TSAQOFAH
Jurnal Penelitian Guru Indonesia

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

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

https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v4i3.2993

TEORI KONSELING PSIKOANALISIS: STUDI LITERATUR

Psychoanalytic Counseling Theory: A Literature Review

Bakhrudin All Habsy[1], Bunga Ragil Nabila Nafis[2], Cahya Emiliasari[3], Niken Mahara Ningtyas[4]
Universitas Negeri Surabaya
bakhrudinhabsy@unesa.ac.id; bunga.23046@mhs.unesa.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
May 11, 2024	May 14, 2024	May 17, 2024	May 20, 2024

Abstract

Psychoanalytic Counseling is one of the counseling methods that uses psychiatric concepts to help individuals overcome psychiatric/mental/personality problems. The writing of this article discusses the theory of psychoanalytic counseling as a counseling method in solving problems faced by each individual. The method used in writing this article is a qualitative method using literature studies. Data collection by tracing, collecting, analyzing, and understanding data related to academic sources and related research. The final results of writing this article are (1) Historical Perspectives of Psychoanalytic Counseling, (2) Basic Concepts of Psychoanalytic Counseling, (3) Personality Development in Psychoanalytic Counseling, (4) Objectives of Psychoanalytic Counseling, (5) Processes of Psychoanalytic Counseling, (6) Relationship Situations of Psychoanalytic Counseling, and (7) Changing Mechanisms of Psychoanalytic

Keywords: *Psychoanalytic Counseling, Literature Study, Guidance and Counseling, Psychoanalytic, Sigmund Freud*

Abstrak: Konseling Psikoanalisis adalah salah satu metode konseling yang menggunakan konsep-konsep psikiatri untuk membantu setiap individu dalam mengatasi masalah kejiwaan/mental/kepribadian. Penulisan artikel ini membahas tentang teori konseling psikoanalisis sebagai metode konseling dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi setiap individu. Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah metode kualitatif dengan menggunakan studi literatur. Pengumpulan data dengan menelusuri, mengumpulkan, menelaah, dan memahami data terkait sumber-sumber akademik dan riset yang terkait. Hasil akhir dari penulisan artikel ini adalah (1) Perspektif Historis Konseling Psikoanalisis,(2) Konsep Dasar Konseling Psikoanalisis,(3)

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

Perkembangan Kepribadian dalam Konseling Psikoanalisis,(4) Tujuan Konseling Psikoanalisis,(5) Proses Konseling Psikoanalisis,(6) Situasi Hubungan Konseling Psikoanalisis,dan (7) Mekanisme Pengubahan Konseling Psikoanalisis

Kata Kunci: Konseling Psikoanalisis, Studi Literatur, Bimbingan dan Konseling, Psikoanalisis, Sigmund Freud

PENDAHULUAN

Dalam proses konseling, dasar teori yang digunakan adalah keilmuan psikologi. Teori yang digunakan mulai dari awal sampai tahap akhir konseling tidak bisa dilepaskan dari teori psikologi. Sedangkan jika mengkaji teori psikologi, tidak bisa dilepaskan dari tiga aliran besar psikologi. Yaitu Psikoanalisis, Behaviorisme, dan Psikologi Humanisme. Dikarenakan konseling psikologi berhubungan erat dengan kesehatan mental, terapi, dan analisa permasalahan psikologi khususnya gangguan psikologi. Maka, cabang psikologi yang paling berperan adalah Psikoanalisis.

Dalam aliran psikoanalisis, konseling memiliki tujuan untuk membentuk kembali struktur kepribadian yang sehat pada klien. Langkah konseling dalam Psikonalisis dengan jalan menaikkan hal dalam ketidaksadaran menjadi kesadaran untuk kemudian diterapi/ diselesaikan permasalahan psikologisnya. Proses konseling dititikberatkan pada usaha konselor agar klien dapat menghayati, memahami, mengenal dan menyelesaikan pengalaman masa lalu. Psikoanalisis secara umum adalah sebuah teori yang memiliki manfaat sebagai analisis psikologi manusia yang berlandaskan tiga komponen. Pertama kepribadian atau secara biologis manusia yang memiliki istilah Id, kedua psikologis dengan istilah Ego dan yang terakhir adalah sosial atau superego atau dengan komponen rasional, hewan, dan moral (Husna, 2018).

Sigmund Freud mengambil istilah Psikoanalisis pertama kali adalah dengan tujuan contoh gambaran perkembangan kepribadian metode psikoanalisis serta filsafat mengenai manusia pada tahun 1986 dengan aliran pertama setelah behaviorisme dan psikologi humanistic-eksistensial. Dalam psikoanalisis hasil kerja Freud yang dikenal banyak orang adalah struktur kepribadian. Dimana di dalamnya, Freud mengatakan bahwa terdapat tiga komponen dalam kepribadian diantaranya adalah id, ego, dan superego yang mana ketiga elemen ini terus menerus terjadi interaksi yang mengakibatkan dorongan dalam diri dan melahirkan perilaku sehat dan tidak sehat (Puspitasari, 2016).

Psikoanalisis Freud dikategorikan sebagai ilmu baru tentang manusia yang mengalami banyak kontradiksi. Hingga sekarang, teori ini juga masih banyak mendapat kritikan dari para ahli yang berseberangan. Sebagai contoh, pendapat H.J. Eysenck (Profesor Psikologi Jerman) yang menyebut psikoanalisis tidak dapat dianggap sebagai ilmu pengetahuan. Beliau merupakan tokoh aliran behaviorisme ekstrem yang menyatakan bahwa tidak wajar bila orang memberi predikat ilmiah kepada teori psikoanalisis yang sama sekali tidak bersifat behavioristik (Ayu,2022).

Teori psikoanalisis adalah salah satu teori yang membahas tentang hakikat dan perkembangan bentuk kepribadian yang dimiliki oleh manusia. Unsur utama dalam teori ini adalah motivasi, emosi dan aspek kepribadian lainnya. Dasar teori psikoanalisis adalah mengasumsikan bahwa kepribadian akan mulai berkembang saat terjadi konflik- konflik dari aspek- aspek psikologis itu sendiri. Gejala tersebut biasanya terjadi pada anak- anak atau usia dini. Kemudian pendapat Sigmund Freud tentang kepribadian manusia ini didasarkan pada pengalamanpengalaman yang dialami pasiennya (Ardiansyah dkk,2022).

Teori psikoanalisis Freud menarik untuk dikaji ulang karena sebelumnya para ahli psikologi banyak terfokus pada aspek kesadaran (consciousness) dan perilaku manusia yang teramati. Sedangkan Freud lebih menitikberatkan kajiannya pada aspek ketidaksadaran manusia dengan menyimpulkan bahwa sebagian besar gangguan psikologis disebabkan oleh konflik kepribadian yang berada di tingkat bawah sadar (Weiten, 2011; 5).

Meskipun, di satu sisi, teori psikoanalisis masih menimbulkan polemik, namun di sisi lain bahwa teori ini bertahan menjadi perspektif teoretis yang berpengaruh. Sehingga konsep psikoanalisis telah dimasukkan ke dalam arus utama Psikologi (Weiten, 2011: 6).

Teori psikoanalisis menjelaskan esensi dan perkembangan kepribadian manusia. Teori ini menekankan pada komponen-komponen seperti motivasi, emosi, dan aspek-aspek internal lainnya. Selain itu, teori ini juga berpendapat bahwa perkembangan kepribadian seseorang terjadi melalui konflik-konflik psikologis yang umumnya terjadi pada masa kana-kanak atau usia dini (Lesmana, 2021).

Pendekatan Psikoanalisis dikembangkan pada akhir abad kesembilan belas baik sebagai teori dan bentuk terapi. Berdasarkan premis bahwa konflik bawah sadar merupakan akar dari masalah psikologis, psikoanalisis menyarankan gejala dapat dikurangi dengan membawa konflik 2 tersebut ke dalam kesadaran. Teori psikoanalisis telah dikritik dan

direvisi berkali-kali, tetapi tetap menjadi salah satu pendekatan paling berpengaruh di bidang psikologi (Husna,2021).

Pendekatan psikoanalisis digunakan pada klien dengan menggali hal – hal yang tersimpan dalam alam bawah sadarnya. Membantu klien menyadari hal-hal yang selama ini terpendam dalam alam bawah sadar dan segera dapat mengambil keputusan atas masalahnya. Dalam pandangan beberapa ahli, pandangan Frued dianggap terlalu menyederhanakan sisi kompleksitas manusia, yang mengarah pada penghapusan faktor-faktor lain seperti kebutuhan spiritual. Prof. Dr. Malik Badri mengatakan bahwa bagi Frued, konsep tentang Tuhan adalah sebuah delusi hasil ciptaan manusia.Frued merasa manusia salah dengan menghadirkan sebuah ilusi tentang ketuhanan, yang nantinya akan berakibat pada hadirnya sebuah konflik batin dalam manusia itu sendiri (Nisa',2017).

Pendekatan psikoanalisis menganggap bahwa tingkah laku abnormal di sebabkan oleh faktor-faktor intropsikis (konflik tidak sadar, represi, kecemasan) yang mengganggu penyesuaian diri. Menurut Freud, esensi pribadi seseorang bukan terletak pada apa yang ia tampilkan secara sadar, melainkan apa yang tersembunyi dalam ketidaksadarannya. Freud beranggapan bahwa gangguan jiwa pada orang dewasa, pada umumnya berasal dari pengalaman pada masa kanak-kanak. Dari penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan terapi psikoanalisis (psychonalysis teraphy) adalah teknik atau metode pengobatan yang dilakukan oleh terapis dengan cara menggali permasalahan dan pengalaman yang direpresnya selama masa kecil serta memunculkan dorongan-dorongan yang tidak disadarinya selama ini (Nugroho, 2018:432).

Pentingnya kriteria psikoanalisis dalam memahami permasalahan klien tidak dapat diabaikan. Kriteria-kriteria ini mencakup berbagai aspek, seperti pola pikir, mekanisme pertahanan, konflik internal, dan hubungan dengan figur otoritas atau orangtua pada masa kecil. Penggunaan kriteria ini memberikan panduan bagi terapis untuk mengenali pola-pola yang tersembunyi di balik permasalahan klien dan merumuskan interpretasi yang relevan (Husna dkk,2023).

METODE

Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah metode kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat yang digunakan untuk meneliti pada kondisi ilmiah (eksperimen) dimana peneliti sebagai instrumen, teknik

pengumpulan data dan dianalisis yang bersifat kualitatif lebih menekan pada makna (Sugiyono, 2018:213).

Jenis penelitian yang digunakan yaitu studi literatur. Studi literatur atau studi kepustakaan adalah suatu penelitian yang dilakukan dengan cara mencari data atau informasi riset melalui membaca jurnal ilmiah, buku-buku referensi dan bahan-bahan publikasi yang tersedia di perpustakaan (Ruslan, 2008:31).

Studi literatur merupakan suatu metode dengan mengumpulkan jurnal ilmiah, buku-buku, dan artikel yang berhubungan dengan topik yang diteliti, kemudian di analisis untuk memperoleh hasil dan kesimpulan sesuai topik atau rumusan masalah yang telah ditentukan sebelumnya. adapun beberapa tujuan dari studi literatur yaitu mencari informasi yang relevan dan memperdalam pemahaman dan pengetahuan penulis.

Artikel ini dibuat dengan cara : (1) Mencari beberapa sumber seperti jurnal dan buku yang berkaitan dengan judul dan topik artikel, (2) Kemudian sumber-sumber tersebut akan di analisis untuk mendapatkan data-data yang dibutuhkan sesuai dengan topik, (3) Setelah itu data tersebut disajikan dengan cara kutipan langsung atau tidak langsung dalam berbentuk artikel.

HASIL

Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling psikoanalisis dapat efektif dalam mengatasi konflik psikologis yang mendalam dan kompleks pada individu. Dengan menggali konten bawah sadar dan menginterpretasikannya, psikoanalis membantu klien memahami akar penyebab masalah mereka, yang pada gilirannya dapat mengarah pada perubahan yang berarti dalam pola pikir dan perilaku. Meskipun durasi terapi yang lebih panjang mungkin diperlukan dibandingkan dengan pendekatan terapi lainnya, hasil jangka panjang menunjukkan bahwa konseling psikoanalisis dapat memberikan pemahaman diri yang lebih dalam dan perubahan yang berkelanjutan bagi klien. Berikut hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu : (1) Perspektif historis konseling psikoanalisis, (2) konsep dasar konseling psikoanalisis, (3) perkembangan dan kepribadian Konseling Psikoanalisis, (4) Tujuan Konseling Psikoanalisis, (5) Proses konseling psikoanalisis, (6) Situasi hubungan dalam konseling psikoanalisis, (7) Mekanisme pengubahan dalam konseling psikoanalisis.

Berdasarkan hasil literatur, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Data teks artikel

No.	Temuan Penelitian	Sumber Data
1.	Perspektif historis Konseling Psikoanalisis	Data teks, jurnal karya Fatimatul Husna, Romauli Yulita, Astri Ichsan Syamrosa, Gusman Lesmana, tahun 2023, dengan judul Literature Study of Client Problems Psychoanalytic Criteria
		Data teks, jurnal karya Saiful Hartoyo, Nur Hidayah, Fitri Wahyuni, tahun 2022, dengan judul PERSPEKTIF HISTORIES BIMBINGAN DAN KONSELING GLOBAL, INDONESIA, POST MODERN DAN REVOLUSI 4.0
		Data teks, buku karya Dr. Bakhrudin All Habsy, M.Pd, tahun 2021, dengan judul PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: (Refleksi Keindahan dalam Konseling)
2.	Konsep Dasar Psikoanalisis	Data teks, website materikonseling.com, karya Risa Asmaul Husna, tahun 2021, dengan judul Pendekatan Psikoanalisis dalam Konseling
3.	Perkembangan dan Kepribadian	Data teks, jurnal karya Bakhrudin All Habsy, Nazwatul Mufida, Cahyaning Shelomita, Indah Rahayu, Moch. Ilham Muckorobin, tahun 2023, dengan judul Filsafat Dasar Dalam Konseling Psikoanalisis
		Data teks, jurnal karya Stefanus Rodrick Juraman, tahun 2017, dengan judul Naluri Kekuasaan Sigmund Freud
		Data teks, jurnal karya Arninati, tahun 2021, dengan judul TEORI PERKEMBANGAN PSIKOANALISIS
		Data teks, buku karya Dr. Bakhrudin All Habsy, M.Pd, tahun 2021, dengan judul PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: (Refleksi Keindahan dalam Konseling)
		Data teks, jurnal karya Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, Juanda, tahun 2022, dengan judul Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud
		Data teks, jurnal karya Ishom Fuadi Fikri, Syarof Nursyah Ismail, Husniyatus Salamah, Zainiyati, Nur Kholis, tahun 2023, dengan judul Struktur kepribadian manusia dalam psikoanalisis sigmund freud perspektif filsafat pendidikan islam
		Data teks, jurnal karya Anggit Fajar Nugroho, tahun 2018, dengan judul Teori-Teori Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan
4.	Tujuan Konseling Psikoanalisis	Data teks, jurnal karya Anggit Fajar Nugroho, tahun 2018, dengan judul Teori-Teori Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan
		Data teks, jurnal karya Helaluddin Syahrul Syawal, tahun 2018, dengan judul Psikoanalisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan

		Data teks, jurnal karya Fatimatul Husna, Romauli Yulita, Astri Ichsan Syamrosa, Gusman Lesmana, tahun 2023, dengan judul Literature Study of Client Problems Psychoanalytic Criteria
		Data teks, buku karya Dr. Bakhrudin All Habsy, M.Pd, tahun 2021, dengan judul PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: (Refleksi Keindahan dalam Konseling)
5.	Proses Konseling Psikoanalisis	Data teks, jurnal karya Fatimatul Husna, Romauli Yulita, Astri Ichsan Syamrosa, Gusman Lesmana, tahun 2023, dengan judul Literature Study of Client Problems Psychoanalytic Criteria
		Data teks, buku karya Dr. Bakhrudin All Habsy, M.Pd, tahun 2021, dengan judul PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: (Refleksi Keindahan dalam Konseling)
6.	Situasi Hubungan dalam Konseling Psikoanalisis	Data teks, buku karya Dr. Bakhrudin All Habsy, M.Pd, tahun 2021, dengan judul PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: (Refleksi Keindahan dalam Konseling)
7.	Mekanisme Pengubahan dalam Konseling Psikoanalisis	Data teks, jurnal karya Anggit Fajar Nugroho, tahun 2018, dengan judul Teori-Teori Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan
		Data teks, jurnal karya Fatimatul Husna, Romauli Yulita, Astri Ichsan Syamrosa, Gusman Lesmana, tahun 2023, dengan judul Literature Study of Client Problems Psychoanalytic Criteria
		Data teks, jurnal karya Bakhrudin All Habsy, Dyas Noviarale Fitriani, Dyah Nopitasari, Nik Matul Rodiyah, Farah Nikmatus Sania, tahun 2023, dengan judul Tahapan Dan Teknik Konseling Psikoanalisis Dalam Lingkup Pendidikan : Study Literatur
		Data teks, buku karya Dr. Bakhrudin All Habsy, M.Pd, tahun 2021, dengan judul PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: (Refleksi Keindahan dalam Konseling)

PEMBAHASAN

Perspektif History

Konseling psikoanaisis di kembangkan oleh Sigmund Shlomo Freud. Freud lahir di Freiberg, Movaria tanggal 6 mei 1856 dan meninggal pada tahun 1939. Freud adalah seorang ahli saraf terkemuka yang praktiknya memaparkannya kepada individu dengan gejala suatu kondisi yang mirip dengan somatisasi, yang pada saat itu disebut histeria. Dipengaruhi oleh karya sesama ahli saraf Jean-Martin Charcot, Freud mulai bereksperimen dengan hipnosis

dalam merawat individu-individu. Ketika minat Freud pada hipnosis semakin dalam, ia berkolaborasi dengan Josef Breuer untuk mengembangkan bentuk perawatan baru yang berpusat untuk membantu individu mengingat kembali ingatannya tentang peristiwa traumatis yang terjadi di dekat waktu gejala dimulai. Mereka mengamati bahwa ketika orang mengakses ingatan ini di bawah hipnosis dan berbicara bebas tentangnya, gejala mereka berkurang. Pada tahun 1895, Freud dan Breuer menerbitkan Studies on Hysteria, di mana mereka menggambarkan beberapa kasus individu yang dirawat melalui psikoanalisis. Publikasi ini secara luas dianggap sebagai kontribusi pertama untuk literatur psikoanalitik (Husna, 2021)

Setelah mengalami beberapa masalah dengan hipnosis, Freud kemudian meninggalkan metode ini demi apa yang disebutnya " asosiasi bebas ". Dengan meminta individu untuk berbicara secara bebas tentang apa pun yang terlintas dalam pikiran dan menganalisis asosiasi bebas ini, Freud menemukan bahwa dia dapat kembali ke akar masalah psikologis yang dia temui dengan mengungkap ingatan yang tertekan. Dia menciptakan istilah "psikoanalisis" untuk menggambarkan pendekatan barunya terhadap pengobatan dan landasan teoritisnya. Pada tahun 1909, Freud melakukan perjalanan ke Amerika Serikat bersama Carl Jung, di mana dia menyebarkan gagasan psikoanalisis jauh melampaui batas Wina. Namun, setelah beberapa tahun sejak kemunculan psikoanalisis banyak kontroversi yang ditimbulkan, beberapa rekan terdekat Freud mulai memprotes beberapa ide utamanya. Beberapa, termasuk Adler dan Jung, mereka mengajukan teori dan metode mereka sendiri untuk psikoanalisis dan mendirikan sekolah terapeutik sendiri (Husna, 2021; Corey, 2009; Habsy, 2021).

Freud adalah pencipta pendekatan psikodinamika terhadap psikologi. Dalam perjalanan karirnyanya Freud mendapatkan bahwa impian dari pasiennya dapat memberikan sumber mengenai emotion material yang bermakna. Freud kemudian mempublikasikan bukunya “The Interpretation Of Dreams”. Selama kehidupan Freud buku tersebut telah keluar delavan edisi. Pada tahun 1901 kembali mempublikasikan bukunya “the psichopathology of everiday life” yang berisi deskripsi yang sekarang dikenal dengan Freudian slip. Menurut Freud dalam kehidupan sehari-hari baik orang normal maupun orang yang neurotik keadaan tidak sadar bergelut untuk mengekspresikan dan dapat memodifikasi pemikiran ataupun perilaku yang terlihat pada slip of the taunge (Husna dkk, 2023).

Freud memberikan nama pada pendekatannya yaitu psikoanalisis yang biasa di sebut konseling psikoanalisis. Freud berpandangan bahwa suatu masalah harus di bedakan dan dianalisis menjadi bagian –bagian yang dapat ditelusuri apa penyebab-penyebabnya.

Konsep Dasar Konseling Psikoanalisis

Psikoanalisis berasal dari dua kata yakni 'psiko' dan 'analisis' yang secara etimologis mengandung arti 'psikis' atau 'analisis jiwa'. Teori ini menjadi model konseling pertama yang diangkat dari pandangan neurolog asal Wina, yakni Sigmund Freud. Lahir di Morovia pada 23 September 1939, tokoh ini kemudian memutuskan untuk menjadi seorang ilmuwan dan melanjutkan sekolah kedokterannya di Universitas Wina pada tahun 1873 kemudian menamatkan studinya setelah 8 tahun (All Habsy,2021).

Pada mulanya,Sigmund freud memngembangkan teori tentang struktur kepribadian dan penyebab ganggun jiwa.Manusia pada dasarnya,dilahirkan dengan dorongan naluri/instingtif dan perilaku yang dirancang untuk merespon dorongan tersebut secara mendalam.Manusia bersifat sosial,tidak rasional terhadap dirinya sendiri atau orang lain.Dalam hal ini,Psikoanalisis merupakan psikologi ketidaksadaran yang tertuju pada bidang motivasi,emosi konflik,dan sifat-sifat karakter.

Teori psikoanalisis ini berdasar pada pengalaman-pengalaman Freud bersama pasiennya, analisis mimpi-mimpinya, serta beragam rujukan ilmu pengetahuan dan kemanusiaan yang telah dibaca.Sigmund Freud berpendapat bahwa aspek utama kehidupan mental adalah ketidaksadaran.Menurutnya, kesadaran hanyalah sebagian kecil dari kehidupan mental, dan ketidaksadaran atau alam bawah sadar menempati bagian yang lebih besar.Burton dan Sus (2020) beranggapan bahwa pendekatan Freud dikatakan dapat berjalan baik bila klien dapat bertukar pikiran mengenai tindakan dan hubungan yang dialaminya (Nurfarhanah, 2018).

Dalam bidang psikologi,khususnya psikologi kepribadian dan khususnya teori kepribadian, pengaruh Freud terhadap perkembangan teori psikoanalitik sangat kuat karena beberapa fakta penting.Salah satunya adalah bahwa sebagian besar teori kepribadian modern tentang perilaku dan kepribadian telah mengambil sebagian, atau setidaknya mempertanyakan beberapa gagasan Freud.Sebagai salah satu jenis psikologi, teori psikoanalisis banyak membahas tentang kepribadian, mulai dari mekanisme, struktur, dan perkembangannya.

Perkembangan Kepribadian Konseling Psikoanalisis

Kepribadian dapat diartikan sebagai keadaan manusia sebagai perseorangan atau keseluruhan sifat-sifat yang menjadi watak sesorang (Setiawan E., 2021: 895). Di mana kepribadian (personality) merupakan kualitas unik dalam diri individu yang termanifestasikan dalam pola tingkah laku atau pola respon yang konsisten dalam berbagai situasi dan relasinya dengan lingkungan (Andi, 2006: 241).

Dalam ranah psikologi, psikoanalisis umumnya banyak membahas tentang kepribadian seperti dinamika, perkembangannya dan juga struktur (Ja'far, 2016). Menurut pandangan psikologi analisis, struktur kepribadian terdiri dari tiga sistem yaitu id, ego dan superego. Dalam perspektif ini, manusia dianggap memiliki sistem energi dinamis dalam kepribadiannya, dimana energi psikis dibagi antara id, ego, dan superego.

a. Id

Merupakan struktur kepribadian yang primitif di bawah sejak lahir atau insting yang dikendalikan oleh libido. Id bekerja berdasarkan prinsip mencari kesenangan dan menghindari rasa sakit atau ketidaknyamanan. Untuk memenuhi dorongan-dorongannya, id menggunakan dua mekanisme, yaitu tindakan refleks dan proses primer.

b. Ego

Ego adalah proses melakukan berpikir yang realistis dan logis, yang bertujuan untuk merencanakan tindakan yang memenuhi kebutuhan individu.Realistis disini berarti mengakui segala sesuatu yang ada. Ego berperan sebagai pusat kecerdasan atau rasionalitas yang memantau dan mengontrol dorongan-dorongan tak sadar dari id.

c. Superego

Superego merupakan struktur dalam diri yang bertanggung jawab dalam menentukan apakah suatu tindakan dianggap baik atau buruk, benar atau salah. Superego mewakili standar-standar ideal yang harus dicapai. Hal ini mencerminkan nilai-nilai tradisional dan ideal dalam masyarakat yang diturunkan dari generasi orang tua ke anak. Dengan di perkuatnya Superego maka akan mendorong karakter anak menjadi lebih baik. Superego juga berfungsi mengendalikan id yang dilarang oleh masyarakat, misalnya perilaku seks menyimpang, naluri negative, agresif, sehingga dapat membujuk ego agar beralih ke tujuan – tujuan moralistic.

Menurut Freud,perkembangan kepribadian sehat dan tidak sehat sangat berhubungan dengan cara yang digunakan oleh individu dalam melewati fase perkembangan pada enam tahun kehidupannya(Razinsky,2013).Selama enam tahun pertama kehidupannya,manusia berkembang melalui enam tahapan perkembangan.Tahapan perkembangan ini disebut Tahapan psikoseksual,karena mempresentasikan suatu kebutuhan dan pemuasan seksual yang menonjol pada setiap tahapan perkembangan(Flanangan,2004;Ivey.,dkk,2009).Berikut beberapa tahapan perkembangan psikoseksual:

1. **Tahap Oral(Tahap pertama kehidupan)**

   Kontak pertama yang dilakukan oleh bayi setelah kelahirannya adalah melalui mulut(oral).Kepuasan seksual(kesenangan)pada tahap ini diperoleh dari mulut yaitu melalui berbagai aktivitas mulut seperti makan,minum,menghisap,dan menggigit.

2. **Tahap Anal(Usia 1-3 tahun)**

   Pada anak menginjak usia satu tahun,anak melakukan interaksi melalui fungsi pembuangan isi perut(anal) dan memperoleh kesenangan melalui aktivitas pembuangan.Setelah dilatih melalui prosedur latihan pembuangan (toilet trining),anak dituntut untuk mengendalikan sikapnya dan mengikuti cara-cara yang benar.

3. **Tahap Palis(Usia 3-6 tahun)**

   Interaksi selanjutnya bersifat genital.Pada tahap ini,anak laki-laki dan anak perempuan senang menyentuh (mengeksploitasi) organ kelaminnya untuk memperoleh suatu kesenangan sambil melakukan fantasi seksual.Anak laki-laki mengembangakan fantasi seksualnya dengan ibunya,peristiwa ini disebut oedipus complex,sedangkan anak perempuan mengembangkan fantasi seksualnya dengan ayahnya,yang disebut dengan electra complex.

4. **Tahap Laten (Usia 6-12 tahun)**

   Peristiwa yang terjadi selama tiga tahapan psikoseksual pertama akan membentuk kepribadian seseorang.Ketika anak memasuki masa pubertas,maka mereka memasuki periode laten.Pada fase ini,anak laki-laki dan anak perempuan akan menekan semua isu-isu oedipal dan kehilangan minat seksualnya.

5. **Tahap Genital (Uia 12-18 tahun)**

   Ketika anak memasuki masa pubertas,anak-anak mulai tertarik satu sama lain dengan lawan jenisnya.Mereka mengembangkan afeksi (hubungan)dan minat-minat

seksual,cinta dan bentuk-bentuk ketertarikan lainnya.Namun,menurut freud banyak orang tidak pernah benar-benar menyelesaikan konfilk oedipal sehingga tidak pernah mencapai tahap genital.

Tujuan Konseling Psikoanalisis

Tujuan konseling psikoanalisis adalah untuk membentuk kembali struktur karakter individual dengan membuat kesadaran yang tidak disadari dalam diri individu. Pada konseling ini difokuskan pada upaya mengalami kembali pengalaman-pengalaman pada masa lampau (Seligman, 2001; Habsy, 2021).

Adapun lima tujuan khusus konseling psikoanalisis yang dikutip dari buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan dalam Konseling) yang ditulis oleh Habsy, 2021 sebagai berikut :

1. Meningkatkan kesadaran dan kontrol ego terhadap impuls-impuls dan berbagai bentuk naluriah yang tidak rasional.
2. Memperkaya sifat dan macam mekanisme pertahanan ego sehingga lebih efektif, lebih matang, dan lebih dapat diterima.
3. Mengembangkan perspektif yang lebih berlandaskan pada asesmen realitas yang jelas dan akurat dan yang mendorong penyesuaian.
4. Mengembangkan kemampuan untuk membentuk hubungan yang akrab dan sehat dengan cara yang menghargai hak-hak pribadi dan orang lain.
5. Menurunkan sifat perfeksionis (mengejar kesempurnaan), rigid (kaku), dan punatif (menghukum) (Thompson., & Rudolph & Henderson, D. 2004; Palmer, S. 2011)

Tujuan lain dari konseling Psikoanalisis menurut (Aldi & Haryadi, 2021) (Husna dkk, 2023) yakni:

1. Membantu konseli agar menyadari aspeK tidak sadarnya untuk menjalani sesuatu saat ini.
2. Memenuhi fase perkembangan konseli yang tidak terpenuhi.
3. Memotivasi konseli untuk keluar dari tekanan yang tidak sesuai dengan akal sehat.

Proses Konseling Psikoanalisis

Praktik konseling psikoanalisis pada umumnya merupakan suatu proses yang panjang dan intensif. Seorang Guru BK/Konselor melakukan pertemuan tiga sampai lima kali dalam seminggu dan setiap pertemuan berlangsung selama 55 menit dengan lima menit untuk break antar sesi. Dalam proses ini para konselormembawa konseli mencapai keadaan rileks dan bersikap netral untuk mendorong terbentuknya transferen(Bertens,2006;Flanangan.,dkk 2004;Corey,2015).

Guru BK/Konselor harus aktif untuk mendengarkan dan mengarahkan konseli menuju materi-materi komleks yang terdesak.Dalam hal ini,konselor diibaratkan mendengarkan konseli dengan tiga telinga untuk memahami kata-kata,simbol,kontradiksi,dan omisi-omisi sebagai kunci pintu kesadaran.Teknik-teknik umum yang digunakan oleh konselor psikoanalisis meliputi pertanyaan,interpretasi,asosiasi bebas,dan dorongan.

Situasi Hubungan Dalam Konseling Psikoanalisis

Dalam konseling psikoanalisis terdapat 3 bagian hubungan konselor dengan klien, yaitu aliansi, transferensi, dan kontratransferensi.

a) Aliansi yaitu sikap klien kepada konselor yang relatif rasional, realistik, dan tidak neurosis (merupakan prakondisi untuk terwujudnya keberhasilan konseling).
b) Transferensi, pengalihan segenap pengalaman klien di masa lalunya terhadap orang-orang yang menguasainya, yang ditujukan kepada konselor, merupakan bagian dari hubungan yang sangat penting untuk dianalisis, membantu klien untuk mencapai pemahaman tentang bagaimana dirinya telah salah dalam menerima, menginterpretasikan, dan merespon pengalamannya pada saat ini dalam kaitannya dengan masa lalunya.
c) Kontratransferensi, Yaitu kondisi dimana konselor mengembangkan pandangan-pandangan yang tidak selaras dan berasal dari konflik-konfliknya sendiri. Kontratransferensi bisa terdiri dari perasaan tidak suka, atau justru keterikatan atau keterlibatan yang berlebihan, kondisi ini dapat menghambat kemajuan proses konseling karena konselor akan lebih terfokus pada masalahnya sendiri. Konselor harus menyadari perasaaannya terhadap klien dan mencegah pengaruhnya yang bisa merusak. Konselor diharapkan untuk bersikap relatif obyektidalam menerima kemarahan, cinta, bujukan, kritik, dan emosi-emosi kuat lainnya dari konseli. (Agung Rido Harmoko, 2018)

Mekanisme Pengubahan Konseling Psikoanalis (Tahapan dan Teknik Konseling Psikoanalisis)

1.Tahapan Konseling Psikoanalisis

Dalam buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan Dalam Konseling) (Habsy, 2022) mengemukakan tahapan konseling Psikoanalisis sebagai berikut:

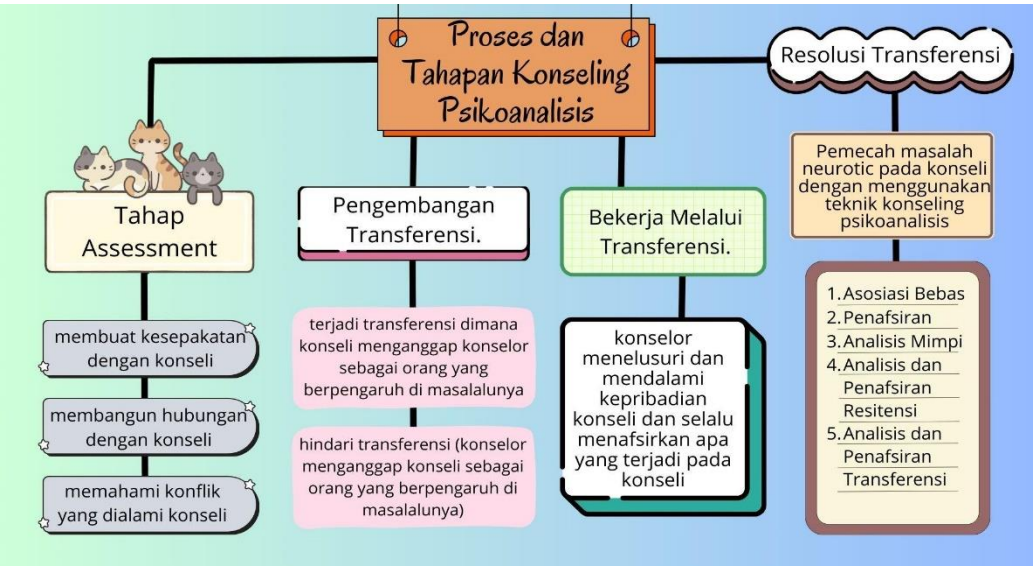
a. Tahap Asessmen (pembukaan).

   Pada tahapan ini konselor mulai membuat kesepakatan dengan konseli. Tahap assesment ini dilakukan oleh konselor agar memahami konseli dalam hal merefleksikan diri dan membangun hubungan dengan konselor, serta konselor harus memahami konflik yang terjadi pada konseli.

b. Pengembangan Transferensi. Merupakan inti dari proses psikoanalisis. pada tahapan ini diharapkan konseli dapat menganggap konselor sebagai orang yang berpengaruh di masalalunya, tetapi konselor tidak boleh menganggap konseli sebagai orang yang berpengaruh di masalalunya.

c. Bekerja Melalui Transferensi. Tahap ini konselor menelusuri dan mendalami kepribadian konseli dan selalu menafsirkan apa yang terjadi pada konseli..

d. Resolusi Transferensi. Pemecah masalah neurotic pada konseli dan mulai mengembangkan kemandirian konseli. Jika transferensi bekerja terus , konseling dapatdiakhiri, jika tidak maka konselor dapat mengikuti transferensi untuk mengembangkan secara obyektif sehingga muncul kemandirian konseli (Patton., dkk, 1992; Petrocelli,2002; Corey,2015).



Gambar 1. Proses dan Tahapan Konseling Psikoanalisis

2.Teknik-Teknik Konseling Psikoanalisis

Teknik-teknik pada terapi psikoanalitik untuk meningkatkan kesadaran, memperoleh pemahaman intelektual atas tingkah laku klien, dan untuk memahami makna berbagai gejala. Terdapat lima dasar dalam terapi psikoanalitik yaitu asosiasi bebas, penafsiran, analisis mimpi, analisis atas resistensi, dan analisis atas transferensi, (Habsy dkk, 2023:184; husna dkk, 2023:1068).

a. Asosiasi bebas

Suatu metode dimana memanggil kembali pengalaman-pengalaman masa lalu dan pelampiasan emosi yang berkaitan dengan traumatik di masa lampau, hal ini biasanya dikenal dengan katarsis. Dalam metode ini biasanya klien akan diminta untuk membersihkan pikirannya dari semua Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling pemikiran, melakukan renungan sehari-hari, dan selalu mengatakan semua pemikirannya. Dalam jurnal karya (Nugroho, 2018) menuliskan bahwa asosiasi bebas adalah teknik yang memberi kebebasan pada klien untuk mengatakan apa saja perasaan, pemikiran dan renungan yang ada dalam pikiran klien tanpa memandang baik buruknya atau logis tidaknya sehingga klien dapat terbuka dalam mengungkapkan apa yang ada dalam pikirannya (Mohamad Surya, Teori-teori konseling,....., hlm.36).

b. Penafsiran (Interpretasi)

Interpretasi adalah prosedur dasar yang digunakan dalam analisis asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi, dan analisis transparansi. Prosedurnya terdiri

atas penetapan analisis, penjelasan, dan bahkan mengajar klien tentang makna perilaku yang dimanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, resisten dan hubungan terapeutik itu sendiri (Ibid,. hlm. 36-37; Nugroho, 2018). Penafsiran atau interpretasi juga merupakan prosedur suatu tindakan analisis yang akan membantu klien dalam memahami makna-makna tingkah laku yang diwujudkan oleh mimpi-mimpi asosiasi dan oleh hubungan terapeutik itu sendiri.

c. Analisis mimpi

Merupakan prosedur yang digunakan untuk mengungkap apa yang tidak disadari dan memberikan pemahaman atas beberapa masalah yang tidak terselesaikan kepada klien. Mimpi-mimpi memiliki 2 taraf isi yaitu isi laten dan isi manifest. isi laten terdiri dari motif-motif yang disamarkan, tersembunyi, simbolik, dan tidak di sadari. Kemudian isi laten akan di transformasikan ke dalam isi manifest yang lebih dapat di terima yaitu impian yang tampil pada si pemimpi. Proses transformasi ini di sebut juga kerja mimpi (Habsy,2021).

d. Analisis dan penafsiran resitensi

Merupakan suatu konsep dalam praktek psikoanalisis, dimana merupakan sesuatu yang melawan kelangsungan terapi dan mencegah klien mengemukakan bahan yang tidak disadari. Dalam kata lain klien bisa menunjukkan ketidaksediaan untuk menghubungkan pemikiran, perasaan, dan pengalaman tertentu.

e. Analisis dan penafsiran transferensi

Merupakan inti dari terapi psikoanalisis untuk menghidupkan kembali masa lampaunya. Penafsiran hubungan transferensi juga memungkinkan konseli mampu menembus konflik-konflik masa lampau yang tetap dipertahankannya hingga sekarang dan yang menghambat pertumbuhan emosionalnya (Habsy,2021).

KESIMPULAN

Dalam konseling psikoanalisis, terapi berfokus pada pemahaman dan penanganan konflik yang tersembunyi dalam pikiran bawah sadar individu. Metode ini, dikembangkan oleh Sigmund Freud, menekankan pentingnya memahami sejarah hidup dan pengalaman masa lalu seseorang untuk merespons masalah psikologisnya saat ini. Dalam sesi konseling, psikoanalis menggunakan berbagai teknik interpretasi untuk membantu klien mengungkap dan memahami pemikiran serta perasaan yang tersembunyi. Meskipun kontroversial dan

lebih panjang dalam durasi, konseling psikoanalisis dapat memberikan wawasan yang mendalam dan perubahan yang signifikan dalam pemahaman diri seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). KAJIAN PSIKOANALISIS SIGMUND FREUD. Jurn al Kependidikan 7 (1), 25-31.

Arnianti. (2021). TEORI PERKEMBANGAN PSIKOANALISIS. T S A Q O F A H Jurnal Penelitian Guru Indonesia 1 (2), 1-13.

Fikri, I. F., Ismail, S. N., Zainiyati, H. S., & Kholis, N. (2023). STRUKTUR KEPRIBADIAN MANUSIA DALAM PSIKOANALISIS SIGMUND FREUD PERSPEKTIF FILSAFAT PENDIDIKAN ISLAM. Edupedia: Jurnal Studi Pendidikan dan Pedagogi Islam 8 (1), 71-88.

Habsy, B. A. (2021). PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN: Refleksi Keindahan dalam Konseling. Malang: Media Nusa Creative (MNC Publishing).

Habsy, B. A., Fitriani, D. N., Nopitasari, D., Rodiyah, N. M., & Sania, F. N. (2023). TAHAPAN DAN TEKNIK KONSELING PSIKOANALISIS DALAM LINGKUP. Ristekdik (Jurnal Bimbingan dan Konseling) 8 (2), 179-189.

Habsy, B. A., Mufidha, N., Shelomita, C., Rahayu, I., & Muckorobin, M. I. (2023). Filsafat Dasar dalam Konseling Psikoanalisis : Studi Literatur. INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING 7 (2) , 189-199.

Hartoyo, S., Hidayah, N., & Wahyuni, F. (2022). PERSPEKTIF HISTORIES BIMBINGAN DAN KONSELING GLOBAL, INDONESIA, POST MODERN DAN REVOLUSI 4.0. Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling 2022 PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY, 133-146.

Helaluddin. (2018). Psikoanalisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan. ReseartchGate, 1-15.

Husna, F., Yulita, R., Syamrosa, A. I., & Lesmana, G. (2023). Literature Study of Client Problems Psychoanalytic Criteria. Indonesian Journal of Advanced Research (IJAR) 2 (8), 1061 - 1070.

Juraman, S. R. (2017). Naluri Kekuasaan Sigmund Freud. JURNAL STUDI KOMUNIKASI 1 (3), 280 - 287.

Nugroho, A. F. (2018). TEORI-TEORI BIMBINGAN KONSELING DALAM PENDIDIKAN (Teori Psikoanalisis, Teori Berpusat Pada Klien dan Teori Behavioristik). Jurnal Tawadhu 2 (1), 428-445.

Ayu, F. (2022, 06 05). Teori Psikoanalisis Sigmund Freud dan ImplementasiI dalam Pendidikan. Retrieved 03 11, 2024, from kompasiana: Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling p-Issn:2088-8341, e-Issn:2686-2859 Homepage: http://jurnal.uinsu. https://www.kompasiana.com/faraditaayu/629cd7dcdf66a737241bac53/teori-psikoanalisissigmund-freud-dan-implementasii-dalam-pendidikan?lgn_met hod=google

Husna, R. A. (2021, 01 07). Pendekatan Psikoanalisis dalam Konseling. Retrieved 03 11, 2024,from materikonseling: https://www.materikonseling.com/2021/01/pendekatan-psikoanalisis-dalamkonseling.html

Nisa, A. (2017). Model Bimbingan Dan Konseling Islam Psikoanalisis Berbasis Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Moral Pada Remaja. Jurnal Al Tazkiah, 6(1).