

# MODUL TERAPI PSIKOSOSIAL



Oleh :

Dr. Ati Kusmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

## Daftar Isi

	<b>Hal</b>
Pendahuluan	3
Sejarah Psikososial	3
Pengertian Terapi Psikososial dan Peran Pekerja Sosial	4
Pekerja Sosial	4
Terapi Psikososial pada Korban Bencana	5
Tujuan Terapi Psikososial	8
Sumber Terapi	9
Interpretasi atau Penafsiran	13
Analisis Mimpi	14
Sumbangan Bersejarah	15
Terapi Psikoanalitik	16
Teknik Terapi dan Prosedurnya	17

## 1. Pendahuluan

### Sejarah Psikososial

Psikososial salah satunya dikenal dengan tokoh Erikson. Pada tahun 1933, Erikson dan keluarganya pindah ke Amerika Serikat dan menjadi ahli psikoanalisis anak pertama di Boston. Ia mulai memperdalam ketertarikannya pada psikoanalisis dan mengembangkan hubungan antara psikologi dan antropologi. Penelitian – penelitian yang ia lakukan kelak menjadi dasar dari Teori Psikososial Erikson yang terkenal tersebut. Pada tahun 1950 ia menerbitkan sebuah buku berjudul *Childhood and Society*.

Erikson kemudian melanjutkan penelitiannya pada anak – anak dan anak muda, ia mengembangkan suatu konsep bahwa terjadinya krisis perasaan dan identitas tidak bisa diacuhkan pada masa remaja. Ia masih menulis buku dan kembali mengajar di Harvard sampai pensiun pada tahun 1970. Teori dari Erikson tentang perkembangan manusia dikenal dengan istilah perkembangan psikososial. Teori psikososial Erikson ini merupakan salah satu teori terbaik mengenai kepribadian yang ada dalam psikologi. Seperti Sigmund Freud, Erikson juga mempercayai bahwa kepribadian seseorang akan berkembang melalui beberapa tingkatan tertentu.

Istilah psikososial muncul untuk membangun jembatan konseptual diantara berbagai disiplin yang tertarik untuk memahami manusia. Pekerjaan sosial dengan sendirinya tidak dapat mengklaim sebagai penemu istilah tersebut. Pekerjaan sosial merupakan profesi yang mengembangkan kesadaran bahwa intervensi psikoterapi membutuhkan kesatuan faktor psikologis dan sosial. Bekerjasama dengan pihak terkait sesuai dengan permasalahan di masyarakat. (Psikolog, dokter, Tomas dan Toga, dan massa umum lainnya).

Psikososial : dimensi sosial dari perkembangan kepribadian (Erikson, 1990). *Psychosocial therapy* : bentuk penyembuhan dimana pengetahuan tentang bio-psiko-sosial manusia dan perilaku masyarakat, keterampilan dalam memobilisasi sumber daya-sumberdaya yang tersedia dipadukan (*combine*) dalam medium relasi individual, keluarga dan kelompok untuk membantu orang mengubah kepribadiannya, perilakunya atau situasinya yang dapat memberikan kontribusi pada pencapaian kepuasan, pemenuhan keberfungsian manusia dalam kefrangka nilai-nilai pribadi, tujuan-tujuan mereka dan sumber-sumber yang tersedia dalam masyarakat.

## **Pengertian Terapi Psikososial dan Peran Pekerja Sosial**

Terapi Psikososial : bentuk penyembuhan untuk membantu orang (individu, keluarga dan kelompok) dalam mengubah perilaku dan situasinya. Capaian : perubahan dalam aspek kognitif, emotif/emosi, dan lingkungan. Adapun peran otonomi pekerja social di kalangan psikoterapis didasarkan pada :

1. Teori psikososial yang berawal dari premis bahwa pemahaman yang akurat tentang manusia akan membawa tanggung jawab dan intervensi yang efektif dan membutuhkan posisi yang seimbang antara orang sebagai entitas psikologis dengan orang sebagai entitas social.
2. Bentuk praktek psikoterapeutik diantaranya :
  - a. Mengkombinasikan pengetahuan bio-psiko-sosial tentang manusia dan perilaku social; keterampilan berhubungan dengan individu, keluarga, kelompok dan komunitas; adanya kompetensi dalam memobilisasikan sumber yang tersedia, dalam medium relasi individu, keluarga dan kelompok.
  - b. Tujuannya adalah membantu untuk merubah kepribadian, perilaku atau situasi agar dapat berkontribusi terhadap pencapaian kepuasan, pemenuhan keberfungsian manusia dalam kerangka nilai-nilai dan tujuan orang tersebut serta tersedianya sumber-sumber dalam masyarakat.

## **Pekerja Sosial**

Pekerjaan social dengan sendirinya tidak dapat mengklaim sebagai penemu istilah tersebut. Namun demikian, pekerjaan sosia merupakan profesi yang mengembangkan kesadaran bahwa intervensi psikoterapi membutuhkan kesatuan faktor psikologis dan social. Perkembangan penggunaan istilah psikososial dapat di ketahui sebagai berikut :

1. Tahun 193 penggunaan istilah psikososial pertama kalinya oleh Frank Hankis dari Smith College yang menekankan pentingnya pemahaman pekerja social terhadap orang dalam kerangka psikologis dan sosiologis.

2. Tahun 1917, Mary Richmond dalam buku *What is social Case Work* yang menekankan pentingnya dua sisi praktek yang dikenal dengan *direct action of man on man dan indirect action through the social environment*. Richmond menyatakan bahwa poin utama dalam casework adalah perkembangan kepribadian. Penekanannya pada dua aspek tersebut tampak dalam pengertian casework sebagai proses yang menekankan kepribadian melalui penyesuaian yang mempengaruhi individu oleh individu dan antara orang dengan lingkungan sosialnya. Orientasi psikososial juga muncul dalam bukunya *social diagnosis* (1971).
3. Tahun 1926 Taylor menuliskan tujuan penyembuhan untuk memahami individual sebagai kepribadian yang utuh dan penyesuaian individu tersebut terhadap kehidupan yang sehat secara social.
4. Tahun 1935 Bartha Reynold memberikan penekanan pada fungsi social manusia dengan memberikan definisi praktek sebagai praktek pekerjaan social yang membantu individu dan menghubungkannya dengan keluarga, kelompok dan komunitasnya.

## **Terapi Psikososial pada Korban Bencana**

Indonesia memiliki wilayah yang luas dengan banyak pulau, terletak pada jalur gempa bumi dan gunung berapi. Kondisi tersebut menyebabkan Indonesia rawan terhadap berbagai bencana alam. Di Indonesia terdapat 129 gunung berapi aktif, 70 diantaranya digolongkan sangat berbahaya. Keberadaan gunung berapi membawa dampak kesuburan bagi tanah di sekitar, sehingga banyak penduduk yang bermukim. Namun dibalik itu terdapat bahaya yang dapat mengancam keselamatan jiwa, kerusakan alam dan kehancuran lingkungan apabila terjadi bencana gunung meletus. Peristiwa bencana alam merupakan kejadian yang sulit dihindari dan diperkirakan secara tepat. Dampak bencana dapat berupa korban jiwa, harta benda, kerusakan infrastruktur, lingkungan sosial, dan gangguan terhadap tata kehidupan serta penghidupan masyarakat yang telah mapan sebelumnya.

Keterpurukan lain yang dihadapi menyangkut masalah psikososial, seperti kekhawatiran akan terjadi letusan susulan, rasa kehilangan yang mendalam atas meninggalnya anggota keluarga, harta benda

dan sumber mata pencaharian seringkali menimbulkan kesedihan berkepanjangan. Selain itu, dengan terpaksa harus tinggal di pengungsian dalam kondisi yang serba terbatas menambah rasa cemas para pengungsi. Hal yang memperparah kondisi para pengungsi adalah mereka mudah tersulut api konflik antara sesama pengungsi.

kondisi para pengungsi adalah mereka mudah akibat jenuh. Sebagian besar pengungsi bermatapencaharian sebagai petani yang setiap hari terbiasa bekerja keras, sementara yang terjadi di tempat pengungsian mereka hanya diam saja tanpa berkegiatan, membuat mereka bosan. Kurang terpenuhinya kebutuhan hidup, tidak optimalnya pelaksanaan fungsi dan peran keluarga serta kemungkinan-kemungkinan hilangnya pengendalian diri, kekecewaan terhadap pelayanan yang diberikan oleh Pemerintah dapat berpotensi menjadi aksi sosial. Pengungsi pun kehilangan harga diri dan rasa percaya diri, sehingga terkesan pasrah, putus asa, tidak berdaya dalam menghadapi masa depan, cenderung menyalahkan orang/pihak lain yang dianggap menambah beban hidup mereka, bergantung pada bantuan pemerintah dan pihak lain, serta menyalahkan Tuhan atas musibah yang menimpa.

Mereka menolak direlokasi ke tempat baru, padahal tempat asalnya tidak memungkinkan lagi untuk dihuni. Dalam situasi yang demikian maka diperlukan upaya penanganan dampak sosial psikologis terhadap korban agar terhindar dari gangguan psikologis dan permasalahan sosial yang lebih luas. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui upaya penanganan dampak sosial psikologis korban bencana Merapi yang telah dilakukan. Oleh karena itu rumusan masalah yang diajukan adalah bagaimana penanganan dampak sosial psikologis korban bencana Merapi di tempat pengungsian? Tujuan penelitian ini adalah mengetahui upaya penanganan dampak sosial psikologis korban bencana Merapi. Pengungsi Sebagai Korban Bencana Pengungsi akibat bencana alam adalah orang-orang yang terpaksa melarikan diri atau meninggalkan rumah mereka sebagai akibat atau dalam rangka menghindarkan diri dari bencana alam dan berpindah ke daerah yang lebih aman.

*United Nation Hight Commission for Refugees (UNHCR)* menyebutkan bahwa pengungsi adalah orang yang meninggalkan tempat tinggalnya karena adanya unsur pemaksa seperti bencana alam berupa banjir, kekeringan, kebakaran, gunung meletus, tanah longsor, gelombang pasang air laut, tsunami, wabah penyakit dan peperangan. Tujuan orang mengungsi adalah untuk mencari tempat yang lebih aman demi keselamatan diri dan keluarga. Pengungsi jika dilihat dari kelompok umur dapat dibedakan menjadi pengungsi anak-anak, pengungsi dewasa dan pengungsi lanjut usia. Pengungsian bisa dilakukan secara individu, bersama-sama atau dalam kelompok dengan persiapan ataupun tanpa persiapan sama sekali.

Pengungsian bisa untuk sementara waktu ketika kondisi masih dalam bahaya dan dapat kembali ke tempat asal ketika keadaan sudah aman.

Pengungsi Sebagai Korban Bencana Pengungsi akibat bencana alam adalah orang-orang yang terpaksa melarikan diri atau meninggalkan rumah mereka sebagai akibat atau dalam rangka menghindarkan diri dari bencana alam dan berpindah ke daerah yang lebih aman. United Nation High Commission for Refugees (UNHCR) menyebutkan bahwa pengungsi adalah orang yang meninggalkan tempat tinggalnya karena adanya unsur pemaksa seperti bencana alam berupa banjir, kekeringan, kebakaran, gunung meletus, tanah longsor, gelombang pasang air laut, tsunami, wabah penyakit dan peperangan. Tujuan orang mengungsi adalah untuk mencari tempat yang lebih aman demi keselamatan diri dan keluarga. Pengungsi jika dilihat dari kelompok umur dapat dibedakan menjadi pengungsi anak-anak, pengungsi dewasa dan pengungsi lanjut usia. Pengungsian bisa dilakukan secara individu, bersama-sama atau dalam kelompok dengan persiapan ataupun tanpa persiapan sama sekali. Pengungsian bisa untuk sementara waktu ketika kondisi masih dalam bahaya dan dapat kembali ke tempat asal ketika keadaan sudah aman dan kehidupan sudah normal kembali.

Pengungsian dapat terjadi dalam kurun waktu yang lama bahkan tidak menentu karena terjadinya perubahan kondisi tempat asal, misalnya daerahnya menjadi tidak layak huni dan termasuk zona merah, sehingga mereka tidak mungkin bisa kembali. Dari pengertian di atas maka pengungsi dapat dikategorikan sebagai korban bencana. Status pengungsi sering diidentikkan dengan seseorang atau sekelompok orang yang perlu dikasihani dan dibantu karena ketidakberdayaannya, meskipun demikian pengungsi tetap mempunyai hak asasi sebagai manusia. Hak asasi manusia (HAM) pengungsi sebagaimana diatur dalam Deklarasi Universal Hak Asasi Manusia (DUHAM), Konvensi Internasional tentang Hak Ekonomi, Sosial dan Budaya, serta Konvensi Internasional tentang Hak Sipil dan Politik, adalah hak untuk memeluk agama, bebas dari perbudakan, bebas dari penyiksaan, meminta dan menerima perlindungan bantuan humaniter, kebebasan berpindah, rasa aman, pendidikan serta memperoleh informasi tentang keberadaan sanak saudara. Dalam penelitian ini yang dimaksud pengungsi adalah mereka yang menjadi korban letusan Gunung Merapi dan terpaksa tinggal di pengungsian. Pengungsi dan Pemenuhan Kebutuhan Hidup Pengungsi sebagai manusia, baik sebagai individu maupun sebagai kelompok masyarakat yang sedang menghadapi masalah, mempunyai kebutuhan hidup yang harus dipenuhi. Apabila kebutuhan hidup itu tidak dapat terpenuhi dalam kurun waktu yang lama maka akan menjadi masalah sosial, sehingga manusia dan masyarakat tidak dapat melaksanakan fungsi sosialnya. Kebutuhan dasar manusia menurut Elizabeth Nicolds (1965: 59) meliputi: a. Rasa aman (security) dari ancaman lingkungan manusia dan alam serta rasa

aman dari gangguan penyakit. b. Kasih sayang (affection) baik dari keluarga maupun masyarakat lingkungannya. c. Mencapai cita-cita (achievement) dalam kondisi kehidupan sesuai yang diinginkan. d. Penerimaan (acceptance) eksistensi diri ditengah masyarakat sekitarnya. LP Getubig dan Sonke Schmidt (1992) mengemukakan bahwa individu dan kelompok orang atau masyarakat dapat dikatakan aman secara sosial (socially secured) apabila terpenuhi kebutuhan hidupnya dalam aspek: a. Pendapatan yang tetap dan cukup (adequate and stable income) b. Kesehatan (health care) c. Makan cukup gizi (good nutrition) d. Rumah tempat tinggal (shelter) e. Pendidikan (education) f. Air bersih (clean water) g. Sanitasi (sanitation) h. Penyantunan anak dan lanjut usia (child and old age care) Sementara Laird dan Laird (dalam Sumarnonugroho, 1984: 6) mengemukakan kebutuhan dasar hidup manusia meliputi: a. Hidup b. Merasa aman c. Penghargaan atas eksistensi dirinya d. Melakukan pekerjaan yang disenangi. Selanjutnya aspek kebutuhan dasar hidup manusia menurut Maslow adalah: udara untuk bernafas. b. Rasa aman. c. Menyayangi dan disayangi d. Penghargaan diri e. Aktualisasi diri.

## **Tujuan Terapi Psikososial**

1. Tujuan utama dari orientasi psikososial dalam pekerjaan sosial adalah perubahan
2. Perubahan dalam diri individu, kelompok, keluarga maupun situasi
3. Pencapaian keberfungsian klien sesuai dengan potensi klien
4. Penghargaan terhadap sistem-sistem nilai klien.

## **Sumber Terapi**

1. Relasi sosial : mengubah ide-ide, persepsi, perasaan, tindakan, dan gaya hidup orang lain
2. Terapis : keterampilan yang diperoleh melalui pelatihan profesional
3. Jejaring pelayanan
4. Tempat
5. Waktu
6. Teknologi



### **Proses Terapi :**

1. Data
2. Asessment (penilaian)
3. Diagnosis
4. Kontrak atau setting goals
5. Hubungan terapi
6. Permulaan
7. Pertengahan
8. Terminasi (pengakhiran pelayanan)

### **Pendekatan Terapi :**

1. Kognitif
  - a. Kognitif : segi kemampuan yang berkaitan dengan aspek-aspek pengetahuan, penalaran, atau pikiran (Bloom dalam Dimiyati dan Mudjiono, 2009)  
Aspek kognitif :
    - Pengetahuan (knowledge): mengingat, mengenal kembali.
    - Pemahaman (comprehension) : menangkap makna dan arti tentang hal yang dipelajari.
    - Penerapan (application) : kemampuan untuk menerapkan gagasan, prosedur metode, rumus, teori dan sebagainya.
    - Analisis (analysis): memecahkan informasi yang kompleks menjadi bagian-bagian kecil dan mengaitkan informasi dengan informasi lain.
    - Sintesis (syntesis) :Kemampuan untuk membentuk suatu kesatuan atau pola baru, eks. Menyusun program kerja.
    - Penilaian/penghargaan (evaluation): Kemampuan untuk memberikan penilaian terhadap suatu materi pembelajaran, argumen yang berkenaan dengan sesuatu yang diketahui, dipahami, dilakukan, dianalisis dan dihasilkan.

## **b. Emosi**

- Emotif/emosi ; Emosi sebagai suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku, serta mengejawantah dalam bentuk ekspresi tertentu. Emosi dirasakan secara psikofisik karena terkait langsung dengan jiwa dan fisik. Ketika emosi bahagia meledak-ledak, ia secara psikis memberi kepuasan. (Darwis (2006). Emosi termasuk ke dalam ranah afektif.
- Emosi banyak berpengaruh pada fungsi-fungsi psikis lainnya, seperti pengamatan, tanggapan, pemikiran, dan kehendak. Individu akan akan mampu melakukan pengamatan yang baik jika disertai dengan emosi yang baik pula.
- Individu juga akan memberikan tanggapan yang positif terhadap suatu objek manakala disertai dengan emosi yang positif pula. Sebaliknya, individu akan melakukan pengamatan atau tanggapan negatif terhadap sesuatu objek, jika disertai oleh emosi yang negatif terhadap objek tersebut. M. Ali dan M. Asrori (2008)

## **2. Psikoanalisa**

Psikoanalisa secara umum berarti suatu pandangan tentang manusia, dimana ketidaksadaran memegang peranan sentral. Psikoanalisa memandang kejiwaan manusia sebagai ekspresi dari adanya dorongan yang menimbulkan konflik. Konflik timbul karena ada dorongan-dorongan yang saling bertentangan, baik dari dorongan yang disadari maupun yang tidak disadari. Tokoh utama dari psikoanalisa adalah Sigmund Freud.

Teori dan teknik Freud yang membuatnya termasyhur adalah upaya penyembuhan mental pasiennya yang dikenal dengan istilah *Psychoanalysis* dan pandangan mengenai peranan dinamis ketidaksadaran dalam hidup psikis manusia. Psikoanalisa sebagai teori dari psikoterapi menguraikan bahwa gejala neurotik pada seseorang timbul karena tertahannya ketegangan emosi yang ada, ketegangan yang ada kaitannya dengan ingatan mengenai hal-hal yang traumatik pada masa kanak-kanak yang ditekan.

Aliran utamanya Freud. Merupakan model perkembangan kepribadian, filsafat tentang manusia dan metode terapinya. Historis psikoanalisis : aliran yang pertama dari tiga aliran

utama psikologi. Yang kedua behaviorisme, dan ketiga : psikologi eksistensial-humanistik. Pendekatan ini memiliki pandangan baru yaitu membangkitkan minat terhadap motivasi tingkah laku. Freud mengundang banyak kontroversi, eksplorasi, penelitian dan menyajikan landasan tempat bertumpu sistem-sistem yang muncul.

Terapi psikoanalisa adalah teknik 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. Teknik ini menekankan menggali seluruh informasi permasalahan dan menganalisis setiap kata-kata yang diungkapkan oleh klien. Didalam terapi psikoanalisa ini sangat dibutuhkan sifat dari terapeutik, maksudnya adalah adanya hubungan interpersonal dan kerja sama yang professional antara terapis dan klien, terapis harus bisa menjaga hubungan ini agar klien dapat merasakan kenyamanan, ketenangan dan bisa rileks menceritakan permasalahan serta tujuannya untuk menemui terapis. Terapi psikoanalisa biasa digunakan atau diterapkan untuk orang-orang dengan masalah yang berkaitan dengan konsep utama dari psikoanalisa seperti adanya alam bawah sadar pada manusia yang mampu mendorong 3 prinsip dasar dari psikoanalisa sendiri (Id, Ego, Super Ego), hal kejiwaan yang merupakan bagian kesadaran (*consciousness*) dan ketidaksadaran (*unconsciousness*), serta mengedepankan pengaruh pengalaman-pengalaman dimasa lalu. Contoh beberapa masalah yang dihadapi antara lain: masalah dalam menjalin hubungan dengan orang lain, masalah yang berhubungan dengan akademik, depresi, kecemasan, trauma, dan masalah dimasa lalu yang mengganggu fungsi seseorang melakukan aktifitasnya sehari-hari. Asosiasi bebas sebagai teknik utama dalam psikoanalisis. Salah satu pasien Freud, menyebut metode *free association* sebagai “penyembuhan dengan bicara”. Maksudnya suatu metode terapi yang dirancang untuk memberikan kebebasan secara total kepada pasien dalam mengungkapkan segala apa yang terlintas dibenaknya, termasuk mimpi-mimpi, berbagai fantasi, dan hal-hal konflik dalam dirinya tanpa diagenda, dikomentari, ataupun banyak dipotong, apalagi disensor. Asosiasi bebas merupakan suatu metode pemanggilan kembali pengalaman-pengalaman masa lampau dan pelepasan emosi-emosi yang berkaitan dengan situasi traumatis masa lalu, yang kemudian dikenal dengan *katarsis*.

Asosiasi merupakan salah satu dari peralatan dasar sebagai pembuka pintu keinginan, khayalan, konflik, serta motivasi yang tidak disadari. Dalam tehnik ini Freud menggunakan Hipnotis untuk mendapatkan data-data dari klien mengenai hal-hal yang dia pikirkan di alam bawah sadarnya, dengan tehnik ini klien dapat mengutarakan apapun yang dia rasakan tanpa ada yang disembunyikan sehingga psikoterapis dapat menganalisis masalah apa yang sebenarnya terjadi pada klien. Penerapan metode ini dilakukan dengan posisi klien berbaring diatas dipan/sofa sementara terapis duduk dibelakangnya, sehingga tidak mengalihkan perhatian klien pada saat-saat asosiasinya mengalir dengan bebas. Dalam hal ini terapis fokus bertugas untuk mendengarkan, mencatat, menganalisis bahan yang direpres, memberitahu/membimbing pasien memperoleh insight (dinamika yang mendasari perilaku yang tidak disadari).

## **Interpretasi atau Penafsiran**

- Interpretasi adalah prosedur dasar yang digunakan dalam analisis asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi dan analisis transparansi.
- Caranya adalah dengan tindakan-tindakan terapis untuk menyatakan, menerangkan, dan mengajarkan klien makna-makna tingkah laku apa yang dimanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, resistensi, dan hubungan terapeutik itu sendiri.
- Fungsi interpretasi adalah membiarkan ego untuk mencerna materi baru dan mempercepat proses menyadari hal-hal yang tersembunyi atau proses pengungkapan alam bawah sadar secara lebih lanjut.
- Penafsiran yang diberikan oleh terapis menyebabkan adanya pemahaman dan tidak terhalangnya alam bawah sadar pada diri klien.
- Analisis harus benar-benar menyadari mekanisme-mekanisme dan berbagai dorongan untuk mempertahankan dirinya sebab kalau tidak dia akan jatuh ke dalam perangkap penafsiran terhadap berbagai perasaan dan pikiran dinamik pasien menurut sederet pengalaman dan masalah hidup analisis sendiri.

- Penafsiran oleh analis harus memperhatikan waktu. Dia harus dapat memilah atau memprediksi kapan waktu yang baik dan tepat untuk membicarakan penafsirannya kepada pasien.

## **Analisis Mimpi**

- Studi Freud yang mendalam tentang mimpi melahirkan pandangan-pandangan kritisnya tentang hal ini. Baginya mimpi merupakan perwujudan dari materi atau isi yang tidak disadari, yang memasuki kesadaran lewat yang tersamar dan bersifat halusinasi atas keinginan-keinginan yang terpaksa ditekan. Mimpi memiliki dua taraf, yaitu isi laten dan isi manifes.
- Isi laten terdiri atas motif-motif yang disamarkan, tersembunyi, simbolik, dan tidak disadari. Karena begitu menyakitkan dan mengancam, maka dorongan-dorongan seksual dan perilaku agresif tak sadar ditransformasikan ke dalam isi manifes yang lebih dapat diterima, yaitu impian yang tampil pada si pemimpi sebagaimana adanya. Bagian teori tentang mimpi yang paling hakiki dan vital bagi Freud adalah adanya kaitan antara distorsi mimpi dengan suatu konflik batiniah atau semacam ketidakjujuran batiniah.
- Oleh karena itu Freud mencetuskan teknik analisis mimpi. Analisis mimpi merupakan prosedur yang penting untuk membuka hal-hal yang tidak disadari dan membantu klien untuk memperoleh pemahaman kepada masalah-masalah yang belum terpecahkan.
- Selama tidur, pertahanan-pertahanan melemah, sehingga perasaan-perasaan yang *direpres* akan muncul ke permukaan, meski dalam bentuk lain. Freud memandang bahwa mimpi merupakan “jalan istimewa menuju ketidaksadaran”, karena melalui mimpi tersebut hasrat-hasrat, kebutuhan-kebutuhan, dan ketakutan tak sadar dapat diungkapkan.
- Pada teknik ini biasanya para psikoterapis memfokuskan mimpi-mimpi yang bersifat berulang, menakutkan dan sudah pada taraf mengganggu.
- Tugas terapis adalah mengungkap makna-makna yang disamarkan dengan mempelajari simbol-simbol yang terdapat dalam isi manifes. Di dalam proses terapi, terapis juga

dapat meminta klien untuk mengasosiasikan secara bebas sejumlah aspek isi manifes impian untuk mengungkap makna-makna yang terselubung.

## **Sumbangan Bersejarah**

1. Kehidupan mental individu menjadi bisa dipahami, dan pemahaman tentang sifat manusia pada peredaran penderitaan manusia.
2. Tingkah laku sering ditemukan faktor-faktor tak sadar.
3. Perkembangan pada masa dini memiliki pengaruh yang kuat terhadap kepribadian di masa dewasa
4. Teori psikoanalitik menyediakan kerangka kerja yang berharga untuk memahami cara-cara yang digunakan oleh individu dalam mengatasi kecemasan dengan mengandaikan adanya mekanisme-mekanisme yang bekerja untuk menghindari kecemasan
5. Pendekatan psikoanalitik telah memberikan cara-cara mencari keterangan dari ketidaksadaran melalui analisis melalui analisis atas mimpi-mimpi, resistensi-resistensi (ketahanan terhadap sesuatu) dan tranferensi-transferensi (pengalihan perasaan dari alam bawa sadar satu dengan yang lain).

## **Terapi Psikoanalitik**

1. Terapi Psikoanalitik berfokus pada psikodinamika tak sadar dari STAN
2. Perhatian besar dapat diberikan kepada bahan yang ditekannya seperti kecemasan yang berhubungan dengan terobosan dorongan-doronganseksual dan agresif yang terancam.
3. Stan mengidentikan dirinya seperti ayahnya yang lemah dan impoten
4. Menggeneralisasikan ketakutan terhadap ibunya kepada semua wanita.
5. Kesimpulannya Stan menikahi wanita yang mirip ibunya.
6. Perasaan bersalah adalah kekuatan yang dominan dalam kehidupan Stan.

7. Bagaimanapun banyak dari perasaan bersalahnya yang merupakan perasaan bersalah neurotik karena ia berlandaskan pandangannya tentang mengecewakan orang lain dan bukan memenuhi pengharapan mereka.
8. Terapi eksistensial akan melihat harapan Stan dalam belajar menemukan keterpusatan dirinya sendiri dan dalam hidup dengan nilai-nilai yang dipilih dan diciptakannya sendiri.
9. Stan bisa menjadi pribadi yang lebih berbobot dan bisa belajar lebih menghargai dirinya sendiri. Akan berkurangnya ketergantungannya dirinya dengan orang lain, khususnya orang tua atau pengganti orang tua. Dia akan mampu membentuk hubungan dengan orang lain yang dependen.

### **Tujuan terapi Psikoanalitik**

1. Terapi psikoanalisa ini dapat dihentikan atau dianggap selesai saat klien mengerti akan kenyataan yang sesungguhnya, alasan mengapa mereka melakukan perilaku abnormal, dan menyadari bahwa perilaku tersebut tidak seharusnya mereka lakukan, lalu mereka sadar untuk menghentikan perilaku itu.
2. Terapi psikoanalisa bertujuan untuk mengubah kesadaran individu, sehingga segala sumber permasalahan yang ada didalam diri individu yang semulanya tidak sadar menjadi sadar, mengatasi tahap-tahap perkembangan tidak terpecahkan, membantu klien menyesuaikan dan mengatasi masalahnya, rekonstruksi kepribadian serta meningkatkan kontrol ego sehingga dapat menghadapi kehidupan yang realita, dan mengubah perilaku klien menjadi lebih positif.
3. Terapi psikoanalisa ini lebih efektif digunakan untuk mengetahui masalah pada diri klien, karena prosesnya dimulai dari mencari tahu pengalaman-pengalaman masa lalu pada diri klien. Apalagi terapi ini memiliki dasar teori yang kuat.
4. Terapi ini bisa membuat klien mengetahui masalah apa yang selama ini tidak disadarinya. Namun terapi ini tetap memiliki kekurangan seperti diperlukan waktu yang panjang dalam

melaksanakan terapi, memakan biaya yang banyak, dan memungkinkan klien menjadi jenuh saat terapi.

## **Teknik Terapi dan Prosedurnya**

Bagian ini berkaitan dengan teknik yang paling umum digunakan oleh terapis psychoanalytically oriented. Ini juga termasuk bagian pada aplikasi pendekatan psikoanalitik untuk konseling kelompok. terapi psikoanalitik, atau terapi psikodinamik (sebagai lawan psikoanalisis tradisional), mencakup fitur ini:

1. Terapi ini ditujukan lebih untuk tujuan terbatas daripada restrukturisasi kepribadian seseorang.
2. Terapis kurang memungkinkan untuk menggunakan sofa.
3. Ada sedikit sesi setiap minggu.
4. Ada lebih sering menggunakan intervensi mendukung—seperti keyakinan, ekspresi empati dan dukungan, dan saran—dan lebih diri pengungkapan oleh terapis.
5. Fokusnya lebih pada penekanan keprihatinan praktis daripada bekerja dengan bahan fantasi.

## **Interpretasi**

1. Interpretasi terdiri dari analisis yang menunjuk, menjelaskan, dan bahkan mengajar klien makna perilaku yang dimanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, resistensi, dan hubungan terapeutik itu sendiri.
2. Fungsi interpretasi adalah untuk memungkinkan ego untuk mengasimilasi bahan baru dan untuk mempercepat proses mengungkap bahan ketaksadaran lebih lanjut. Interpretasi didasarkan pada penilaian terapis kepribadian klien dan faktor di masa lalu klien yang memberikan kontribusi untuk kesulitan mereka.
3. Berdasarkan definisi kontemporer, interpretasi termasuk mengidentifikasi, menjelaskan, dan menerjemahkan materi klien.



4. Dalam membuat interpretasi yang sesuai, terapis harus dipandu oleh rasa kesiapan klien untuk mempertimbangkan itu (Saretsky, 1978). terapis menggunakan reaksi klien sebagai alat ukur. Adalah penting bahwa interpretasi baik waktunya, klien akan menolak orang yang tidak tepat waktunya. Sebagai aturan umum, interpretasi yang harus disajikan saat fenomena yang akan ditafsirkan dekat dengan kesadaran.
5. Dengan kata lain, analis harus menafsirkan materi yang klien belum melihat baginya-atau dirinya sendiri, tetapi mampu toleransi dan menggabungkan. Aturan umum lain adalah bahwa interpretasi selalu harus dimulai dari permukaan dan pergi hanya sedalam klien mampu pergi. Sebagai aturan umum ketiga adalah bahwa yang terbaik adalah menunjukkan perlawanan atau pertahanan sebelum menginterpretasikan emosi atau konflik yang terletak di bawahnya

Proses terapi psikososial ini diharapkan memberikan pengetahuan berupa materi yang terkhusus pada terapi psikososial. Jenis-jenis terapi ini diharapkan berfungsi untuk membantu pekerja social dapat menggunakannya dalam proses membantu pemulihan klien atau pengungsi pada korban bencana. Adapun sumber belajar yang digunakan dapat berupa pelatihan dan jurnal-jurnal yang terkait dengan pencegahan dan penanganan klien / korban bencana alam (pengungsi).

#### **Daftar Pustaka**

Corey, Gerald. 1995. Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi. Semarang : IKIP Semarang Press.

Hamachek, Don. 1990. Evaluating Self-Concept and Ego Status in Erikson's Last Three Psychosocial. *Journal Counseling and Development*, 68 (68) : 677-683, <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1990.tb0436>.