan ini bukan hanya relevan untuk peserta didik di sekolah, tetapi juga sangat bermanfaat bagi klien dewasa di lingkungan kerja atau masyarakat umum. Dalam lingkungan korporasi yang menuntut ketahanan emosional dan kemampuan adaptif tinggi, pemahaman mengenai kondisi psikologis seperti kecemasan menjadi bekal penting. Layanan informasi di tahap awal dapat membuka wawasan klien agar mereka tidak salah menilai kondisi diri, dan secara bertahap mau menerima konseling lanjutan. Secara teknis, konselor dapat menyampaikan materi melalui media interaktif dan kemudian membangun relasi konseling yang lebih dalam (Ussolikhah et al., 2024).

Selain itu, pendekatan SFBC juga sangat fleksibel dan bisa diterapkan dalam berbagai setting seperti dunia pendidikan, organisasi, bahkan dakwah. Prinsip utama SFBC yang menekankan pada kekuatan, harapan, dan keberhasilan kecil yang dimiliki klien sangat sejalan dengan nilai-nilai Islam tentang optimisme, kesabaran, dan cita-cita hidup. Banyak hadis Nabi SAW yang menyarankan agar umat Islam memiliki target hidup yang tinggi dan semangat perubahan, misalnya: *“Barangsiapa yang hari ini lebih baik dari hari kemarin, maka ia termasuk orang yang beruntung.”* Dalam konteks konseling, konselor bisa menggabungkan pertanyaan reflektif SFBC dengan nilai-nilai spiritual seperti muhasabah dan tazkiyatun nafs agar proses intervensi menjadi lebih bermakna (Sariyati & Marbun, 2025).

Pemahaman terhadap gangguan kecemasan juga harus holistik. Kecemasan tidak hanya disebabkan oleh faktor psikologis semata, tetapi bisa muncul karena tekanan sosial, masalah ekonomi, atau konflik keluarga. Oleh karena itu, pendekatan bimbingan dan konseling harus



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyentuh berbagai aspek kehidupan klien, termasuk aspek sosial, spiritual, dan kultural. Konselor yang memiliki wawasan multidisipliner akan lebih mampu mengidentifikasi akar permasalahan klien dan mengarahkan intervensi yang tepat sasaran (Fadhli & Aldina, 2021). Dukungan dari keluarga dan lingkungan kerja juga sangat berpengaruh dalam proses pemulihan.

Dalam proses pengintegrasian layanan informasi dan SFBC, konselor dituntut untuk peka terhadap nilai-nilai yang dianut klien serta kondisi sosial tempat klien berada. Pendekatan yang tepat akan membentuk kesadaran klien secara bertahap dan mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan. Evaluasi berkala juga perlu dilakukan untuk mengukur efektivitas layanan dan mengetahui sejauh mana perubahan positif telah terjadi. Dengan pendekatan yang tepat, layanan informasi dapat menjadi fondasi edukatif, SFBC sebagai metode transformasi psikologis, dan pemahaman terhadap kecemasan sebagai tujuan utama dari keseluruhan proses konseling (Ussolikhah et al., 2024).

C. Konsep Operasional

Konsep operasional merupakan suatu bentuk pendefinisian terhadap konsep-konsep abstrak yang terdapat dalam penelitian agar dapat diamati secara konkret dan sistematis. Tujuan dari penyusunan konsep operasional ini adalah untuk menjabarkan secara jelas bagaimana setiap variabel atau fokus dalam penelitian dapat diterapkan dalam konteks empiris di lapangan. Dengan konsep operasional, peneliti dapat menyusun indikator, instrumen, serta strategi pengumpulan data yang tepat sasaran sesuai dengan kebutuhan penelitian. Maka dari itu, dalam penelitian ini, terdapat tiga konsep utama yang didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

1. Layanan Informasi

Layanan informasi merupakan bentuk layanan dalam bimbingan konseling yang bertujuan memberikan informasi secara sistematis kepada klien mengenai isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan mental, termasuk gangguan kecemasan. Dalam penelitian ini, layanan informasi dilaksanakan oleh konselor kepada klien dewasa melalui pendekatan klasikal menggunakan media visual, tanya-jawab, dan penyampaian materi interaktif. Tujuan dari layanan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman klien mengenai gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) dan memberikan bekal pengetahuan agar klien mampu mengenali gejala, penyebab, serta cara mengatasinya secara mandiri maupun dengan bantuan profesional.

2. *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC)



Solution Focused Brief Counseling adalah pendekatan konseling singkat yang berfokus pada pencarian solusi, kekuatan diri, dan pengalaman keberhasilan masa lalu klien. Dalam penelitian ini, pendekatan SFBC digunakan dalam pelaksanaan layanan informasi sebagai metode penyampaian dan intervensi. SFBC menitikberatkan pada teknik pertanyaan seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception question* untuk membantu klien membangun perspektif positif terhadap dirinya dan mengidentifikasi langkah konkret menuju penyelesaian masalah. SFBC diterapkan oleh konselor dalam sesi layanan agar klien tidak hanya memahami informasi, tetapi juga mampu mengembangkan pola pikir solutif dalam menghadapi kecemasan.

3. Pemahaman tentang *Anxiety Disorder*

Anxiety disorder menunjukkan kemampuan klien dalam mengenali dan memahami gangguan kecemasan yang dialaminya, mencakup pengetahuan mengenai pengertian *anxiety disorder*, perbedaan antara kecemasan normal dan gangguan kecemasan, faktor penyebab, serta gejala yang muncul. Pemahaman ini tidak hanya tercermin pada aspek kognitif berupa penguasaan konsep, tetapi juga pada aspek afektif dan perilaku, seperti perubahan sikap terhadap kecemasan, meningkatnya penerimaan diri, serta kemampuan klien dalam merespon dan mengelola kecemasan secara lebih adaptif dalam kehidupan sehari-hari setelah mengikuti layanan informasi dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC).

D. Kerangka Pikir

Kerangka pemikiran adalah dasar konseptual yang disusun berdasarkan fakta empiris, observasi, serta kajian teori yang relevan dengan topik penelitian. Dalam kerangka ini, dijelaskan hubungan antara variabel yang diteliti secara sistematis agar dapat dijadikan sebagai landasan dalam menjawab rumusan masalah penelitian. Kerangka pemikiran berfungsi untuk menjelaskan arah berpikir peneliti serta menunjukkan bagaimana proses intervensi dapat mempengaruhi variabel yang diteliti.

Menurut Sugiyono, kerangka pemikiran merupakan model konseptual yang menghubungkan teori dengan variabel-variabel penelitian melalui penjelasan rasional dan ilmiah. Teori tersebut berasal dari hasil telaah kepustakaan, fakta lapangan, serta pengalaman praktis yang menunjang keakuratan argumen penelitian. Oleh karena itu, kerangka pemikiran membantu memperjelas arah penelitian serta menjabarkan keterkaitan antar komponen yang menjadi fokus utama (Ummah, 2019).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

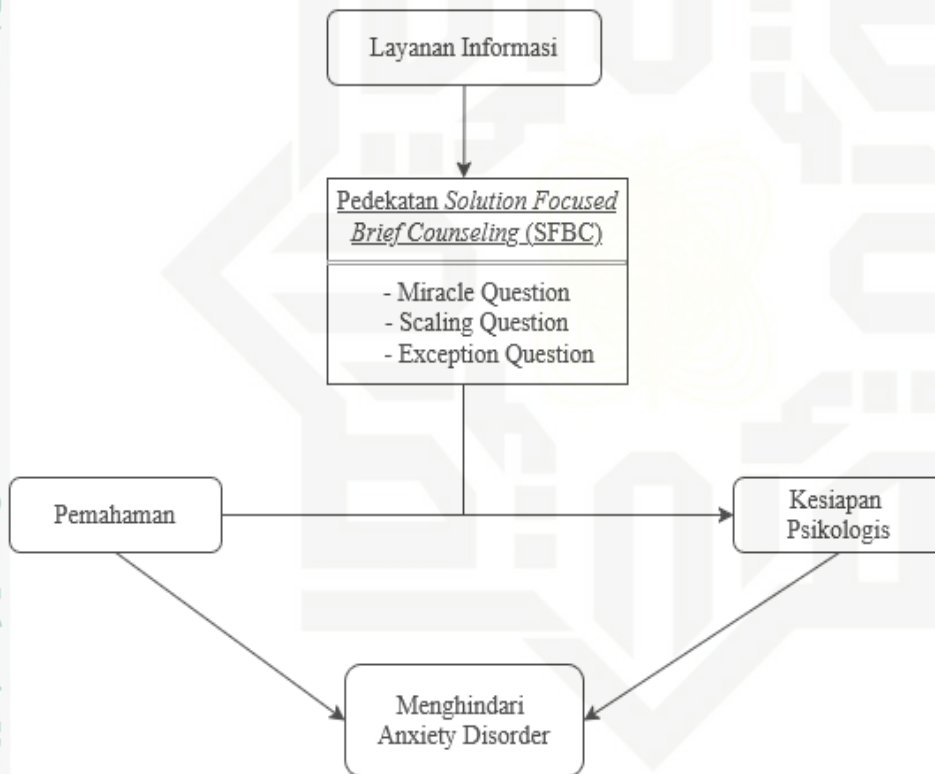
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam penelitian ini, klien dewasa di lingkungan kerja PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru mengalami tingkat kecemasan tertentu yang memerlukan pemahaman psikologis dan edukatif. Untuk itu, layanan informasi diberikan sebagai bentuk intervensi awal guna meningkatkan pemahaman mereka terhadap gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Namun, agar informasi tidak hanya bersifat pasif, digunakan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) yang mampu menggali potensi solusi dari dalam diri klien (Ummah, 2019).

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam mengenai makna subjektif dari fenomena psikologis yang dialami individu dalam konteks kehidupan nyata. Pendekatan ini dipilih karena selaras dengan tujuan penelitian, yakni untuk mengeksplorasi bagaimana pelaksanaan layanan informasi berbasis *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dapat membantu meningkatkan pemahaman klien terhadap *anxiety disorder* yang mereka alami dalam lingkungan. Pendekatan kualitatif deskriptif berfokus pada penggambaran realitas sosial yang kompleks melalui pemahaman mendalam terhadap pengalaman pribadi dan subjektif dari partisipan. Pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik, dengan menekankan makna yang tersembunyi di balik tindakan atau interaksi yang tampak, dan dilakukan dalam kondisi yang wajar atau natural (Sugiyono, 2017). Penelitian kualitatif bersifat deskriptif dan menempatkan peneliti sebagai instrumen utama yang mengumpulkan, menganalisis, dan menafsirkan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Oleh karena itu, pendekatan ini sangat relevan untuk menelaah fenomena psikologis yang tidak bisa diukur secara kuantitatif, seperti pemaknaan individu terhadap kecemasan yang dialami.

Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Moleong, yang menyatakan bahwa pendekatan kualitatif bertujuan untuk memahami makna dari perilaku, pengalaman, atau interaksi sosial secara menyeluruh. Peneliti dalam pendekatan ini berperan aktif dalam menginterpretasikan data lapangan dan merekonstruksi realitas berdasarkan pandangan subjek penelitian (Moleong, 2017).

Menurut Creswell bahwa pendekatan kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang dihubungkan oleh individu terhadap suatu masalah sosial atau manusiawi. Pendekatan ini tidak hanya menggambarkan *apa* yang terjadi, tetapi juga menjelaskan *mengapa* dan *bagaimana* fenomena tersebut dimaknai oleh individu. Oleh karena itu, penelitian kualitatif sangat cocok digunakan untuk mengkaji pengalaman psikologis dalam konseling, terutama yang berkaitan dengan dinamika kecemasan dan penyelesaian masalah melalui pendekatan seperti SFBC. (Creswell, 2014) Penelitian ini juga menggunakan model deskriptif, yang bertujuan menggambarkan fenomena secara sistematis, faktual, dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

akurat. Dalam hal ini, deskripsi mencakup seluruh proses pelaksanaan layanan informasi SFBC yang diberikan kepada klien, mulai dari tahap identifikasi masalah, pelaksanaan intervensi, hingga pemaknaan klien terhadap perubahan yang dialami. Model ini memungkinkan peneliti menyusun laporan dalam bentuk naratif berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, guna mendapatkan pemahaman utuh terhadap perubahan persepsi dan pemahaman klien mengenai gangguan kecemasan yang dialaminya.

Berdasarkan penelitian terbaru dalam bidang psikologi dan konseling, pendekatan deskriptif kualitatif sangat efektif untuk memahami respons emosional dan kognitif partisipan dalam proses konseling. Seperti disampaikan oleh Khairunnisa dan Surawan dalam jurnal JIMU, pendekatan ini mampu mengungkap dinamika psikologis klien, termasuk pola pikir, respon terhadap strategi intervensi, serta proses refleksi internal yang muncul selama sesi konseling. Mereka juga menekankan bahwa model ini memberikan ruang yang lebih luas untuk mengeksplorasi dimensi spiritual dan sosial yang seringkali menjadi bagian penting dari identitas klien (Islam & Palangka, 2025).

Penelitian Agustin dalam Jurnal Liberosis menjelaskan bahwa dalam konseling Islami, pendekatan kualitatif memungkinkan konselor untuk memahami nilai-nilai religius yang dianut klien, seperti konsep takdir, kesabaran, dan keikhlasan, yang sering kali berperan penting dalam pemaknaan terhadap gangguan psikologis. Oleh karena itu, desain penelitian ini tidak hanya mempertimbangkan aspek psikologis, tetapi juga menempatkan aspek spiritual sebagai bagian integral dari proses konseling dan pemulihan. dengan pendekatan kualitatif deskriptif, peneliti dapat menangkap secara utuh pengalaman klien dalam menghadapi kecemasan, menafsirkan proses konseling berdasarkan perspektif mereka sendiri, dan menyajikan narasi yang kaya makna. Hal ini membuat pendekatan ini sangat sesuai dengan semangat konseling humanistik dan Islami yang menjadi landasan penelitian ini (Tanjung et al., 2024).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Hipnoterapi Minda Brilliant Sukses yang berlokasi di Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Klinik ini dipilih secara purposive, yaitu teknik penentuan lokasi penelitian berdasarkan pertimbangan tertentu yang dianggap paling strategis dan relevan dengan fokus penelitian. Dalam konteks ini, lokasi dipilih karena menyediakan layanan konseling dan hipnoterapi kepada klien dengan berbagai masalah psikologis, termasuk gangguan kecemasan (*anxiety disorder*), yang menjadi objek kajian dalam penelitian ini.

Pemilihan lokasi secara purposive didasarkan pada argumen bahwa data yang diperlukan tidak dapat diperoleh secara acak, melainkan harus dari sumber yang benar-benar mengalami atau terlibat langsung dalam fenomena yang diteliti. Menurut Sugiyono (2019), teknik purposive digunakan dalam pendekatan kualitatif karena peneliti memerlukan informasi yang mendalam dari subjek atau lokasi yang secara khusus memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019). Dalam hal ini, Klinik PT. Minda Brilliant Sukses menyediakan layanan konseling dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), sehingga sangat tepat dijadikan lokasi observasi dan eksplorasi terhadap penerapan layanan informasi berbasis SFBC pada klien yang mengalami kecemasan.

Selain itu, lokasi ini memungkinkan peneliti melakukan interaksi langsung dengan klien dan praktisi secara intensif, sehingga mendukung kebutuhan pendekatan kualitatif yang menekankan pada keterlibatan peneliti secara aktif di lapangan. Observasi terhadap proses intervensi, wawancara dengan klien maupun konselor, serta dokumentasi proses layanan dapat dilakukan secara langsung dalam lingkungan yang alami dan sesuai konteks. Adapun waktu pelaksanaan penelitian bersifat fleksibel, disesuaikan dengan kesiapan subjek penelitian, jadwal praktik klinik, serta kondisi lapangan yang dapat berubah secara dinamis. Fleksibilitas ini penting karena pendekatan kualitatif deskriptif menekankan pada pemahaman konteks secara mendalam dan tidak terikat oleh variabel waktu yang kaku. Penjadwalan akan disusun dengan tetap mempertimbangkan etika penelitian, kenyamanan informan, serta efektivitas proses pengumpulan data agar hasil yang diperoleh benar-benar mencerminkan realitas psikologis klien di lapangan.

Adapun urutan waktu pelaksanaan penelitian dapat dilihat dari table dibawah ini.

Tabel 3. 1 Rincian Waktu Penelitian

No	Uraian Kegiatan	Pelaksanaan Penelitian Tahun 2025						
		Juni	Juli	Agustus	September	Oktober	November	Desember
1	Penyusunan Proposal							
2	Seminar Proposal							
3	Pengumpulan Data							
4	Analisis Data							
5	Hasil Penelitian							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



C. Sumber data penelitian

Dalam penelitian kualitatif, keberhasilan pengumpulan data sangat bergantung pada ketepatan dalam memilih sumber data yang dapat memberikan informasi secara mendalam, kontekstual, dan relevan dengan fokus kajian. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, sumber data dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu data primer dan data sekunder. Keduanya memiliki peran yang saling melengkapi guna memperoleh gambaran utuh mengenai pelaksanaan layanan informasi berbasis pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) terhadap pemahaman klien mengenai gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) di Klinik Hipnoterapi PT. Minda Brilliant Sukses yang berlokasi di Kota Pekanbaru.

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini merupakan jenis data utama yang diperoleh secara langsung dari partisipan penelitian melalui interaksi lapangan. Teknik pengumpulan data primer dilakukan melalui dua metode utama, yaitu wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi partisipatif.

Subjek utama dalam wawancara adalah klien-klien klinik yang telah mengikuti layanan informasi dengan pendekatan SFBC. Wawancara dilakukan secara terbuka dan mendalam, menggunakan panduan wawancara semi-terstruktur untuk memberikan fleksibilitas dalam mengeksplorasi persepsi, pemahaman, pengalaman emosional, dan refleksi klien terhadap kecemasan yang mereka alami serta terhadap proses konseling yang dijalani. Wawancara bertujuan untuk menggali bagaimana klien memahami *anxiety disorder*, apa saja hambatan psikologis yang mereka hadapi, serta bagaimana pendekatan SFBC membantu mereka membangun Solusi.

Selain itu, observasi partisipatif dilakukan untuk memperoleh informasi yang tidak selalu dapat diungkap melalui wawancara, seperti ekspresi non-verbal, bahasa tubuh, intensitas keterlibatan dalam sesi, serta interaksi antara klien dan konselor selama proses layanan berlangsung. Observasi dilakukan secara sistematis, dan dicatat dalam bentuk catatan lapangan yang akan dianalisis secara naratif.

Menurut Sugiyono (2019), data primer sangat penting dalam penelitian kualitatif karena mengandung informasi kontekstual dan mendalam yang tidak dapat diperoleh dari sumber sekunder (Sugiyono 2019). Oleh karena itu, kombinasi wawancara dan observasi ini akan memberikan pemahaman utuh terhadap fenomena psikologis yang menjadi objek kajian penelitian.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini berfungsi sebagai sumber informasi pendukung yang berguna untuk memperkaya, menguatkan, dan memperluas analisis data primer yang telah diperoleh sebelumnya. Data ini diperoleh dari berbagai dokumen relevan dan referensi ilmiah yang terkait langsung dengan objek dan konteks penelitian.

Jenis data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini meliputi dokumen internal klinik seperti laporan kegiatan, catatan konseling, notulen intervensi, serta profil klinik sebagai institusi penyedia layanan hipnoterapi dan bimbingan psikologis. Selain dokumen institusional, peneliti juga menggunakan sumber pustaka berupa jurnal ilmiah, buku referensi, skripsi terdahulu, dan artikel akademik yang membahas tentang pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), layanan informasi dalam konseling, serta konsep gangguan kecemasan dari perspektif psikologi umum maupun pendekatan spiritual Islam, sebagaimana dijelaskan dalam kerangka Bimbingan Konseling Islam (BKI). Fungsi utama dari data sekunder ini adalah untuk membangun landasan teori yang kuat, memberikan justifikasi konseptual terhadap proses penelitian, serta membantu triangulasi data agar temuan penelitian memiliki validitas dan kredibilitas yang tinggi. Dengan demikian, analisis yang dilakukan tidak hanya didasarkan pada pengalaman subyektif partisipan, tetapi juga dikaitkan dengan teori dan temuan ilmiah yang telah ada sebelumnya, sehingga hasil penelitian dapat berdiri secara ilmiah dan akademis.

D. Informan penelitian

Informan penelitian dalam pendekatan kualitatif dipilih secara purposive, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan fokus permasalahan yang diteliti. Pemilihan informan tidak didasarkan pada jumlah yang besar, tetapi pada sejauh mana informan memiliki pengetahuan, pengalaman, keterlibatan langsung, serta kemampuan menyampaikan informasi yang dibutuhkan secara mendalam dan rinci. Dengan demikian, data yang diperoleh tidak hanya bersifat permukaan, tetapi juga mampu menggambarkan situasi secara kontekstual dan berlapis.

Dalam penelitian ini, informan yang dijadikan sumber data utama terdiri atas beberapa kelompok, yaitu:

1. Klien PT. Minda Brilliant Sukses

Klien yang menjadi objek dalam layanan informasi dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) di PT. Minda Brilliant Sukses merupakan individu yang mengalami permasalahan kecemasan (*anxiety disorder*) dan telah mengikuti layanan bimbingan yang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diberikan oleh konselor atau fasilitator. Mereka dipilih karena memiliki pengalaman langsung dalam proses layanan, sehingga dapat memberikan gambaran konkret mengenai manfaat, dampak, dan pemahaman mereka terhadap gangguan kecemasan yang dialami. Kehadiran klien sebagai informan penting untuk mengukur efektivitas layanan dari sudut pandang penerima manfaat. Jumlah klien yang direncanakan sebagai informan dalam penelitian ini adalah lima orang.

2. Konselor atau Fasilitator Layanan

Informan berikutnya adalah konselor yang bertanggung jawab dalam mendampingi, mengarahkan, dan memberikan layanan informasi kepada klien menggunakan pendekatan SFBC. Konselor memberikan data mengenai metode layanan yang digunakan, teknik konseling yang diterapkan, materi yang disampaikan, tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan layanan, serta hasil evaluasi terhadap klien. Kehadiran konselor sebagai informan memberikan perspektif teknis dan praktis mengenai pelaksanaan layanan SFBC di PT. Minda Brilliant Sukses. Jumlah informan dari kategori ini adalah satu orang.

E. Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan salah satu aspek penting dalam penelitian kualitatif karena berfungsi sebagai dasar untuk memahami fenomena secara menyeluruh dan kontekstual. Dalam pendekatan kualitatif, data yang dikumpulkan bukan hanya bersifat angka atau statistik, melainkan berupa narasi, makna, serta pemahaman subyektif dari partisipan terhadap pengalaman mereka. Oleh karena itu, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dirancang untuk menangkap pengalaman psikologis klien secara mendalam dan autentik.

Penelitian ini menggunakan tiga metode utama pengumpulan data, yaitu: observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Ketiga teknik ini dipilih karena saling melengkapi, dan sesuai dengan karakteristik penelitian kualitatif yang bersifat alamiah dan menekankan interaksi langsung antara peneliti dan subjek penelitian.

1. Observasi (Pengamatan Langsung)

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis melalui pengamatan dan pencatatan terhadap fenomena yang diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan langsung terhadap proses interaksi antara klien dan konselor selama sesi layanan informasi berlangsung.

Menurut Sugiyono (2019), observasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengamati secara sistematis terhadap gejala-gejala



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang tampak pada subjek penelitian, baik dalam konteks perilaku, sikap, maupun proses sosial yang berlangsung dilingkungan (Sugiyono, 2017).

Peneliti melakukan observasi sebanyak 8 kali pertemuan dengan jenis observasi partisipatif moderat, di mana peneliti hadir di lokasi namun tidak terlibat aktif dalam intervensi. Fokus pengamatan diarahkan pada dinamika interaksi, ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta respon klien terhadap pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC). Seluruh rangkaian pengamatan dilakukan di PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru untuk mendapatkan gambaran objektif mengenai suasana sesi layanan secara alami.

2. Wawancara Mendalam (*In-depth Interview*)

Wawancara adalah bentuk komunikasi verbal atau percakapan yang bertujuan untuk memperoleh informasi melalui tanya jawab antara peneliti dengan informan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur berdasarkan pedoman wawancara yang telah disusun sebelumnya agar hasil data lebih terarah dan relevan dengan indikator penelitian.

Untuk memperoleh data yang mendalam, peneliti melakukan wawancara sebanyak 3 kali kepada klien yang telah mengikuti rangkaian sesi layanan informasi berbasis SFBC di PT. Minda Brilliant Sukses. Teknik ini digunakan untuk menggali persepsi, perasaan, serta tingkat kepercayaan diri klien dalam mengambil keputusan masa depan setelah mendapatkan layanan. Hal ini bertujuan untuk memahami makna subjektif dari pengalaman partisipan terkait efektivitas pendekatan yang diberikan

3. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan sebagai sumber data pendukung yang diperoleh dari berbagai catatan, arsip, dan bahan tertulis yang relevan dengan fokus penelitian. Dokumen-dokumen ini mencakup laporan kegiatan layanan, catatan konseling, serta bahan referensi yang mendukung analisis data primer.

Menurut Sugiyono (2019), dokumentasi adalah teknik pengumpulan data melalui penelaahan terhadap catatan tertulis, gambar, atau benda lain yang mengandung informasi mengenai hal-hal yang diteliti. Dalam konteks penelitian ini, dokumentasi berguna untuk memperkuat temuan dari observasi dan wawancara.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

F. Validasi data

Dalam penelitian ini validasi data dilakukan dengan menerapkan triangulasi dalam berbagai bentuk untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan benar-benar sahih dan mencerminkan kenyataan di lapangan. Salah satu bentuk triangulasi yang digunakan adalah membandingkan hasil dari berbagai metode pengumpulan data, seperti wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi. Informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dikonfirmasi dengan perilaku dan ekspresi klien selama proses layanan berlangsung, kemudian diperkuat dengan data tertulis seperti catatan konseling dan laporan kegiatan klinik. Perbandingan ini bertujuan untuk menemukan kesesuaian atau ketidaksesuaian yang dapat memberikan gambaran yang lebih objektif.

Selain itu, triangulasi juga dilakukan dengan membandingkan informasi dari berbagai sumber yang terlibat dalam proses layanan. Data dari klien sebagai subjek utama penelitian dibandingkan dengan informasi dari konselor yang memberikan layanan serta dokumen resmi yang mencatat proses konseling. Pendekatan ini membantu peneliti untuk melihat konsistensi perspektif antar informan terhadap fenomena yang sama, serta untuk mendeteksi jika ada perbedaan penafsiran yang signifikan.

Validasi juga diperkuat melalui perbandingan data yang dikumpulkan pada waktu yang berbeda. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menangkap dinamika pemahaman dan respons partisipan secara lebih mendalam, baik sebelum, selama, maupun setelah layanan diberikan. Jika data yang dikumpulkan tetap konsisten sepanjang waktu, maka hal tersebut memperkuat kredibilitas temuan. Namun jika terjadi perubahan, maka peneliti dapat menelusuri faktor penyebabnya secara kontekstual.

Penerapan pendekatan triangulasi secara terpadu melalui metode, sumber, dan waktu memberikan dasar yang kuat untuk meningkatkan validitas data dalam penelitian ini. Teknik ini mendukung prinsip dasar pendekatan kualitatif deskriptif yang menekankan pada pemahaman menyeluruh, kontekstual, dan mendalam terhadap fenomena yang diteliti, khususnya berkaitan dengan dinamika psikologis klien dalam memahami gangguan kecemasan melalui layanan konseling berbasis SFBC.

G. Teknik analisis data

Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan makna pengalaman dari pelaksanaan layanan informasi berbasis Solution Focused Brief Counseling (SFBC) terhadap pemahaman klien mengenai anxiety disorder di PT. Minda Brilliant Sukses Pekanbaru. Proses analisis dilakukan secara kualitatif dengan mengikuti tahapan sebagai berikut:

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Peneliti membaca ulang seluruh hasil wawancara mendalam, catatan dari 8 kali observasi, dan dokumentasi untuk merangkum serta memilih data pokok yang relevan dengan fokus penelitian.
- b. Peneliti mengklasifikasikan pernyataan-pernyataan serta respon klien selama proses layanan ke dalam pola-pola tematik tertentu.
- c. Peneliti mendeskripsikan untuk menemukan esensi pengalaman informan yang menggambarkan bentuk perubahan atau pemahaman setelah mendapatkan bantuan layanan informasi berbasis SFBC.
- d. Peneliti membangun deskripsi menyeluruh mengenai makna dan esensi pengalaman informan melalui pendekatan deskriptif naratif.
- e. Peneliti melakukan pemaknaan terhadap data yang telah disajikan untuk menjawab rumusan masalah, sekaligus melakukan triangulasi untuk menguji konsistensi dan validitas makna antar metode serta sumber data.

H. Jadwal Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian ini direncanakan berlangsung selama satu kali pertemuan, dengan durasi (2) hingga (3) jam, sesuai alur layanan yang diterapkan di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru. Sebelum kegiatan inti dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu melakukan tahap persiapan yang meliputi pengurusan izin penelitian, koordinasi awal dengan pihak lembaga, serta penjadwalan sesi layanan informasi bagi klien. Tahap ini dilakukan sekitar satu minggu sebelum pelaksanaan intervensi. Setelah persiapan selesai, peneliti melakukan observasi awal terhadap lingkungan lembaga, termasuk karakteristik layanan psikologi, cara konselor berinteraksi dengan klien, dan alur administrasi di PT. Minda Brilliant Sukses. Observasi ini diperlukan untuk memastikan pelaksanaan layanan informasi selaras dengan standar operasional lembaga. Observasi dilakukan pada hari yang sama sebelum sesi dimulai.

Tahap inti penelitian berupa pemberian layanan informasi dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dilakukan dalam satu sesi berdurasi 2–3 jam. Pada tahap ini, peneliti menyampaikan materi mengenai pemahaman *anxiety disorder* yang mencakup definisi, gejala, penyebab, serta cara pengelolaan kecemasan. Selain penyampaian materi, peneliti juga menggunakan teknik-teknik SFBC seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception question* untuk membantu klien memahami kondisi psikologisnya dan menemukan kekuatan diri dalam mengatasi kecemasan.

Setelah layanan diberikan, peneliti melakukan evaluasi singkat untuk menilai sejauh mana klien memahami informasi yang telah disampaikan.

Evaluasi dilakukan melalui diskusi terarah dan pertanyaan pemahaman. Apabila klien menunjukkan peningkatan pemahaman dan mampu menjelaskan kembali hal-hal pokok terkait *anxiety disorder*, maka penelitian dinyatakan selesai dalam satu pertemuan, sesuai ketentuan lembaga bahwa sesi dapat berakhir apabila klien menunjukkan perubahan positif.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimana pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) terhadap pemahaman mengenai anxiety disorder pada klien di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru penelitian kualitatif deskriptif ini menghasilkan temuan sebagai berikut.

Pertama, pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan SFBC berjalan secara dialogis dan reflektif dengan menempatkan klien sebagai subjek aktif (client-oriented). Konselor tidak hanya bertindak sebagai penyampai informasi, melainkan sebagai fasilitator yang memanfaatkan sumber daya internal klien apa yang diketahui, dipahami, dan dapat dilakukan klien sebagai basis intervensi. Hal ini sesuai dengan prinsip dasar SFBC bahwa setiap individu memiliki kekuatan dan sumber daya untuk mengatasi permasalahannya sendiri.

Kedua, teknik scaling question menjadi instrumen utama dalam proses layanan. Melalui pengukuran skala kecemasan 0–10, klien dapat mengenali variasi intensitas kecemasan dalam berbagai situasi, sehingga tumbuh kesadaran bahwa kecemasan bersifat situasional dan dapat dikontrol. Teknik ini juga berfungsi sebagai intervensi terapeutik bukan sekadar alat asesmen karena membantu klien mengidentifikasi momen-momen pengecualian (exception) di mana kecemasan tidak muncul atau berada pada level rendah.

Ketiga, pemahaman klien tentang anxiety disorder meningkat secara signifikan. Sebelum layanan, kelima informan memiliki misconception bahwa anxiety disorder hanya dialami dalam bentuk ekstrem seperti panic attack. Setelah mengikuti layanan, mereka memahami bahwa: (a) anxiety disorder memiliki spektrum yang luas dan kondisi yang mereka alami termasuk di dalamnya; (b) gejala fisik yang dialami seperti jantung berdebar, sesak dada, gemetar, dan gangguan tidur merupakan manifestasi respons psikofisiologis yang normal terhadap ancaman yang dipersepsikan; (c) anxiety disorder dapat dialami siapa saja tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau latar belakang sosial.

Keempat, klien mampu mengidentifikasi faktor-faktor pemicu kecemasan personal mereka serta pola pikir maladaptif yang memperburuk kondisi tersebut, seperti catastrophizing, overgeneralization, personalization, dan perfeksionisme. Pemahaman ini memungkinkan klien untuk lebih proaktif dalam mengenali tanda-tanda awal kecemasan dan mengelola pemicunya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kelima, terjadi perubahan perspektif fundamental pada kelima klien: dari memandang kecemasan sebagai tanda abnormalitas atau kelemahan menjadi memahaminya sebagai respons alami yang manusiawi dan dapat dikelola. Perubahan ini mengurangi meta-anxiety (cemas terhadap kecemasan itu sendiri) dan meningkatkan rasa belas kasih klien terhadap diri sendiri.

Keenam, klien menguasai berbagai strategi pengelolaan kecemasan yang bersifat kognitif, behavioral, fisiologis, maupun berbasis nilai/spiritual, dan terbukti mulai menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dampaknya bersifat holistik, meliputi peningkatan kualitas tidur, performa akademik/kerja, hubungan sosial dan keluarga, serta kualitas hidup secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, pendekatan SFBC yang memberdayakan, fokus pada kekuatan klien, dan bersifat dialogis terbukti jauh lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman klien tentang anxiety disorder dibandingkan dengan layanan informasi tradisional yang bersifat didaktik dan instruktif.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian kualitatif ini, diajukan saran-saran berikut kepada berbagai pihak yang terkait:

1. Bagi PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

- a. Mengembangkan program layanan informasi berbasis SFBC secara lebih terstruktur untuk berbagai topik kesehatan mental, disertai dokumentasi sistematis setiap sesi layanan untuk keperluan evaluasi dan refleksi praktik.
- b. Menyediakan sesi tindak lanjut (follow-up) guna memastikan pemahaman dan strategi yang telah dipelajari klien benar-benar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari pasca-layanan.
- c. Mengembangkan materi pendukung seperti lembar ringkasan atau media digital yang dapat diakses klien sebagai pengingat dan alat pemantauan diri (self-monitoring).
- d. Membentuk kelompok dukungan (support group) bagi klien dengan permasalahan serupa untuk saling berbagi pengalaman dan mendukung satu sama lain.

2. Bagi Konselor

- a. Terus meningkatkan kompetensi dalam teknik-teknik SFBC melalui pelatihan berkelanjutan, supervisi, dan studi kasus, mengingat pendekatan ini menuntut keahlian dalam menggunakan pertanyaan-pertanyaan reflektif yang memberdayakan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b. Mengintegrasikan nilai-nilai spiritual Islam secara kontekstual dalam praktik konseling, khususnya konsep raja' (harapan), tawakkal, dan muhasabah yang sangat selaras dengan prinsip-prinsip SFBC.
- c. Melakukan refleksi praktik secara berkala untuk mengevaluasi efektivitas pendekatan dan mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan, serta tidak ragu merujuk klien kepada profesional lain apabila diperlukan penanganan yang lebih intensif.

3. Bagi Klien

- a. Berkomitmen untuk menerapkan strategi-strategi pengelolaan kecemasan yang telah dipelajari secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, karena perubahan yang bermakna memerlukan praktik yang berkelanjutan.
- b. Tidak ragu untuk mencari bantuan profesional tambahan apabila merasa memerlukan dukungan lebih lanjut, mengingat anxiety disorder adalah kondisi yang dapat dikelola secara efektif dengan penanganan yang tepat.
- c. Memelihara kesehatan mental secara holistik melalui keseimbangan antara aktivitas fisik, sosial, dan spiritual sebagai fondasi kesejahteraan jangka panjang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan kualitatif yang lebih mendalam menggunakan desain studi kasus multipel atau fenomenologi untuk memperoleh pemahaman yang lebih kaya tentang pengalaman klien dalam layanan informasi berbasis SFBC.
- b. Merancang penelitian longitudinal untuk menilai keberlanjutan (sustainability) perubahan pemahaman dan perilaku klien dalam jangka panjang pasca-layanan.
- c. Mengeksplorasi penerapan layanan informasi berbasis SFBC pada populasi yang lebih beragam seperti remaja, anak-anak, atau lansia—dan untuk topik-topik lain di luar anxiety disorder.
- d. Mengembangkan panduan pelaksanaan (protocol) layanan informasi berbasis SFBC yang terstandarisasi namun tetap fleksibel secara kontekstual, sebagai acuan bagi konselor dan praktisi BKI di lapangan.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Karim, N. S., Zamani, Z. A., & Ismail, R. (2021). *Islamic-integrated solution-focused brief therapy: A culturally adapted approach for Muslim clients*. *Journal of Muslim Mental Health*, 15(1), 23–42.
- Aini, Q., & Lestari, R. (2023). *Penerapan scaling question dalam SFBC untuk meningkatkan motivasi akademik siswa korban bullying*. (Diacu dalam konteks penerapan teknik SFBC).
- Aini, Y. Q., & Lestari, I. (2023). Pendekatan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*) Teknik *Scarling Question* Dalam Konseling Individu Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Korban Bullying. *Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 44–48.
- Arch, J. J., & Craske, M. G. (2011). Addressing relapse in cognitive behavioral therapy for panic disorder: Methods for optimizing long-term treatment outcomes. *Cognitive and Behavioral Practice*, 18(3), 306–315.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (Vol. 11). Freeman.
- Bavelas, J., De Jong, P., Franklin, C., Froerer, A., Gingerich, W., Kim, J., Korman, H., Trepper, T. S., & Antle, B. (2023). Solution-focused brief therapy: A systematic review and meta-analysis of process research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 49(2), 357–378.
- Beck, A. T., & Haigh, E. A. P. (2014). Advances in cognitive theory and therapy: The generic cognitive model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 10(1), 1–24.
- Clement, S., Schauman, O., Graham, T., Maggioni, F., Evans-Lacko, S., Bezborodovs, N., Morgan, C., Rüsch, N., Brown, J. S. L., & Thornicroft, G. (2015). What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychological Medicine*, 45(1), 11–27.
- Conklin, L. R., Strunk, D. R., & Cooper, A. A. (2023). Therapist techniques and patient involvement during skill acquisition in cognitive therapy for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 91(3), 156–168.
- Craske, M. G., & Stein, M. B. (2016). Anxiety. *Lancet (London, England)*, 388(10063), 3048–3059. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30381-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30381-6)
- Creswell. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, 4th ed. SAGE.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- De Shazer, S., Dolan, Y., Korman, H., Trepper, T., McCollum, E., & Berg, I. K. (2021). *More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy*. Routledge.
- Dunn, A. M., Hofmann, O. S., Waters, B., & Witchel, E. (2011). Cloaking malware with the trusted platform module. In *Proceedings of the 20th USENIX Security Symposium* (pp. 395–410).
- Edmawati, M. D. (2023). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rebt Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian. *Empati : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 165–180.
- Edmawati. (2023). *Gangguan kecemasan dan implikasinya dalam pendidikan*. (Digunakan untuk definisi dan gejala Anxiety Disorder).
- Fadhli, M., & Aldina, R. (2021). *Efektivitas pendekatan konseling berbasis spiritual dalam menanggulangi kecemasan*. *Jurnal Konseling Islami*, 9(2), 112–125.
- Fadhli, T., & Aldina, F. (2021). Analisis Komparatif Implementasi (Solution Focused Brief Therapy) Sebagai Solusi Penanganan Kecemasan Psikologis Menghadapi Covid-19. *Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu: Inovasi Teknologi Dan Produk Penelitian Pengabdian Masyarakat Berbasis Revolusi Industri 4.0 Di Era New Normal*, 2013–2015.
- Flückiger, C., Del Re, A. C., Wampold, B. E., & Horvath, A. O. (2018). The alliance in adult psychotherapy: A meta-analytic synthesis. *Psychotherapy*, 55(4), 316.
- Franklin, C., Zhang, A., Froerer, A., & Johnson, S. (2017). Solution focused brief therapy: A systematic review and meta-summary of process research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(1), 16–30.
- Froerer, A. S., & Connie, E. E. (2016). Solution-building, the foundation of solution-focused brief therapy: A qualitative Delphi study. *Journal of Family Psychotherapy*, 27(1), 20–34.
- Gingerich, W. J., & Peterson, L. T. (2013). Effectiveness of solution-focused brief therapy: A systematic qualitative review of controlled outcome studies. *Research on Social Work Practice*, 23(3), 266–283.
- Harun, R. A., & Abu Bakar, Y. A. (2019). *Solution Focused Brief Counseling dalam Penanganan Kecemasan Ringan dan Sedang*. *Jurnal Psikologi Islam*, 7(1), 45–56.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Staf Islamic University of Sultan Saifur Ridwan Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (2020). *Beyond the DSM: Toward a process-based alternative for diagnosis and mental health treatment*. New Harbinger Publications.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford press.
- Hilbert, K., Lueken, U., & Beesdo-Baum, K. (2020). Mental health literacy and help-seeking behavior in anxiety disorders. *Current Psychiatry Reports*, 22(10), 52.
- Hofmann, S. G., & Gómez, A. F. (2024). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health and well-being. *Clinical Psychology Review*, 98, 102213.
- Ilmi, N. A., & Nurjannah, S. (2024). *Panduan Layanan SFBC dalam Pendidikan Nonformal di Indonesia*. *Jurnal Bimbingan Konseling Nusantara*, 12(1), 55–72.
- Ilmi, M. H., & Nurjannah, N. (2024). Pengembangan Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling (Sfbc)*. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 261.
- Islam, U., & Palangka, N. (2025). *Psikologi Kognitif sebagai Intervensi terhadap Kecemasan Belajar Mahasiswa*. 03(03), 1602–1609.
- Jong, P., & Berg, I. K. (n.d.). *Interviewing for Solutions*. Thomson Brooks/Cole. (Sumber utama teori SFBC karya original pengembang pendekatan).
- Kazantzis, N., Whittington, C., Zelencich, L., Kyrios, M., Norton, P. J., & Hofmann, S. G. (2016). Quantity and quality of homework compliance: A meta-analysis of relations with outcome in cognitive behavior therapy. *Behavior Therapy*, 47(5), 755–772.
- Kelly, M. S., Kim, J. S., & Franklin, C. (2008). *Solution focused brief therapy in schools: A 360 degree view of research and practice*. Oxford University Press.
- Kring, A. M., & Johnson, S. L. (2022). *Abnormal psychology: The science and treatment of psychological disorders*. John Wiley & Sons.
- Lestari, R., & Astuti, A. (2024). *Efektivitas Konseling SFBC terhadap Penurunan Kecemasan Siswa di Masa Pandemi*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 10(1), 20–35.
- McKergow, M., & Korman, H. (2022). Inbetween: The radical simplicity of solution-focused brief therapy. *Journal of Solution Focused Practices*, 6(1),

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ussolikhah, F., Nafi'a, I., & Gumiandari, S. (2024). *Implementasi SFBC dalam Konteks Konseling Islami*. *Jurnal Konseling Indonesia*, 5(2), 45–59.

Wahyudin, R., Ramli, M., & Chusniyah, I. (2023). *Penerapan Layanan Informasi dalam Meningkatkan Pemahaman Tentang Self-Injury di SMA Negeri 1 Waru Pamekasan*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling IAIN Madura*.

Wahyudin, H., Ramli, M., Chusniyah, T., Eva, N., & Oktasari, M. (2024). *Solution-Focused Brief Counseling: An Effective Strategy for Reducing Anxiety During School Exams*. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 17–24.

Wahyudin, R., et al. (2024). *Pengaruh Pendekatan SFBC terhadap Penurunan Kecemasan Menjelang Ujian*. *Jurnal Konseling Edukasi*, 11(1), 66–77.

Lampiran 1 Pedoman Observasi

PEDOMAN OBSERVASI

PELAKSANAAN LAYANAN INFORMASI DENGAN PENDEKATAN *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC)* TERHADAP PEMAHAMAN MENGENAI *ANXIETY DISORDER* PADA KLIEN DI PT.MINDA BRILLIANT SUKSES KOTA PEKANBARU

No	Aspek Yang Diamati	Indikator/Fokus Pengamatan	Checklist		Hasil Pengamatan
			YA	TIDAK	
1	Stimulus	Konselor memberikan layanan informasi tentang anxiety disorder secara sistematis.			
		Refleksi setelah sesi layanan			
2	Mode Fisiologi-Fisik	Menyesuaikan metode dengan kondisi klien			
		Menggunakan media pembelajaran			
3	Mode Konsep Diri	Menggunakan pendekatan empatik			
		Memberikan penguatan positif			
4	Mode Fungsi Peran	Menjalankan peran sebagai fasilitator			
		Komunikasi sesuai kemampuan klien			
		Membangun interaksi sosial			
		Memberikan kesempatan aktif kepada klien			
5	Mode Interdependensi	Membangun hubungan emosional			
		Melibatkan klien dalam proses			
		Mengkomunikasikan perkembangan			
6	Hasil Strategi Adaptif	Adanya peningkatan pemahaman			
		Adanya evaluasi layanan			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 2 Hasil Observasi

HASIL OBSERVASI

No	Tanggal	Aspek Yang Diamati	Indikator/Fokus Pengamatan	Hasil Pengamatan
1	25/Agustus 2025	Stimulus	- Konselor memberikan layanan informasi tentang anxiety disorder secara sistematis.	Konselor menyampaikan materi tentang pengertian, gejala, dan penyebab anxiety disorder melalui media presentasi dan diskusi interaktif.
	28/Agustus 2025		- Refleksi setelah sesi layanan	Konselor mencatat respon klien dan mengevaluasi pemahaman klien setelah sesi berlangsung.
2	8/September 2025	Mode Fisiologi-Fisik	- Menyesuaikan metode dengan kondisi klien	Konselor menyesuaikan penyampaian materi dengan kondisi psikologis klien agar mudah dipahami.
			- Menggunakan media pembelajaran	Media seperti slide, contoh kasus, dan tanya jawab digunakan untuk membantu pemahaman klien.
3	17/September 2025	Mode Konsep Diri	- Menggunakan pendekatan empatik	Konselor memberikan kenyamanan dan membangun suasana aman

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau				agar klien terbuka.	
			- Memberikan penguatan positif	Konselor memberikan motivasi dan apresiasi terhadap respon klien untuk meningkatkan kepercayaan diri.	
	4	22/September 2025	Mode Fungsi Peran	- Menjalankan peran sebagai fasilitator	Konselor berperan sebagai pembimbing yang membantu klien memahami materi dan menemukan solusi.
				- Komunikasi sesuai kemampuan klien	Bahasa yang digunakan sederhana dan mudah dipahami oleh klien dewasa.
				- Membangun interaksi sosial	Konselor mendorong diskusi dan partisipasi aktif klien.
		25/September 2025		- Memberikan kesempatan aktif kepada klien	Klien diberi kesempatan bertanya dan menyampaikan pendapat.
	5	30/September 2025	Mode Interdependensi	- Konselor membangun hubungan emosional	Terjalin hubungan yang nyaman antara konselor dan klien.
				- Melibatkan klien dalam proses	Klien dilibatkan dalam proses diskusi dan refleksi.
				- Mengkomunikasikan	Konselor

© Hak cipta milik UIN Suska Riau			perkembangan	menjelaskan perkembangan pemahaman klien selama proses berlangsung	
	6	2/Oktober 2025	Hasil Strategi Adaptif	- Adanya peningkatan pemahaman	Klien mulai memahami perbedaan kecemasan normal dan gangguan kecemasan.
		6/Oktober 2025		- Adanya evaluasi layanan	Evaluasi dilakukan melalui diskusi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran 3 Pedoman Wawancara Terapis

PEDOMAN WAWANCARA

PELAKSANAAN LAYANAN INFORMASI DENGAN PENDEKATAN *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC)* TERHADAP PEMAHAMAN MENGENAI *ANXIETY DISORDER* PADA KLIEN DI PT.MINDA BRILLIANT SUKSES KOTA PEKANBARU

(KONSELOR)

No	Aspek Yang Diwawancara	Pertanyaan Wawancara	Hasil Wawancara
1	Konsep Dasar Layanan	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Bapak mendeskripsikan pendekatan SFBC yang digunakan dalam layanan informasi di PT. Minda Brilliant Sukses? - Apa yang menjadi filosofi dasar konseling yang Bapak terapkan kepada klien? 	
2	Pelaksanaan Layanan	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana proses pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan SFBC yang Bapak lakukan kepada klien? - Teknik apa saja yang Bapak gunakan dalam sesi layanan SFBC? - Bagaimana Bapak menggunakan teknik scaling question dalam membantu klien? 	
3	Pemahaman Klien	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Bapak menilai pemahaman awal klien mengenai anxiety disorder? - Apa perubahan pemahaman yang Bapak observasi pada klien setelah mengikuti layanan? - Faktor apa yang paling berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman klien? 	
4	Hasil dan Evaluasi	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana Bapak mengevaluasi keberhasilan layanan yang telah diberikan? - Apa hambatan yang sering Bapak hadapi dalam pelaksanaan layanan SFBC? - Apa saran Bapak untuk pengembangan layanan ini ke depannya? 	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Lampiran 4 Pedoman Wawancara

(KLIEN)

No	Aspek Yang Diwawancara	Pertanyaan Wawancara	Hasil Wawancara
1		- Bisakah anda menceritakan sedikit tentang diri anda dan kondisi kecemasan yang anda alami sebelum mengikuti layanan ini?	
2		- Apakah yang anda ketahui tentang anxiety disorder sebelum mengikuti layanan ini? Apakah anda menyadari bahwa kondisi yang anda alami termasuk anxiety disorder?	
3		- Bagaimana pengalaman anda mengikuti layanan informasi dengan pendekatan SFBC? Apa yang paling berkesan bagi anda?	
4		- Setelah mengikuti layanan ini, bagaimana pemahaman anda tentang anxiety disorder sekarang? Apa yang berubah dari pemahaman anda sebelumnya?	
5		- Apakah anda sekarang dapat mengenali gejala-gejala anxiety disorder? Gejala apa saja yang anda ketahui?	
6		- Apakah anda sekarang memahami apa saja yang dapat menyebabkan atau memicu kecemasan anda? Bagaimana pemahaman ini membantu anda?	
7		- Setelah mengikuti layanan ini, strategi apa saja yang anda ketahui untuk mengelola kecemasan? Apakah anda sudah mulai menerapkannya?	
8		- Apakah ada perubahan dalam cara anda memandang kecemasan setelah mengikuti layanan ini?	
9		- Menurut anda, apa kelebihan dari pendekatan yang digunakan dalam layanan ini? Apakah ada yang menurut anda perlu diperbaiki?	
10		- Apakah pemahaman baru yang anda peroleh tentang anxiety disorder berdampak pada kehidupan sehari-hari anda? Jika ya, bagaimana?	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 5 Hasil Wawancara Konselor

HASIL WAWANCARA

(KONSELOR)

No Wawancara	: 01
Informan/Jabatan	: Khairul Anwar, S.Psi., CHt., CT / Konselor (KA)
Pewawancara	: Wahyuni Amelia
Perihal	: Pelaksanaan Layanan Informasi SFBC terhadap Pemahaman Anxiety Disorder
Bentuk Wawancara	: Terstruktur
Hari, tanggal	: Sesuai jadwal pelaksanaan penelitian
Lokasi	: PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Inisial	Transkrip	Ide Pokok
WA :	Assalamualaikum Pak, sebelumnya terima kasih sudah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini. Untuk data yang saya peroleh akan saya jaga kerahasiaannya dan digunakan hanya untuk keperluan penelitian. Pertama, bolehkah Bapak sampaikan profil singkat Bapak sebagai konselor?	
KA :	Baik, nama saya Khairul Anwar, S.Psi., CHt., CT. Saya adalah Direktur sekaligus konselor di PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru. Latar belakang pendidikan saya di bidang psikologi, dan saya juga memiliki sertifikasi sebagai Hipnoterapis Klinis dan Certified Trainer. Saya telah menjalani praktik konseling selama beberapa tahun di sini.	
WA :	Bagaimana Bapak mendeskripsikan pendekatan SFBC yang digunakan dalam layanan di sini?	
KA :	Counseling ini sebenarnya adalah client-oriented. Jadi orientasi kita adalah pada client. Artinya saya sebagai counselor, sebagai terapis, penting menggunakan sumber daya client. Jadi bukan hanya berdasarkan apa yang saya tahu, apa yang saya mampu. Tapi saya penting menggunakan sumber daya client-nya. Sumber daya itu apa yang dia tahu, apa yang dia pahami, dan apa yang bisa dia lakukan.	Konsep Dasar Layanan SFBC
WA :	Bagaimana Bapak menjelaskan tentang kecemasan kepada klien?	
KA :	Misalnya kalau terkait kecemasan, client penting tahu. Kenapa sih kecemasan sekarang ini muncul? Apa karena sekarang aja, atau karena ada sebelumnya? Ada kejadian-kejadian sebelumnya? Atau kejadian yang	Pemahaman Akar Kecemasan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		bisa diinformasi di masa kecil, pengalaman di masa kecil, di masa remaja? Yang kadang kita mungkin tidak menyadari. Sehingga orang yang dirasakan sekarang, kenapa kok kecemas? Kenapa kok jantungnya berdebar? Itu kondisi sekarang. Tapi orang penting tahu bahwa kondisi sekarang ini bisa saja muncul karena kejadian lama kelamaan. Artinya, ya perlu membangun kesadaran bahwa tidak ada yang tiba-tiba.	
WA	:	Bagaimana Bapak menggunakan teknik scaling question dalam sesi?	
KA	:	Artinya, sebagai konselor, saya ingin mengidentifikasi skala emosi yang dirimu rasakan itu berapa. Kalau dirimu bicara di depan orang banyak, misalnya lebih dari 10 orang, itu rasanya kayak mana? Gemetar, jantung berdebar. Kalau dirimu bicara dengan 1 atau 2 orang, apa rasanya? Biasa aja. Itu termasuk dalam skala perbandingan. Jadi kalau misalnya, dengan 2 orang saja berarti gemetaran, berarti sangat tinggi cemasnya. Kalau misalnya bicara pakai mic di depan orang, tapi kalau saya duduk di kelas, ngomong, menjawab, ya nggak apa-apa. Berarti kan skalanya beda. Itu scaling.	Teknik Scaling Question
WA	:	Bagaimana Bapak menilai perubahan pemahaman klien setelah mengikuti layanan?	
KA	:	Perubahan yang saya lihat adalah klien mulai memahami bahwa kecemasan yang mereka alami itu bukan sesuatu yang aneh atau tanda kelemahan. Mereka mulai menyadari bahwa kecemasan adalah respons alami yang bisa dikelola. Dengan pendekatan client-oriented ini, klien menjadi lebih aktif dalam mencari solusi untuk dirinya sendiri, dan itu yang membuat perubahan itu lebih lasting atau bertahan lama.	Hasil Perubahan Klien

Lampiran 6 Hasil Wawancara Klien

HASIL WAWANCARA

(KLIEN)

No Wawancara	: 02
Informan/Jabatan	: Klien 1 (F) / Informan Pendukung
Pewawancara	: Wahyuni Amelia
Perihal	: Pemahaman Klien tentang Anxiety Disorder setelah Layanan SFBC
Bentuk Wawancara	: Terstruktur
Hari, tanggal	: Sesuai jadwal pelaksanaan penelitian
Lokasi	: PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Inisial	Transkrip	Ide Pokok
WA :	Sebelum mengikuti layanan ini, apa yang anda ketahui tentang anxiety disorder?	
F :	Sebelumnya saya tidak tahu kalau apa yang saya rasakan itu namanya anxiety disorder. Saya kira saya hanya terlalu sensitif atau overthinking biasa. Saya sering merasa jantung berdebar, keringat dingin, dan sulit tidur sebelum presentasi atau meeting penting di kantor.	Pemahaman Awal
WA :	Bagaimana pengalaman anda mengikuti layanan informasi dengan pendekatan SFBC?	
F :	Yang paling berkesan itu waktu konselor bertanya berapa skala kecemasan saya dari 1-10. Itu membuat saya sadar bahwa kecemasan saya bisa diukur dan bukan sesuatu yang tidak bisa dikontrol. Saya juga jadi paham bahwa kondisi saya memang masuk kategori anxiety disorder, bukan sekadar nervous biasa.	Pengalaman Layanan SFBC
WA :	Apa perubahan pemahaman yang anda rasakan setelah mengikuti layanan ini?	
:	Sekarang saya lebih bisa memahami bahwa kecemasan saya itu situasional dan bisa dikelola. Kalau sebelumnya saya merasa kecemasan itu tanda kelemahan saya, sekarang saya paham itu respons alami yang bisa saya kelola dengan teknik-teknik tertentu. Saya juga sudah mulai menerapkan teknik pernapasan yang diajarkan.	Peningkatan Pemahaman

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

No Wawancara	: 03
Informan/Jabatan	: Klien 2 (NJA) / Informan Pendukung
Pewawancara	: Wahyuni Amelia
Perihal	: Pemahaman Klien tentang Anxiety Disorder setelah Layanan SFBC
Bentuk Wawancara	: Terstruktur
Hari, tanggal	: Sesuai jadwal pelaksanaan penelitian
Lokasi	: PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Inisial	Transkrip	Ide Pokok
WA :	Bagaimana kondisi kecemasan yang anda alami sebelum mengikuti layanan ini?	
NJA :	Saya sering merasa cemas berlebihan soal pekerjaan. Sampai-sampai sering tidak bisa tidur, dan itu mengganggu performa kerja saya. Tapi saya tidak pernah tahu kalau itu bisa disebut anxiety disorder.	Kondisi Sebelum Layanan
WA :	Setelah mengikuti layanan ini, apa yang berubah?	
NJA :	Sekarang saya lebih paham tentang apa itu anxiety disorder dan gejala-gejalanya. Saya jadi bisa mengenali kapan kecemasan saya mulai tidak normal dan perlu dikelola. Yang paling membantu adalah teknik scaling question itu, karena saya jadi bisa mengukur seberapa parah kecemasan saya sebelum memutuskan tindakan apa yang perlu diambil.	Pemahaman Setelah Layanan

No Wawancara	: 04
Informan/Jabatan	: Klien 3 (F) / Informan Pendukung
Pewawancara	: Wahyuni Amelia
Perihal	: Pemahaman Klien tentang Anxiety Disorder setelah Layanan SFBC
Bentuk Wawancara	: Terstruktur
Hari, tanggal	: Sesuai jadwal pelaksanaan penelitian
Lokasi	: PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Inisial	Transkrip	Ide Pokok
WA :	Bagaimana pemahaman anda tentang anxiety disorder sebelum layanan ini?	
F :	Saya pikir cemas itu tanda kelemahan mental. Makanya saya selama ini menyembunyikan rasa cemas saya dan mencoba kuat-kuatan saja. Tidak pernah terpikir untuk mencari bantuan profesional.	Pemahaman Awal
WA :	Apa perubahan yang anda rasakan setelah mengikuti layanan?	

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

F	:	Setelah sesi ini saya paham bahwa kecemasan itu respons alami tubuh, dan yang penting adalah bagaimana kita mengelolanya. Itu perubahan besar bagi saya. Saya juga jadi tidak malu lagi untuk mengakui bahwa saya memiliki kecemasan, karena ternyata banyak orang juga mengalaminya dan ada cara yang bisa dilakukan untuk mengatasinya.	Perubahan Perspektif
---	---	---	----------------------

No Wawancara	: 05
Informan/Jabatan	: Klien 4 (MRK) / Informan Pendukung
Pewawancara	: Wahyuni Amelia
Perihal	: Pemahaman Klien tentang Anxiety Disorder setelah Layanan SFBC
Bentuk Wawancara	: Terstruktur
Hari, tanggal	: Sesuai jadwal pelaksanaan penelitian
Lokasi	: PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Inisial		Transkrip	Ide Pokok
WA	:	Gejala apa saja yang anda kenali setelah mengikuti layanan ini?	
MRK	:	Sekarang saya sudah bisa mengenali gejala-gejala kecemasan saya, seperti jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, dan pikiran yang berputar-putar tidak bisa berhenti. Sebelumnya saya tidak tahu kalau itu semua gejala anxiety disorder.	Pengenalan Gejala
WA	:	Strategi apa yang sudah anda terapkan?	
MRK	:	Saya sekarang sudah mulai menerapkan teknik pernapasan yang diajarkan. Memang tidak langsung hilang cemasnya, tapi lebih bisa saya kendalikan dibanding sebelumnya. Saya juga mulai bisa mengidentifikasi pemicu kecemasan saya sehingga bisa lebih siap menghadapinya.	Penerapan Strategi Coping

No Wawancara	: 06
Informan/Jabatan	: Klien 5 (M) / Informan Pendukung
Pewawancara	: Wahyuni Amelia
Perihal	: Pemahaman Klien tentang Anxiety Disorder setelah Layanan SFBC
Bentuk Wawancara	: Terstruktur
Hari, tanggal	: Sesuai jadwal pelaksanaan penelitian
Lokasi	: PT. Minda Brilliant Sukses Kota Pekanbaru

Inisial	Transkrip	Ide Pokok
WA	: Bagaimana layanan ini berdampak pada kehidupan sehari-hari anda?	
M	: Layanan ini membantu saya memahami bahwa kecemasan di tempat kerja saya itu wajar, tapi perlu dikelola dengan baik. Saya juga jadi lebih berani mengakui kondisi saya kepada diri sendiri. Sekarang ketika cemas muncul, saya tidak langsung panik, tapi mencoba ingat kembali apa yang sudah dipelajari dalam sesi itu.	Dampak pada Kehidupan Sehari-hari
WA	: Apakah ada perubahan cara pandang anda terhadap kecemasan?	
M	: Iya, sangat berubah. Dulu saya menghindari situasi yang membuat saya cemas. Sekarang saya mulai bisa menghadapinya satu per satu. Saya juga mengerti sekarang bahwa ada perbedaan antara kecemasan normal dan anxiety disorder, dan kondisi saya ternyata sudah masuk kategori yang perlu dikelola secara serius.	Perubahan Perspektif

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 7 Dokumentasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Dokumentasi Wawancara Bersama Klien PT. Minda Brilliant Kota Pekanbaru



Dokumentasi Wawancara Bersama Konselor Bapak Khairul Anwar, S.Psi., CHt., CT

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jln. H.R. Soebrantas KM 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
 Telepon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052
 Web: <https://fdk.uin-suska.ac.id>, E-mail: fdk@uin-suska.ac.id

Nomor	B-3709/Un.04/F.IV/PP.00.9/10/2025	30 Oktober 2025 M
Sifat	Biasa	08 Jumadil-Ula 1447 H
Lampiran	Proposal	
Hal	Permohonan Izin Riset	

Yth. Direktur PT Minda Brillian Sukses
 Kota Pekanbaru

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarokatuh

Dengan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa kami :


Nama	: Wahyuni Amelia
NIM	: 12240220861
Semester	: VII (Tujuh)
Program Studi	: Bimbingan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi
	: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

akan melakukan riset di instansi yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Tugas Akhir (Skripsi) guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsi "Pelaksanaan layanan informasi dengan pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) terhadap pemahaman mengenai Anxiety Disorder pada klien di PT. Minda Brilliant sukses kota pekanbaru"

Untuk itu, kami mohon kepada Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan merekomendasikan kepada yang bersangkutan.

Demikianlah disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Wassalam.
 Dekan,



Prof. Dr. Masduki, S.Ag., M.Ag.
 NIP 19710612 199803 1 003

UIN SUSKA RIAU

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik.
 token: BU2n3GJz

Lampiran 9 Hasil Cek Plagiarisme

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

cek cek mel

tes
Drs. H. Suhaimi, M.Ag
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Document Details

Submission ID trn:oid::1:3463196416	91 Pages
Submission Date Jan 23, 2026, 2:24 PM GMT+7	23,229 Words
Download Date Jan 23, 2026, 2:41 PM GMT+7	151,897 Characters
File Name SKRIPSI_MELLY_HASIBUAN_ACC.docx	
File Size 2.0 MB	

turnitin Page 1 of 101 - Cover Page Submission ID trn:oid::1:3463196416

turnitin Page 2 of 101 - Integrity Overview Submission ID trn:oid::1:3463196416

13% Overall Similarity
The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography

Top Sources

13%	Internet sources
0%	Publications
0%	Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags
0 Integrity Flags for Review
No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

UIN SUSKA RIAU