

The Effect of Solution Focused Brief Therapy Group Counselling to Enhance the Self-Esteem of Primary School Students

Keberkesanan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Melalui Perkhidmatan Kaunseling Kelompok dalam Meningkatkan Harga Diri Murid Sekolah Rendah

Shathiswary A/P Mahendran, Tan Joo Siang*

School of Education, Faculty of Social Sciences and Humanities, Universiti Teknologi Malaysia, 81310 UTM Johor Bahru, Johor, Malaysia

*Corresponding author: joosiang@utm.my

Article history: Received: 31 January 2022 Received in revised form: 30 June 2022 Accepted: 31 August 2022 Published online: 25 December 2022

Abstract

This study was conducted to identify the effect of Solution Focused Brief Therapy (SFBT) group counselling to enhance the self-esteem of primary school students. The objective of this study was to find out the level of self-esteem and the difference in self-esteem score between the control and experimental group before and after the intervention. This study adopted the quasi-experimental research method. The Rosenberg Self Esteem instrument was used in this study to identify the level of self-esteem among primary school students before and after treatment. The study data were analyzed descriptively and inference using paired t-test. The group counselling sessions were observed and SFBT worksheets completed by the respondents were collected and analyzed qualitatively. Findings show that SFBT intervention had a positive effect on raising self-esteem among students in the experimental group from low to medium and high. The results of the study imply a significant difference in the level of self-esteem of students in the experimental group compared to the control group. In conclusion, efforts to identify students with low self-esteem and provide effective interventions such as SFBT at an early stage are very important to cultivate students' self esteem in order to achieve better mental health and wellbeing.

Keywords: Solution Focused Brief Therapy (SFBT), Group Counselling, Self-Esteem, Primary School Students

Abstrak

Kajian ini dijalankan untuk mengetahui keberkesanan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) melalui perkhidmatan kaunseling kelompok dalam meningkatkan harga diri murid sekolah rendah. Objektif kajian ini adalah untuk mengetahui tahap harga diri dan perbezaan skor harga diri antara kumpulan kawalan dan kumpulan rawatan sebelum dan selepas intervensi SFBT. Kajian ini berbentuk kuasi eksperimen. Instrumen *Rosenberg Self Esteem* digunakan dalam kajian ini untuk mengenal pasti tahap harga diri dalam kalangan murid sebelum dan selepas rawatan. Data kajian dianalisis secara deskriptif dan inferensi melalui ujian T. Sesi kaunseling kelompok telah diperhatikan dan lembaran kerja SFBT yang dilengkapkan oleh responden juga dikumpulkan dan dianalisis secara kualitatif. Dapatan kajian menunjukkan bahawa intervensi SFBT mempunyai kesan yang positif bagi meningkatkan harga diri dalam kalangan murid kumpulan rawatan dari tahap rendah ke sederhana dan tinggi. Hasil kajian didapati terdapat perbezaan yang signifikan dalam tahap harga diri murid kumpulan rawatan berbanding dengan kelompok kawalan. Sebagai kesimpulan, usaha untuk mengenalpasti murid yang mempunyai harga diri yang rendah dan memberi intervensi yang berkesan seperti SFBT pada peringkat awal adalah sangat penting bagi memupuk harga diri murid demi mencapai kesihatan mental dan kesejahteraan yang lebih baik.

Kata kunci: Solution Focused Brief Therapy (SFBT), Kaunseling Kelompok, Harga Diri, Murid Sekolah

© 2022 Penerbit UTM Press. All rights reserved

1.0 PENGENALAN

Penggunaan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam kalangan murid di sekolah telah berkembang sejak 10 tahun yang lalu dan banyak diaplikasikan oleh kaunselor sekolah dan ahli psikologi (Kelly, Kim, & Franklin, 2008). SFBT telah diterapkan di dalam sekolah untuk mengatasi masalah murid seperti tingkah laku delinkuen, gangguan emosi, masalah akademik, kemahiran sosial dan harga diri murid. Kebanyakan kaunselor sekolah tertarik dengan pendekatan ini disebabkan SFBT merupakan satu intervensi yang praktikal dan mudah digunakan (Thomas & Nelson, 2007). SFBT memberi tumpuan kepada pencapaian matlamat dalam kehidupan klien. Salah satu cara untuk mengaplikasikan pendekatan SFBT di sekolah adalah melalui perkhidmatan kaunseling kelompok (Kurnato, 2013).

Kaunseling kelompok merupakan salah satu jenis perkhidmatan dalam bimbingan dan kaunseling. McLeod (2007), berpendapat kaunseling kelompok adalah satu proses yang memberi peluang kepada ahli-ahli dalam kelompok menyelesaikan masalah yang tidak dapat

diselesaikan secara individu. Sehubungan dengan itu, kajian lepas membuktikan bahawa perkhidmatan kaunseling kelompok telah digunakan untuk membantu murid bagi mengatasi pelbagai masalah dengan menggunakan pendekatan SFBT di sekolah (Catur, 2014; Kristina, 2015; Muwara, 2008; Sklare, 2005). Kaunselor sekolah yang menggunakan pendekatan SFBT di sekolah mendapati ianya sangat berguna untuk murid-murid sekolah (Marcella, 2014). Hasil kajian yang lepas mendapati pendekatan SFBT adalah intervensi praktikal yang boleh diaplikasikan dengan mudah dalam suasana sekolah (Kelly, Kim, & Franklin, 2008). Hal ini selari dengan kajian Rooholla (2012) yang menunjukkan bahawa SFBT dapat mempengaruhi nilai positif terhadap pencapaian akademik dan berkesan dalam meningkatkan tahap kecekapan sosial murid (Bunyamin, 2016). Menurut Kurnato (2013), pendekatan SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok ini dianggap tepat untuk menangani masalah murid yang mempunyai harga diri yang rendah. Maka dapat disimpulkan bahawa SFBT adalah pendekatan yang sesuai dipraktikkan dalam kalangan murid sekolah rendah. Justeru, dalam kajian ini pengkaji fokus terhadap penggunaan SFBT bagi meningkatkan masalah harga diri yang rendah dalam kalangan murid sekolah rendah.

Semua murid mempunyai potensi dan keupayaan diri yang amat tinggi untuk mencapai kejayaan dan kecemerlangan dalam semua aspek kehidupan (Abdul Rahman, 2013). Faktor yang penting mempengaruhi kejayaan mereka adalah harga diri seseorang murid kerana ianya mencerminkan pegangan hidup seseorang murid terhadap dirinya. Terdapat beberapa kes yang dapat dikenalpasti bahawa penghargaan sendiri yang rendah telah mempengaruhi murid untuk bertindak dan mengambil keputusan yang tidak wajar di negara Malaysia (Jamaludin, 2005; Mohd Fairuz, 2016). Selain itu, dapatan kajian Ridi (2008), tentang harga diri dengan pencapaian mata pelajaran Kemahiran Hidup dalam kalangan pelajar sekolah menengah didapati bahawa terdapat perkaitan antara hubungan diri dengan pencapaian pelajar yang mengambil mata pelajaran Kemahiran Hidup. Dapatan hasil kajian menunjukkan pelajar yang mendapat pencapaian tinggi dalam mata pelajaran Kemahiran Hidup mempunyai tahap harga diri yang tinggi. Kajian-kajian ini menunjukkan bahawa harga diri adalah salah satu pengantara yang membantu dalam pembentukan individu yang seimbang dan ianya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berdasarkan situasi diatas, dapat diketahui bahawa harga diri adalah sangat penting dan perlu diberi perhatian serta usaha untuk meningkatkan harga diri dalam kalangan murid harus dilaksanakan oleh pihak yang tertentu agar dapat melahirkan murid yang seimbang dari segi jasmani, rohani, intelek dan sosial (Manis, 2014). Salah satu pihak yang boleh membantu dalam meningkatkan harga diri murid adalah pihak sekolah (Sobhy, 2010). Hal ini kerana, murid meluangkan lebih banyak masa di sekolah berbanding dengan di rumah.

Dalam konteks pendidikan Malaysia, masalah-masalah seperti ini biasanya ditangani oleh guru kelas, guru mata pelajaran, guru bimbingan dan kaunseling (GBK), ibu bapa dan rakan sebaya (Abdul Rahman, 2013). Dalam kajian ini, pengkaji menekankan kepada GBK atau kaunselor sekolah yang memainkan peranan penting dalam memastikan perkembangan dan potensi diri murid. Salah satu pendekatan yang digunakan oleh GBK adalah dengan menggunakan pendekatan seperti SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok untuk meningkatkan harga diri dalam kalangan murid. Penggunaan SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok dapat membantu mengenal pasti keperluan murid dengan cara meningkatkan harga diri murid (Catur, 2017).

Dalam kajian psikologi aspek harga diri telah diberikan perhatian namun hanya beberapa kajian sahaja yang memberikan fokus kepada murid sekolah rendah (Zainol, 2013). Pendapat ini disokong oleh Mohd Nasir (2006), yang menyatakan bahawa kebanyakan kajian yang dijalankan berhubungan dengan masalah psikologi kurang memberi tumpuan kepada murid sekolah rendah berbanding dengan golongan dewasa di negara kita. Hal ini membuktikan aspek psikologi dalam kalangan murid sekolah rendah sering terlepas pandang oleh pihak sekolah untuk dirujuk bagi mendapatkan intervensi yang berkesan. Oleh itu, bukti secara empirikal diperlukan untuk menyokong kesan pendekatan SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok untuk meningkatkan harga diri dalam kalangan murid sekolah rendah. Menurut Abdul Malik (2004), penyelidikan berbentuk intervensi ataupun rawatan kurang diberikan tumpuan oleh pegamal kaunseling di Malaysia. Biasanya pegamal kaunseling lebih fokus kepada isu-isu keperluan dan permasalahan sahaja. Pelbagai masalah yang berlaku dalam kalangan murid memerlukan pendekatan yang efektif dan praktikal. Justeru itu, pendekatan intervensi yang sesuai harus dijalankan bagi menangani masalah yang berlaku dalam kalangan murid sekolah rendah. Intervensi SFBT yang berfokus kepada matlamat yang ingin dicapai oleh pelajar serta berpandu kepada mengenalpasti kelebihan seseorang dan bukan berfokus kepada masalah pelajar amat diperlukan. Oleh itu, kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti keberkesanan SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok untuk meningkatkan harga diri murid.

■ 2.0 KAJIAN LEPAS

Harga diri merupakan pandangan yang bersifat peribadi yang meliputi penilaian seseorang individu terhadap kompetensi diri, keberkesanan diri serta keupayaan seseorang untuk menghadapi masalah dan mengatasi masalah tersebut dalam kehidupan (Sorenson, 2006). Perkembangan harga diri bagi setiap individu adalah berbeza dan tidak sama dengan satu sama lain. Baumister (2003), menyatakan murid yang memiliki harga diri yang tinggi mempunyai pandangan yang positif terhadap diri mereka dan menghargai kompetensi yang dimiliki oleh mereka. Manakala murid yang memiliki harga diri yang rendah pula tidak mempunyai kepercayaan terhadap diri sendiri. Murid seperti ini sentiasa memandang kegagalan datang dari kekurangan diri mereka (Nur Islamiah et al, 2015). Kajian lain mendapati bahawa murid yang mempunyai harga diri yang rendah merupakan petanda awal munculnya permasalahan pada masa dewasa (Trezsneswki et al, 2006).

Berdasarkan dengan kenyataan-kenyataan di atas dapat disimpulkan bahawa perlu diberi perhatian terhadap murid yang mempunyai harga diri yang rendah kerana berpotensi untuk memunculkan masalah-masalah yang mengganggu kesejahteraan mental, psikologi dan kebahagiaan murid pada masa sekarang ataupun masa yang akan datang. Murid yang mempunyai harga diri yang rendah kurang berjaya di sekolah ataupun dalam kehidupan (Catur, 2014). Oleh itu, pendekatan yang sesuai seperti SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok kepada murid yang mempunyai harga diri yang rendah seharusnya diberikan, agar mereka dapat meningkatkan harga diri mereka supaya mereka berjaya dalam akademik dan juga kehidupan.

Satu kajian yang dijalankan oleh Catur (2017) mendapati terdapat perbezaan yang signifikan antara skor harga diri murid sebelum dan selepas menerima intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok dan terdapat perbezaan skor harga diri yang signifikan antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan. Hal ini membuktikan bahawa SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok berkesan dalam meningkatkan harga diri murid. Kajian yang lain pula dijalankan oleh Mulawarman (2014), untuk melihat pengaplikasian SFBT bagi meningkatkan harga diri murid sekolah menengah dengan menjalankan reka bentuk eksperimen. Dapatan kajian ini juga mendapati bahawa intervensi SFBT mempunyai kesan terapeutik untuk meningkatkan harga diri pelajar. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan ujian *Wilcoxon Signed-Ranked* mendapati bahawa murid yang memiliki harga diri rendah berubah menjadi harga diri yang tinggi. Dapatan kajian

ini selari dengan kajian yang dijalankan oleh Manis (2014), mengenai penggunaan SFBT dalam meningkatkan harga diri terhadap lima orang murid yang mempunyai harga diri rendah. Analisis data mendapati rawatan SFBT telah berjaya meningkatkan harga diri murid. Persamaan yang terdapat dalam ketiga-tiga kajian ini menyatakan kesan positif dengan menggunakan pendekatan SFBT dalam kalangan murid. Perbezaan yang dapat diperhatikan daripada ketiga-tiga kajian ini adalah penggunaan instrumen yang berbeza dan sampel murid, latar belakang serta kelas sosial yang berbeza. Hal ini menjadi satu bukti yang kukuh untuk menyokong pendekatan SFBT boleh digunakan terhadap sampel yang berbeza tetapi kesannya adalah sama.

Arli Rusandi dan Ali Rachman (2014) menjalankan kajian pada pelajar program bimbingan dan kaunseling dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universtas Lambung Mangkurat Banjarmasin yang rendah harga diri. Kajian ini dijalankan untuk menguji keberkesanan SFBT kepada kelompok pelajar yang mempunyai harga diri rendah. Sebahagian daripada sampel kajian ini telah menjalani rawatan kaunseling kelompok SFBT. Manakala sebahagian lagi kumpulan kawalan tidak menerima rawatan. Untuk menguji keberkesanan kelompok ini ujian pra dan ujian pasca *Rosenberg Self-Esteem Scale*, diedarkan kepada sampel kajian. Setelah tamat sesi didapati berlaku peningkatan yang ketara harga diri terhadap kelompok rawatan berbanding kelompok kawalan. Terapi SFBT bagi meningkatkan harga diri pelajar perempuan sekolah menengah oleh kaunselor sekolah juga mendapat kesan yang baik bagi menyelesaikan masalah psikologi pelajar (Amin Baratian et al., 2016). Kajian berkaitan keberkesanan SFBT pada konsep sendiri 30 orang remaja yang dibuli di New Delhi telah menunjukkan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara kumpulan rawatan dan kawalan selepas intervensi ke atas domain konsep sendiri iaitu fizikal, sosial, temperamen, pendidikan dan intelektual (Malhotra & Suri, 2020) Kajian-kajian di atas menunjukkan bahawa intervensi SFBT dengan menggunakan perkhidmatan kaunseling kelompok dapat memberi kesan positif terhadap peningkatan tahap harga diri sampel kajian.

3.0 METODOLOGI

Kajian ini dijalankan berdasarkan reka bentuk kajian kuasi eksperimen. Kajian kuasi eksperimen merupakan salah satu reka bentuk kajian bagi menilai keberkesanan sesuatu intervensi atau program (Creswell, 2014). Walaupun kajian ini menggunakan persampelan rawak, tetapi masih tidak dapat menjamin bahawa tidak wujudnya faktor serta pembolohubah lain yang mungkin mempengaruhi kedua-dua kumpulan rawatan dan kawalan. Maka, kuasi eksperimen sesuai bagi kajian ini untuk melihat keberkesanan SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok untuk meningkatkan harga diri dalam kalangan murid sekolah rendah yang melibatkan sebuah sekolah rendah kebangsaan di Pasir Gudang, Johor. Modul SFBT dibina berdasarkan Model Pembinaan Modul Sidek (Sidek & Jamaludin 2005). Model ini dijadikan sebagai panduan dalam pembinaan modul SFBT yang tersusun dan teratur dari segi isi kandungan modul. Model Pembinaan Modul Sidek terdapat dua peringkat penghasilan modul iaitu peringkat pertama dan peringkat kedua. Pada peringkat pertama pengkaji menghasilkan draf modul SFBT. Langkah-langkah bagi peringkat pertama adalah pembinaan matlamat, mengenal pasti teori, rasional, falsafah, konsep, sasaran dan tempoh masa, kajian keperluan, menetapkan objektif, pemilihan isi kandungan, pemilihan strategi, pemilihan logistik, pemilihan media, menyatukan modul. Seterusnya peringkat kedua pula adalah untuk melaksanakan penilaian terhadap modul bagi tujuan penambahbaikan. Langkah-langkah bagi peringkat kedua adalah kajian rintis untuk menilai modul, menguji kesahan dan kebolehpercayaan dan penilaian keberkesanan.

Setelah menyediakan modul pengkaji mendapatkan pengesahan dari panel pakar bidang bimbingan dan kaunseling bagi memastikan modul ini sesuai dari segi kandungan, bahasa dan sasaran yang digunakan. Pengubahsuaian telah dilakukan berdasarkan maklum balas dari panel pakar serta mendapatkan pengesahan supaya modul ini sesuai digunakan terhadap kumpulan rawatan bagi meningkatkan harga diri murid. Jadual 1 menunjukkan senarai modul SFBT yang telah dibina untuk melaksanakan intervensi.

Jadual 1 Modul SFBT

Peringkat	Prinsip/Teknik SFBT	Objektif
Sesi 1	Penentuan Maklumat Positif (<i>Yes Set, Go</i>)	Membina minda positif dalam menetapkan matlamat jangka masa pendek dan jangka masa panjang.
Sesi 2	Perubahan Pra Sesi (<i>Pre-session Changes</i>)	Mengenalpasti harapan, kepercayaan serta matlamat hidup
Sesi 3	Soalan Skala (<i>Scaling Questions</i>)	Mengetahui tahap keyakinan diri dan perubahan yang ingin dilakukan demi mencapai matlamat
	Menyoroti Pengecualian dan Mengenalpasti Solusi (<i>Highlighting Exceptions and Building Solutions</i>)	Mengenalpasti kelebihan masing-masing serta fokus pada masa depan Mencari pengecualian masalah yang sering terlepas pandang
Sesi 4	Penghargaan (<i>Compliments</i>)	Mengenalpasti kelebihan dan potensi masing-masing
	Menyoroti Pengecualian dan Mengenalpasti Solusi (<i>Highlighting Exceptions and Building Solutions</i>)	Mengenalpasti pencapaian yang pernah tercapai dan menghargai usaha dan kelebihan diri
Sesi 5	Soalan Mengatasi (<i>Coping Questions</i>)	Mengenalpasti daya tahan diri dan Solusi bagi mencapai matlamat masing-masing
	Soalan Keajaiban (<i>Miracle Question</i>)	Mencari langkah-langkah untuk berubah
	Soalan Susulan	meneroka implikasi keajaiban dalam kehidupan supaya berubah untuk masa depan

(Follow-up Questions)		
Sesi 6	Peneguhan (Compliments) Soalan Perhubungan (Relationship Questions)	memahami bahawa setiap individu adalah pakar dalam kehidupan masing-masing Memahami pandangan serta sokongan daripada orang lain
Sesi 7	Membantu ahli kumpulan dengan perkembangan tugas (Assisting Group Members With Task Development) Merancang dan bekerja untuk penamatan. (Planning and Working toward termination)	Menilai kesesuaian langkah/tingkah laku untuk mencapai matlamat. Bersedia untuk menamatkan sesi
Sesi 8	Soalan Skala (Scaling Questions) Peneguhan (Enchoring)	Berbincang untuk terus mencapai kemajuan Menyediakan kad pengesahan dan sijil penghargaan untuk diri sendiri Memperolehi peneguhan positif dan harapan

Populasi kajian ini adalah semua murid tahun empat seramai 200 orang. Murid tahun empat dipilih kerana pada peringkat ini murid bermula untuk memasuki ke peringkat pra-remaja iaitu pada umur 10 hingga 13 tahun dan pada peringkat ini murid menuju ke arah kematangan. Maka pada peringkat ini harga diri murid cenderung lebih muda diubah di masa kanak-kanak dan remaja (Guindon, 2010).

Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale diberikan kepada semua murid tahun empat sebagai ujian pra untuk mengenalpasti tahap harga diri mereka. Rosenberg Self-Esteem Scale mempunyai kebolehpercayaan yang sangat tinggi iaitu 0.93 (Arinkunto, 2011). Murid yang mempunyai tahap harga diri yang rendah sahaja dipilih sebagai sampel kajian. Murid tersebut diagihkan secara rawak kepada kelompok kawalan dan kelompok rawatan seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 2. Sampel kelompok rawatan dan kelompok kawalan tidak sama sebab pemilihan sampel dalam kajian ditentukan berdasarkan skor terendah harga diri *Rosenberg Self-Esteem Scale*. Kedua-dua kumpulan tersebut menjalani ujian pra (T1) dan ujian pasca (T2). Seterusnya pengkaji menjalankan rawatan (XI) iaitu penggunaan intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok selama 8 sesi pertemuan kaunseling kelompok SFBT terhadap kumpulan rawatan, di mana 4 sesi pertama adalah pertemuan kaunseling kelompok SFBT secara bersemuka. Manakala 4 sesi pertemuan kaunseling seterusnya adalah dijalankan secara dalam talian melalui penyediaan lembaran kerja. Murid-murid dalam kumpulan kawalan hanya mendapat pembelajaran biasa sepanjang tempoh masa tersebut. Selepas itu, murid-murid dalam kedua-dua kumpulan akan menjalani ujian pasca untuk mengenal pasti sama ada terdapat perubahan dalam tahap harga diri mereka.

Jadual 2 Reka Bentuk Ujian Pra-Pasca bagi Kumpulan Rawatan dan Kumpulan Kawalan

Kumpulan	Bilangan Murid (n)	Ujian Pra	Rawatan	Ujian Pasca
Kawalan	15	T1	-	T2
Perempuan	(10)			
Lelaki	(5)			
Rawatan	18	T1	XI	T2
Perempuan	(12)			
Lelaki	(6)			

Petunjuk :T1 – Ujian Pra; XI – Rawatan; T2 – Ujian Pasca

Keseluruhannya, kajian ini dijalankan selama tiga bulan di lokasi kajian bermula pada bulan Januari hingga bulan Mac 2020 seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 3. Pada bulan pertama, pengkaji menjalankan ujian pra dan agihkan murid kepada kumpulan kawalan dan kumpulan rawatan. Bulan kedua pula, pengkaji menjalankan intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok kepada kelompok rawatan manakala bulan ketiga, pengkaji menjalankan ujian pasca dan analisis keberkesanan intervensi SFBT.

Jadual 3 Tempoh Pelaksanaan Kajian

Bulan (2020)	Perkara
Januari	Ujian pra dan agihan kumpulan
Februari	Pelaksanaan Intervensi SFBT
Mac	Ujian Pasca dan analisis data

Dalam kajian ini, proses menganalisis data merangkumi dua jenis pendekatan iaitu kuantitatif dan kualitatif. Data yang dikumpul dengan menggunakan kaedah kuantitatif dianalisis dengan menggunakan perisian Statistical Package for Social Science (SPSS) versi 16.0. Bagi pendekatan kuantitatif menganalisis data statistik deskriptif untuk pengiraan min. Manakala bagi pendekatan kualitatif data dianalisis dengan menggunakan catatan ringkas, laporan sesi kaunseling kelompok dan lembaran kerja murid.

4.0 KEPUTUSAN

Bagi menentukan tahap harga diri murid, pengkaji mengikut tahap bagi setiap skor yang ditentukan oleh *Rosenberg Self-Esteem Scale* di mana skor 10-20 adalah tahap harga diri yang rendah, skor 21-30 ialah tahap harga diri yang sederhana manakala skor 31-40 rujuk kepada tahap harga diri yang tinggi. Jadual 4 menunjukkan tahap harga diri murid kumpulan kawalan dan kumpulan rawatan sebelum dan selepas menjalankan intervensi kaunseling kelompok SFBT. Ujian pra menunjukkan seramai 15 orang murid kumpulan kawalan dan 18 orang murid kumpulan rawatan mempunyai tahap harga diri yang rendah sebelum menjalankan intervensi SFBT. Dapatan menunjukkan bahawa terdapat perubahan dalam tahap harga diri murid kumpulan rawatan selepas menjalankan intervensi SFBT manakala kumpulan kawalan tidak ada segala perubahan dan kekal dengan tahap harga diri yang rendah. Ujian pasca menunjukkan terdapat dua orang murid kumpulan rawatan mempunyai tahap harga diri yang tinggi. Manakala 15 orang murid mempunyai tahap harga diri yang sederhana dan seorang murid memperoleh tahap harga diri yang rendah selepas menjalankan intervensi SFBT. Hal ini menunjukkan 17 orang murid mempunyai perubahan dalam tahap harga diri selepas menjalankan intervensi SFBT dan hanya seorang murid tidak ada perubahan dalam tahap harga diri selepas intervensi SFBT. Min keseluruhan bagi murid kumpulan rawatan sebelum menjalankan intervensi SFBT adalah 18.2222 manakala min bagi murid yang sama selepas menjalankan intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok adalah 24.2778. Data ini membuktikan bahawa terdapat perbezaan dalam bagi skor harga diri murid kumpulan rawatan sebelum dan selepas menjalankan intervensi kaunseling kelompok SFBT.

Jadual 4 Tahap Harga Diri Murid Kumpulan Rawatan dan Kumpulan Kawalan Sebelum (Ujian Pra) dan Selepas (Ujian Pasca) Intervensi SFBT

Kumpulan	Ujian Pra	Min	Ujian Pasca	Min
Kumpulan Kawalan	n:15 Rendah	18.2667	n: 15 Rendah	18.2667
Kumpulan Rawatan	n:18 Rendah	18.2222	n: 2 Tinggi n: 15 Sederhana n: 1 Rendah	24.2778

Jadual 5 Analisis Ujian T pada Harga Diri Murid Kumpulan Kawalan dan Kumpulan Rawatan Sebelum dan Selepas Intervensi Kaunseling Kelompok SFBT

Antara Kumpulan	Ujian T							
	Harga Diri	Min		Perbezaan	SD	t	df	Sig.(2- tailed)
		Sebelum	Selepas	Min				
Kumpulan Kawalan (n=15)		18.2667	18.2667	-	1.38791	-	-	-
Kumpulan Rawatan (n=18)		18.2222	24.2778	-6.0556	3.07690	-8.350	17	0.000*

*Tahap Signifikan $P < 0.05$

Jadual 5 memaparkan min harga diri murid kumpulan kawalan sebelum dan selepas kajian adalah sama, iaitu $M=18.2667$. Keputusan ini menunjukkan bahawa tiada perbezaan min harga diri murid pada kumpulan kawalan. Manakala min harga diri murid kumpulan rawatan sebelum intervensi adalah $M=18.222$ dan selepas intervensi telah meningkat ke $M=24.2778$. Analisis ujian T menunjukkan [$t(17)=-8.350$, $p < 0.05$], nilai $p = 0.000$ adalah lebih rendah daripada nilai $p < 0.05$. Oleh itu, pengkaji boleh menyimpulkan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara harga diri murid kumpulan rawatan sebelum dan selepas intervensi kaunseling kelompok SFBT. Sebaliknya tidak terdapat perbezaan bagi kelompok kawalan sebelum dan selepas kajian. Oleh itu, pengkaji menyimpulkan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara kumpulan rawatan dan kawalan sebelum dan selepas menjalankan intervensi kaunseling kelompok SFBT.

Jadual 5 menunjukkan analisis ujian Anova bagi kumpulan rawatan sebelum dan selepas intervensi. Pengkaji boleh menentukan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara harga diri murid kumpulan rawatan sebelum, selepas dan susulan intervensi kaunseling kelompok SFBT. Dapat dilihat bahawa nilai p adalah 0.000 dan lebih kecil daripada 0.05. Oleh itu, pengkaji boleh menyimpulkan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara harga diri murid kumpulan rawatan sebelum dan selepas intervensi SFBT.

Jadual 6 Harga Diri Murid Kumpulan Rawatan Sebelum (Ujian Pra) dan Selepas (Ujian Pasca) Intervensi SFBT

Dalam Group	Ujian Anova				
	Jumlah Kuasa Dua	df	Dataran Min	F	Sig.(2- tailed)
Sebelum Intervensi					
Selepas Intervensi	332.704	1.124	295.992	64.299	0.000*

$P < 0.05$

Jadual 6 di atas menunjukkan nilai F adalah 64.299, $P=0.000$ dan kurang daripada nilai $p < 0.05$. Hal ini bermakna terdapat perbezaan yang signifikan antara min sebelum, selepas dan susulan intervensi SFBT. Oleh itu, pengkaji membuktikan bahawa intervensi kaunseling kelompok SFBT memberi kesan terhadap harga diri murid kumpulan rawatan. Secara keseluruhannya hasil dapatan kajian rawatan berdasarkan analisis perbandingan min antara ujian pra dan ujian pasca didapati intervensi SFBT telah berjaya meningkatkan harga diri murid berbanding kumpulan kawalan.

Pengkaji membuat analisis kualitatif melalui hasil pemerhatian dan transkrip video rakaman sesi kaunseling kelompok. Daripada dua kaedah ini pengkaji dapat menilai keberkesanan intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok terhadap murid kumpulan rawatan. Pemerhatian dilakukan dengan memberi tumpuan kepada dua aspek iaitu reaksi dan penglibatan murid. Penglibatan murid dinilai dari segi kehadiran murid ke setiap sesi kaunseling kelompok dan tugas yang disiapkan oleh ahli kelompok pada setiap sesi. Jadual 7 meringkaskan kehadiran dan penglibatan ahli kelompok kaunseling rawatan.

Jadual 7 Kehadiran murid dalam sesi kaunseling kelompok SFBT dan peratusan melengkapkan lembaran kerja yang telah diberikan

Kumpulan Rawatan	Bilangan Murid (n) Peratusan (%)
Kehadiran	15 (100%)
	2 (75%)
	1 (50%)
Penyiapan Lembaran Kerja	16 (100%)
	1 (75%)
	1 (50%)

Kehadiran murid dalam sesi kaunseling kelompok adalah cukup baik dan kebanyakan murid telah menyiapkan semua lembaran kerja yang diadakan dalam setiap sesi. Hanya seorang murid sahaja mempunyai rekod kehadiran yang tidak memuaskan. Dapatan kajian kuantitatif juga menunjukkan bahawa murid tersebut memiliki tahap harga diri yang rendah sebelum dan selepas intervensi SFBT. Dapatan kuantitatif selari dengan dapatan kualitatif ini disebabkan kurang penglibatan dan inisiatif murid tersebut dalam membantu diri sendiri. Murid yang lain telah mengambil tindakan untuk memajukan diri sendiri maka terdapat perubahan dalam diri mereka.

Reaksi murid pula diperhatikan oleh pengkaji berdasarkan aspek *Rosenberg Self-Esteem Scale* iaitu fizikal, sosial dan prestasi ataupun pencapaian murid. Pengkaji telah melakukan pemerhatian sebelum dan selepas menjalankan intervensi SFBT melalui kaunseling kelompok seperti dinyatakan dalam Jadual 8. Maklumbalas daripada ahli kumpulan rawatan sebelum dan selepas menjalani intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok dikumpul melalui catatan ringkas, laporan sesi kaunseling kelompok serta lembaran kerja murid.

Jadual 8 Pemerhatian Harga Diri Fizikal, Sosial serta Prestasi Harga Diri berdasarkan pemerhatian

SEBELUM INTERVENSI	SELEPAS INTERVENSI
<p>Harga Diri Fizikal Tidak suka terhadap diri sendiri sebab tubuh badan yang tidak cantik.</p>	<p>Harga Diri Fizikal Mula untuk menyukai diri sendiri. Menerima diri yang sebenar seperti tubuh badan, berat badan dan warna kulit.</p>
<p>Harga Diri Sosial Menganggap orang pandai sahaja mempunyai kelebihan dan potensi. Takut untuk memberi pendapat depan orang ramai.</p>	<p>Harga Diri Sosial Percaya bahawa setiap individu adalah unik. Setiap individu mempunyai kelebihan dan potensi yang tersendiri. Boleh memberi pendapat depan orang ramai seperti kawan-kawan dan guru.</p>
<p>Prestasi Harga Diri Tidak percaya terhadap diri sendiri Tidak berani dan yakin untuk meluahkan pendapat. Sukar untuk mengambil tindakan secara wajar. Menganggap dirinya tidak mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu. Mempunyai tanggapan yang negatif tentang diri sendiri.</p>	<p>Prestasi Harga Diri Mempunyai keyakinan diri dan percaya terhadap diri sendiri. Boleh melakukan sesuatu tanpa bergantung kepada orang lain. Boleh membuat keputusan. Berusaha untuk mencapai matlamat yang telah ditetapkan. Mencari penyelesaian secara sendiri.</p>

Pengkaji dapat dinilai keberkesanan intervensi SFBT berdasarkan petikan transkrip rakaman video sesi kaunseling kelompok. Terdapat beberapa contoh perbualan yang dipetik daripada rakaman video sesi kaunseling kelompok menunjukkan perubahan yang berlaku dalam diri murid kumpulan rawatan semasa menghadiri kaunseling kelompok. Sebagai contohnya ahli kelompok dalam kumpulan dapat memerhatikan perubahan yang berlaku dalam diri ahli yang lain seperti kesungguhan murid untuk meluahkan pendapat dengan berani, aktif di dalam kelas, berusaha untuk mengenal diri sendiri, mempunyai semangat untuk mencapai matlamat dan ahli kelompok memberi semangat antara satu sama lain. Berikut adalah contoh petikan transkrip rakaman video sesi kaunseling.

Transkrip 1:

Ahli Kelompok 1: "Sebelum ini dia (rujuk Ahli Kelompok 5) tak berani jawab soalan cikgu di dalam kelas sekarang mula jawab dan beri pendapat, lepas tu rajin buat kerja."

Ahli Kelompok 8: "Betul cikgu saya pun perasan". Ahli Kelompok 5 (AK5) dah mula jadi murid aktif di dalam kelas".

Hal ini menunjukkan bahawa terdapat perubahan dalam diri AK5 dari aspek harga diri Sosial. Sebelum ini AK5 tidak berani untuk meluahkan sesuatu pendapat depan kawan-kawan lain di dalam kelas. Semasa memberikan intervensi SFBT ianya mula berubah dan AK5

mempunyai keyakinan diri untuk bercakap dan memberi pendapat depan kelas. Apabila pengkaji menganalisis hasil kandungan lembaran kerja yang telah dibuat oleh AK5 semasa menjalankan sesi kaunseling kelompok. Hasil lembaran kerja memberikan bukti yang kukuh tentang kesan intervensi SFBT yang membawa perubahan dalam diri murid. Lembaran kerja murid kumpulan rawatan dianalisis dari segi kandungannya iaitu cara jawapan yang telah ditulis oleh murid semasa menjawab lembaran kerja. Daripada dapatan lembaran kerja kerja pengkaji dapat mengetahui bahawa matlamat R5 adalah untuk menjadi murid yang aktif di dalam kelas. Maka AK5 mengambil tindakan ke arah untuk mencapai matlamat yang ditentukan. Lembaran Kerja murid boleh dirujuk dalam lampiran I.

Transkrip 2:

Ahli Kelompok 2: "Sebenarnya saya juga mempunyai bakat saya tersendiri. Saya pernah mendapat johan dalam pertandingan master chef cikgu. Sebelum ini saya fikir saya tiada ada apa-apa kelebihan dalam diri saya".

Ahli Kelompok 6: "Betul. Saya juga telah mendapat tempat kedua dalam pertandingan melukis poster. Sebelum ini saya pun fikir yang sama saya adalah orang yang tidak berguna baru saya sedar setiap seorang kita ni memiliki kelebihan masing-masing".

Petikan transkrip rakaman video sesi kaunseling di atas menjelaskan bahawa intervensi SFBT membantu murid untuk melihat kelebihan diri mereka yang terlepas pandang oleh ahli kelompok sebelum ini. Daripada sesi kaunseling kelompok ini ahli kelompok mengenalpasti kelebihan yang terpendam dalam dirinya. Dengan meneroka kelebihan ahli kelompok mula untuk menghargai diri sendiri dan sedar sebenarnya mereka adalah bukan seorang yang tidak berguna malah setiap orang mempunyai potensi yang berbeza. Hal ini secara langsung meningkatkan harga diri mereka ke suatu tahap yang tinggi. Tingkah laku positif ini memberi semangat kepada ahli kelompok yang lain juga untuk berubah ke arah yang lebih baik dari sebelumnya.

Secara keseluruhannya, pemerhatian dan petikan transkrip rakaman video sesi kaunseling menjelaskan bahawa perubahan berlaku dalam diri ahli kelompok secara berperingkat. Maka disini pengkaji menyimpulkan hasil dapatan kualitatif mengenai intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok dapat memberi kesan positif dan berjaya meningkatkan harga diri murid kelompok rawatan.

■ 5.0 PERBINCANGAN DAN CADANGAN

Tahap Harga Diri Dalam Kalangan Murid Sekolah Rendah

Tahap harga diri seseorang murid bergantung kepada cara individu tersebut menilai dirinya sendiri. Kajian ini menjelaskan tentang tahap harga diri dalam kalangan murid sekolah rendah telah berubah pada tahap harga diri yang rendah ke sederhana dengan menjalankan intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok. Sehubungan dengan ini kajian Sorenson (2006), memberi pendapat bahawa terdapat perubahan dalam tahap harga diri seseorang individu apabila individu tersebut mula menerokai potensi dan kelebihan diri dan menguasai lebih banyak kemahiran dalam kehidupan mereka.

Kajian ini mempunyai persamaan dengan kajian Chua (2012) di mana harga diri dilihat sebagai konstruk yang menjadi perantara antara keupayaan dan pencapaian; harga diri boleh mempengaruhi pencapaian dan prestasi boleh mempengaruhi tahap harga diri. Ini yang menyebabkan murid yang mempunyai tahap harga diri yang rendah kurang berjaya di peringkat sekolah. Oleh itu, intervensi ataupun program-program yang memberi peluang kepada murid untuk meneroka perlu diadakan di sekolah. Dengan ini murid dapat meningkatkan tahap harga diri mereka ke suatu tahap yang tinggi dari sebelumnya (Aunillah, 2015).

Dari sudut yang berbeza, dapatan kajian analisis kualitatif ini juga mempunyai persamaan dengan kajian yang dijalankan oleh Coleman (2013) yang menegaskan bahawa rakan sebaya mempengaruhi tahap harga diri murid. Hal ini kerana murid meluangkan lebih banyak masa dengan kawan dan kerap berinteraksi antara satu sama lain jika dibandingkan dengan ibu bapa. Biasanya murid yang menerima penerimaan dan sokongan daripada rakan sebaya untuk tindakan yang baik mempunyai harga diri yang tinggi. Murid berasa yakin dan berani apabila mereka dapat sokongan dan pendapat yang baik daripada kawan-kawan. Hal ini meningkatkan kepercayaan serta tanggapan yang positif terhadap diri sendiri. Sebaliknya murid yang menyetepikan ataupun dipinggirkan daripada kawan-kawan di sekolah mempunyai tahap harga diri yang rendah kerana murid tersebut tidak mempunyai sokongan daripada rakan sebaya (Smith, Cowie & Blades, 2011). Oleh itu, pihak tertentu seperti sekolah, guru dan ibu bapa perlu mengambil inisiatif bagi menyeimbangkan tahap harga diri dalam kalangan murid sekolah rendah demi menjaga kesejahteraan mental, emosi dan sahsiah.

Pengaplikasian Intervensi Sfbt Dalam Kalangan Murid Sekolah Rendah

Pengaplikasian Intervensi SFBT didapati telah berjaya meningkatkan harga diri murid kumpulan rawatan. Kajian ini selari dengan kajian lepas yang dijalankan oleh Metcalf (2008), menyatakan bahawa semua murid mempunyai keupayaan untuk berjaya dalam kehidupan tetapi kebanyakan murid memerlukan seseorang untuk memberi semangat dan percaya pada diri mereka terutamanya bagi murid yang tidak dapat untuk identifikasi potensi mereka sendiri. Kajian ini mempunyai persamaan dengan kajian yang dijalankan oleh Mulawarman (2014) dan Manis (2014), untuk melihat pengaplikasian SFBT bagi meningkatkan harga diri murid dengan menjalankan reka bentuk eksperimen. Dapatan kajian ini mendapati bahawa intervensi SFBT mempunyai kesan terapeutik untuk meningkatkan harga diri pelajar. Maka dengan menggunakan intervensi SFBT kaunselor boleh membantu murid-murid seperti ini untuk meneroka kelebihan yang terpendam dalam diri mereka. Oleh itu, intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok menjadi satu pendekatan yang efektif bagi kaunselor sekolah untuk mewujudkan pemikiran yang positif seperti semua murid mempunyai potensi untuk berjaya dalam kehidupan.

Dapatan kajian kualitatif juga menegaskan bahawa intervensi SFBT melalui perkhidmatan kaunseling kelompok dapat membantu murid untuk mengenalpasti kekuatan yang terpendam dalam diri mereka, meningkatkan keyakinan diri, membuka minda untuk berfikir pelbagai alternatif bagi menyelesaikan sesuatu masalah serta menguasai kemahiran sosial. Sehubungan dengan ini, dapatan kajian yang diperoleh oleh Kristina (2015), melaporkan bahawa pendekatan SFBT dan mesej utama dalam filem Disney mengabungkan dengan tema mencari matlamat dan harapan dalam kehidupan dapat mempengaruhi seluruh iklim sekolah terutamanya dalam mengenali kekuatan murid. Melalui penjonolan watak-watak yang positif dalam kerjaya atau hubungan keluarga, dapat mempengaruhi sifat murid.

Dapatan kajian ini juga mempunyai persamaan dengan kajian Johnny (2009), menegaskan bahawa sekolah-sekolah yang menggunakan pendekatan SFBT dapat melahirkan murid yang boleh mengikuti dan mengetahui cara merealisasikan impian mereka secara realistik. Pendapat ini disokong oleh Marcella (2014), kaunselor sekolah yang akan sentiasa menggunakan intervensi SFBT dalam persekitaran

sekolah dan ianya sangat berguna untuk murid-murid sekolah. Menurut Sklare (2015), penggunaan SFBT sangat diperlukan dalam pengurusan sekolah kerana kaunselor sekolah yang sering bertanggungjawab atas masalah yang dihadapi oleh murid di sekolah. Maka di sini boleh disimpulkan bahawa intervensi SFBT memberi kesan yang efektif terhadap murid sekiranya kaunselor dapat menggunakan dengan cara yang sesuai kepada murid yang memerlukan bantuan daripada kaunselor. Tinjauan kajian lepas secara sistematik (Hsu, Eads, Lee & Wen, 2021) juga menunjukkan SFBT berkesan untuk menangani masalah tingkah laku dalam kalangan kanak-kanak dan remaja dan sesuai digunakan pada peringkat awal sebelum masalah menjadi lebih serius (Bond, et al., 2013).

SFBT boleh dijadikan sebagai panduan kepada kaunselor yang berada di sekolah kerana SFBT merupakan satu intervensi kaunseling yang sangat fleksibel dan boleh diaplikasikan secara efektif atas murid dan pelajar di sekolah (Franklin & Belciug, 2015). Tambahan pula, SFBT ini sesuai dan boleh diaplikasikan di negara-negara Asia walaupun teori ini diperkenalkan dan banyak digunakan di negara-negara Barat. Hal ini kerana SFBT fokus kepada penyelesaian masalah, mempunyai analisis yang minima dan melaksanakan pendekatan yang positif dalam membantu klien. Oleh itu, teori ini sesuai kepada pelbagai budaya, agama, bangsa dan umur. Seterusnya, SFBT membantu kaunselor mengidentifikasi masalah murid di peringkat awal dan boleh memberikan intervensi yang efektif dengan cepat dan tidak mengambil masa yang agak lama seperti intervensi kaunseling tradisional yang lain seperti psikoanalitik. Hal ini kerana SFBT mempunyai pelbagai teknik seperti soalan skala (*scaling questions*), soalan keajaiban (*miracle questions*), pengecualian (*exceptions*) yang digunakan oleh kaunselor untuk membuka minda murid dan mencari penyelesaian kepada sesuatu masalah. Walaupun pendekatan SFBT seolah-olah banyak menggunakan pelbagai persoalan, tetapi ia tidak terhad kepada penyelesaian sesuatu isu malah lebih kepada pengaplikasian kekuatan seseorang demi mencapai matlamat masing-masing melalui pelbagai cara secara kreatif dan flexible (Franklin & Belciug, 2015). Oleh itu, teori SFBT sangat sesuai bagi kaunselor sekolah untuk membimbing murid bagi menyelesaikan masalah mereka secara sendiri.

Kajian ini hanya berfokus kepada keberkesanan modul SFBT terhadap pemboleh ubah aspek psikologi iaitu harga diri. Cadangan kajian seterusnya boleh dilakukan terhadap pemboleh ubah yang berbeza ataupun penggabungan pelbagai aspek perkembangan yang lain seperti motivasi, asertif, dan kecerdasan emosi atau yang bersesuaian dengan sasaran sampel dan keperluan masa. Seterusnya pengkaji yang akan datang boleh melakukan kajian tentang peningkatan harga diri dengan menggunakan intervensi SFBT dengan menggunakan sampel yang berbeza dan meneliti pemboleh ubah yang lain seperti faktor keluarga, umur dan jantina.

Kajian eksperimental ini dilaksanakan dalam tempoh masa yang pendek iaitu tiga bulan sahaja. Dalam tiga bulan untuk melihat kesan yang tinggi adalah sesuatu perkara yang amat sukar. Hal ini kerana proses perkembangan individu mengambil masa yang panjang. Selain itu, intervensi SFBT hanya fokus pada aspek harga diri sahaja dan tidak melibatkan aspek perkembangan yang lain sedangkan intervensi SFBT boleh diaplikasikan untuk mencapai perubahan pada pelbagai aspek perkembangan individu dan juga mengatasi masalah yang pelbagai. Limitasi yang seterusnya ialah kajian kuasi eksperimen ini hanya dijalankan dalam sebuah sekolah kebangsaan di Pasir Gudang dan tidak dijalankan di sekolah jenis kebangsaan yang lain.

6.0 RUMUSAN

SFBT boleh dijadikan sebagai panduan kepada kaunselor yang berada di sekolah bagi meningkatkan harga diri murid kerana SFBT merupakan satu intervensi kaunseling yang sangat fleksibel dan boleh diaplikasikan secara efektif atas murid sekolah rendah. Tambahan pula, SFBT ini sesuai dan boleh diaplikasikan di negara-negara Asia walaupun teori ini diperkenalkan dan banyak digunakan di negara-negara Barat. Hal ini kerana SFBT fokus kepada penyelesaian masalah, mempunyai analisis yang minima dan melaksanakan pendekatan yang positif dalam membantu klien. Oleh itu, teori ini sesuai kepada pelbagai budaya, agama, bangsa dan umur. Seterusnya, SFBT membantu kaunselor mengidentifikasi masalah murid di peringkat awal dan boleh memberikan intervensi yang efektif dengan cepat dan tidak mengambil masa yang agak lama seperti intervensi kaunseling tradisional yang lain seperti psikoanalitik.

Sebagai kesimpulan, kajian ini dapat memberi sumbangan dari segi aspek psikologi dan bimbingan kepada murid yang memerlukan bantuan daripada kaunselor sekolah. Pendekatan SFBT dan kaunseling kelompok yang digunakan sebagai strategi dalam kajian ini memberikan manfaat kepada murid yang terlibat. Segala aktiviti yang digunakan dalam kajian ini diharapkan menjadi panduan kepada kaunselor sekolah dalam memberikan perkhidmatan kaunseling dengan lebih berkesan. Diharapkan usaha-usaha seperti ini dapat meningkatkan bidang profesion bimbingan dan kaunseling di negara kita dan memberikan penekanan kepada murid sekolah rendah.

Penghargaan

The authors would like to thank Ministry of Education Malaysia (KPM), Johor State Education Department (JPNJ) and Universiti Teknologi Malaysia (UTM) for their support in making the project possible. This work was supported by School of Education, Faculty of Social Sciences and Humanities, UTM.

References

- Abdul Rahman Khalid. (2013). *Keberkesanan Model Kaunseling Kelompok Berstruktur terhadap Perhargaan Kendiri dan Motivasi Pelajar*. Pendidikan dan Pembangunan Manusia: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Amin Baratian, Arman Salimi, Farideh Moghim, Mohammad Shakrami & Reza Davainiya. (2016). The Effect of Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) on Increasing Self-Esteem in Female Students. *Iranian Journal of Nursing Research*, 11(4), 57-65.
- Arlin Rusandi & Ali Rachman (2014). Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solution Focused Brief Therapy) untuk Meningkatkan *Self Esteem* Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling FKIP UNLAM Banjarmasin. *Al 'Ulum Jurnal Pendidikan Islam*, 62(4), 22-28
- Aunillah, F., & Adiyanti, M., G (2015). Program Pengembangan Keterampilan Resiliensi untuk Meningkatkan Self-esteem pada Remaja. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*. 1(1). 48-63.
- Baumeister, R.F., Campbell, J.D., Krueger, J.I. & Vohs, K.E (2003). Does High Self Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1). 1-44.

- Bond, C., Woods, K., Humphrey, N., Symes, W., & Green L. (2013). Practitioner Review: The Effectiveness of Solution Focused Brief Therapy with Children and Families: A Systematic and Critical Evaluation of the Literature From 1990-2010. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(7), 707-23. doi: 10.1111/jcpp.12058.
- Catur, (2017). *Penggunaan Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Melalui Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*. Indonesia : Universitas Lampung.
- Chua, M., Prihadi K., (2012). Student's Self Esteem at School : The Risk, the Challenge and the Cure. *Journal of Education and Learning*, 6 (1), 1-14.
- Corey, L.M (2008). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California:Brook/Cole Publishing Co.
- Coleman, P.K. (2003). Perception of Parent-Child Attachment, Sosial Self Efficacy, and Peer Relationship in Middle Childhood. *Infant and Child Development*, 12, 351-368.
- Franklin, C. & Belciug, C. (2015). *Solution-Focused Brief Therapy in Schools*. Encyclopedia of Social Work.
- Hsu, K.S., Eads,R., Lee, M.Y. & Wen, Z. (2021). Solution-Focused Brief Therapy for Behavior Problems in Children and Adolescents: A Meta-Analysis of Treatment Effectiveness and Family Involvement. *Children and Youth Services Review*, 120, 1-12.
- Gomez, Martin Omar. (2010). *School Culture and Perfomance At Different Middle Level Structures*. University Of California. Amerika.
- Guindon, M.H.(2010). *Self Esteem Across The Lifespan*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Jamaludin Ahmad. (2005). Kesahan, Kebolehppercayaan dan Keberkesanan Modul Program Maju Diri ke Atas Motivasi Pencapaian di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah Negeri Selangor. Tesis PhD. Universiti Putra Malaysia.
- Johnny.S.Kim & Cynthia.F.(2009). Solution-Focused Brief Therapy in Schools: A Review of the Outcome Literature. *Journal Homepage. Children and Youth Services Review* 31, 464-470.
- Kristina Grundmanis & Adriana Wissel, (2015). Solution-Focused Dreams: The Disney Approach to School Counseling. *ACA Knowledge Center. Counselling.org/knowledge- center/vistas*.
- Manis, A.P. (2014). *Penerapan Solution Fokus Brief Therapy (SFBT) untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI Bahasa SMA AL-ISLAM Krian*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Marcella D. Stark & Rick Bruhn, (2014). Practicum Student Experiences of Solution-Focused Supervision: A Pilot Study. *ACA Knowledge Centre counselling.org/knowledge- centre/vistas*
- Malhotra, R. & Suri, S. (2020). Efficacy of Solution Focused Brief Therapy on Self-concept of Bullied Adolescents. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(5), 3930-3936.
- McLeod, J. (2007). *Counselling Skills*. New York: Open University Press.
- Metcalf, L. (2008). *Counselling Toward Solutions: A Practical-Solution-Focused Program for Working with Students, Teachers and Parents*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Mohd Majid (2000), *Kaedah Peyelidikan Pendidikan, Edisi ke-5*. Kuala Lumpur: Dewan bahasa dan Pustaka.
- Nur Islamiah, Dini P.Daengsari & Fenny Hartiani.(2015). Cognitive Behavior Therapy untuk Meningkatkan Self-Esteem pada Anak Usia Sekolah. *Fakulti Psikologi:Universiti Indonesia*.
- Skalre, G.B. (2005). *Brief Counselling That Works : A Solution-Focused Approach for School Counselors and Administrators*. Thousand Oaks, California: Corwin Press & The American School Counselor Association.
- Smith, Cowie & Blades, (2011). *Understanding Children's Development 6th Edition*. Chichester, United Kingdom
- Sobhy, M.,& Cavallaro.M. (2010). *Solution Focused Brief Counseling in Schools: Theoretical Perspectives and Case Application to an Elementary School Student*. Retrieved from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_81.pdf. Accessed date: 14 December 2019.
- Sorenson, M.J (2006). *Breaking the Chain of Low Self Esteem, Second Edition*. USA: Wolf Publishing Co.
- Suldo, S. M., Huebner, E. S., SM, S., & ES, H. (2006). Is Extremely High Life Satisfaction during Adolescence Advantageous? *Social Indicators Research*, 78(2), 179-203.
- Zainol Abidin Bin Ishak, (2013). *Kesan Modul Kaunseling Kelompok Penyesuaian Remaja Terhadap Motivasi, Asertif, Empati, Harga Diri dan Kecerdasan Emosi dalam Kalangan Pelajar Salah Laku Disiplin*. Pendidikan dan Pembangunan Manusia: Universiti Pendidikan Sultan Idris.