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.v4i3.3017

KONSELING ADLERIAN: TINJAUAN FILOSOFIS

Adlerian Counseling: A Philosophical Review

Bakhrudin All Habsy[1], Alfi Kamelia Mubarok[2], Warnanda Eka Saputri[3], Musyaffa Dafa Firdaus[4]
Universitas Negeri Surabaya
alfi.23201@mhs.unesa.ac.id; Warnanda.23104@mhs.unesa.ac.id

Article Info:

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

Abstract

Alfred Adler was a major contributor to the psychodynamic approach to therapy. He believed that humans are the creators of their own lives and develop a unique lifestyle that is an expression of their chosen purpose. Humans choose their own path in life, this theory is called adlerian counseling. By using a quantitative method of literature study approach sourced from articles and journals. So that the results obtained (1) Biography of Adlerian Counseling figures (2) Definition of counseling (3) Purpose of Adlerian Counseling (4) Roles and functions of counselors according to Adlerian (5) Experience of counselees in Adlerian counseling (6) Relationship between counselors and adlerian counselees.

***Keywords**: Adlerian Counseling, Adlerian Counseling Experience, Adlerian Theory, Alfred Adler*

Abstrak: Alfred Adler adalah kontributor utama pendekatan psikodinamik terhadap terapi. Ia percaya bahwa manusia adalah pencipta kehidupannya sendiri dan mengembangkan gaya hidup unik yang merupakan ekspresi dari tujuan yang mereka pilih. Manusia memilih sendiri jalan hidup mereka, teori ini bernama konseling adlerian. Dengan menggunakan metode kuantitafif jenis pendekatan studi literatur yang bersumber artikel-artikel dan jurnal. Sehingga didapat hasil (1)Biografi tokoh Konseling Adlerian (2)Definisi konseling (3) Tujuan Konseling Adlerian (4)Peran dan fungsi konselor menurut Adlerian (5)Pengalaman konseli dalam konseling Adlerian (6)Hubungan antara konselor dan konseli adlerian.

Kata Kunci: Konseling Adlerian, Pengalaman Konseling Adlerian, Teori Adlerian, Alfred Adler

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

PENDAHULUAN

Alfred Adler dilahirkan pada 7 Februari 1870 di pinggiran kota Wina dan wafat pada 28 Mei 1937 di Skotlandia. Adler tumbuh dan berkembang dalam keadaan menderita rakhitis dan pneumonia. Penyakit tersebut membuatnya lemah, tidak bisa berjalan bahkan hampir meninggal. Keadaan inilah yang menjadi motivasi utama Adler untuk menjadi seorang dokter. Pada tahun 1895. Adler menerima gelar dokter dari Universitas Wina. Adler memulai karirnya sebagai seorang *optalmologis,* tetapi kemudian dirinya beralih pada praktik umum di daerah kelas bawah di Wina, sebuah tempat percampuran tempat bermain dan sirkus sehingga banyak pasien-nya yang pekerjaannya sebagai pemain sirkus. Kekuatan dan kelemahan para pemain sirkus inilah yang mengilhami dia mengembangkan kosep tentang inferioritas dan kompensasi. Dari praktik umum kedokteran, Adler selanjutnya beralih pada psikiatri, dan pada tahun 1907 dia bergabung dengan kelompok diskusi Freud. Kemampuan menonjol yang ada pada Adler menghantar dirinya menjadi ketua Masyarakat Psikoanalisis Wina (Vienesse Analitic Society) dan ko-editor dari terbitan organisasi ini. (Eli Trisnowati, 2024).

Adler merupakan salah satu teoris besar dalam psikologi kepribadian yang telah mengembangkan Konseling Adlerian bersama para pengikutnya berdasarkan teori psikologi individual Adler. Konsep-konsepnya revolusioner dan menampilkan sisi kemanusiaan yang utuh dalam dialektikanya. Adler awalnya merupakan anggota bahkan sebagai ketua Masyarakat Psikoanalisis Wina yang merupakan organisasi pengembang teori Freud, namun kemudian memisahkan diri karena mengambangkan ide-ide dan konsepnya sendiri. Konsep yang dikembangkan oleh Adler memiliki perbedaan yang substansial dengan teoris Freud. Adler yang berlatar belakang pendidikan dokter kemudian mengembangkan suatu teori yang spesifik yang disebutnya psikologi individual. Teori Adler ini sangat menekankan peranan ego dan kontekstualitas sosial dalam gerak dinamika kehidupan manusia. Dari beberapa sumber, diperoleh keterangan bahwa selama perang dunia 1, Adler bekerja sebagai dokter pada laskar tentara Austria dan sesudah perang. dia tertarik pada bimbingan anak-anak dan mendirikan klinik bimbingan pertama yang berhubungan dengan sistem aliaran Wina. Dia juga mendorong berdirinya aliran eksperimental di wina yang menerapkan teorinya di bidang pendidikan (Furtmuller, dalam Hall & Lindzey dalam Tresnowati, 2024).

Pandangan tentang hakikat manusia menurut teori konseling Adlerian merupakan seperangkat gagasan atau konsep yang mendasar tentang manusia dan makna eksistensi manusia di dunia. Pengertian hakikat manusia berkenaan dengan "prinsip adanya"

principede'etre manusia. Dengan kata lain, pengertian hakikat manusia adalah seperangkat gagasan tentang "sesuatu yang olehnya" manusia memiliki karakteristik khas yang memiliki sesuatu martabat khusus" (Louis Leahy, 1985). Aspek-aspek hakikat manusia, antara lain berkenaan dengan asal-usulnya (contoh: manusia sebagai makhluk Tuhan), struktur metafisikanya (contoh: manusia sebagai kesatuan badan-ruh), serta karakteristik dan makna eksistensi manusia di dunia (contoh: manusia sebagai makhluk individual, sebagai makhluk sosial, sebagai makhluk berbudaya, sebagai makhluk susila, dan sebagai makhluk beragama). Slain itu teori Adlerian ini juga membahas tentang persepsi subyektif terhadap realitas, kesatuan dan pola kepribadian manusia,kepentingan sosial dan perasaan komunitas dan juga urutan kelahiran dan *sibling relationship* (Muhammad S. Sumatri, 2015).

Konseling bertujuan untuk membantu semua peserta didik agar memperoleh perkembangan yang normal,memiliki mental yang sehat, dan memperoleh dasar keterampilan hidupnya atau dengan kata lain membantu peserta didik agar mereka dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya. Dengan demikian,melalui pelayanan dasar bimbingan ini peserta didik akan terbentuk dalam mengembangkan perilaku efektif dan keterampilan-keterampilan dasar untuk kehidupannya yang mengacu kepada tugas-tugas perkembangan peserta didik di sekolah (Emi Khalilah 2017).

Menurut Darminto (2007: 58), konseling Adlerian merupakan suatu model konseling yang berorientasi pada keutuhan dan keunikan individual untuk mengarahkan dirinya sendiri. Tujuan konseling Adlerian adalah untuk membentuk manusia dewasa yang utuh dan sehat secara pribadi dan sosial. Manusia dewasa yang sehat dikonseptualisasikan sebagai individu yang memperlihatkan kemandirian baik secara fisik maupun emosi, produktif, dan mampu menjalin kerja sama dengan orang lain baik untuk mencapai tujuan pribadi maupun tujuan sosial. Tujuan khusus konseling Adlerian adalah membantu individu untuk mengakui perasaan-perasaan sakit (penderitanya) yang tidak realistis, dalam arti bahwa perasaan sakitnya itu bukan disebabkan oleh orang lain tetapi kesalahan logika mereka sendiri dan perilaku-perilaku yang berakar pada logika yang keliru. Sama halnya dengan rasa rendah diri diakibatkan oleh perasaan individu dan logika keliru individu tersebut. Dengan membantu individu menyadari kesalahan logika dan perasaan-perasaan yang sakit diharapkan individu itu bisa mengurangi rasa rendah diri. Oleh karena itu rendah diri dapat dikurangi dengan konseling kelompok Adlerian. Konseling Adlerian merupakan salah satu alternatif bantuan yang diberikan untuk mengurangi rasa rendah diri (Moch. Faud 2013).

METODE

Metode yang digunakan dalam artikel ini yaitu penelitian kualitatif. Dasar penelitian kualitatif adalah konstruktivisme yang berasumsi bahwa kenyataan itu berdimensi jamak, interaktif dan suatu pertukaran pengalaman sosial yang diinterpretasikan oleh setiap individu (Sukmadinata, 2005). Peneliti kualitatif percaya bahwa kebenaran adalah dinamis dan dapat ditemukan hanya melalui penelaahan terhadap orang-orang melalui interaksinya dengan situasi sosial 22 mereka (Danim, 2002). Penelitian kualitatif mengkaji perspektif partisipan dengan strategi-strategi yang bersifat interaktif dan fleksibel. Penelitian kualitatif ditujukan untuk memahami fenomena-fenomena sosial dari sudut pandang partisipan. Dengan demikian penelitian kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah dimana peneliti merupakan instrumen kunci (Sugiyono, 2005).

Penelitian kualitatif sifatnya deskriptif analitik. Data yang diperoleh seperti hasil pengamatan, hasil wawancara, hasil pemotretan, analisis dokumen, catatan lapangan, disusun peneliti di lokasi penelitian, tidak dituangkan dalam bentuk dan angka-angka. Peneliti segera melakukan analisis data dengan memperkaya informasi, mencari hubungan, membandingkan, menemukan pola atas dasar data aslinya (tidak ditransformasi dalam bentuk angka). Hasil analisis data berupa pemaparan mengenai situasi yang diteliti yang disajikan dalam bentuk uraian naratif (Pdat 2008).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini berupa studi literatur. Menurut Sugiyono (2013) menjelaskan metode penelitian kualitatif dengan desain deskripsi analisis itu dilakukan secara intensif, melakukan analisis refleksi terhadap berbagai dokumen yang ditemukan, dan membuat laporan penelitian secara mendetail. Dijelaskan oleh Saputra (2017) bahwa penelitian studi literatur dengan mencari referensi teori yang relevan dengan kasus atau permasalahan yang ditemukan. Referensi teori yang diperoleh dengan jalan penelitian studi literatur dijadikan sebagai fondasi dasar dan alat utama bagi praktek penelitian di tengah lapangan. Jenis sumber data atau objek kajian yang digunakan dalam penelitian ini adalah artikel-artikel ilmiah dari jurnal nasional dan Internasional yang diterbitkan mulai pada tahun 2013 sampai dengan 2024. Dengan proses pengumpulan data artikel jurnal dari langkah-langkah melalui akses *Scimago Journal Country Rank,google trend, open knowledge, publish or perish and reading intensive & extensive* (Suhud Aryana 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Definisi Konseling ,dan Tujuan Konseling Adlerian

Pengertian konseling secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu "*consilium*" yang berarti dengan atu bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Sedangkan dalam bahasa *Aglo-Saxon*, istilah konseling berasal dari *"sellan"* yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan". Wagito,(dalam Aqib 2012:29) mengemukakan bahwa konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara, dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Tolbert,(dalam prayitno dan Amti 2004:101) konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor memulai hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami dirinya sendiri,keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, demi untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang. Konseling bertujuan untuk membantu semua peserta didik agar memperoleh perkembangan yang normal,memiliki mental yang sehat, dan memperoleh dasar keterampilan hidupnya atau dengan kata lain membantu peserta didik agar mereka dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya. Dengan demikian,melalui pelayanan dasar bimbingan ini peserta didik akan terbentuk dalam mengembangkan perilaku efektif dan keterampilan-keterampilan dasar untuk kehidupannya yang mengacu kepada tugas-tugas perkembangan peserta didik di sekolah (Kusmawati, 2019).

Menurut Darminto (2007: 58), konseling Adlerian merupakan suatu model konseling yang berorientasi pada keutuhan dan keunikan individual untuk mengarahkan dirinya sendiri. Tujuan konseling Adlerian adalah untuk membentuk manusia dewasa yang utuh dan sehat secara pribadi dan sosial. Manusia dewasa yang sehat dikonseptualisasikan sebagai individu yang memperlihatkan kemandirian baik secara fisik maupun emosi, produktif, dan mampu menjalin kerja sama dengan orang lain baik untuk mencapai tujuan pribadi maupun tujuan sosial. Tujuan khusus

konseling Adlerian adalah membantu individu untuk mengakui perasaan-perasaan sakit (penderitanya) yang tidak realistis, dalam arti bahwa perasaan sakitnya itu bukan disebabkan oleh orang lain tetapi kesalahan logika mereka sendiri dan perilaku-perilaku yang berakar pada logika yang keliru. Sama halnya dengan rasa rendah diri diakibatkan oleh perasaan individu dan logika keliru individu tersebut.Dengan membantu individu menyadari kesalahan logika dan perasaan-perasaan yang sakit diharapkan individu itu bisa mengurangi rasa rendah diri. Oleh karena itu rendah diri dapat dikurangi dengan konseling kelompok Adlerian. Konseling Adlerian merupakan salah satu alternatif bantuan yang diberikan untuk mengurangi rasa rendah diri.

Konseling kelompok Adlerian adalah konseling kelompok yang terdiri dari 5-7 individu dengan tujuan para anggota kelompok mendapatkan kesempatan untuk memecahkan masalah dalam waktu yang bersamaan agar dapat mengoptimalkan keunikan dan keutuhan individu mengarahkan dirinya sendiri menjadi individu yang menerima keadaan diri, bertanggung jawab atas dirinya tersebut. Fokus utama konseling Adlerian menekankan pentingnya hubungan kooperatif antara konselor dan konseli dalam membangun tujuan konseling di samping sikap saling percaya dan respek. Konselor Adlerian memiliki peran yang sangat kompleks dan perlu memiliki banyak keterampilan. Konselor Adlerian berperan sebagai seorang pendidik, memperkembangkan minat sosial, dan mengajar konseli tentang cara-cara memodifikasi gaya hidup, perilaku, dan tujuannya. Konselor bertindak sebagai model, yakni mendemonstrasikan cara-cara untuk berpikir, mencari makna, berkolaborasi dengan orang lain, serta membangun dan mencapai tujuan yang bermakna (Moc. Ramadani 2017).

Kemampuan penerapan pendekatan ini dalam situasi kelompok pada beragam populasi menjadi salah satu kekuatan penting, terutama dalam penerapannya pada siswa atau setting pendidikan (Zadrian Ardi, 2017a, 2017b; Daharnis & Ardi, 2017; Hidayat, Herawati, Syahmaidi, Hidayati, & Ardi, 2018; Yendi, Ardi, & Ifdil, 2014). Berbagai riset terkait penerapan pendekatan Adlerian dalam sesi konseling kelompok menunjukkan bahwa penekanan faktor sosial yang menjadi dasar pendekatan ini memiliki tingkat keberhasilan tinggi pada berbagai kelompok sasaran seperti orangtua, kelompok guru, keluarga dan siswa. Kondisi kesempurnaan dalam hidup dianalogikan oleh Adler sebagai gerakan yang dipandu oleh tujuan jangka

panjang (K K Meany-Walen & Kottman, 2018; Tajabadi et al., 2018). Proses tersebut dalam rangka memenuhi pencarian hidup tentang perasaan inferioritas menuju keinginan dan motivasi untuk mencapai kondisi superior, memiliki kekuatan dan penguasaan, dan pada akhirnya akan memiliki kesempurnaan. Tentu saja kesempurnaan disini merupakan sebuah pencapaian individu dalam hidup. Dengan kata lain, pendekatan Adlerian meyakini bahwa perilaku individu ditentukan oleh proses kreatif dalam menentukan pilihan dan membuat makna yang pada akhirnya adalah untuk memenuhi tujuan hidup (Zadrian Ardi et al., 2019).

2. Peran dan Fungsi Konselor

Peran menurut Koentrajaraningrat, berarti tingkah laku individu yang memutuskan suatu kedudukan tertentu, dengan demikian konsep peran menunjuk kepada pola perilaku yang diharapakan dari seseorang yang memiliki status/posisi tertentu dalam organisasi atau sistem. Menurut Abu Ahmadi peran adalah suatu kompleks pengharapan manusia terhadap caranya individu harus bersikap dan berbuat dalam situasi tertentu yang berdasarkan status dan fungsi sosialnya. Pengertian peran menurut Soerjono Soekanto, yaitu peran merupakan aspek dinamis kedudukan (status), apabila seseorang melaksankan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya, maka ia menjalankan suatu peranan. Dari beberapa pengertian diatas, penulis menyimpulkan bahwa pengertian peran adalah suatu sikap atau perilaku yang diharapkan oleh banyak orang atau sekelompok orang terhadap seseorang yang memiliki status atau kedudukan tertentu. Berdasarkan hal hal diatas dapat diartikan bahwa apabila dihubungkan dengan media online terutama pada media yang penulis teliti yaitu sripoku.com, peran tidak berarti sebagai hak dan kewajiban individu melainkan merupakan tugas dan wewenang media itu sendiri (Muhammad Fajar Awaludin, 2022).

Pengertian fungsi menurut Kamus Lengkap Bahasa Indonesia merupakan kegunaan suatu hal, daya guna serta pekerjaan yang dilakukan. Adapun menurut para ahli, definisi fungsi yaitu menurut The Liang Gie dalam Nining Haslinda Zainal (Skripsi: "Analisis Kesesuaian Tugas Pokok dan Fungsi dengan Kompetensi). Fungsi merupakan sekelompok aktivitas yang tergolong pada jenis yang sama berdasarkan sifatnya, pelaksanaan ataupun pertimbangan lainnya. Definisi tersebut memiliki

persepsi yang sama dengan definisi fungsi menurut Sutarto dalam Nining Haslinda Zainal (2014:22), yaitu Fungsi adalah rincian tugas yang sejenis atau erat hubungannya satu sama lain untuk dilakukan oleh seorang pegawai tertentu yang masing-masing berdasarkan sekelompok aktivitas sejenis menurut sifat atau pelaksanaannya. Sedangkan pengertian singkat dari definisi fungsi menurut Moekijat dalam Nining Haslinda Zainal (2014:22), yaitu fungsi adalah sebagai suatu aspek khusus dari suatu tugas tertentu.

Dalam teori Adler, fungsi dan peran konselor lebih terfokus pada terapi kognitif. Fungsi utama konselor adalah membuat penugasan fungsi klien secara komprehensif. Konselor perlu memperoleh informasi keluarga klien, termasuk orang tua, saudara kandung dan orang-orang yang tinggal bersama klien. Hal ini untuk mendapatkan gambaran tentang kehidupan sosial awal klien. Terapi ini dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran tentang kehidupan sosial awal klien. Berdasarkan informasi tersebut, konselor dapat memperoleh sudut pandang mengenai aspek-aspek utama keberhasilan dan kegagalan klien terhadap pengaruh-pengaruh kritis yang diambil klien. Selain itu, konselor juga menggunakan pengalaman sebelumnya untuk diagnosis. Ini akan membawa kembali kenangan masa kecil. Memori ini juga digunakan untuk menentukan bagaimana klien memandang dirinya sendiri, orang lain, dan masa depan. Menurut (adrelian) konselor memiliki peran yang sangat kompleks dan perlu memiliki banyak ketrampilan, berperan sebagai pendidik, memperkembangkan minat social, dan mengajar klien dengan memodifikasi gaya hidup, perilaku dan tujuannya serta sebagai seorang analis yang harus memeriksa kesalahan asumsi dan logika konseli. Konselor bertindak sebagai model, yakni mendemonstrasikan cara-cara untuk berpikir, mencari makna, berkolaborasi dengan orang lain, serta membangun dan mencapai tujuan yang bermakna (Mochammad Ramadani 2013).

3. Pengalaman Konseli dalam Konseling

Dalam konseling berdasarkan teori Adler, konseli dapat mengalami pengalaman yang mendalam yang memperdalam pemahaman mereka tentang keyakinan dasar yang menggerakkan perilaku mereka. Dalam konteks ini, konsep peran rasional terbalik diterapkan, di mana konseli diminta untuk memerankan peran dengan keyakinan yang rasional, sementara konselor memainkan peran konseli

dengan keyakinan yang irasional, membantu konseli melawan keyakinan yang tidak sehat. Melalui pengalaman langsung, konseli terlibat dalam situasi menakutkan dengan perencanaan dan tindakan tertentu. Teori Adler menekankan pentingnya mengubah pikiran, perasaan, dan tindakan konseli agar lebih produktif dalam mencapai pertumbuhan pribadi yang optimal. Dengan demikian, konseling Adler tidak hanya memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang diri konseli, tetapi juga menyediakan dukungan untuk mengatasi hambatan dan mencapai perkembangan yang signifikan. Pengalaman konseli dalam konseling menurut metode adler adalah pengembangan orang yang matang dan bertanggung jawab secara sosial. Kedua, dalam penelitian pendekatan konseling adlerian mampu meningkatkan berbagai masalah yang berkaitan dengan keterampilan sosial seperti penyesuaian, perilaku penarikan diri, harga diri rendah, keterampilan interpersonal, keberanian untuk mengungkapkan pendapat, dan orang lain dan seterusnya. ke tiga dalam penelitian terdapat perbedaan inferioritas obesitas konseli sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok adlerian. Inferioritas berlebihan konseli mengalami penurunan setelah diberikan perlakuan. Keempat, penelitian ini membahas pendekatan konseling kelompok adlerian berpengaruh secara positif terhadap pengendalian diri konseli Dalam pembahasan penelitian diatas dalam teori konseling kelompok adler sangat baik dalam mengatasi problematika pada peserta didik serta dapat memberikan peningkatan percaya diri dan penyesuaian diri bagi konseli (Wahyu Permadi 2023).

Salah satunya adalah konseling kelompok metode Adlerian adalah salah satu pendekatan yang paling populer untuk praktik konseling kelompok. Topik ini membahas tentang analisis kontribusi nilai yang terkandung dalam pendekatan Adler terhadap layanan mentoring kelompok untuk mengoptimalkan potensi siswa. Sebagaimana hasil penelitian berikut:

a. Menurut (Marjo 2015) konseling kelompok pendekatan Adlerian bisa membantu penderita obesitas mengurangi rasa rendah dirinya. Inferioritas merupakan salah satu gangguan mental pada mahasiswa obesitas. Adler menganggap kondisi fisik sebagai salah satu faktor yang membuat orang merasa rendah diri.Salah satu cara untuk menurunkan rendah diripada mahasiswa obesitas adalah melalui konseling kelompok Adleriansecarateori,

b. Berdasarkan penelitian (Setiawan, Hanim, and Marjo 2015)mengenai bagaimana konseling kelompok adlerian berpengaruh terhadap self understanding siswa kelas 5 SDN 01 Ujung Menteng. Diketahui bahwa adlerian approach group counselling dapat membantu anggota kelompok memahami dirinya lebih baik dari sebelumnya.
c. Menurut (Kartika, Windy., Nurshalim 2013)konseling kelompok pendekatan adlerian juga bisa mengurangi perilaku mengasingkan diri yang dilakukansiswa kelas VII-C.
d. Berdasarkan temuan (Novirson 2018)diketahui bagaimana efektivitasnya konseling Adlerian untuk meningkatkan harga diri remaja yatim. Berawal dari gaya pengasuhan yang berbeda diantara remaja yang bersama orangtua dengan remajayang tidak bersama orangtuanya. Akhirnya setelahdilaksanakan kegiatan konseling adlerian diketahui dapat membuat harga diri remaja menjadi lebih meningkatdibandingkansebelumnya.
e. Menurut (Rachmawati, Chanum, and Marjo 2016)layanan konseling Adlerian berpengaruh terhadap peningkatan penalaran dan moral siswa. Berdasarkan penelitian diketahui adalah siswa yang mendapatkan pendampingankonseling Adlerian meningkat penalaran moralnya dibandingkan mahasiswa yang tidak ikut. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan pendampingan Adlerian penalaran moralnya lebih meningkat dibandingkan mahasiswa yang tidak mendapatkan layanan konseling Adlerian.

Dapat disimpulkan bahwa pendekatan konseling kelompok Adlerian terhadap pengendalian diri siswa berpengaruh positif (Setiawan, Hanim, Marjo 2015), meningkatkan rasa percaya diri siswa (Azizah. 2013) dan dapat mengoptimalkan potensi diri siswa (Ardi et al. 2019). Kasus teserbut membahas mengenai layanan konseling kelompok pendekatan adlerian dengan berbagai pemecahan persoalan peserta didik yang bisa dientaskan dengan konseling kelompok pendekatan adlerian ini (Wenda Asmita 2022).

4. Hubungan Antara Konselor dan Konseli.

Konseling Adlerian didasarkan pada susunan kolaboratif antar konseli dengan konselor. Tujuan dasar dari terapi adalah mengembangkan interes sosial konseli yang bisa dilaksanakan dengan jalan meningkatkan kesadaran pribagi,

manantang serta memodifikasi premis-premis funda mental, tujuan hidup, dan konsep dasar (Dreikurs 1967). Aliran Adler tidak melihat konseli sebagai orang yang sakit yang perlu disembuhkan melainkan sasarannya adalah melakukan redukasi kepada konseli sehingga bisa hidup ditengah masyarakat sebagai anggota yang sederajat, yang mau memberi dan menerima dari orang lain. (Mosac 1989). Untuk memperkuat hubungan konseling terdapat beberapa hal yang dilakukan konseli.

a. Menurut, Hansen (Taufik, 2016) merumuskan beberapa teknik konseling individu yang efektif sebagai berikut:
    1) Analisis Gaya Hidup Konseli: Dalam teknik ini, konselor melakukan analisis mendalam terhadap gaya hidup konseli.
    2) Interpretasi Kenangan Masa Lampau: Teknik ini melibatkan interpretasi kenangan masa lalu yang berkaitan dengan kondisi saat ini, khususnya peristiwa yang terjadi saat konseli berusia di bawah 10 tahun. Kenangan masa lalu ini diyakini memiliki pengaruh signifikan pada pembentukan kepribadian yang mungkin tidak normal.
    3) Perubahan Persepsi dan Perilaku: Dengan menggunakan interpretasi yang diberikan dalam langkahsebelumnya, diharapkan bahwa konseli akan mengalami perubahan dalam persepsinya. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi kepribadiannya, konseli diharapkan dapat mengubah perilakunya sehingga lebih sesuai dengan kondisi saat ini (Dyah and Yuanita. 2023).

Dinkmeyer dan Sperry (2000) mempertahankan bahwa pada awal konseli konseling harus dimulai untuk merumuskan rencana, atau kontrak, merinci apa yang mereka inginkan, bagaimana mereka berencana untuk mendapatkan di mana mereka menuju, apa yang mencegah mereka dari berhasil mencapai tujuan mereka, bagaimana mereka dapat mengubah perilaku tidak produktif menjadi konstruktif perilaku, dan bagaimana mereka dapat memanfaatkan sepenuhnya aset mereka dalam mencapai mereka tujuan. Kontrak terapi ini menetapkan tujuan dari proses konseling dan spesifik es tanggung jawab dari kedua terapis dan konseli. Mengembangkan

kontrak bukan persyaratan terapi Adlerian, tetapi kontrak dapat membawa fokus ketat untuk terapi.

Terapi Adlerian merupakan sebuah pendekatan kognitif yang berarti bahwa para konseli di dorong untuk melihat dan memahami dan kemungkinan mengubah gagasan serta keyakinan-keyakinan mereka tentang diri mereka sendiri,dunia mereka,dan bagaimana mereka akan berperilaku di dunia itu. Hubungan antara konselor dan konseli didasarkan pada rasa saling mengormati dan baik konselor maupun konseli sama sama aktif. Konseli tidak dipandang sebagai penerima pasif, sebaliknya konseli adalah pihak yang aktif dalam hubungan antara orang-orang yang sederajat. Melalui kolaborasi ini, konseli menyadari bahwa mereka bertanggung jawab atas perilaku mereka sendiri (Rizky dan Najlatun 2020).

Adler adalah orang yang pertama untuk mengenali pentingnya hubungan antara konselor dan konseli. Dalam pandangannya, terapi sangat utama sebagai suatu hubungan sosial. Pada hakekatnya, keseluruhan proses konseling dipandang sebagai suatu proses sosialisasi. Permasalahan konseli sebagian besar adalah hasil dari tidak adanya sosialisasi, dan proses konseling merupakan sarana dalam mengembangkan kembali proses sosialisasi individu. Proses konseling mempunyai potensi, karena adanya interaksi antara konselor dan konseli. Hubungan ini adalah unik sebab konseli yang pertama kalinya yang berhadapan dengan orang lain tanpa merasa takut. Dengan diberikannya suasana yang hangat oleh konselor, maka konseli akan merasa bahwa ia diterima dan akan mampu mengimbangi perasaan rendah dirinya secara terbuka. Agar tercipta hubungan yang baik, maka konselor harus menjadi pendengar yang objektif yang penuh perhatian yang berkomunikasi dengan konseli dan peduli terhadapnya, maka konselor harus memiliki kemampuan menyatakan sesuatu kepada konseli dalam berbagai cara yang dapat diterima oleh konseli, jika tidak maka konseli tidak akan pernah memahami tingkah lakunya sendiri dan konsekuensi logis dari tingkah lakunya itu.

b. Adler berpendapat dalam menciptakan hubungan konseling yang sesuai maka konseling melalui tiga tahapan:
    1) Tahap dimana konselor berusaha mengembangkan pemahaman terhadap tujuan serta gaya hidup dari konseli
    2) Menginterpretasikan tingkah laku konseli terhadap dirinya
    3) Perkembangan minat sosial konseli itu sendiri.

    Setelah proses ini, Adler berpendapat bahwa perilaku individu akan berubah. Ini adalah test konseling yang nyata bagi Adler, karena ia tidak percaya bahwa orang bisa mengembangkan pemahaman yang benar tentang dirinya tanpa suatu perubahan dalam perilaku. Jika tidak ada perubahan dan tidak memahami dirinya, berarti konseling belum sukses.

c. Teknik teknik yang dapat dilakukan dalam konseling adlerian sehingga dapat memperkuat hubungan dan membantu konseli:
    1) Teknik komparatif. Dalam teknik ini konselor melakukan perbandingan dirinya dengan konseli. Dengan empati, konselor mencoba membayangkan gaya hidup dan masalah konseli dalam dirinya. Atas dasar itu konselor kemudian membantu konseli untuk memperbaiki gaya hidup dan memecahkan masalah konseli.
    2) Teknik analisis mimpi. Menurut Adler, mimpi merupakan refleksi gambaran tujuan hidup konseli. Dengan menganalisis mimpi yang dialami konseli maka konselor dapat memperkirakan tujuan hidup konseli. Atas dasar itu kemudian konselor membantu konseli (Purwoko Budi. 2020).

KESIMPULAN

Alfred Adler, seorang tokoh penting dalam bidang psikologi kepribadian, menyimpang dari aliran Freud untuk mengembangkan teorinya yang unik yang dikenal sebagai Psikologi Individu, yang kemudian membuka jalan bagi Konseling Adlerian. Konsep-konsep inovatifnya menekankan pentingnya ego dan konteks sosial dalam dinamika manusia. Tidak seperti Freud, perspektif Adler tidak berakar pada tahapan psikoseksual, melainkan pada individu yang berjuang untuk mencapai signifikansi dan superioritas dalam kerangka komunal. Karyanya meluas dari terapi ke bimbingan dan pendidikan anak, yang

mencerminkan pandangan holistik tentang sifat manusia yang mengintegrasikan individualitas dengan tanggung jawab sosial.

Dengan demikian, konseling Adlerian bertujuan untuk menumbuhkan kesehatan pribadi dan sosial dengan membantu individu mengatasi perasaan rendah diri dan persepsi yang tidak realistis melalui hubungan konselor-konseli yang kolaboratif. Pendekatan ini, yang bersifat kognitif, berfokus pada pemahaman dan modifikasi gaya hidup, perilaku, dan tujuan konseli, yang bertujuan untuk mencapai kepribadian yang bertanggung jawab secara sosial dan terintegrasi secara penuh. Beberapa penelian menilai efektivitas konseling kelompok Adlerian dalam menangani masalah seperti harga diri rendah terkait obesitas, keterampilan sosial, dan pemahaman diri, yang menunjukkan penerapannya yang luas dan dampak positifnya terhadap pengaturan diri dan peningkatan kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

Ardi, Zadrian, Neviyarni Neviyarni, Yeni Karneli, and Netrawati Netrawati. (2019). Analisis Pendekatan Adlerian Dalam Konseling Kelompok Untuk Optimalisasi Potensi Diri Siswa, *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5.1, 7–12

Aryana, Suhud. (2021). Studi Literatur: Analisis Penerapan Dan Pengembangan Penilaian Autentik Kurikulum 2013 Pada Jurnal Nasional Dan Internasional, in *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)*, IV, 368–74

Asmita, Wenda. (2022). Literature Study Analysis of Adlerian Group Counseling, *PEDAGOGIKA*, 184–91

Awaludin, Muhammad Fajar, and Maulana Rifai. (2022). Peran Kelompok Keagamanaan Dalam Menjaga Keharmonisan Dan Keberagaman, *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8.12, 467–77

Dyah, Apriliyaningtyas, and Priswanti Yuanita. (2023). Konsep Dan Praktek Konseling Adlerian Untuk Mencapai Tujuan Dan Pemahaman Diri Yang Lebih Baik, *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan,Dan,Pengelolaan Pendidikan, 3(11),1001-1*, <http://journal3.um.ac.id/index.php/fip/article/view/4883/2887 >

Departemen Pendidikan Nasional. (2008). Pendekatan, Jenis, dan Metode Penelitian Pendidikan', *Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional*

Khalilah, Emi. (2017). Layanan Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial Dalam Meningkatkan Keterampilan Hubungan Sosial Siswa, *JIGC (Journal of Islamic Guidance and Counseling)*, 1.1, 41–57

Kusmawati, Ati. (2019). Modul Konseling, *Universitas Muhammadyah Jakarta*, 1–17

Permadi, Wahyu. (2020). Komparasi Teori Konseling Kelompok Realitas Corey Dan Konseling Kelompok Adlerian, *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 1.1 (2023), 26–34

R.Aj Rizky Wulan Amalia, & Najlatun Naqiyah. (2020). Penerapan Konseling Kelompok

Pendekatan Adlerian Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Di Lingkungan Sekolah Kelas X Mipa 2 Di Sman 1 Sooko, *Journal Media Neliti*

Ramadani, Mochammad Fuad. (2015). Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Mengurangi Sikap Rendah Diri Kelas XI-IA2 SMA Negeri Driyorejo Gresik. State University of Surabaya,

Sumantri, Muhammad S, and Pd MSM. (2015). Hakikat Manusia Dan Pendidikan, *Yogyakarta: Universitas Terbuka*

Trisnowati, Eli. (2024). *Implementasi Teori Konseling Individual*, Efitra. PT.Sonpedia Publishing Indonesia