

## **Penerapan Konseling Psikoanalisis Dalam Memahami Potensi Diri Siswa**

Bakhrudin All Habsy<sup>1</sup>, Alexander Mario Angger Mulia Putra<sup>2</sup>, Tiffada Islamic Laksmana<sup>3</sup>,  
Yovityo Azitya Kurnianto<sup>4</sup>  
Universitas Negeri Surabaya  
Email: [bakhrudinhabasy@unesa.ac.id](mailto:bakhrudinhabasy@unesa.ac.id)

### **Abstrak:**

Artikel ini mengeksplorasi penerapan konseling psikoanalisis dalam memahami potensi diri siswa di lingkungan pendidikan. Potensi diri, digambarkan sebagai kemampuan dan kekuatan yang ada di dalam diri seorang individu. Tujuan Penelitian ini adalah untuk membuktikan keefektifan konseling psikoanalisis dalam memahami potensi diri siswa. Metodologi yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan jenis studi literatur menggunakan analisis terhadap literatur yang relevan sebagai sumber informasi utama. Temuan yang dibahas pada artikel ini adalah definisi konseling psikoanalisis, tujuan konseling psikoanalisis, teknik teknik konseling psikoanalisis, Tahap-tahap teknik konseling psikoanalisis, pengertian potensi diri, jenis-jenis potensi diri, dan penerapan konseling psikoanalisis dalam menangani potensi diri.

**Kata Kunci:** psikoanalisis, potensi diri

### **Abstract:**

*This article explores the application of psychoanalytic counseling in understanding students' self-potential in an educational environment. Personal potential is described as the abilities and strengths that exist within an individual. The aim of this research is to prove the effectiveness of psychoanalytic counseling in understanding students' self-potential. The methodology used is a qualitative research method with a type of literature study using analysis of relevant literature as the main source of information. The findings discussed in this article are the definition of psychoanalytic counseling, the objectives of psychoanalytic counseling, psychoanalytic counseling techniques, stages of psychoanalytic counseling techniques, understanding self-potential, types of self-potential, and the application of psychoanalytic counseling in dealing with self-potential.*

**Keyword:** psychoanalytic, self-potential

## **PENDAHULUAN**

Potensi diri siswa merupakan aspek yang penting dalam pengembangan individu di dunia pendidikan. Untuk memahami potensi diri siswa dengan lebih mendalam, dapat dilakukan dengan pendekatan konseling psikoanalisis telah menjadi pendekatan yang signifikan dalam membantu mengeksplorasi dan mengoptimalkan potensi mereka. Konseling psikoanalisis menggabungkan prinsip-prinsip psikoanalisis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud dan teori-teori terkait yang berfokus pada pemahaman diri, dinamika bawah sadar, dan pengaruh masa lalu terhadap perkembangan individu (Sabaruddin, S. 2020).

Dalam konteks potensi diri siswa, konseling psikoanalisis membuka jendela untuk lebih memahami pengalaman dan konflik emosional yang mungkin mempengaruhi pemahaman, motivasi, dan perkembangan siswa. Melalui pendekatan ini, konselor dapat membantu siswa menggali lapisan-lapisan yang lebih dalam dari kesadaran mereka, memahami pola-pola perilaku yang mendasari, dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mungkin membatasi atau mempengaruhi potensi mereka (Rahmi, S. 2021).

Dalam artikel ini, kami akan mengeksplorasi peran konseling psikoanalisis dalam memahami potensi diri siswa. Kami akan mengulas tentang pengertian konseling psikoanalisis, tujuan dari konseling psikoanalisis, teknik-teknik dalam konseling psikoanalisis, pengertian dan jenis potensi diri, serta penerapan konseling psikoanalisis dalam menangani potensi siswa. Kami juga akan menjelajahi metode dan teknik yang digunakan dalam konseling psikoanalisis untuk membantu siswa meraih potensi diri secara optimal.

Dengan memanfaatkan pendekatan konseling psikoanalisis, diharapkan artikel ini dapat memberikan wawasan yang berharga bagi para konselor, pendidik, dan praktisi pendidikan dalam mendukung pengembangan potensi diri siswa. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang dinamika bawah sadar dan pengaruh masa lalu terhadap perkembangan individu, diharapkan konselor dapat memberikan intervensi yang sesuai dan efektif untuk membantu siswa mencapai pertumbuhan. Selain itu, artikel ini juga dapat memberikan landasan bagi penelitian lanjutan dalam bidang konseling psikoanalisis dan pengembangan potensi diri siswa. Dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip psikoanalisis dalam konteks pendidikan, kita dapat terus meningkatkan pemahaman kita tentang potensi diri siswa dan merancang strategi konseling yang lebih efektif untuk membantu mereka mencapai pertumbuhan yang optimal. (Rahmi, S. 2021).

Dalam konseling psikoanalisis memberikan kerangka kerja yang kaya dan mendalam untuk memahami potensi diri siswa. Dengan memanfaatkan prinsip-prinsip psikoanalisis, konselor dapat membantu siswa mengenali dan mengatasi konflik dan hambatan internal yang dapat mempengaruhi perkembangan potensi diri mereka. Dengan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri, siswa memiliki kesempatan yang lebih baik untuk mengoptimalkan potensi mereka dan mencapai keberhasilan dalam berbagai aspek kehidupan. (Laela, F. N. 2017)

**METODE PENELITIAN**

Untuk menggali lebih dalam mengenai peran psikoanalisis sebagai pendekatan memahami peningkatan kepribadian siswa, artikel ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk secara mendalam pengalaman dan persepsi individu serta konteks yang melingkupinya. Peserta Penelitian: Penelitian ini melibatkan sejumlah besar siswa dari berbagai jenjang pendidikan yang dipilih secara khusus berdasarkan kriteria tertentu, antara lain: Tingkat perkembangan individu, masalah yang dihadapi, dan keterlibatan dalam proses psikoanalitik. Jumlah peserta penelitian tergantung pada tingkat kejenuhan data yang diperlukan untuk analisis rinci. Metode Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa metode antara lain :

1. Jika menggunakan uji statistik, sebutkan uji statistik yang digunakan disertai rujukan (tidak perlu dikomentari). Jika menggunakan metode baru maka uraian singkat perlu untuk disajikan disertai rujukan, dan;
2. Uraikan lingkup dan/atau keterbatasan metode penelitian Anda.
3. Peningkatan Kepribadian Siswa

NO	Data Teks	Sumber Data	Temuan Penelitian
1	<b>Teknik-teknik Konseling Psikoanalisis</b>	-	<b>(Budi Purwoko, 2020)</b>
2	<b>Pengertian Potensi Diri</b>	-	(badanbahasa.kemdikbud.go.id) (Aisyah, N. 2019),
3	<b>Definisi Konseling Psikoanalisis</b>	-	(JumadiTuasikal 2022)
4,	<b>Jenis-jenis potensi diri</b>	-	(menurut Nashori, 2003 dalam Kurniawan, 2022)
5	<b>Tujuan konseling psikoanalisis,</b>	-	(menurut Corey, 2015 dalam Purwoko, 2023)
6	<b>Penerapan konseling psikoanalisis dalam menangani potensi diri.</b>	-	(Jumadi,2022)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Konseling psikoanalisis adalah metode penyembuhan yang bersifat psikologis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud. Teori psikoanalisis klasik dikembangkan oleh Freud pada awal tahun 1890-an dan terutama berdasarkan pengalaman atau kehidupan masa kanak-kanak Freud. Psikoanalisis klasik merupakan metode penyembuhan yang bersifat psikologis dengan cara-cara fisik dan berpengaruh dari tradisi Jerman yang menyatakan bahwa pikiran adalah entitas yang aktif, dinamis dan bergerak dengan sendirinya. (Yunita,2019). Konseling psikoanalisis mencakup beberapa teknik, seperti talking cure, asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi, analisis transferensi, dan interpretasi. Konselor psikoanalisis membantu konseli untuk menganalisis perilaku dan perasaan yang tidak langsung terkait dengan masalah yang dihadapi, serta menganalisis transferensi, yang merupakan proses untuk menghidupkan kembali masa lalu dalam terapi. (menurut Corey, 2015 dalam Purwoko, 2023).

Tujuan dari konseling psikoanalisis menurut sigmund freud adalah mencakup (1) membantu klien menyadari konten tidak sadar dari pikirannya, (2) menyingkap mekanisme pertahanan diri (*defense mechanism*), (3) menemukan sumber konflik internal dalam diri pasien, (4) mengubah energi libido (gairah) menjadi kreativitas, dan (5) mencapai kematangan psikologis.

### **Teknik-teknik konseling psikoanalisis**

Teknik terapi psikoanalitik dirancang untuk meningkatkan kesadaran, memahami secara cerdas perilaku klien, dan memahami makna dari berbagai gejala. Lima teknik dasar terapi psikoanalitik (menurut Corey, 2015 dalam Purwoko, 2023) sebagai berikut :

#### **1. Mempertahankan Kerangka Kerja Analitis**

Proses psikoanalitik bergantung pada pertahanan terhadap perubahan kerangka tertentu yang bertujuan untuk mencapai tujuan fokus terapi. Mempertahankan kerangka analitis melibatkan banyak langkah dan elemen gaya.

#### **2. Asosiasi Bebas**

Suatu metode pemanggilan kembali pengalaman-pengalaman masa lampau dan pelepasan emosi-emosi yang berkaitan dengan situasi-situasi traumatik di masa lampau, yang dikenal dengan sebutan katarsis. Selama proses asosiasi bebas berlangsung, tugas analis adalah mengenali bahan yang direpres dan dikurung di dalam ketidaksadaran.

#### **3. Penafsiran**

Fungsi interpretasi adalah mendorong ego untuk menyerap materi baru dan mempercepat proses peningkatan lebih lanjut materi yang tidak disadari. Interpretasi analisis membantu orang yang mencari nasihat untuk memahami materi yang tidak disadari dan menghilangkan hambatan.

#### 4. Analisis Mimpi

Analisis mimpi adalah sebuah prosedur yang penting untuk menyikapi bahan yang tak disadari dan memberikan kepada konseli pemahaman atas beberapa area masalah yang tidak terselesaikan. Mimpi-mimpi memiliki dua taraf isi: isi laten dan manifest. Isi laten terdiri atas motif-motif yang disamarkan, tersembunyi, simbolik, dan tak disadari. Karena begitu menyakitkan dan mengancam, dorongandorongan seksual dan agresif tak sadar yang merupakan isi laten ditransformasikan ke dalam isi manifest yang lebih dapat diterima, yakni impian sebagaimana yang tampil pada si pemimpi.

#### 5. Analisis dan Penafsiran Resistensi

Resistensi, sebuah konsep yang fundamental dalam praktek terapi psikoanalitik, adalah sesuatu yang melawan kelangsungan terapi dan mencegah konseli mengemukakan bahan yang tak disadari. Freud memandang resistensi sebagai dinamika tak sadar yang digunakan oleh konseli sebagai pertahanan kecemasan yang tidak bisa dibiarkan, yang akan meningkat jika konseli menjadi sadar atas dorongan-dorongan dan perasaan-perasaan dan direpresi itu.

#### 6. Analisis dan Penafsiran Transferensi

Sama halnya dengan resistensi, transferensi merupakan inti dari terapi psikoanalitik. Transferensi mengejawantahkan dirinya dalam proses terapeutik ketika “urusan yang tak selesai” di masa lampau konseli dengan orang-orang berpengaruh menyebabkan dia mendistorsi masa sekarang dan bereaksi terhadap analisis sebagaimana dia bereaksi terhadap ibu atau ayahnya. Analisis transferensi adalah teknik yang utama dalam psikoanalisis, sebab mendorong konseli untuk menghidupkan kembali masa lampaunya dalam terapi.

### **Tahap-tahap teknik konseling psikoanalisis**

#### 1. Tahap Asessmen (pembukaan).

Tahap dimana konselor memahami dan mendalami sejauh mana kemampuan konseli dalam memantulkan diri dan membangun hubungan, sehingga proses konseling dapat berjalan.

#### 2. Pengembangan Transferensi.

Proses Mengembangkan dan menganalisis peralihan seperti peralihan perasaan atau masa lalu, seperti konseli menganggap konselor sebagai orang yang berpengaruh dimasa lalunya. Pengembangan transferensi merupakan inti dari proses konseling ini.

3. Bekerja Melalui Transferensi.

Tahap ini konselor menelusuri dan mendalami kepribadian konseli dan selalu menafsirkan apa yang terjadi pada konseli.

4. Resolusi Transferensi.

Ketika tahap transferensi yang sebelumnya telah selesai dan ditemukan pemecahan masalahnya, serta konseli mulai meningkatkan kemandiriannya, maka konseling dapat dihentikan. (Habsy, B. A, 2023)

### **Pengertian potensi diri**

Potensi berasal dari bahasa Inggris to pointent yang berarti keras atau kuat. Dalam kamus umum bahasa Indonesia, potensi berarti keterampilan atau sifat yang dimiliki seseorang tetapi tidak mampu memanfaatkannya secara maksimal. Potensi adalah kekuatan yang dimiliki manusia, namun kekuatan itu masih terpendam dalam dirinya. Pada dasarnya setiap orang mempunyai potensi, namun tidak semua orang siap dan mau bekerja keras untuk mewujudkan potensi tersebut. Yang dimaksud dengan potensi diri adalah kemampuan yang dimiliki setiap individu dan mempunyai peluang untuk berkembang menjadi kinerja. Potensi diri merupakan suatu kemampuan yang terpendam dalam diri setiap orang, dan setiap orang memilikinya. (badanbahasa.kemdikbud.go.id)

### **Jenis-jenis potensi diri pada siswa**

Potensi berasal dari “to potent” (bahasa Inggris) yang mengandung arti kekuatan (powerfull). Masing-masing individu pada intinya pasti mempunyai sebuah potensi yang bisa ditumbuhkan kembangkan sesuai kebutuhannya dengan cara latihan individu maupun kelompok. Potensi diri meliputi potensi dasar umum atau yang bisa disebut dengan kecerdasan dan potensi dasar khusus atau yang bisa disebut dengan bakat. Jenis-jenis potensi diri (menurut Nashori, 2003 dalam Kurniawan, 2022) mencakup (1) Potensi Berfikir, (2) Potensi Emosi, (3) Potensi Fisik, dan (4) Potensi Sosial.

### **Penerapan konseling psikoanalisis dalam menangani potensi diri**

Konseling psikoanalisis dapat diterapkan untuk membantu siswa menangani potensi dirinya yang terganggu akibat masalah penyesuaian diri. Metode ini digunakan untuk menginterpretasikan dan menyembuhkan gangguan mental siswa melalui teknik seperti interpretasi mimpi, asosiasi bebas, eksplorasi masa lalu, pemahaman mekanisme pertahanan

diri, serta transfer dan kontra-transfer untuk mengungkap kompleks internal yang menghambat potensi siswa. Kadang resistensi dan regresi juga dibolehkan agar keluar materi yang selama ini disembunyikan, sehingga siswa dapat memahami simbol dan metafora yang mendasari gangguan penyesuaian dirinya. Penerapan konseling psikoanalisis dalam menangani potensi diri siswa dapat dilakukan melalui berbagai teknik, seperti:

1. Konselor memahami dan mendalami sejauh mana kemampuan konseli dalam memantulkan diri dan membangun hubungan.
2. Membangun Suasana Bebas Tekanan Konseli menelusuri pengalaman dan masalah pada masa lalu yang terepresi dimasa kecilnya.
3. Pengembangan Kepribadian Memperkuat ego agar lebih riel dalam bertindak, serta mampu berkembang sesuai dengan potensi-potensi yang dimiliki dan dapat beradaptasi dengan lingkungan
4. Pengembangan Struktur Kepribadian Mengembangkan hubungan yang baik dengan diri sendiri dan lingkungan
5. Meningkatkan Keseimbangan Emotional Membantu siswa dalam mengatur dan mengelola emosi yang mengganggu

Dengan penerapan konseling psikoanalisis, siswa dapat memahami lebih baik potensi diri yang dimilikinya dan mengembangkan diri sebagai individu yang sehat pribadi dan mampu mengatasi masalah yang dihadapi.

## **SIMPULAN**

Konseling psikoanalitik dalam memahami potensi diri Artikel ini mengkaji peran konseling psikoanalitik dalam memahami potensi individu. Melalui tinjauan literatur kualitatif, kami menemukan beberapa temuan penting yang menyoroti pentingnya pendekatan psikoanalitik untuk mengoptimalkan potensi seseorang. Pertama, konseling psikoanalitik memberikan kerangka yang mendalam dan komprehensif untuk memahami struktur kepribadian dan dinamika psikologis individu. Pendekatan ini menekankan pentingnya mempelajari aspek-aspek bawah sadar dan pengaruh masa lalu terhadap pengembangan diri seseorang. Pemahaman yang lebih dalam tentang ketidakseimbangan batin dan konflik emosional memungkinkan individu untuk mengungkap potensi tersembunyi mereka dan mencapai pertumbuhan pribadi yang lebih besar. Kedua, konseling psikoanalitik menekankan pentingnya hubungan terapeutik yang kuat antara konselor dan klien. Hubungan ini

memungkinkan klien merasakan keamanan dan kepercayaan yang mereka butuhkan untuk mengeksplorasi dan mengungkap aspek kepribadian mereka yang kompleks dan tersembunyi. Melalui dialog terapeutik yang mendalam dan interpretasi yang cermat, konselor membantu klien memahami dan mengatasi hambatan psikologis yang mungkin menghalangi mereka untuk mengembangkan potensi mereka. Ketiga, konseling psikoanalitik memberikan ruang kontemplasi dan refleksi diri yang mendalam.

Dalam konteks ini, individu didorong untuk mengeksplorasi alam bawah sadarnya, memahami pola perilaku yang bahkan tidak disadarinya, dan menggali sumber-sumber potensi yang belum terungkap. Dengan mengeksplorasi dan memahami aspek-aspek tersembunyi dalam diri mereka, individu dapat membuat perubahan positif dan melanjutkan pertumbuhan pribadi. Singkatnya, konseling psikoanalitik memberikan pendekatan yang berharga untuk memahami potensi seseorang. Dengan mengintegrasikan pemahaman tentang struktur kepribadian, dinamika psikologis, hubungan terapeutik yang kuat, dan refleksi reflektif, individu dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya. Namun, penting untuk diingat bahwa setiap individu memiliki jalur unik untuk mengeksplorasi potensinya, dan pendekatan konseling psikoanalitik tidak cocok untuk semua orang. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan konteks dan karakteristik individu ketika menerapkan pendekatan ini dalam konteks konseling dan pengembangan diri. Dengan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang potensi diri melalui konseling psikoanalitik, individu dapat mencapai pertumbuhan pribadi yang lebih besar, mengatasi hambatan psikologis, dan menjalani kehidupan yang lebih memuaskan secara psikologis dan emosional.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Astuti, W. (2017). *Penerapan Konseling Psikoanalisis Klasik mengatasi penyesuaian diri siswa berkepribadian introvert kelas VII MTs Negeri Bandar* (Doctoral dissertation).
- Fadilah, R., Sagala, A. H., & Khairani, A. (2023). Psikoanalisis Sigmund Freud dan Implikasinya Dalam Pendidikan. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(6).
- Jannah, A. R., Suryati, S., & Noviza, N. (2023). Penerapan Teknik Psikoanalisis Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Klien ODHA. *Journal of Society Counseling*, 1(2), 191-196.
- Iskandar, A. S., & Prasetyo, E. (2023). *Dinamika Self-Esteem pada Pria Emerging Adulthood yang Fatherless*.



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.

[https://repository.unesa.ac.id/sysop/files/2023-02-15\\_Buku%20BP.pdf](https://repository.unesa.ac.id/sysop/files/2023-02-15_Buku%20BP.pdf)

Kondo, M., & Karneli, Y. (2020). Penggunaan konseling psikoanalisis dan rational emotive behavior therapy dalam konseling perorangan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 112-118.

Lesmana, G. (2021). *Teori dan Pendekatan konseling*. umsu press.

Mo J. (2022). *KONSELING PSIKOANALISIS - JUMADI MORI SALAM TUASIKAL - UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO*. dosen.ung.ac.id.

<https://dosen.ung.ac.id/JumadiTuasikal/home/2022/2/11/konseling-psikoanalisis.html>

Nugroho, A. F. (2018). Teori-teori bimbingan konseling dalam pendidikan. *Jurnal Tawadhu*, 2(1), 428-446.

Pradhika A. (2016). *PSIKOANALISIS SEBAGAI PENDEKATAN DALAM BIMBINGAN*

*KONSELING (STUDI PEMIKIRAN SIGMUND FREUD) - Institutional Repository*

*UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*. (n.d.). <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/20670/>