



Address : Tuesday Block No. 76 Rt/Rw  
01/003 Jatitengah Village, Jatitujuh  
District, Majalengka Regency, West Java  
Email : arjijournal@gmail.com  
Contact : 0821-4250-1527

Available at:  
<https://journal.nahnuinisiatif.com/index.php/ARJI>

Volume 7 Number 4 Year 2025

 DOI : 10.61227

 E-ISSN : 2775-0787

 P-ISSN : 2774-9290



2701- 2711

## Building Confidence, Reducing Anxiety: Solution-Focused Brief Therapy for Career Indecision in High School Students

Artikel dikirim :


2025-09-10

Artikel diterima :

2025-09-24

Artikel diterbitkan :

2025-10-01

 Tintan Evriani<sup>1\*</sup>, Herdina Indrijati<sup>2</sup>

 <sup>1,2</sup> Universitas Airlangga

 Email Correspondence : tintanevriani.psych@ gmail.com

### Kata Kunci:

career indecision, siswa SMA, Solution Focused Brief Therapy, konseling karier

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika career indecision pada siswa kelas XII serta mengevaluasi efektivitas intervensi psikologis yang diberikan. Subjek penelitian adalah SZ, siswi kelas XII SMA ITP Surabaya yang mengalami kebingungan dalam memilih jurusan kuliah. Dalam kasus SZ, kebingungan dalam memilih jurusan dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal (rendahnya kepercayaan diri, kecemasan masa depan, dan keraguan akan kemampuan diri) dan faktor eksternal (tekanan orang tua, pengaruh teman sebaya, serta absennya layanan konseling karier di sekolah). Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen kasus tunggal (*single subject design*) dan teknik analisis grafik skor pre-test dan post-test. Data dianalisis secara deskriptif berdasarkan perubahan perilaku dari pra hingga pascaintervensi dengan mencakup tahapan asesmen berupa wawancara, observasi, dan tes psikologis (IST, EPPS, RMIB, tes grafis, dan *Career Decision Scale*), serta tahapan intervensi berupa konseling karier berbasis *Solution Focused Brief Therapy (SFBT)* dan psikoedukasi orang tua serta guru. Hasil asesmen menunjukkan bahwa *career indecision* SZ dipengaruhi oleh faktor internal seperti rendahnya kepercayaan diri, kecemasan terhadap masa depan, dan keraguan terhadap kemampuan diri, serta faktor eksternal seperti tekanan orang tua, pengaruh teman sebaya, dan ketiadaan layanan konseling karier di sekolah. *Intervensi Solution Focused Brief Therapy (SFBT)* yang dilakukan selama lima sesi berhasil meningkatkan kepercayaan diri SZ, mendorong eksplorasi informasi jurusan secara aktif, serta menurunkan kecemasan terhadap masa depan. Temuan ini menegaskan pentingnya layanan konseling karier di sekolah serta

---

dukungan keluarga untuk membantu siswa membuat keputusan karier yang lebih mandiri.

---

**Keywords:**

career indecision, high school students, Solution Focused Brief Therapy, career counseling

**Abstract:** This study aims to understand the dynamics of career indecision among twelfth-grade students and to evaluate the effectiveness of the psychological intervention provided. The subject of this research is SZ, a twelfth-grade student at SMA ITP Surabaya who experienced confusion in choosing a college major. In SZ's case, this indecision was influenced by a combination of internal factors (low self-confidence, anxiety about the future, and doubts about personal abilities) and external factors (parental pressure, peer influence, and the absence of career counseling services at school). The study employed a quantitative method with a single-subject experimental design and data analysis using graphical comparisons of pre-test and post-test scores. Data were analyzed descriptively based on behavioral changes from pre- to post-intervention, covering assessment stages such as interviews, observations, and psychological tests (IST, EPPS, RMIB, graphic tests, and the Career Decision Scale), as well as intervention stages involving career counseling based on Solution Focused Brief Therapy (SFBT) and psychoeducation for parents and teachers. The assessment results indicated that SZ's career indecision was shaped by both internal factors, such as low self-confidence, anxiety about the future, and self-doubt, and external factors, including parental pressure, peer influence, and the lack of school-based career counseling. The five-session SFBT intervention successfully enhanced SZ's self-confidence, encouraged active exploration of major-related information, and reduced anxiety about the future. These findings highlight the importance of school-based career counseling services and family support in helping students make more independent career decisions.

---

Copyright © 2025, Authors

This is an open-access article under the CC BY-NC-SA 4.0



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-nonCommercial-shareAlike 4.0 International Licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

## PENDAHULUAN

Pemilihan jurusan kuliah merupakan tugas perkembangan yang sangat penting bagi remaja akhir. Menurut teori perkembangan karier oleh Super (1990), masa SMA kelas XII termasuk dalam tahap eksplorasi, yaitu fase di mana individu mulai mengidentifikasi minat, kemampuan, serta nilai yang dimilikinya untuk menentukan arah pendidikan dan karier. Keputusan ini bersifat krusial karena menjadi fondasi bagi perkembangan karier di masa depan. Namun, kenyataannya tidak semua siswa mampu menentukan pilihan dengan jelas. Sebagian besar justru mengalami kebingungan, kecemasan, bahkan penurunan motivasi belajar ketika dihadapkan pada tuntutan untuk memilih jurusan kuliah. Kondisi ini dikenal sebagai *career indecision*. Fenomena *career indecision* tidak hanya berdampak pada aspek akademik, tetapi juga memengaruhi kesejahteraan psikososial siswa. Mereka yang mengalami kebingungan karier sering memperlihatkan penurunan konsentrasi belajar, kecemasan terhadap masa depan, hingga gejala psikologis seperti menarik diri atau berkurangnya kepercayaan diri. Dalam konteks Indonesia, permasalahan ini semakin kompleks karena siswa tidak hanya mempertimbangkan minat dan kemampuan pribadi, tetapi juga harus menyesuaikan diri dengan ekspektasi keluarga, norma budaya kolektivistis, serta tekanan sosial dari lingkungan sekitarnya (Zulfahmi & Andriany, 2021)

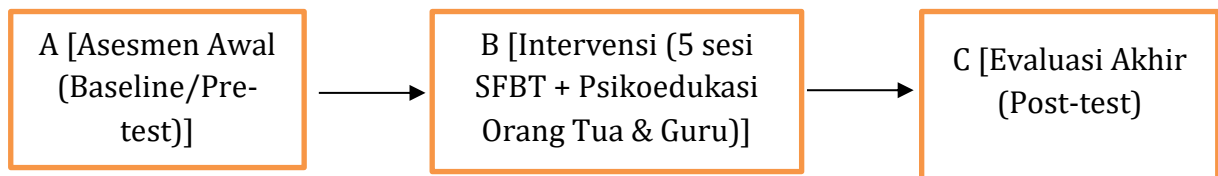
Selain faktor budaya, sistem pendidikan di Indonesia turut berkontribusi terhadap munculnya *career indecision*. Keterbatasan layanan konseling karier di sekolah menengah membuat banyak siswa harus mencari informasi mengenai jurusan dan perguruan tinggi secara mandiri. Padahal, sebagian besar dari mereka belum memiliki keterampilan eksplorasi karier yang memadai untuk membuat keputusan secara tepat. Kesenjangan antara tuntutan perkembangan dengan dukungan yang tersedia inilah yang memunculkan kebingungan, keraguan, hingga kegagalan transisi dari jenjang sekolah menengah menuju pendidikan tinggi atau dunia kerja (Nirmala, Susilo & Suryawati, 2023). Pentingnya pemilihan karier yang matang pada siswa SMA semakin jelas jika dikaitkan dengan tahapan perkembangan usia 15–24 tahun sebagai fase eksplorasi (Dwatra & Adri, 2023) Namun, penelitian menunjukkan bahwa banyak siswa kelas XII masih mengalami kebingungan dalam menentukan arah karier, sehingga memunculkan urgensi untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab serta dampaknya (Hadiyati & Astuti, 2023; Iswahyudi dkk., 2023).

Faktor internal seperti rendahnya *self-efficacy*, kecemasan terhadap masa depan, dan konflik identitas, berpadu dengan faktor eksternal berupa tuntutan keluarga, norma sosial, serta keterbatasan informasi karier (Mauraji & Matuzahroh, 2024; Risnasari & Basuki, 2020). Kondisi ini menegaskan bahwa *career indecision* merupakan fenomena multidimensional yang membutuhkan perhatian serius, khususnya pada siswa kelas XII SMA yang berada di ambang keputusan penting mengenai jalur pendidikan maupun profesional. Meskipun telah banyak penelitian mengenai *career indecision*, sebagian besar studi lebih menekankan faktor internal individu, sementara integrasi antara faktor internal dan eksternal dalam konteks budaya kolektivistis masih terbatas (Fidan & Nas, 2021). Selain itu, kajian mengenai intervensi yang efektif untuk mengatasi kebingungan

karier siswa SMA di Indonesia juga masih jarang dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menggambarkan dinamika *career indecision* secara komprehensif sekaligus mengevaluasi intervensi konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Dalam konteks ini, *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) menawarkan pendekatan intervensi yang menjanjikan. SFBT berfokus pada kekuatan dan sumber daya yang dimiliki individu, serta mengarahkan mereka untuk membangun solusi konkret daripada berfokus pada akar masalah (Haron dkk., 2020; Archuleta dkk., 2015). Pendekatan ini menekankan pencapaian tujuan jangka pendek, penguatan harapan, serta identifikasi keberhasilan kecil yang dapat memotivasi individu untuk mengambil langkah lebih lanjut (Reddy dkk., 2015; Johnson., & Peabody, 2016). Efektivitas SFBT telah terbukti dalam berbagai isu psikologis, termasuk kecemasan dan depresi, serta mendapat dukungan dari tinjauan sistematis dan meta-analisis lintas konteks budaya (Zak & Pékala, 2024). Dengan demikian, penerapan SFBT diharapkan dapat membantu siswa kelas XII SMA yang mengalami *career indecision* untuk lebih percaya diri dalam mengeksplorasi pilihan, mengidentifikasi kekuatan diri, dan membuat keputusan karier yang lebih adaptif.

## METODE PENELITIAN



**Gambar 1. Design Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen kasus tunggal (single subject design) dan teknik analisis grafik melalui skor pre-test dan post-test. Metode kuantitatif dengan desain eksperimen kasus tunggal (*single subject design/SSD*) digunakan karena fokus utamanya adalah memahami dinamika *career indecision* pada individu tertentu secara mendalam sekaligus mengevaluasi efektivitas intervensi psikologis yang diberikan. Metode ini dipilih karena mampu menggambarkan perubahan perilaku subjek dari fase pra hingga pascaintervensi melalui analisis grafik yang jelas. Selain itu, desain eksperimen kasus tunggal sesuai digunakan dalam konteks konseling di sekolah yang umumnya terbatas dari segi jumlah konselor maupun subjek, sehingga penelitian dapat dilakukan secara lebih praktis namun tetap sistematis. Data dianalisis secara deskriptif dengan melihat perubahan perilaku dari pra hingga pascaintervensi.

Subjek penelitian adalah seorang siswi berusia 17 tahun, berinisial SZ, yang duduk di kelas XII SMA ITP Surabaya. Subjek penelitian dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yaitu seorang siswi kelas XII yang mengalami *career indecision* ditunjukkan melalui hasil asesmen berupa wawancara, observasi, serta tes psikologis (IST, EPPS, RMIB, tes grafis,

dan *Career Decision Scale* diadaptasi oleh Dharma & Akmal (2019) yang mengacu dari Osipow, (1987) skala kuesioner digunakan untuk mengukur anteseden yang berbeda dari keragu-raguan dalam memutuskan pendidikan dan/atau kejuruan). Berdasarkan hasil asesmen, intervensi dilaksanakan dengan pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) melalui lima sesi konseling individual). Subjek juga sedang berada pada fase perkembangan karier tahap eksplorasi menurut teori Super, sehingga menghadapi tuntutan nyata untuk menentukan jurusan kuliah. Selain itu, subjek bersedia menjalani proses intervensi serta mendapatkan dukungan dari orang tua dan guru dalam tahapan psikoedukasi. Dari segi representativitas, meskipun penelitian hanya melibatkan satu individu, kasus ini dianggap mewakili fenomena umum yang banyak dialami oleh siswa SMA yang menghadapi kebimbangan dalam menentukan arah pendidikan dan karier. Oleh karena itu, hasil penelitian memberikan gambaran mendalam yang bermanfaat sebagai rujukan praktis bagi konselor sekolah maupun pihak terkait.

### Tahapan Intervensi

Intervensi pada SZ dilaksanakan dalam lima sesi konseling individual dengan pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT). Setiap sesi memiliki fokus dan tujuan berbeda, yang secara bertahap diarahkan untuk mengurangi *career indecision* dan meningkatkan kepercayaan diri SZ dalam mengambil keputusan karier.

**Tabel 1. Tahapan Intervensi: Sesi, Tujuan, dan Deskripsi Kegiatan**

Sesi	Tujuan	Deskripsi Kegiatan
1. Pembangunan Rapport & Identifikasi Tujuan	Membangun hubungan terapeutik dan merumuskan tujuan jangka pendek	Konselor membangun kepercayaan, mengeksplorasi kebingungan karier, dan menggunakan teknik goal setting untuk menyusun tujuan realistis.
2. Eksplorasi Harapan dengan Miracle Question	Membantu SZ membayangkan kondisi ideal bila kebingungan karier teratasi	Konselor mengajukan miracle question untuk mendorong SZ menggambarkan masa depan dan arah karier yang sesuai minatnya.
3. Scaling & Penguatan Kemajuan	Mengidentifikasi perubahan kecil dan memberikan penguatan positif	SZ diminta menilai posisinya dalam pengambilan keputusan dengan skala 1–10. Konselor menekankan kemajuan kecil dan memberikan penguatan.
4. Exception-Finding & Strategi Coping	Menggali pengalaman sukses sebelumnya untuk meningkatkan keyakinan diri	Konselor menggunakan teknik exception-finding untuk menyoroti keberhasilan SZ dalam mengambil keputusan penting di masa lalu.

Sesi	Tujuan	Deskripsi Kegiatan
5. Evaluasi, Rencana Tindak Lanjut & Penutup	Mengevaluasi perkembangan dan menyusun rencana tindak lanjut	Konselor dan SZ meninjau hasil, menyusun langkah eksplorasi lanjutan (homework), dan menyepakati tindak lanjut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 2. Hasil Intervensi pada Setiap Sesi**

Sesi	Hasil yang Dicapai
1. Pembangunan Rapport & Identifikasi Tujuan	SZ mulai merasa nyaman dan berani mengungkapkan minat pribadi.
2. Eksplorasi Harapan dengan Miracle Question	SZ dapat membayangkan arah karier sesuai minat, yaitu bidang sains dan kesehatan.
3. Scaling & Penguatan Kemajuan	SZ menyadari kemajuan kecil, lebih percaya diri mencari informasi jurusan, dan berdiskusi dengan teman.
4. Exception-Finding & Strategi Coping	SZ menyadari kemampuan mengambil keputusan yang tepat di masa lalu, sehingga kepercayaan dirinya meningkat.
5. Evaluasi, Rencana Tindak Lanjut & Penutup	SZ mengalami penurunan kecemasan, meningkat inisiatif eksplorasi jurusan, dan memiliki strategi coping adaptif untuk keberlanjutan.

Pelaksanaan intervensi dilakukan secara bertahap melalui konseling individual berbasis dukungan emosional dan keterampilan belajar, diawali dengan asesmen mendalam melalui wawancara, observasi, dan tes psikologis. Hasil asesmen menunjukkan career indecision SZ dipengaruhi faktor internal (rendahnya kepercayaan diri, keraguan kemampuan diri, kecemasan terhadap masa depan) dan faktor eksternal (tekanan orang tua, pengaruh teman sebaya, serta ketiadaan layanan konseling karier di sekolah), dengan temuan tambahan berupa IQ rata-rata, kebutuhan tinggi akan pengakuan sosial, dan minat kuat pada bidang kesehatan. Intervensi menggunakan teknik *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) dengan strategi manajemen waktu, penetapan target kecil, penguatan motivasi intrinsik, serta pendampingan guru berupa monitoring capaian, diskusi reflektif, dan umpan balik positif. Setelah lima sesi, SZ menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, penurunan kecemasan, serta inisiatif lebih besar untuk mengeksplorasi jurusan kuliah secara mandiri.

**Tabel 3. Hasil Skala dari *Career Indecision***

<i>Career indecision</i>	Sebelum		Sesudah	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
	50	Tinggi	37	Rendah

Hasil pengukuran *Career Decision Scale* menunjukkan skor SZ menurun dari 50 (kategori tinggi kesulitan mengambil keputusan karier) menjadi 37 (kategori rendah) setelah intervensi. Perubahan ini menandakan intervensi berhasil menurunkan tingkat kebingungan karier dan meningkatkan kejelasan arah pilihan SZ. Secara perilaku, SZ mulai aktif mencari informasi jurusan dan perguruan tinggi secara mandiri serta lebih berani menyampaikan pendapat pribadi kepada keluarga. Selain itu, kondisi emosional SZ menjadi lebih stabil, ditandai dengan berkurangnya kecemasan dan reaksi berlebihan saat memikirkan masa depan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *career indecision* yang dialami SZ merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Dari sisi internal, SZ memperlihatkan rendahnya kepercayaan diri dan keraguan terhadap kemampuan diri, meskipun tes intelegensi menunjukkan kapasitas kognitif berada pada kategori rata-rata. Kondisi ini mengindikasikan adanya *self-efficacy* rendah, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas tertentu (Bandura, 1997). Temuan ini konsisten dengan penelitian Betz (2001) yang menegaskan bahwa rendahnya *career self-efficacy* merupakan salah satu prediktor utama munculnya *career indecision*. Selain itu, kecemasan terhadap masa depan juga menjadi faktor penting. SZ menunjukkan gejala kecemasan seperti menangis di malam hari karena takut salah jurusan dan merasa tertinggal dari teman sebaya. Kondisi ini sesuai dengan temuan Taylor dan Betz (1983) bahwa *career decision-making anxiety* dapat menghambat proses eksplorasi karier dan meningkatkan kebingungan karier.

Faktor eksternal yang dominan dalam kasus SZ adalah tekanan orang tua dan pengaruh teman sebaya. Harapan ibunya agar SZ memilih jurusan berbasis agama atau sosial bertolak belakang dengan minat SZ di bidang sains dan kesehatan. Konflik ini menimbulkan dilema yang memperburuk kebingungan SZ. Penelitian Tien (2005) di Tiongkok serta Leung (2002) menegaskan bahwa dalam budaya kolektivistis, keluarga memiliki pengaruh yang kuat dalam menentukan pilihan karier anak. Hal yang sama juga ditemukan di Indonesia (Wijaya & Syafruddin, 2021), di mana orang tua sering kali menempatkan aspirasi pribadi anak di bawah kepentingan keluarga. Dengan demikian, dinamika SZ memperlihatkan bahwa *career indecision* bukan hanya masalah individu, tetapi juga fenomena sosial-budaya.

Intervensi yang digunakan—*Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) lima sesi—relevan dengan bukti penelitian terbaru. Ulasan meta-analisis dalam satu dekade terakhir menunjukkan SFBT konsisten memberikan hasil positif lintas isu psikologis dan konteks pendidikan, serta efektif meningkatkan fungsi psikososial siswa. Pada kasus SZ, SFBT terbukti membantu membangun gambaran masa depan yang lebih jelas melalui teknik *miracle question*, serta meningkatkan kesadaran posisi dirinya dalam proses pengambilan keputusan melalui teknik *scaling*. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gingerich dan

Peterson (2013) yang menyatakan bahwa SFBT efektif meningkatkan optimisme, *self-efficacy*, dan mengurangi kecemasan pada remaja. Penelitian Khasanah (2020) di Indonesia juga mendukung bahwa penerapan SFBT secara signifikan dapat mengurangi *career indecision* pada siswa SMA.

Dari sisi mekanisme perubahan, literatur selama 10 tahun terakhir menegaskan bahwa efikasi diri dan harga diri berkorelasi negatif dengan *career indecision* dan positif dengan eksplorasi karier; efikasi diri juga memediasi hubungan harga diri–kesulitan pengambilan keputusan karier. Pada SZ, peningkatan kepercayaan diri setelah intervensi selaras dengan jalur mekanistik ini, sehingga wajar bila kecemasan berkurang dan perilaku eksplorasi (mencari informasi jurusan, berdiskusi dengan keluarga, hingga menginisiasi pencarian beasiswa) meningkat. Hal ini memperkuat interpretasi bahwa target intrapersonal berupa *self-efficacy* adalah kunci pengungkit dalam intervensi singkat berbasis SFBT. Keberhasilan intervensi juga ditunjang oleh adanya psikoedukasi kepada orang tua dan guru. Dengan meningkatnya pemahaman orang tua mengenai pentingnya dukungan eksplorasi karier mandiri, tekanan terhadap SZ berkurang sehingga ia merasa lebih leluasa untuk mengeksplorasi minatnya. Hal ini memperkuat pandangan Lent, Brown, dan Hackett (1994) dalam *Social Cognitive Career Theory* (SCCT) bahwa dukungan lingkungan berperan penting dalam memfasilitasi perkembangan karier remaja. Secara khusus, teori SCCT menekankan interaksi antara *self-efficacy*, harapan hasil, dan dukungan lingkungan dalam membentuk keputusan karier yang sehat.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa intervensi yang efektif untuk mengatasi *career indecision* perlu memperhatikan dua aspek utama. Pertama, penguatan faktor internal siswa melalui peningkatan *self-efficacy*, pengelolaan kecemasan, dan pembentukan kepercayaan diri. Kedua, pengelolaan faktor eksternal melalui keterlibatan keluarga serta penyediaan layanan konseling karier di sekolah. Integrasi kedua aspek ini akan memberikan peluang lebih besar bagi siswa untuk membuat keputusan karier yang mandiri, realistis, dan sesuai dengan potensi diri. Hasil intervensi pada SZ yang menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, penurunan kecemasan, serta inisiatif eksplorasi mandiri menjadi bukti bahwa kombinasi SFBT berbasis kekuatan pribadi plus dukungan ekosistem (keluarga–sekolah) adalah strategi yang paling prospektif untuk menurunkan *career indecision* pada siswa akhir SMA.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *career indecision* pada SZ, siswa kelas XII SMA ITP Surabaya, merupakan hasil interaksi antara faktor internal (rendahnya kepercayaan diri, keraguan terhadap kemampuan diri, dan kecemasan akan masa depan) serta faktor eksternal (tekanan orang tua, pengaruh teman sebaya, dan ketiadaan layanan konseling karier di sekolah). Intervensi dengan pendekatan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) terbukti efektif dalam meningkatkan keyakinan diri, menurunkan kecemasan, dan mendorong kemandirian eksplorasi karier. Temuan ini memberikan kontribusi penting bagi ilmu psikologi pendidikan dengan menegaskan bahwa penguatan faktor personal

harus berjalan beriringan dengan dukungan sistem sosial dan layanan konseling karier, sehingga siswa dapat mengambil keputusan karier yang lebih mandiri, realistis, dan sesuai potensi diri.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada satu subjek (kasus tunggal), sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Kedua, penelitian ini belum mempertimbangkan variabel lain seperti peran guru bimbingan konseling, kondisi sosial-ekonomi keluarga, maupun faktor budaya yang mungkin turut memengaruhi *career indecision*. Adapun penelitian lanjutan disarankan untuk menggunakan jumlah subjek yang lebih besar dengan desain penelitian kuasi-eksperimental atau longitudinal, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai efektivitas SFBT dalam konteks pengambilan keputusan karier. Selain itu, penelitian ke depan dapat mengeksplorasi integrasi SFBT dengan intervensi lain, misalnya pelatihan keterampilan eksplorasi karier atau konseling berbasis sekolah, guna memperluas cakupan pendekatan intervensi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Archuleta, K. L., Dale, A., & Spann, S. M. (2013). College students and financial distress: Exploring debt, financial satisfaction, and financial anxiety. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 24(2), 50–62
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman. Retrieved from Google Books.
- Betz, N. E. (2001). Career self-efficacy: Theory, research, and practice. *Journal of Career Assessment*, 9(3), 213–230.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510–526.
- 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.
- Khasanah, I. (2020). Efektivitas Solution Focused Brief Therapy untuk mengurangi career indecision pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16(2), 123–135.
- Leung, S. A. (2002). Career counseling in contexts: Theories and practices. *The Counseling Psychologist*, 30(4), 482–503.
- Osipow, S. H. (1987). *Manual for the Career Decision Scale*. Psychological Assessment Resources.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282–298.
- Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22(1), 63–81.
- Tien, H. L. S. (2005). The validation of the Career Decision-Making Difficulties Scale in a Chinese culture. *Journal of Career Assessment*, 13(1), 114–127.
- Wijaya, H., & Syafruddin, S. (2021). Career indecision pada siswa SMA di Indonesia: Tinjauan budaya kolektivis. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(1), 55–68.

- Yin, R. K. (2014). *Case study research: Design and methods* (5th ed.). Sage Publications.
- Dharma, G., & Akmal, S. Z. (2019). Career decision making self-efficacy dan career indecision pada mahasiswa tingkat akhir. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2(2), 1–19. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v2i2.14203>
- Dwatra, F. D., & Adri, Z. (2023). *High School Student's Career Indecision Reviewed Based on Major and Gender*. *Jurnal Neo Konseling*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.24036/00703kons2023>
- Fidan, V., & Nas, S. (2021). Career decision-making difficulties on high school students. *The Journal of International Educational Sciences*, 29(29), 1–18. <https://doi.org/10.29228/inesjournal.53964>
- 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.
- Hadiyati, M. A., & Astuti, B. (2023). Student Careers: What Factors Influence Career Choice? *Journal of Education Research and Evaluation*, 7(4), 608–614. <https://doi.org/10.23887/jere.v7i4.61686>
- Haron, R. A., Abu Bakar, A. Y., & Suranata, K. (2020). Application of solution-focused brief therapy (SFBT) to help clients with anxiety issues. *Bisma The Journal of Counseling*, 4(1), 16–20. <https://doi.org/10.23887/bisma.v4i1.24709>
- Johnson, D. B., & Peabody, M. A. (2016). Primary project: A play-based intervention for early childhood. In L. A. Reddy, T. M. Files-Hall, & C. E. Schaefer (2015) (Eds.), *Empirically based play interventions for children*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14730-002>
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying Social Cognitive Career Theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45, 79–112.
- Mauraji, F. R., & Ni' Matuzahroh. (2024). Factors that influence career decisions in adolescents: A systematic review. *International Journal of Research Publication and Reviews*, 5(7), 403–409. <https://doi.org/10.55248/gengpi.5.0724.1618>
- Nirmala, Y. T., Susilo, A. T., & Suryawati, C. T. (2023). Studi kepustakaan penerapan *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT) dalam bimbingan dan konseling. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 7(1), 18–26. <https://doi.org/10.20961/jpk.v%vi%i.72112>
- Risnasari, Z., & Basuki, A. T. (2020). Urgency of career understanding of high school students in making career decisions. In *Proceedings of the 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019) (Advances in Social Science, Education and Humanities Research, Vol. 462, pp. 120–122)*. Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.027>
- Schmit, E. L., Schmit, M. K., & Lenz, A. S. (2016). Meta-analysis of solution-focused brief therapy for treating symptoms of internalizing disorders.

- Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*.
- Žak, A. M., & Pečala, K. (2024). Effectiveness of solution-focused brief therapy: An umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *Psychotherapy Research*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/10503307.2024.2406540>
- Zulfahmi, A., & Andriany, D. (2021). Kematangan vokasional dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir. 9(2), 64–75. <https://doi.org/10.22219/COGNICIA.V9I2.15728>

