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.v4i3.3067

TEKNIK PSIKOANALISA DALAM KONSELING KELOMPOK

Psychoanalytic Techniques in Group Counseling

Bakhrudin All Habsy[1], Ulil Azmil[2], Trya Ayu Anggraeny[3], Dwita Febriani[4], Dewi Putri Wulandari[5]
Institut Islam Mamba'ul 'Ulum Surakarta
bakhrudinhabsy@unesa.ac.id; ulil.23063@mhs.unesa.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
May 18, 2024	May 21, 2024	May 24, 2024	May 27, 2024

Abstract

Psychoanalytic theory is a theory that attempts to explain the nature and development of human personality. The main elements in this theory are motivation, emotions and other internal aspects. This theory assumes that personality will develop if there are various conflicts from these psychological theory based on psychoanalytic analysis is that the counselor guides the counselee to understand what the counselee wants to achieve, the activities they will carry out, and the progress that the counselee has achieved. In group counseling, counselees can use interactions with other counselees in the group to help increase understanding of certain values and goals as well as to learn or eliminate certain attitudes and behavior.

Keywords: *Psychoanalysis, Personality Development, Group Counseling*

Abstrak: Teori psikoanalisis merupakan teori yang berusaha untuk menjelaskan tentang hakikat dan perkembangan kepribadian manusia. Unsur-unsur utama dalam teori ini ialah motivasi, emosi dan aspek-aspek internal lainnya. Teori ini berasumsi bahwa kepribadian akan berkembang apabila terjadi berbagai konflik dari aspek-aspek psikologis tersebut, dimana pada umumnya terjadi pada anak-anak atau usia dini. Jadi, tujuan dari teori psikoanalisis yang berdasarkan analisis psikoanalisis adalah konselor menuntun konseli untuk memahami tentang apa yang hendak konseli capai, kegiatan-kegiatan yang akan mereka lakukan, dan tentang kemajuan yang telah dicapai oleh konseli. Dalam konseling kelompok, konseli dapat menggunakan interaksi kepada konseli lain yang ada dalam kelompok tersebut untuk membantu dalam meningkatkan pemahaman terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu serta untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.

Kata Kunci: Psikoanalisis, Pengembangan Kepribadian, Konseling Kelompok

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

PENDAHULUAN

Dikutip dari (Syawal, 2018) Psikoanalisis adalah cabang ilmu yang dikembangkan oleh Sigmund Freud dan para pengikutnya, sebagai studi fungsi dan perilaku psikologis manusia. Pada mulanya istilah psikoanalisis hanya dipergunakan dalam hubungan dengan Freud saja, sehingga "psikoanalisis" dan "psikoanalisis Freud" sama artinya. Bila beberapa pengikut Freud dikemudian hari menyimpang dari ajarannya dan menempuh jalan sendiri-sendiri, mereka juga meninggalkan istilah psikoanalisis dan memilih suatu nama baru untuk menunjukan ajaran mereka. Contoh yang terkenal adalah Carl Gustav Jung dan Alfred Adler, yang menciptakan nama "psikologi analitis" (bahasa Inggris: analitycal psychology) dan "psikologi individual" (bahasa Inggris: individual psychology) bagi ajaran masing-masing.

Konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran, serta perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi – fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. (Nurihsan J, A., 2012: 22).

Fungsi – fungsi terapi diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling mempedulikan di antara para peserta konseling kelompok. Konseli dalam konseling kelompok dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan – tujuan tertentu, untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.(Rasimin; Hamdi, n.d.).

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini dilakukan menggunakan penelitian kepustakaan dengan metode studi literatur. Metode studi literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkaitan dengan pengumpulan data pustaka, membaca, dan mencatat, serta mengelola bahan penelitian (Zed, 2008:3). Studi literatur ini dilakukan oleh peneliti setelah mereka menemukan topik penelitian dan ditetapkannya rumusan permasalahan (Darmadi, 2011). Pada proses penelusuran literatur kami memanfaatkan database google scholar, semantic scholar, dan connected

papers untuk menelusuri beberapa sumber berupa jurnal, buku, artikel, dan lainnya. Teknik yang dilakukan berupa library research untuk mengidentifikasi, mengumpulkan data, mengolah data, dan menarik kesimpulan.

Prosedur Penelitian

Proses penelusuran studi literatur ini dilakukan dengan menggunakan database google scholar, buku dari perpustakaan, dan e-book tentang psikodinamika. Rentang tahun buku atau jurnal yang digunakan ialah 2014-2024 dengan kata kunci 'pendekatan psikodinamika dengan teknik asosiasi bebas'. Setelah menemukan materi tersebut, kami melakukan pengkajian data untuk memastikan bahwa materi tersebut sudah sesuai dengan topik penelitian.

HASIL

Hasil dari library research "Teknik Psikoanalisa dalam Konseling Kelompok"

Tabel 1. Tabel Library Research

No	Temuan Penelitian	Sumber Data
1.	Perkembangan Konseling Psikoanalisis	Syawal, S. H. (2018). Psikoanalisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan Helaluddin Syahrul Syawal.
2.	Konseling Kelompok Psikoanalisis 1) Konseling psikoanalis dalam setting kelompok 2) Peran dan fungsi pemimpin kelompok 3) Prosedur konseling kelompok	Aqib, Z. (2017). Peningkatan Profesionalitas Guru Untuk Mengentaskan Masalah Siswa Dengan Teknik Assosiasi Bebas Dan Play Therapy Dalam Konseling Kelompok Di SMK Muhammadiyah 1 Berbek Kab.Nganjuk. *Jurnal Wahana Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*, *62*(1), 4. Rasimin Hamdi, M. (n.d.) *Bimbingan dan Konseling Kelompok*
3.	Teknik – teknik spesifik dalam konseling psikoanalisis	Habsy, B. A., Fitriani, D. N., Nopitasari, D., Rodiyah, N. M., & Sania, F. N. (2023). Tahapan Dan Teknik Konseling Psikoanalisis Dalam Lingkup Pendidikan: Studi Literatur. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *8*(2), 179-189.
4.	Penggunaan konseling kelompok psikoanalisis dalam penelitian	Trombetta, T., Bottaro, D., Paradiso, M. N., Santoniccolo, F., Abbate Daga, G., & Rollè, L. (2024). Psychodynamic Group Therapy for Eating Disorders: A

		Narrative Review.*Journal of Contemporary Psychotherapy*. Aqib, Z. (2017). Peningkatan Profesionalitas Guru Untuk Mengentaskan Masalah Siswa Dengan Teknik Assosiasi Bebas Dan Play Therapy Dalam Konseling Kelompok Di SMK Muhammadiyah 1 Berbek Kab.Nganjuk. *Jurnal Wahana Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*, *62*(1), 4.
5.	Kelebihan dan keterbatasan konseling kelompok psikoanalisis	Purwadi. (2021). *Teori Dan Pendekatan Konseling Dalam Perspektif Multibudaya*.

PEMBAHASAN

Perkembangan Konseling Psikoanalisis

Dikutip dari (Syawal, 2018) Psikologi telah diakui sebagai ilmu yang mandiri sejak tahun 1879, ketika Wilhelm Mundt mendirikan Institut Psikologi di Jerman. Sejak saat itu, psikologi berkembang pesat dan ditandai dengan munculnya berbagai aliran pemikiran di dalamnya. Salah satu tren dalam psikologi adalah konsep kepribadian. Konsep ini pada akhirnya ditafsirkan dalam berbagai definisi oleh banyak ahli, termasuk pengertian konsep kepribadian aliran psikoanalitik (Ja'far: 2015). Teori psikoanalitik merupakan teori yang berupaya menjelaskan hakikat dan perkembangan kepribadian. Unsur yang diutamakan dalam teori ini adalah motivasi, emosi, dan aspek internal lainnya. Teori ini berpendapat bahwa kepribadian berkembang dari aspek psikologis tersebut, biasanya pada saat konflik yang terjadi pada masa kanak-kanak atau anak usia dini.

Pemahaman Freud tentang kepribadian manusia didasarkan pada pengalamannya dengan pasien, analisis mimpi mereka, dan pembacaan ekstensif berbagai literatur ilmiah dan humanistik. Pengalaman-pengalaman ini memberikan data dasar bagi pengembangan teorinya. Baginya, teori mengikuti observasi, dan konsep kepribadian direvisi berulang kali selama 50 tahun terakhir hidupnya. Meskipun teorinya dikembangkan lebih lanjut, Freud menegaskan bahwa psikoanalisis tidak boleh menyerah pada eklektisisme, dan murid-murid yang menyimpang dari ide-ide dasar ini segera menjadi kurang mengenal Freud secara pribadi dan profesional. Freud menganggap dirinya seorang ilmuwan. Namun, definisinya tentang sains agak berbeda dengan definisi kebanyakan psikolog saat ini. Freud mengandalkan penalaran deduktif daripada metode penelitian yang ketat dan melakukan observasi subjektif

dengan ukuran sampel yang relatif kecil. Dia hampir secara eksklusif menggunakan pendekatan studi kasus dan mengembangkan hipotesis yang jelas berdasarkan fakta kasus yang dia ketahui.

Dalam psikologi, kami fokus pada studi tentang kesadaran dan memandang kesadaran sebagai aspek utama kehidupan mental. Sigmund Freud mengajukan gagasan bahwa kesadaran hanya menyumbang sebagian kecil dari kehidupan mental, dan bagian terbesarnya sebenarnya adalah dunia bawah sadar atau ketidaksadaran. Freud mengibaratkan alam sadar dan alam bawah sadar seperti gunung es yang mengambang, dimana bagian yang muncul ke permukaan (pikiran sadar) jauh lebih kecil dibandingkan bagian yang tenggelam (pikiran bawah sadar). Lebih lanjut, Freud menganggap manusia sebagai makhluk deterministik, gagasan bahwa aktivitas manusia selama enam tahun pertama kehidupan pada dasarnya ditentukan oleh kekuatan irasional, kekuatan bawah sadar, dorongan biologis, dan naluri.

Psikoanalisis Freud dapat digolongkan sebagai ilmu baru tentang manusia yang banyak kontradiksinya. Bahkan saat ini, teori ini mendapat banyak kritik dari para ahli yang menentangnya. Misalnya, H.J. mengatakan: Eysenck, seorang profesor psikologi asal Jerman, mengatakan bahwa psikoanalisis tidak bisa dianggap sebagai ilmu. Ia adalah seorang behavioris ekstrim yang berpendapat bahwa tidak masuk akal jika orang memberikan predikat ilmiah pada teori psikoanalitik yang sama sekali bukan behavioris (Bertens: , 2016).

Selain pemikiran-pemikiran di atas, Freud dikenal tidak hanya dalam bidang psikologi dan psikiatri, tetapi juga dalam bidang sosiologi, antropologi, ilmu politik, filsafat, sastra, dan seni. Di bidang psikologi, khususnya di bidang psikologi kepribadian dan teori kepribadian, pengaruh Freud terhadap psikoanalisis yang dikembangkannya diakui secara luas sebagai dasar bagi sebagian besar teori kepribadian kontemporer, di mana teori perilaku (kepribadian) memainkan peran atau berada di paling tidak patut dipertanyakan. Hal ini dapat dilihat dari fakta yang diperlihatkannya , ide Freud. Psikoanalisis sendiri sebagai salah satu cabang utama ilmu psikologi mempunyai teori kepribadian yang secara sederhana dapat disebut teori kepribadian psikoanalitik (psychoanalytic Personality Theory).

Hubungan antara psikoanalisis dan pendidikan sangatlah kompleks dalam artian psikoanalisis telah mengubah dan memperkaya tingkat tingkah laku (sikap) hingga sebatas hubungan pendidikan (hubungan dengan pendidik, orang tua, dan peserta didik yang

terlibat). Teori psikoanalitik memberikan kontribusi dalam berbagai hal terhadap berbagai pertimbangan dalam perkembangan dunia pendidikan.

Konseling Psikoanalisis dalam Setting kelompok

Dikutip dari (Syahri et al., 2022) Konseling dengan setting kelompok dalam layanan bimbingan dan konseling, disebut dengan istilah konseling kelompok dan bimbingan kelompok, dalam hal ini yang akan dibahas adalah mengenai konseling kelompok, Prayitno menjelaskan bahwa layanan konseling kelompok merupakan pemberian bantuan kepada individu dengan cara bersamaan dalam ruang atau setting kelompok. Layanan konseling kelompok suasana layanan harus dalam keadaan yang permisif, terbuka, penuh keakraban sehingga diharapkan dapat mengungkapkan masalah konseli dari segi penelusuran timbulnya masalah hingga ke upaya mencari solusi dari permasalahan, evaluasi dan tindak lanjut (Aziz, 2015).

Dikutip dari (Desi Harlina, Netrawati, 2022) Konseling kelompok dapat memberikan bantuan kepada individu dengan cara sesama anggota kelompok saling berbagi pengalaman mereka yang akan berguna untuk menemukan pemecahan masalah terkait rasa takut, sedih, marah, dan keadaan-keadaan yang mungkin tidak ingin terjadi dalam kehidupan individu

Peran dan Fungsi Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok yang efektif sebagaimana yang dikemukan oleh Wolf (Adhiputra, N. (2015: 115) bahwa pemimpin kelompok psikoanalisis yang efektif mampu memajukan hubungan interpersonal anggota di atas hubungan anggota dan pemimpin kelompok. Lebih lanjut. Supriatna, N (2009: 35) menyatakan fungsi konselor dalam konseling kelompok yang berorientasi psikoanalisis adalah membantu konseli secara berangsur-angsur untuk menemukan faktor-faktor penentu yang tidak disadari dari perilakunya pada. Masa kini. Fungsi itu dilaksanakannya dengan memerhatikan konsep-konsep pokok psikoanalisis dan menggunakan teknik-teknik bantuan yang telah dikemukakan pada bagian terdahulu.

Peran pemimpin adalah membantu peserta kelompok kerja memahami bagaimana perhatian terhadap iklim interpersonal ini berhubungan langsung dengan pencapaian tujuan kelompok (Hulse-Killacky, Killacky, & Doniran, 2001). Keseimbangan antara isi dan proses kelompok paling baik dicapai dengan memperhatikan prinsip dasar pemanasan, tindakan,

dan kesimpulan. Jika dilakukan secara efektif, kelompok kerja akan lebih sukses dan produktif.

Fungsi lain dari konselor sebagai pemimpin kelompok sebagaimana Natawidjaja (2009: 194) meliputi:

1. Menciptakan suasana yang mendorong anggota kelompok untuk mengekspresikan diri secara bebas
2. Menetapkan batasan antara perilaku dalam kelompok dan di luar kelompok
3. Memberikan dukungan terapeutik ketika anggota kelompok tidak memberikannyabimbingan dan mendorong komunikasi antar anggota kelompok, membantu anggota menghadapi dan menghadapi penolakan dalam diri mereka sendiri atau dalam kelompok sebagai satu kesatuan)
4. Membantu anggota menghadapi dan menghadapi penolakan dalam diri sendiri atau di dalam kelompok sebagai satu unit di dalam unit)
5. Mendorong kemandirian anggota kelompok, secara bertahap
6. Melepaskan peran kepemimpinan dan mendorong komunikasi antar anggota kelompokf)
7. Mengingatkan anggota akan aspek – aspek perilaku yang tidak tepat
8. Mengajukan pertanyaan kepada dan dari anggota kelompok untuk membantu mereka masuk lebih dalam dan lebih dalam

Menurut Wolf (Supriatna, N (2009: 36) fungsi-fungsi lain dari konselor sebagai pemimpin kelompok adalah berikut ini:

1. Berusaha mengakui kesalahan dan bersiap menawarkan beberapa tugas kepemimpinan kepada anggota kelompok jika kegiatan tersebut bermanfaat secara terapeutik bagi kelompok.
2. Hindari sikap diktator dan gaya kepemimpinan. Anggota untuk mengikuti pendapat guru.
3. Menyambut pemdapat internal dari berbagai arah sebagai peluang untuk kemajuan karir.
4. Memandu anggota menuju kesadaran penuh dan integrasi sosial.

5. Melihat kelompok yang dipimpinnya sebagai potensi yang kuat.
6. Mengenali kemampuan potensial anggota kelompok untuk menafsirkan dan mengintegrasikan materi yang dihasilkan oleh anggota lain, dan mengenali kemampuan mereka untuk mendekati kebenaran yang tidak mereka sadari.

Prosedur konseling Kelompok Psikoanalisa



Gambar 1. Prosedur Konseling Kelompok Psikoanalisa

- Tahap persiapan berupa analisis individu

  Pada tahap ini konselor memilih peserta yang dapat melaksanakan kegiatan kelompok yang akan dipimpinnya. Upaya untuk memberikan pemimpin kelompok kondisi yang sesuai untuk kegiatan kelompok, seperti paparan terhadap kenyataan, kemampuan menjalin hubungan pribadi, fleksibilitas dan kemampuan Sebab Akibat dalam konseling kelompok. .

- Tahap pembentukan hubungan melalui penafsiran mimpi dan fantasi.

  Pada tahap ini merupakan salah satu cara untuk menumbuhkan rasa saling percaya antar anggota. Hal ini membantu menciptakan kesan tertentu di antara anggota tim konsultan.

- Asosiasi Bebas Antar Individu

  Pada tahap ini merupakan tahap pergaulan bebas yang lebih dalam, yaitu komunikasi perasaan dan pikiran seseorang tanpa sensor setelah muncul dalam ingatannya.

Artinya keberhasilan tahap kedua tercermin pada munculnya pergaulan bebas atau majunya tahap ketiga.

- Fase Analisis Penolakan

  Fase ini menjadi jelas ketika setiap anggota menafsirkan mimpinya dan memelihara asosiasi bebas dengan anggota kelompok lainnya. Periode perkembangan kelompok ini dapat dibandingkan dengan periode ketika kelompok memberontak terhadap penasihatnya. Mereka mempertahankan dengan cara mengisolasi diri memberikan alasan-alasan rasional dan mengarahkan pembicaraan kepada hal-hal yang mendetail mengenai aturan kegiatan dalam kelompok.

- Tahap Analisis pengalihan

  Pada tahap ini, konselor harus menggali ketakutan atau trauma setiap anggota kelompok, perubahan dirinya, dan juga trauma yang memperlambat pertumbuhannya. Pada tahap membangun kerjasama dalam kelompok, khususnya berupa hubungan yang sehat dan religius antara anggota kelompok dengan pembimbing serta antara anggota kelompok yang satu dengan anggota kelompok yang lain.

- Tahap Fase tindakan sadar individu dan integrasi sosial

  Fase ini dapat ditandai dengan berakhirnya kisah pergeseran yang sangat kuat yang terjadi di dalam kelompok. Pada tahap ini terdapat berbagai model kepemimpinan dan pemisahan serta persepsi individu terhadap realitas. Hilangnya fokus kelompok terhadap mentor telah diatasi dengan hati-hati, dan anggota tim memandang mentor sebagai sesuatu yang lebih realistis. Tujuan dari tahap ini adalah untuk membantu klien menemukan cara yang lebih efektif dalam berhubungan dengan orang lain dan untuk meningkatkan perkembangan pribadi mereka sehingga mereka dapat berpikir dan bertindak sendiri.

Teknik-Teknik Spesifik dalam Konseling Psikoanalisis

1. Talking Cure (Chimey Sweeping)

Teknik ini merupakan teknik pertama yang dilakukan oleh Sigmund Freud dan Josep Breur dalam prakteknya yaitu dengan melakukan pendekatan kepada pasien. Dalam praktek bimbingan dan konseling di sekolah dengan teknik talking

cure ini bisa dilakukan dengan pendekatan kepada peserta didik agar konseling dapat berjalan dengann baik dan konseli merasa nyaman ketika proses konseling berlangsung. Teknik ini memberikan kesempatan pada konseli untuk menceritakan semua pengalaman atau apapun yang pernah dialami oleh konseli dan ingin konseli ceritakan. Setelah terjalin hubungan yang baik, maka akan muncul sebuah kartaris (kebebasan dalam mengungkapkan masalah). Kartaris ini merupakan metode yang akan membuat konseli setengah sadar sehingga memudahkan dalam melihat apa yang ada di alam bawah sadarnya yang dimasukkan dalam keadaan hipnosa (Trinurmi, 2021).

2. Asosiasi bebas

Sama halnya dengan teknik talking cure, yaitu memberikan konseli kesempatan untuk menceritakan apapun yang sedang konseli rasakan. Teknik ini merupakan teknik utama dalam psikoanalisa. Terkadang konseli menceritakan apa yang sedang ia rasakan dan pikirkan tidak beraturan dan mungkin juga konseli akan melakukan penolakan saat konselor ingin menanyakan sesuatu secara lebih lanjut atau lebih dalam. Freud pernah menggunakan teknik hipnotis, yaitu ia menghipnotis pasiennya agar pasien tersebut lebih terbuka saat menceritakan masalahnya atau apa yang ia rasakan.

Namun sayangnya, sang pasien tersebut malah jatuh cinta kepada Freud. Hal ini menyebabkan Freud untuk mengubah haluan yang kemudian munculah suatu teknik yang dinamakan teknik asosiasi bebas. Teknik ini memberi kebebasan kepada konseli untuk menyampaikan semua yang ia rasakan atau pikirkan tanpa peduli apakah itu hal yang salah atau benar, menyakitkan atau menyenangkan, sehingga dapat membuat konseli lebih terbuka kepada konselor (Humi, 2020). Saat proses konseling ini terjadi, konselor meminta konseli untuk mengososngkan pikirannya dari apapun yang ia renungkan sehari-hari. Kemudian, konselor memanggil alam bawah sadar konseli dan mengulik pengalaman yang pernah dialami oleh konseli pada masa lalu sehingga konseli dapat melepaskan emosi yang selama ini knseli rasakan berdasarkan masa lalunya (Trimurni, 2021). Menurut pendapat Freud, apapun yang dikatakan oleh konseli meskipun secara abstrak dan tidak berarturan akan tetap ditemukan penekanan pada diri konseli, yang berarti konseli jujur dalam mengatakan hal tersebut.

Sebagai contoh yaitu pada kasus pergaulan bebas. Dalam pergaulan bebas, konseli akan didorong untuk menceritakan apapun yang terlintas dalam pikirannya, tidak peduli apakah itu menyakitkan, konyol, sepele, memalukan dan tidak logis, konseli akan mengalirkan perasaannya melalui cerita tanpa sensor. Ketika proses ini berlangsung, sebagian besar konseli akan menyimpang dari aturan dasar ini yang kemudian munculah reaksi penolakan yang kemudian ditafsirkan oleh konselor ketika sudah saatnya untuk melakukannya. Teknik ini mengarah kepada ingatan dan pengalaman yang mengganjal pada masa lalu konseli, terkadang pula mengarah pada perasaan intens yang terhambat.

Dalam proses konseling ini, tugas konselor ialah mengidentifikasi masalah atau peristiwa yang terkunci dan terpendam di alam bawah sadar. Prosedur teknik asosiasi bebas ini ialah memandu konselor dalam memahami hubungan antar peristiwa yang dibuat oleh konseli. Kemudian melakukan pemblokiran terhadap gangguan dalam pergaulan yang berfungsi sebagai isyarat akan timbulnya kecemasan. Selanjutnya ialah konselor memberikan arahan serta membimbing konseli untuk meningkatkan wawasan terhadap dinamika yang mendasarinya. Ketika konselor mendengarkan cerita konseli, konselor tidak hanya mendengar isi ceritanya, namun konselor harus bisa menangkap makna tersembunyi dari cerita konseli tersebut biasa disebut sebagai "mendengarkan dengan telinga ketiga". Semua hal yang diceritakan konseli tidak boleh dianggap sepele.

3. Interpretasi

Interpretasi merupakan analisis yang menunjukkan, menjelaskan, bahkan mengajarkan konseli akan makna yang diwujudkan dengan mimpi, pergaulan bebas, penolakan, dan hubungan terapeutik itu sendiri. Interpretasi berfungsi untuk memungkinkan ego mengasimilasi masalah baru dan mempercepat dalam mengungkap masalah yang tidak disadari secara lebih lanjut. Interpretasi berdasar pada penilaian konselor terhadap kepribadian konseli dan faktor-faktor di masa lalu yang berkontribusi terhadap diri konseli. Proses penganalisisan atau penafsiran asosiasi bebas, mimpi, resistensi, dan transferensi melalui tindakan yang menyatakan dan menerangkan kepada konseli tingkah laku yang tergambar melalui asosiasi bebas, mimpi, resistensi, dan transferensi. (Hanifa et al., 2017).

Sedangkan berdasarkan definisi kontemporer, interpretasi terdiri atas identifikasi, klarifikasi, serta penerjemahan masalah konseli. Dalam membuat interpretasi yang

tepat, konselor harus berpedoman pada rasa kesiapan konseli untuk mempertimbangkannya (Saretsky, 1978). Penafsiran harus dilakukan pada waktu yang tepat, apabila waktunya tidak tepat, maka konseli akan melakukan penolakan. Dalam aturan umumnya penafsiran harus dihadirkan ketika peristiwa yang akan ditafsirkan sudah mendekati tingkat kesadaran. Dengan kata lain, analisis harus menafsirkan masalah yang belum pernah konseli alami sebelumnya namun masih bisa ditoleransi dan digabungkan. Aturan umum lainnya ialah harus dilakukan mulai dari permukaan atau dasar masalah dan sampai batas kemampuan dan kesiapan konseli dalam bercerita. Kemudian aturan umum selanjutnya ialah konseling yang berjalan dengan baik adalah konseli melakukan penolakan atau pembelaan sebelum konselor manafsirkan emosi atau konflik yang mendasarinya.

Fungsi dari interpretasi ialah mempercepat proses pengungkapan sesuatu yang tidak disadari. Teknik ini dilakukan saat konseli dalam keadaan sadar dan konselor dapat mengeksplor konseli secara menyeluruh dan mendalam tentang permasalahan yang sedang dihadapi konseli. Dalam interpretasi harus memperhatikan beberapa hal, yaitu disajikan dengan hal-hal yang berkaitan dengan alam bawah sadar konseli, dimulai dari sesuatu yang umum kemudian sesuatu yang lebih mendalam, melakukan resistensi sebelum menginterpretasikan konflik atau masalah. (Abivian, 1963).

4. Analisis mimpi

Analisis mimpi merupakan prosedur yang penting untuk mengungkap masalah yang tidak disadari oleh konseli dann memberikan wawasan atau informasi kepada konseli mengenai beberapa masalah yang belum terselesaikan. Selama tidur, pertahanan tubuh melemah kemudian perasaan tertekan muncul ke permukaan. Freud mengungkapkan mimpi sebagai "jalan utama manuju alam bawa sadar", karena dalam mimpi terdapat sebuah kebutuhan dan ketakutan dari alam bawah sadar seseorang yang dutuangkan ke dalam mimpi tersebut. Atau bisa juga beberapa motivasi yang tidak dapat diterima oleh seseorang yang kemudian motivasi tersebut diungkapkan dalam bentuk terselubung atau simbolis sacara langsung yaitu melalui mimpi.

Karena hal ini membuat konseli merasa terancam dan sangat menyakitkan, dorongan seksual dan agresif yang tidak disadari yang membentuk isi laten menjadi

isi nyata yang dapat diterima, yaitu mimpi yang terlihat oleh pemimpi. Proses dimana isi mimpi yang terpendam dan kemudian diubah menjadi isi yang nyata yang tidak terlalu mengancam disebut kerja mimpi. Tugas seorang konselor ialah mengungkapkan makna terselubung yang terdapat dalam mimpi tersebut dengan mempelajari simbol-simbol dalam isi mimpinya.

Selama sesi konseling tersebut, konselor akan meminta konseli untuk bebas dalam mengasosiasikan beberapa aspek isi nyata mimpi dengan tujuan agar konselor dapat mengungkap makna terpendam pada mimpi tersebut. Konselor harus berpartisipasi dalam proses konseling dengan cara mengeksplorasi hubungan konseli dengan konselor. Dengan adanya penafsiran makna mimpi dapat membantu konseli dalam mengungkapkan represi yang telah menjauhkan masalah dari kesadaran dan menghubungkan wawancara baru dengan perjuangan saat ini. Kemungkinan mimpi dapat berfungsi sebagai jalan menuju masalah depresi, namun mimpi juga memberikan pemahaman tentang fungsi konseli saat ini.

Menurut Freud, mimpi merupakan produk psikis berupa keinginan yang terpendam yang akan muncul dalam keadaan sadar. Menurut Ibnu Abrani, mimpi merupakan imajinasi yang terdiri tiga hal, yaitu: 1) mimpi berkaitan dengan kegiatan sehari-hari, 2) mimpi merupakan simbol yang harus ditafsirkan, 3) spiritual non simbolik, yaitu mimpi yang telah mengalami penyucian hati (Mahliatussikah, 2016).

Mimpi ada dua isi, yaitu:mimpi isi laten dan mimpi manifest. Mimpi laten terdiri dari motif dan simbol yang samar serta tidak disadari sehingga mimpi tersebut sulit untuk dipahami (Hanifa et al., 2017). Isi manifest adalah mimpi yang gambarannya terlihat dengan jelas. Adapun cara kerja mimpi menurut Freud (Ardiansyah et al., 2022), yaitu:

a. Proses figurasi yaitu pemindahan pikiran ke dalam bentuk gambar. Sebuah harapan akan digantikan oleh gambar aktual dan kata-kata. Proses figurasi akan melihat sebuah hasrat dalam bentuk yang nyata.
b. Proses kondensasi, yaitu peralihan dari suatu pikiran yang tersembunyi menjadi suatu gambar tunggal.
c. Proses pemindahan, yaitu mimpi yang menampilkan sesuatu yang berlawanan dari pikiran tersembunyi yang harus diwujudkan.

d. Proses simbolisasi, yaitu metode penting yang yang digunakan untuk mengungkap sesuatu yang tidak disadari oleh konseli dan kemudian konselor memberikan pemahaman terhadap permasalahan yang belum terselesaikan.

5. Resistensi

Resistensi merupakan sebuah konsep dasar dalam praktik psikoanalisa. Sedangkan pengertian resistensi sendiri ialah keengganan konseli untuk memunculkan atau menceritakan masalah dari alam bawah sadar yang telah ditekan ke permukaan. Perlawanan yang dimaksud ialah mengacu pada gagasan, sikap dan perasaan atau tindakan sebagai respon penolakan baik dilakukan secara sadar maupun tidak sadar. Freud memandang perlawanan sebagai sebuah dinamika bawah sadar yang digunakan seseorang untuk bertahan dalam melawan kecemasan an rasa sakit yang tak terbendung yang akan muncul jika seseorang tersebut menyadari dorongan dan perasaan yang tertekan.

Sebagai bentuk pertahanan terhadap kecemasan, resistensi berperan khusus dalam terapi psikoanalitik sebagai upaya untuk mencegah konseli dan konselor berhasil dalam usaha mereka untuk mendapatkan wawasan tentang dinamika alam bawah sadar. Selama proses asosiasi bebas dan analisis mimpi, konseli dapat menunjukkan ketidaksukaannya untuk menghubungkan pikiran, perasaan, dan masa lalu konseli.

6. Transferensi

Transferensi yaitu memanifestasikan dirinya dalam proses terapeutik ketika konseli merasa bahwa konselor mirip dengan seseorang yang pernah ada dalam kehidupannya. Situasi transferensi dianggap berharga karena manifestasinya dapat memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengalami kembali perasaan yang sebelumnya tidak dapat diakses oleh konselor. Melalui transferensi ini, konseli dapat mengungkapkan perasaan, keyakinan, dan keinginan yang selama ini mereka pendam di alam bawah sadarnya. Transferensi memantulkan kebutuhan konseli akan emosi di masa lalu yang terpendam yang kemudian diungkapkan melalui objek tersebut (Arni & Halimah, 2020).

Jika konseli paham akan makna hubungan transferensi, maka konseli akan memperoleh pemahaman atas pengalamannya di masa lalu, sehingga dapat menghubungkan pengalaman masa lalu dengan masa kini. Dalam teknik ini, konselor

berusaha untuk membantu dalam memberikan alasan dari kecemasan yang dipendam oleh konseli yaitu dengan mengalihkan konselor sebagai seseorang yang pernah ada dikehidupan konseli sebelumnya.

Penggunaan konseling kelompok Psikoanalisa dalam Penelitian

1. **Terapi Kelompok Psikodinamik untuk Gangguan Makan: Tinjauan Narasi**

   Pada penelitian ini, teridentifikasi bahwa beberapa efek atau dampa positif dari terapi kelompok psikodinamik adalah pada gejala gangguan makan, khususnya pada pasien Bulimia Nervosa dan gangguan makan yang berlebihan. Namun, hal ini harus ditanggapi secara hati-hati karena mengingat terbatasnya metodologi penelitian yang disertakan. Maka dari itu perlunya penelitian secara lebih mendalam, terutama dalam pengembangan pengobatan manual yang dinilai dalam RCT. Meski demikian, temuan yang muncul dalam penelitian ini dapat berfungsi sebagai stimulus untuk penelitian di masa depan, untuk mengatasi kesenjangan literatur saat ini dapat melalui penerapan pendekatan berbasis bukti yang dapat dibuktikan kegunaan sebenarnya dari terapi kelompok psikodinamika pada gangguan makan. Karena teknik ini hemat biaya, hal ini memiliki nilai klinis tambahan. (Trombetta et al., 2024).

2. **Peningkatan profesionalitas guru untuk mengentaskan masalah siswa dengan teknik asosiasi bebas dan play therapy dalam konseling kelompok di SMK Muhammadiyah 1 Berbek KAB. Nganjuk.**

   Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang terdiri dari 2 siklus dengan subyek penelitian siswa kelas XI TKJ SMK Muhammadiyah 1 Berbek. Dengan adanya penelitian ini dapat disimpulkan:

   a. Teknik asosiasi bebas membantu untuk memudahkan siswa dalam mengungkapkan masalah. Masalah yang berhasil dihimpun oleh guru BK dengan menggunakan asosiasi bebas yaitu, takut tidak naik kelas, dimarahi orang tua, takut pada guru, tidak mengerjakan tugas, tidak bisa konsentrasi dan dikompas teman.

   b. Melalui kegiatan play therapy siswa menjadi senang,akrab, tidak canggung. Play therapy dilakukan sebelum, selama dan sesudah konseling kelompok. Jenis play therapy yang digunakan antara lain membuat menara, estafet

bola,korek api,kacang atom, kucing mengejar tikus, kata berkait, tebak kata, strip three dll.

c. Pelaksanaan konseling kelompok pada siklus I masih ada siswa yg kurang komunikatif, dan ada siswa yang sudah menjalankan keputusan konseling tetapi masalah tidak selesai, ada yang belum menjalankan keputusan konseling dan ada yang menjalankan keputusan konseling dimana masalah terselesaikan tetapi timbul masalah baru, sehingga dalam konseling kelompok siklus II konselor melakukan mediasi dengan pihak penyebab masalah dan menggunakan teknik "Kursi Kosong" sehingga dalam konseling kelompok siklus II semua siswa sudah komunikatif dan masalah terselesaikan. Akhirnya dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik asosiasi bebas dan play therapy dalam konseling kelompok dapat membantu mengentaskan masalah siswa kelas XI TKJ SMK Muhammadiyah 1 Berbek.(Aqib, 2017).

Kelebihan dan Keterbatasan Konseling Kelompok Psikoanalisis

Keunggulan Konseling Kelompok Psikoanalitik Menurut Shertzer & Stone (1980:-202), beberapa keunggulan konseling dengan pendekatan psikoanalitik adalah:

1. Freud melakukan pengamatan dengan keberanian dan reaksi yang mengarah pada teori kepribadian pertama dan teknik psikoterapi pertama yang efektif.
2. Freud mengidentifikasi pengaruh bentuk awal perkembangan kepribadian terhadap perkembangan anak.
3. Freud mengembangkan model wawancara sebagai alat konseling.
4. Freud adalah salah satu orang pertama yang menekankan pentingnya sikap konselor dalam proses konseling.
5. Psikoanalisis mewakili suatu sistem di mana terdapat tingkat kesepakatan yang tinggi antara teori dan teknik.

Kekurangan konseling kelompok psikoanalitik:

Teori psikoanalitik tidak lepas dari kritik orang lain.Menurut Hall & Lindzey (1970: 68), salah satu kelemahan teori psikoanalitik adalah Freud menyatakan bahwa perilaku manusia hanya disebabkan oleh dorongan seksual. Kekurangan teori psikoanalisis terletak pada pengujian

hipotesis Freud melalui cara empiris.Hal ini dibuktikan dengan pengamatan Freud dalam kondisi yang tidak terkendali. Meski Freud tidak mengatakannya secara langsung saat proses konseling, namun ia mengaku sudah mengatakannya beberapa jam setelah konseling.

KESIMPULAN

Konseling kelompok psikoanalisis dapat membantu individu untuk lebih memahami diri mereka sendiri, hubungan interpersonal, dan pola-pola pikiran atau perilaku yang mungkin menghambat pertumbuhan pribadi. Dengan dukungan dari kelompok dan fasilitator, anggota kelompok dapat mengalami pertumbuhan pribadi yang signifikan. bahwa pendekatan ini dapat memberikan kesempatan bagi individu untuk memahami diri mereka sendiri lebih dalam, meningkatkan hubungan interpersonal, dan mengatasi pola pikir dan perilaku yang tidak sehat.

Kelebihannya termasuk adanya dukungan dan perspektif dari anggota kelompok lainnya, serta bimbingan dari seorang fasilitator terlatih. Namun, kekurangannya adalah bahwa tidak semua individu cocok dengan pendekatan ini, dan prosesnya dapat memakan waktu yang cukup lama untuk mencapai hasil yang signifikan. Terlebih lagi, beberapa orang mungkin merasa tidak nyaman dalam membagikan masalah pribadi mereka di hadapan kelompok orang lain**.**

DAFTAR PUSTAKA

Aqib, Z. (2017). Peningkatan Profesionalitas Guru Untuk Mengentaskan Masalah Siswa Dengan Teknik Assosiasi Bebas Dan *Play Therapy* Dalam Konseling Kelompok Di SMK Muhammadiyah 1 Berbek Kab.Nganjuk. *Jurnal Wahana Universitas PGRI Adi Buana Surabaya*, *62*(1), 4.

Desi Harlina, Netrawati, Y. K. (2022). Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Mengatasi Stres pada Wanita Single Parent. *Eductum: Jurnal Literasi Pendidikan*, *1*(2), 411–420.

Faridah, D. N. (2015). Efektivitas teknik modeling melalui konseling kelompok untuk meningkatkan karakter rasa hormat peserta didik (quasi eksperimen terhadap siswa kelas X di SMK Muhammadiyah 2 Bandung tahun pelajaran 2014/2015). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, *5*(1), 45-66.

Ferdiansyah, M. (2023). *Teori Psikoanalis Hakikat Kepribadian Manusia*. Mafy Media Literasi Indonesia.

Habsy, B. A., Fitriani, D. N., Nopitasari, D., Rodiyah, N. M., & Sania, F. N. (2023). Tahapan Dan Teknik Konseling Psikoanalisis Dalam Lingkup Pendidikan: Studi Literatur. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *8*(2), 179-189.

Hikmawati, F. (2016). *Bimbingan dan Konseling*. PT RajaGrafindo Persada.

Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan Konseling Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, *17*(4), 447–454.

Kasih, F., & Kons, M. P. (2017). Profil Kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Pelayanan Kelompok di SMA Sumatra Barat. *Jurnal Counseling Care*, *1*(1), 13-26.

Lubis, L. N. (2017). *Konseling kelompok*. Kencana.

Madya, S. (2007). Penelitian tindakan kelas. *Bandung Alfabeta*.

Melinda, D.S. (2021). *EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPHY (REBT) UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK SMP NEGERI 19 BANDAR LAMPUNG* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG).

Purwadi, M. S. (2021). *TEORI DAN PENDEKATAN KONSELING DALAM PERSPEKTIF MULTIBUDAYA*. K-Media Yogyakarta.

Rasimin, M. P., & Hamdi, M. (2021). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bumi Aksara.

Schultz, D. P., Schultz, S. E., Hardian, L., & Rizal, M. (2021). *Setelah Pendirian Behaviorisme*. Nusamedia.

Setiawan, M. A. (2018). *Pendekatan-Pendekatan Konseling (Teori Dan Aplikasi)*. Deepublish.

Syahri, L. M., Netrawati, & Syahrial. (2022). Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Gestalt Untuk Mengatasi Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, *2*(1), 13–20.

Syawal, H., & Helaluddin, H. (2018). Psikoanalisis Sigmund Freud Dan Implikasinya Dalam Pendidikan. *Banten. Uin Sultan Maulana Hasanuddin*.

Trinurmi, S. (2021). Teknik Terapi Kelompok (Group Theraphy). *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan Dan Penyuluhan Islam*, *8*(1).

Trombetta, T., Bottaro, D., Paradiso, M. N., Santoniccolo, F., Abbate Daga, G., & Rollè, L. (2024). Psychodynamic Group Therapy for Eating Disorders: A Narrative Review.*Journal of Contemporary Psychotherapy*.

Zaini, M. (2019). *Asuhan keperawatan jiwa masalah psikososial di pelayanan klinis dan komunitas*. Deepublish.