Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (2) 2026, Page: 27790-27797

TEORI KONSELING PSIKOANALISIS

Habib Mustaqim[1], Rizqi Cahya Diyani[2], Zalfa Rihhadatul 'Aisy[3], Bakhrudin All Habsy[4], Shopyan Jepri Kurniawan[5], Issac Briyan Alisyahbana[6]

[1,2,3,4,5,6]**Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya**

Corresponding Author : **Habib Mustaqim** E-mail : 25112094066@mhs.unesa.ac.id

Published: Mei , 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif konsep dasar, prinsip, teknik, serta tujuan konseling psikoanalisis sebagai salah satu pendekatan utama dalam layanan bimbingan dan konseling. Konseling pada hakikatnya merupakan proses hubungan bantuan yang bersifat profesional antara konselor dan konseli yang bertujuan membantu individu memahami diri, mengatasi permasalahan psikologis, serta mengambil keputusan secara mandiri dan bertanggung jawab. Dalam praktiknya, konseling memiliki keterkaitan erat dengan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami dinamika kepribadian dan perilaku manusia. Salah satu pendekatan yang berpengaruh dalam perkembangan teori konseling adalah psikoanalisis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud, yang menekankan peran alam bawah sadar, pengalaman masa lalu terutama pada masa kanak-kanak, serta struktur kepribadian yang terdiri atas id, ego, dan superego dalam membentuk perilaku individu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur dengan menelaah berbagai sumber ilmiah berupa buku teks, jurnal, dan artikel penelitian yang relevan dengan topik kajian. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif-analitis untuk mengintegrasikan berbagai konsep dan temuan dari literatur yang ada. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling psikoanalisis berfokus pada upaya mengungkap konflik intrapsikis yang tidak disadari melalui berbagai teknik, seperti asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi, dan analisis transferensi. Teknik-teknik tersebut berfungsi untuk membantu konseli mengakses pengalaman masa lalu yang tertekan ke dalam kesadaran, sehingga memungkinkan terjadinya pemahaman diri yang lebih mendalam. Selain itu, proses konseling psikoanalisis juga bertujuan memperkuat fungsi ego agar individu mampu mengelola dorongan id dan tuntutan superego secara lebih adaptif.

Kata Kunci: Konseling, Psikoanalisis, Teknik Konseling, Kepribadian

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Konseling merupakan suatu hubungan yang bersifat membantu yaitu adanya interaksi antara konselor dan klien dalam suatu kondisi yang membuat konseli terbantu dalam mencapai perubahan dan belajar membuat keputusan sendiri serta bertanggung jawab atas keputusan yang ia ambil. Menurut (Dini, 2021) Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang berlangsung melalui interaksi antara seseorang yang memerlukan pertolongan dengan seorang konselor. Melalui proses tersebut, individu dibantu untuk mengenali serta memahami permasalahan yang sedang dihadapi nya, sekaligus diarahkan untuk menemukan solusi atau langkah yang tepat dalam mengatasi masalah tersebut. Konseling tidak hanya sekadar percakapan antara dua orang, tetapi merupakan suatu proses yang memiliki prinsip, tujuan, serta pendekatan tertentu dalam membantu seseorang menghadapi permasalahan pribadi, emosional, maupun sosial. Konseling sebagai cabang ilmu dan praktik pemberian bantuan kepada individu pada dasarnya memiliki pengertian spesifik sejalan dengan konsep

yang dikembangkan dalam lingkup ilmu dan profesinya. Diantara berbagai ilmu yang memiliki kedekatan hubungan dengan konseling adalah psikologi, bahkan secara khusus dapat dikatakan konseling merupakan aplikasi dari psikologi. Hal ini dapat dilihat terutama pada tujuan, teori yang digunakan dan proses penyelenggaraannya. Dalam bab ini akan membahas mengenai hakekat psikologi konseling dan konseling yang dilihat dari perspektif helping relationship (Mulawarman & Munawaroh, 2016).

Pada hakekatnya hubungan dalam konseling ialah bersifat membantu (helping relationship). Hubungan membantu itu berbeda dengan memberi (giving) atau mengambil alih pekerjaan orang lain. Membantu tetap memberi kepercayaan kepada klien untuk bertanggungjawab dan menyelesaikan segala masalah yang dihadapinya. Hubungan konseling tidak bermaksud mengalihkan pekerjaan klien kepada konselor, tetapi memotivasi klien untuk lebih bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri mengatasi masalahnya.

Hubungan konseling mempunyai kualitas tersendiri yang mungkin tidak terdapat dalam hubungan lain. Ada beberapa kualitas hubungan konseling yang tidak dapat dijumpai dalam hubungan lain, yaitu:

1. Ketulusan konselor dalam melakukan hubungan membantu ditandai dengan sikap ramah, hangat, bersahabat, dsb, dapat menggugah klien untuk lebih meyakini dirinya.
2. Pemahaman yang diberikan konselor terhadap klien dengan segala latar belakang dan masalah-masalahnya dapat membuat klien merasa diterima.
3. Ketulusan orang,akan diperoleh dan berkembang melalui interaksi dengan konselor yang tulus.
4. Resiko yang timbul dari hubungan dengan konselor, dengan sendirinya tidak menimbulkan akibat yang bersifat merusak, akan tetapi dapat menunjang perkembangan.
5. Respon-respon baru, akan diperoleh melalui serangkaian interaksi dalam hubungan yang bersifat membantu.

Dalam konseling, klien belajar bagaimana membuat respon yang baru dan efektif dalam berinteraksi dengan lingkungan (Mulawarman & Munawaroh, 2016).

Untuk memahami proses konseling secara lebih mendalam, diperlukan landasan teori yang berasal dari ilmu psikologi. Berbagai pendekatan dalam psikologi digunakan untuk menjelaskan perilaku manusia, dinamika kepribadian, serta faktor-faktor yang memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak. Pendekatan-pendekatan tersebut kemudian menjadi dasar bagi konselor dalam memahami permasalahan konseli serta menentukan strategi bantuan yang tepat. Salah satu teori psikologi yang memiliki pengaruh besar dalam perkembangan praktik konseling adalah teori psikoanalisis, yang menjelaskan struktur kepribadian manusia dan proses-proses psikologis yang terjadi dalam diri individu (Fikri et al., 2023).

Teori psikoanalisis memiliki peranan yang signifikan dalam menjelaskan berbagai proses psikologis yang terjadi dalam diri individu. Melalui pendekatan ini, seseorang dapat memahami adanya konflik internal, pengaruh pengalaman masa lalu, serta berbagai dinamika kejiwaan yang membentuk pola perilaku pada masa kini. Dengan memahami aspek-aspek tersebut, individu maupun konselor dapat lebih mudah menelusuri akar permasalahan psikologis sehingga proses penanganan dan pemahaman diri dapat berlangsung secara lebih mendalam (Ardiansyah et al., 2022). Pendekatan ini memandang bahwa berbagai permasalahan psikologis sering kali berakar pada pengalaman masa kanak-kanak atau konflik yang tidak terselesaikan dalam alam bawah sadar. Oleh karena itu, proses konseling dalam perspektif psikoanalisis berusaha membantu konseli menyadari kembali pengalaman-pengalaman tersebut agar dapat memahami dirinya secara lebih mendalam. Melalui proses ini, konseli

diharapkan mampu mengatasi konflik internal yang dialami dan mengembangkan pola perilaku yang lebih sehat.

Meskipun teori psikoanalisis merupakan salah satu teori klasik dalam psikologi, konsep-konsep yang dikemukakan masih memiliki relevansi dalam perkembangan teori konseling hingga saat ini. Banyak pendekatan konseling modern yang mengadopsi atau mengembangkan konsep dasar dari psikoanalisis, terutama dalam memahami dinamika kepribadian dan hubungan terapeutik antara konselor dan konseli. Oleh karena itu, pemahaman mengenai teori konseling psikoanalisis menjadi penting sebagai bagian dari kajian ilmiah dalam bidang bimbingan dan konseling. Berdasarkan hal tersebut, artikel ini disusun untuk mengkaji konsep dasar, prinsip-prinsip utama, serta penerapan teori psikoanalisis dalam praktik konseling sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kontribusi teori tersebut dalam membantu individu mengatasi permasalahan psikologis yang dihadapi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur (library research). Studi literatur merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengkaji, menganalisis, serta mensintesis berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik penelitian (Prasetia, 2022). Metode ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai konsep, teori, serta perkembangan pemikiran yang berkaitan dengan teori konseling psikoanalisis. Melalui studi literatur, peneliti dapat mengumpulkan berbagai informasi ilmiah yang bersumber dari buku, artikel jurnal, maupun dokumen akademik yang memiliki keterkaitan dengan kajian yang dibahas.

Sumber data dalam penelitian ini berasal dari data sekunder, yaitu berbagai literatur yang membahas tentang teori psikoanalisis dan penerapannya dalam konseling. Literatur tersebut meliputi buku-buku psikologi dan konseling, artikel jurnal ilmiah, serta publikasi akademik lain yang relevan dan dapat diakses secara ilmiah. Sumber-sumber tersebut dipilih berdasarkan tingkat relevansi dengan topik penelitian, kredibilitas penulis, serta kejelasan informasi yang disajikan.

Untuk memperkuat kajian dalam penelitian ini, peneliti menyusun pemetaan materi berdasarkan aspek-aspek utama dalam teori konseling psikoanalisis yang meliputi pengertian, prinsip-prinsip, perkembangan kepribadian, teknik dan penerapan, serta tujuan konseling. Setiap materi didukung oleh berbagai sumber literatur yang relevan dan kredibel, baik berupa buku, artikel jurnal ilmiah, maupun publikasi akademik lainnya. Penyusunan tabel berikut bertujuan untuk memberikan gambaran sistematis mengenai keterkaitan antara materi yang dibahas dengan sumber rujukan yang digunakan, sehingga memudahkan dalam memahami dasar teoritis yang melandasi penelitian ini.

No	Materi	Sumber Literatur
1	Pengertian Psikoanalisis	1. Rachmawati, A., Purwoko, B., & Habsy, B. A. (2025). Pendekatan Konseling Realita dalam Dunia Pendidikan: Studi Literatur. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, *8*(2), 1023-1038. 2. Habsy, B. A., Mufidha, N., Shelomita, C., Rahayu, I., & Muckorobin, M. I. (2023). Filsafat dasar dalam konseling psikoanalisis: Studi literatur. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, *7*(2), 189-199. 3. Lesmana, G. (2021). *Teori dan Pendekatan konseling*. umsu press.

2	Prinsip prinsip psikoanalisis menurut para ahli	1. Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. (2024, Maret 22). *Teori psikoanalitik Carl Jung.* https://psikologi.untag-sby.ac.id/web/beritadetail/teori-psikoanalitik-carl-jung.html 2. 2. Chouva, S. D., Mutya, A., Selhita, E., Larra, B. A., Afrilia, L., Nisa, I. K., ... & Futri, N. N. (2024). MODEL-MODEL KONSELING. *Penerbit Tahta Media*.
3	Perkembangan pribadi konseling psikoanalisis	1. Habsy, B. A., Mufidha, N., Shelomita, C., Rahayu, I., & Muckorobin, M. I. (2023). Filsafat dasar dalam konseling psikoanalisis: Studi literatur. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, *7*(2), 189-199. 2. Habsy, B. A., Ragil, B., Nafis, N., Emiliasari, C., Ningtyas, N. M., & Surabaya, U. N. (2024). *TEORI KONSELING PSIKOANALISIS STUDI LITERATUR*. *4*(1), 1865–1882.
4	Teknik Dan Penerapan Konseling Psikologi Individu	1. Chouva, S. D., Mutya, A., Selhita, E., Larra, B. A., Afrilia, L., Nisa, I. K., Luthfiyah, N., Natania, N., Apriani, A. B., & Futri, N. N. (n.d.). *MODEL-MODEL KONSELING Tahta Media Group*. 2. Sofyan, A. (2024). *Cognitive Behavior Group Counseling in Overcoming Academic Anxiety of Vocational*. *13*(2).
5	Tujuan konseling psikoanalisis	1. Chouva, S. D., Mutya, A., Selhita, E., Larra, B. A., Afrilia, L., Nisa, I. K., Luthfiyah, N., Natania, N., Apriani, A. B., & Futri, N. N. (n.d.). *MODEL-MODEL KONSELING Tahta Media Group*. 2. Agustin, L. M., Fajariyah, S. N., Santiko, P. W., & Habsy, B. A. (2024). *Prosedur teori konseling psikoanalisis dengan memperhatikan peran dan fungsi konselor dalam hubungan konselor dan konseling*. Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora, 4(2), 31–41. https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i2.3169

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran dan pengkajian literatur dari berbagai sumber ilmiah, baik yang diperoleh melalui perpustakaan maupun melalui database jurnal akademik yang tersedia secara daring. Selanjutnya, data yang telah diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif, yaitu dengan cara mengidentifikasi, mengelompokkan, dan menginterpretasikan konsep-konsep utama yang berkaitan dengan teori konseling psikoanalisis. Hasil analisis kemudian disajikan secara sistematis untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai konsep dasar, prinsip-prinsip utama, serta penerapan teori psikoanalisis dalam praktik konseling.

Berikut adalah tata cara pengumpulan data sekunder yang kami lakukan:

1. Menentukan topik dan fokus kajian
2. Menelusuri literatur ilmiah (buku dan jurnal daring)
3. Menyeleksi sumber berdasarkan relevansi dan kredibilitas
4. Mengumpulkan dan mendokumentasikan data
5. Menganalisis data secara deskriptif kualitatif (identifikasi, pengelompokan, interpretasi)
6. Menyusun hasil secara sistematis
7. Menyajikan hasil analisis secara jelas dan runtut

HASIL DAN PEMBAHASAN

Prinsip-Prinsip Psikoanalisis Menurut Ahli

Psikoanalisis secara umum adalah sebuah teori yang memiliki manfaat sebagai analisis psikologi manusia yang berlandaskan tiga komponen. Pertama kepribadian atau secara biologis manusia yang memiliki istilah Id, kedua psikologis dengan istilah Ego dan yang terakhir adalah sosial atau superego atau dengan komponen rasional, hewan, dan moral (Husna, 2018). Dimana dalam hal ini pengembang dari Psikoanalisis sendiri merupakan neurologi bernama Sigmund Freud.

Teori psikoanalisis tidak hanya mempelajari perilaku manusia dalam kehidupan sehari-hari, melainkan melihat dasar atau latar belakang munculnya perilaku tersebut, dimana pada saat itu ketidaksadaran dianggap sebagai peran penting atau dampak dalam memahami kepribadian dan tingkah laku manusia (Rachmawati et al., 2025). Dalam hal ini, psikoanalisis bertujuan untuk membantu individu agar lebih percaya diri dengan lebih mengenal bakat atau kemampuan yang berada di dalam diri setiap individu yang mungkin saja tidak disadari seperti yang pada saat ini sering dialami para remaja yang sedang mencari jati diri (Habsy et al., 2023).

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

Berdasarkan dari teori yang dikembangkan Freud, prinsip-prinsip psikoanalisis tentang hakikat manusia didasarkan pada asumsi-asumsi pengalaman masa kanak-kanak mempengaruhi perilaku pada masa dewasa. Proses mental yang tidak disadari mengintegrasi perilaku-perilaku. Pada dasarnya manusia memiliki kecenderungan mengembangkan diri melalui dorongan libido dan agresivitasnya sejak lahir. Secara umum perilaku manusia bertujuan untuk meredakan ketegangan, menolak kesakitan dan mencari kenikmatan. Kegagalan dalam pemenuhan kebutuhan seksual mengarah pada perilaku neurosis. Pembentukan simptom merupakan bentuk defensif. Apa yang terjadi pada seseorang saat ini dihubungkan pada sebab- sebab di masa lampaunya dan memotivasi untuk mencapai tujuan-tujuan di masa yang akan datang. Latihan pengalaman di masa kanak-kanak berpengaruh penting pada perilaku masa dewasa dan diulangi dalam transferensi selama proses terapi (Chouva et al., n.d.).

Sementara itu menurut carl jung dalam (Untag, 2024) menyatakan bahwa Carl Jung telah mengembangkan teori dan terapi psikoanalitiknya sendiri sebelum mengenal Sigmund Freud, yang kemudian disempurnakan melalui kerja sama keduanya. Teori ini menekankan peran ketidaksadaran serta pengaruh latar belakang individu dalam membentuk perilaku. Struktur kepribadian menurut Jung terdiri dari kesadaran, ketidaksadaran pribadi (berisi pengalaman yang ditekan atau dilupakan), dan ketidaksadaran kolektif yang memuat arketipe sebagai pola bawaan universal. Psyche bersifat dinamis, dengan energi psikis yang terus bergerak antara sadar dan tidak sadar, serta menjaga keseimbangan melalui konflik dan regulasi diri.

Perkembangan Pribadi Konseling Psikoanalisis

Sebagaimana dijelaskan Freud, seorang individu berkepribadian sehat atau tidak tergantung bagaimana individu tersebut memilih cara yang digunakan untuk melewati fase perkembangan. Dalam kurung waktu lima tahun pertama di hidupnya, manusia melewati lima fase perkembangan atau bisa disebut psikoseksual karena menjabarkan suatu kebutuhan seksual (Habsy et al., 2023). Dalam fase ini, terdapat hambatan yang berpotensi menjadi gangguan perilaku di masa dewasa yaitu :

1. Oral

Tahap ini dilakukan bayi melalui berbagai aktivitas yang menggunakan mulut (minum, menghisap, makan, menggigit) sehingga terpenuhilah kepuasan seksual. Tahap ini menyebabkan anak menjadi pasif dan ketergantungan dalam menerima bantuan

2. Anal (1-3 tahun)
   Tahap ini anak berinteraksi dengan saluran pencernaan dan mendapat kesenangan. Lambat laun anak dilatih untuk melakukan pembuangan dengan cara yang benar. Melalui pelatihan tersebut, anak mulai menjaga sikapnya dan mengikuti prosedur dengan sesuai. Tahap inilah yang membuat anak menekankan perasaan patuh terhadap diri sendiri.
3. Phallic (3-6 tahun)
   Tahap ini biasanya anak laki-laki atau perempuan mendapatkan kesenangan dengan mengeksplorasi alat kelaminnya sendiri. Tahap oedipal ini sangat penting karena menentukan orientasi seseorang. Jika gagal akibatnya anak laki-laki akan menjadi homoseksual dan perempuan akan menjadi lesbian atau penggoda laki-laki.
4. Laten (6-12 tahun)
   Tahap ini anak akan menekan hal-hal yang berhubungan dengan oedipal sehingga hilanglah minat seksual. Berbanding terbalik, anak-anak akan menceburkan diri untuk bermainan (jenis kelamin sama).
5. Genital (12-18 tahun)
   Tahap pubertas ini anak-anak akan menunjukkan ketertarikan dengan lawan jenis sehingga timbullah pengembangan hubungan

Selain itu Freud juga berpendapat bahwa terdapat tiga komponen dalam kepribadian diantaranya adalah id, ego, dan superego yang mana ketiga elemen ini terus menerus terjadi interaksi yang mengakibatkan dorongan dalam diri dan melahirkan perilaku sehat dan tidak sehat (Habsy et al., 2024)

Teknik Dan Penerapan Konseling Psikologi Individu

1. Teknik Talking Cure (Chimney Sweeping)
   Metode pertama yang digunakan oleh Freud dan Josep Breuer dalam praktiknya adalah dengan berbicara kepada pasiennya. Metode ini memberikan kesempatan kepada konseli untuk menceritakan setiap peristiwa dalam hidupnya. Sebuah catharsis , yaitu kebebasan untuk menyatakan masalahnya, muncul sebagai hasil dari hubungan yang baik itu. Catharsis adalah teknik yang membuat konseli setengah sadar, yang memudahkan mereka untuk melihat isi alam ketidaksadarannya yang dimasukkan dalam keadaan hipnosa (Sofyan, 2024).
2. Asosiasi Bebas
   Teknik ini memungkinkan konseli untuk menyampaikan apa yang terlintas di benak mereka tanpa mempertimbangkan apakah yang disampaikan benar, salah, menyakitkan, atau menyenangkan. Akibatnya, konseli menjadi lebih terbuka kepada konselor (Hukmi, 2020). Konseli diminta oleh konselor untuk melepaskan pikiran mereka dari refleksi sehari-harinya. Setelah itu, dia diizinkan untuk mengungkapkan segala sesuatu yang dia ketahui. Selanjutnya, dilakukan panggilan atau mengulangi pengalaman masa lalu untuk melepaskan emosi yang terkait dengan masa lalu dengan konseli (Chouva et al., n.d.).
3. Analisis Mimpi
   Analisis mimpi adalah teknik penting yang dapat mengungkap sesuatu yang konseli tidak menyadari dan membantu mereka memahami masalah yang belum terselesaikan. Menurut Freud, mimpi adalah jalan menuju ketidaksadaran karena hasrat, kebutuhan, dan ketakutan tersebut dapat terungkap, dan ego individu mulai menurun dan digantikan dalam keadaan alam bawah sadarnya (Chouva et al., n.d.).

4. Analisis Resistensi
   Resistensi didefinisikan sebagai penolakan untuk melanjutkankonseling dan mencegah konseli untuk mengungkapkan masalah yang tidak disadari (Chouva et al., n.d.). Freud menganggap resistensi sebagai dinamika perubahan tidak sadar yang digunakan untuk mempertahankan kecemasan, di mana konseli menolak seperti membahas, mengingat, atau memikirkan tentang pengalaman masa lalu. Sebagai konselor, mereka harus bisa menerobos pertahanan diri tersebut.
5. Analisis Transferensi
   Dalam pendekatan ini, konselor berfokus pada pengalaman masa lalu konseli untuk membantu menjelaskan kecemasan yang dipendamnya. Dalam transferensi, impuls yang tidak sadar dialihkan ke hal lain untuk melindungi ego.

Tujuan konseling psikoanalisis adalah untuk merekontruksi karakter individu dan mengembalikan ego supaya lebih kuat dengan upaya memfokuskan pengalaman masa lalu yang direkontruksi, dianalisis, dan ditafsirkan dengan sasarannya untuk membentuk kembali kepribadiannya (Agustin, 2024).

Sementara itu Menurut penelitian (Chouva et al., n.d.) Tujuan umum dari konseling Psikoanalisis adalah untuk merekontruksi karakter individu dan mengembalikan ego supaya lebih kuat dengan upaya memfokuskan pengalaman masa lalu yang direkontruksi, dianalisis, dan ditafsirkan dengan sasarannya untuk membentuk kembali kepribadiannya. Tujuan lain dari konseling Psikoanalisis yakni:

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

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan, temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa konseling psikoanalisis menekankan peran alam bawah sadar, pengalaman masa lalu terutama masa kanak-kanak, serta dinamika struktur kepribadian (id, ego, dan superego) dalam membentuk perilaku individu. Teknik-teknik inti seperti asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi, dan analisis transferensi terbukti berfungsi sebagai alat untuk mengungkap konflik intrapsikis yang tertekan sehingga memungkinkan konseli mengakses dan merekonstruksi pengalaman masa lalu ke dalam kesadaran. Proses terapeutik dalam pendekatan psikoanalisis bertujuan memperkuat fungsi ego agar individu mampu mengelola dorongan id dan tuntutan superego secara lebih adaptif, sehingga membantu tercapainya perubahan perilaku yang lebih sehat dan peningkatan pemahaman diri. Temuan ini mempertegas relevansi konsep psikoanalitik dalam konteks layanan bimbingan dan konseling meskipun telah berevolusi dan diintegrasikan dengan pendekatan lain dalam praktik saat ini.

Penelitian ini memiliki keterbatasan antara lain bergantung sepenuhnya pada sumber sekunder sehingga tidak memuat data empiris primer mengenai efektivitas teknik-teknik psikoanalisis pada populasi lokal, variasi kualitas sumber literatur yang dikaji, serta keterbatasan waktu dan cakupan publikasi yang diikutsertakan yang mungkin mengabaikan kajian terbaru atau perspektif kritis. Untuk penelitian selanjutnya disarankan melakukan studi empiris kuantitatif atau kualitatif dengan sampel konseli dan konselor yang representatif untuk menguji efektivitas intervensi psikoanalitik dalam berbagai konteks budaya, membandingkan hasil dengan pendekatan lain, serta mengeksplorasi adaptasi teknik agar lebih sesuai dengan kebutuhan pendidikan dan klinis di Indonesia. Secara praktis temuan ini menganjurkan pelatihan lanjutan bagi konselor dalam teknik eksplorasi alam bawah sadar, penerapan etika dalam penggunaan transferensi dan resistensi, serta pengembangan protokol yang

mengintegrasikan prinsip psikoanalisis dengan pendekatan moderen untuk meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling di institusi pendidikan dan praktik klinis.

REFERENCES

Agustin, L. M. (2024). *Prosedur Teori Konseling Psikoanalisis Dengan Memperhatikan Peran Dan Fungsi Konselor Dalam Hubungan Konselor Dan Konseling*. *2*.

Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). KAJIAN PSIKOANALISIS SIGMUND FREUD. *Jurnal Kependidikan*, *7*(1), 25–31.

Chouva, S. D., Mutya, A., Selhita, E., Larra, B. A., Afrilia, L., Nisa, I. K., Luthfiyah, N., Natania, N., Apriani, A. B., & Futri, N. N. (n.d.). *MODEL-MODEL KONSELING Tahta Media Group*.

Dini, I. R. (2021). *Bimbingan Konseling*. 1–9.

Fikri, I. F., N, S., Salamah, H., & Kholis, N. (2023). *STRUKTUR KEPRIBADIAN MANUSIA DALAM PSIKOANALISIS SIGMUND FREUD PERSPEKTIF FILSAFAT PENDIDIKAN ISLAM*. *8*(1), 71–88. https://doi.org/10.35316/edupedia.v8i1.2787

Gusman Lesmana S.Pd., M. P. (2021). *TEORI DAN PENDEKATAN KONSELING*.

Habsy, B. A., Mufidha, N., & Shelomita, C. (2023). *INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING Filsafat Dasar dalam Konseling Psikoanalisis : Studi*. *7*(2), 189–199. https://doi.org/10.30653/001.202372.266

Habsy, B. A., Ragil, B., Nafis, N., Emiliasari, C., Ningtyas, N. M., & Surabaya, U. N. (2024). *TEORI KONSELING PSIKOANALISIS STUDI LITERATUR*. *4*(1), 1865–1882.

Mulawarman, & Munawaroh, E. (2016). *Psikologi konseling: Sebuah Pegantar Bagi Konselor Pendidikan*.

Prasetia, I. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN*.

Rachmawati, A., Purwoko, B., & Habsy, B. A. (2025). *PENDEKATAN KONSELING REALITA DALAM DUNIA PENDIDIKAN : STUDI LITERATUR REALITY COUNSELING APPROACHES IN THE WORLD OF Pendahuluan*. *8*(2), 1023–1038.

Sofyan, A. (2024). *Cognitive Behavior Group Counseling in Overcoming Academic Anxiety of Vocational*. *13*(2).

Untag, F. (2024). *TEORI PSIKOANALITIK CARL JUNG*. https://psikologi.untag-sby.ac.id/web/beritadetail/teori-psikoanalitik-carl-jung.html