



<http://ijec.ejournal.id>

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (*print*) || ISSN 2541-2787 (*online*)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Theoretical/Conceptual Article

Filsafat Dasar dalam Konseling Psikoanalisis : Studi Literatur

Bakhrudin All Habsy¹, Nazwatul Mufidha², Cahyaning Shelomita³, Indah
Rahayu⁴, Moch. Ilham Muckorobin⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Article History

Received: 07.03.2023
Received in revised
form: 25.07.2023
Accepted: 25.07.2023
Available online:
31.07.2023

ABSTRACT

BASIC PHILOSOPHY IN PSYCHOANALYTIC COUNSELING: LITERATURE STUDY. The purpose of this literature study is to help individuals to be more confident by looking for the abilities that exist within them. This article reviews four main points of writing, which cover (1) Basic philosophy, (2) Human nature, (3) Personality structure, (4) Ego defense mechanism, and (5) Personal development psychoanalytic counseling. The method used for this article is a literature study. Psychoanalysis is a useful theory for the analysis of human psychology. Sigmund Shlomo Freud developed this theory due to a bad incident between him and his father. This theory has three structures, namely the id, ego, and superego, in which these three elements continuously interact and result in encouragement within oneself, giving birth to healthy and unhealthy behaviors.

KEYWORDS: psychology, psychoanalysis, development, behavior

DOI: 10.30653/001.202372.266



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
© 2023 Bakhrudin All Habsy, Nazwatul Mufidha, Cahyaning Shelomita, Indah Rahayu, Moch. Ilham Muckorobin.

PENDAHULUAN

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 Shlomo Freud.

Freud mengalami waktu yang berat ketika menginjak usia 40 tahun. Selain itu, dia mulai menganalisis dirinya sendiri dengan menggali ingatannya di masa lalu. Dia memiliki ingatan yang buruk mengenai ayahnya. Berkebalikan dengan itu, ibunya adalah orang yang penuh cinta. Ketika seseorang memiliki kesadaran bahwa ibunya telah berpisah dengan dirinya maka dia akan merasa cemas. Di masa perkembangannya, manusia sudah pasti mengalami perkembangan seksual yang dalam

¹ Corresponding author's address: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Surabaya Surabaya; Jl. Lidah Wetan, Lakarsantri, Surabaya, Indonesia. Email: bakhrudinhabssy@unesa.ac.id

hal ini berhubungan dengan setiap kepribadian manusia. Sigmund merupakan individu yang berusaha menyajikan teori seksual dengan hubungan kepribadian seseorang (Kwirinus, 2022).

Sigmund Freud mengambil istilah Psikoanalisis pertama kali adalah dengan tujuan contoh gambaran perkembangan kepribadian metode psikoanalisis serta filsafat mengenai manusia pada tahun 1986 dengan aliran pertama setelah behaviorisme dan psikologi humanistic-eksistensial. Dalam psikoanalisis hasil kerja Freud yang dikenal banyak orang adalah struktur kepribadian. Dimana di dalamnya, Freud mengatakan 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 (Puspitasari, 2016).

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. 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.

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 (Lesmana, 2021).

METODE

Artikel ini termasuk jenis penelitian kajian studi literatur dengan mencari referensi teori yang relevan dengan kasus atau permasalahan yang ditemukan. Menurut Creswell, John. W. (2014;40) studi literatur merupakan suatu rangkuman tertulis yang mencakup artikel dari jurnal, buku, dan dokumen lainnya yang mendefinisikan teori dan menyediakan informasi mengenai masa lalu dan masa kini untuk diorganisasikan berdasarkan topik dan dokumen yang diperlukan. Selain itu, menurut M. Nazir dalam bukunya yang berjudul Metode Penelitian, studi literatur atau studi kepustakaan adalah metode pengumpulan data yang melibatkan analisis dan penelaahan terhadap nuku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang relevan dengan masalah yang sedang di investigasikan.

Metode studi literatur digunakan sebagai cara untuk mengumpulkan data dan sumber yang terkait dengan topik penelitian yang sedang diteliti. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan metode analisis deskriptif. Metode analisis deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan fakta-fakta yang telah dikumpulkan dan kemudian memberikan penjelasan serta pemahaman atas fakta tersebut. Studi literatur yang dilakukan sebelum melakukan penelitian memiliki beberapa tujuan, yaitu untuk mengidentifikasi masalah yang akan diteliti; mendapatkan informasi yang relevan terkait dengan masalah penelitian; mengkaji teori dasar yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti serta menguraikan aspek-aspek teoritis dan

empiris yang terkait dengan faktor, indikator, variabel, dan parameter penelitian; memperluas pengetahuan peneliti tentang masalah dan bidang penelitian yang akan dilakukan; melakukan tinjauan literatur terhadap penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik penelitian yang akan dilakukan; mendapatkan informasi mengenai aspek-aspek yang telah diteliti sebelumnya untuk menghindari duplikasi penelitian yang sama. Dengan melakukan studi literatur, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang masalah yang akan diteliti serta menghindari penelitian yang redundan dengan penelitian sebelumnya (Habsy, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pembahasan menunjukkan bahwa teknik konseling psikoanalisis Freud untuk membantu individu agar lebih percaya diri dengan mencari kemampuan yang ada didalam dirinya. Yang mana akan dikaji melalui kerangka kerja konseling yaitu : (a) Filsafat dasar, yang memberikan gagasan hakikat manusia dalam Teori Psikoanalisis (b) Hakikat manusia, meliputi sifat deministik, pesimistik, mekanistik dan reduksionistik, (c) struktur kepribadian manusia, memiliki tiga komponen yaitu *Id*, *Ego* dan *Superego* (d) Mekanisme pertahanan ego, yang didalamnya mendeskripsikan pertahanan ego sebagai perlindungan citra diri, (e) Perkembangan pribadi konseling Psikoanalisis, yang mencakup fase oral, anal, palis, laten dan genital. Sebagai hambatan yang dapat berpotensi menjadi gangguan perilaku di masa dewasa.

Berikut tabel deskripsi tentang tabel psikoanalisis Filsafat Dasar dalam Konseling Psikoanalisis berdasarkan studi literatur.

Tabel 1. *Deskripsi Temuan Literatur*

No.	Data Teks	Keterangan Kode data
1.	Filsafat Dasar	Data teks Buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan dalam Konseling) oleh All Habsy, B, tahun 2021 Data teks buku Teori dan Pendekatan Konseling oleh Gusman Lesmana, tahun 2021 Data Psiko Analisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan oleh Syawal & Halauddin, tahun 2018
2.	Hakikat Dasar	Data teks Buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan dalam Konseling) oleh All Habsy, B, tahun 2021 Data teks Interkoneksi Pemikiran Al Ghazali dan Sigmund Freud tentang Potensi Manusia oleh Warsah, tahun 2017 Data teks buku Teori dan Pendekatan Konseling oleh Gusman Lesmana, tahun 2021
3.	Struktur Kepribadian	Data teks Buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan dalam Konseling) oleh All Habsy, B ; tahun 2021 Data teks Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud oleh Ardiansyah, Sarinah, Susilawati & Juanda, tahun 2022

		Data Psiko Analisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan oleh Syawal & Halauddin, tahun 2018
4.	Mekanisme pertahanan Ego	Data teks Buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan dalam Konseling) oleh All Habsy, B, tahun 2021
		Data Psiko Analisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan oleh Syawal & Halauddin, tahun 2018
		Data Kajian Psikoanalisis Jaques Lacan dalam Film Opera Jawa (Analisis Fase The Real Tokoh Ludiro) oleh Mukarromah, B. & Zamron, M ; tahun 2018
		Data teks Kepribadian Tokoh Utama Viktor Larenz dalam Romance die Therapie karya Sebastian Fidzek : Teori Psikoanalisis oleh Freud oleh Puspitasari, P ; tahun 2016
		Data teks Aliran Psikoanalisis dalam Perspektif Islam oleh Husna, F ; tahun 2018
5.	Perkembangan Pribadi Konseling Psikoanalisis	Data teks Buku Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern (Refleksi Keindahan dalam Konseling) All Habsy, B, tahun 2021

Filsafat Dasar

Psikoanalisis berasal dari dua kata yakni 'psiko' dan 'analisis' yang secara etimologis mengandung arti 'psikis' atau 'analisis jiwa'. Teori ini menjadi model konseling pertama yang diangkat dari pandangan neurolog asal Wina, yakni Sigmund Freud. Lahir di Morovia pada 23 September 1856, tokoh ini kemudian memutuskan untuk menjadi seorang ilmuwan dan melanjutkan sekolah kedokterannya di Universitas Wina pada tahun 1873 kemudian menamatkan studinya setelah 8 tahun. (All Habsy, 2021)

Awalnya Freud tidak pernah menginginkan untuk membuka praktik dokter, namun penghasilan seorang ilmuwan yang sedikit tidak sebanding dengan kebutuhan keluarganya, hal tersebut yang mendesaknya untuk membuka sebuah praktik private spesialis bidang perawatan gangguan saraf. Dari sini, Freud belajar dengan psikiater asal Prancis, yakni Jean Charcot, namun Freud merasa metode yang digunakan Charcot ini tidak ampuh dalam menangani pasiennya. Sampai pada akhirnya ia mendengar sebuah metode baru dari seorang dokter di Wina, yakni Joseph Breuer.

Pada tahun 1895, Freud dan Breuer akhirnya menemukan sebuah teknik yang dianggap tepat untuk menangani pasien histeria. Akan tetapi adanya perbedaan pandangan antara keduanya mengenai peranan faktor seksual dan histeria, membuat Freud akhirnya memilih untuk bekerja sendiri dan mengembangkan ide-idenya yang kemudian menjadi dasar dari psikoanalitik (Lesmana, 2021)

Awal ilmu psikologi diakui pertama kali adalah tahun 1879 ketika Wilhelm Muntt membangun sebuah laboratorium psikologi yang berada di Jerman. Sejak itu, psikologi dikenal banyak orang dan berkembang dengan banyak aliran, seperti salah satunya konsep kepribadian. Di lingkup para ahli, konsep ini memiliki banyak definisi bergam, salah satunya adalah makna kepribadian yang berasal dari psikoanalisis (Syawal & Helaluddin, 2018). Teori psikoanalisis ini berdasar pada pengalaman-pengalaman Freud bersama pasiennya, analisis mimpi-mimpinya, serta beragam rujukan ilmu pengetahuan

dan kemanusiaan yang telah ia baca. Freud dengan sangat tegas menyatakan kalau teori psikoanalisis ini tidak boleh menjadi paham elektisme atau aliran filsafat yang memilah dan mengambil terbaik dari semua teori yang ada agar selaras dengan semua teori itu. Murid-muridnya yang menyimpang pun juga akan dikucilkan oleh Freud padahal teorinya ini dianggap agak berbeda dari paham ilmu yang banyak dianut oleh psikolog saat ini. Diantara pengikut Freud yang pada akhirnya menyimpang dari ajaran Freud ini adalah Carl Gustav Jung dan Alfred Adler yang melahirkan 'psikologi analitis' atau *analytical psychology* dan 'psikologi individual' atau *individual psycholog*.

Sigmund Freud berpendapat bahwa aspek utama dari kehidupan mental adalah ketidaksadaran. Menurutnya, kesadaran hanya merupakan bagian hal kecil dari kehidupan mental, sedangkan ketidaksadaran atau alam bawah sadar merupakan bagian yang lebih besar. Meskipun demikian, teori ini masih banyak diperdebatkan dan dikritik oleh para ahli yang memiliki pandangan berbeda, seperti H.J. Eysenck yang merupakan tokoh dalam aliran behaviorisme ekstrim. Eysenck berpendapat bahwa apa yang diusulkan oleh Freud tidak masuk akal dan tidak dapat dianggap sebagai ilmu pengetahuan (Syawal & Helaluddin, 2018). Sementara itu, Burton dan Sus (2020) beranggapan bahwa pendekatan Freud dikatakan dapat berjalan baik bila klien dapat bertukar pikiran mengenai tindakan dan hubungan yang dialaminya (Nurfarhanah, 2018).

Hakikat Manusia

Dalam kamus Bahasa Indonesia, manusia berarti makhluk yang berakal dan berbudi. Dapat diartikan manusia adalah makhluk Tuhan yang memiliki akal dan berbudi, nalar dan moral untuk bisa mempengaruhi manusia lain untuk kemakmuran dan kemaslahatannya. Beberapa istilah menggambarkan manusia sebagai makhluk sosial (*homo socius*) yang diberkahi dengan akal oleh Tuhan, yang memungkinkan manusia untuk memperoleh pengetahuan tentang segala sesuatu. Dalam konteks filosofis, pandangan ini menjadi dasar untuk membangun kesadaran intelektual (Nasution & Supradi, n.d.), juga disebutkan dalam teori psikoanalisis bahwa manusia adalah makhluk yang berkeinginan (*homo volens*).

Hubungan manusia dengan pendidikan yang salah satu dimensinya perlu dikaji adalah fitrah. Fitrah dapat diartikan sebagai potensi yang baik. Menurut Al-Ghazali, fitrah manusia mencakup komponen-komponen psikologis berikut : 1). Keyakinan pada Tuhan; 2). Kecenderungan untuk menerima kebenaran dan kebaikan, termasuk penerimaan terhadap pendidikan dan pengajaran; 3). Dorongan biologis seperti kepuasan sensual, kemarahan, dan naluri atau insting; 5). Kekuatan lain dan sifat-sifat manusia yang dapat dikembangkan dan diperbaiki.

Berdasarkan pengalaman pribadinya dalam merawat pasien-pasien neurotik, Sigmund Freud mengembangkan teori kepribadian dalam psikoanalisis. Melalui pengalaman terapi, Freud yakin bahwa ketidaksadaran memiliki peran yang signifikan dalam menentukan perilaku manusia. Meskipun sulit diamati secara langsung, ketidaksadaran memiliki fungsi yang terbatas dalam mempengaruhi tingkah laku manusia. Freud memahami bahwa alam bawah sadar seringkali tidak dapat diakses secara langsung atau dirasakan, sehingga terkadang tampak seolah-olah tidak ada (Warsah, 2017).

Menurut pandangan Freud, manusia pada dasarnya memiliki sifat deministik, pesimistik, mekanistik, dan reduksionistik. Manusia bersifat deministik yang mana

menganggap bahwa setiap kejadian atau tindakan yang dilakukan manusia baik menyangkut rohani maupun jasmani merupakan konsekuensi dari kejadian sebelumnya dan tidak disadari atau diluar kemauan. Manusia bersifat pesimistik berarti manusia ditentukan dan dikuasai oleh dorongan kekuatan irasional, motivasi tidak sadar, kebutuhan dan dorongan biologis serta naluriah, juga peristiwa psikoseksual yang dialami manusia di lima tahun pertama dari kehidupan.

Selanjutnya manusia bersifat mekanistik yang sesuai dengan aturan sebagai proses dari perkembangan manusia yakni merangsang respons pasif individu. Terakhir, manusia bersifat reduksionistik yang berarti membuat sesuatu hal kompleks menjadi lebih sederhana dan lebih mendasar (Lesmana, 2021).

Struktur Kepribadian Manusia

Pada kenyataannya, teori psikodinamika berkembang dengan luas dan cepat. Hal yang menjadi salah satu faktor ialah karena manusia banyak yang berpikir bahwa gangguan tingkah laku merupakan bagian dari penyakit. Dalam hal ini, teori psikoanalisis banyak dikatakan sebagai aliran psikologi. Dalam ranah psikologi, psikoanalisis umumnya banyak membahas tentang kepribadian seperti dinamika, perkembangannya dan juga struktur (Ja'far, 2016).

Menurut pandangan psikologi analisis, struktur kepribadian terdiri dari tiga sistem yaitu id, ego dan superego. Dalam perspektif ini, manusia dianggap memiliki sistem energi dinamis dalam kepribadiannya, dimana energi psikis dibagi antara id, ego, dan superego. Di dalam laku pancawisaya dijelaskan bahwa manusia pada dasarnya memiliki tiga hal yaitu rasa, cipta dan karsa. Rasa adalah perasaan dalam diri yang memberikan kesan, cipta adalah kekuatan untuk mengimajinasikan kehidupan dan karsa adalah kombinasi antara cipta dan karsa yang direalisasikan. Hal ini sama halnya dengan struktur kepribadian dimana id sebagai cipta, superego sebagai rasa serta ego sebagai wujud dari karsa (Yusuf, 2020). Namun energi psikis ini memiliki keterbatasan sehingga satu sistem harus mengendalikan energi yang tersedia dengan mengorbankan sistem lainnya. Dalam hal ini, jika ego ditekan, maka superego dan id harus menahan diri, begitu pula sebaliknya. Artinya, jika kita memberikan prioritas pada ego, maka superego dan id harus mengorbankan diri, begitu juga jika kita memprioritaskan superego, maka ego dan id harus mengorbankan keinginan mereka.

a. Id

Merupakan struktur kepribadian yang primitif di bawah sejak lahir atau insting yang dikendalikan oleh libido. Id bekerja berdasarkan prinsip mencari kesenangan dan menghindari rasa sakit atau ketidaknyamanan. Untuk memenuhi dorongan-dorongannya, id menggunakan dua mekanisme, yaitu tindakan refleks dan proses primer. Tindakan refleks adalah tindakan yang dilakukan secara tidak sadar oleh kita, seperti mengedipkan mata, batuk, bersin, dan sebagainya. Di sisi lain, proses primer mengarahkan manusia untuk membentuk representasi mental. Dorongan primer dibedakan menjadi dua, yaitu naluri hidup atau *libido* dan naluri mati atau *thanatos*. Jika naluri hidup mengejar kesenangan, kebahagiaan, dan kepuasan, naluri mati akan memilih kesengsaraan seperti merusak diri, tidak mau makan dan minum, mengurung diri dan lain-lain. (Ardiansyah et al., 2022)

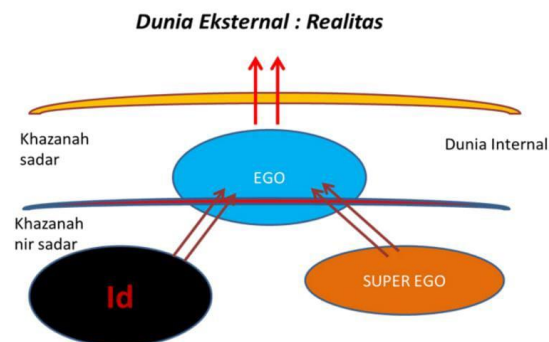
b. Ego

Ego adalah proses melakukan berpikir yang realistis dan logis, yang bertujuan untuk merencanakan tindakan yang memenuhi kebutuhan individu. Realistis disini

berarti mengakui segala sesuatu yang ada. Ego berperan sebagai pusat kecerdasan atau rasionalitas yang memantau dan mengontrol dorongan-dorongan tak sadar dari id. Selain memenuhi kebutuhan dan mencari kepuasan, ego juga memiliki peran dalam menahan atau menolak dorongan-dorongan yang bertentangan dengan norma atau kode etik yang berlaku dalam realitas atau lingkungan sosial. Ego juga bisa diartikan sebagai pengekskusi dari struktur kepribadian.

c. Superego

Superego merupakan struktur dalam diri yang bertanggung jawab dalam menentukan apakah suatu tindakan dianggap baik atau buruk, benar atau salah. Superego mewakili standar-standar ideal yang harus dicapai. Hal ini mencerminkan nilai-nilai tradisional dan ideal dalam masyarakat yang diturunkan dari generasi orang tua ke anak. Dengan di perkuatnya Superego maka akan mendorong karakter anak menjadi lebih baik. Superego juga berfungsi mengendalikan id yang dilarang oleh masyarakat, misalnya perilaku seks menyimpang, naluri negative, agresif, sehingga dapat membujuk ego agar beralih ke tujuan – tujuan moralistic. Manusia yang dapat menjalankan superegonya cenderung dapat menyesuaikan diri dengan baik dikarenakan berkaitan dengan imbalan-imbalan atau perasaan bangga dikarenakan telah menjalankan hukum yang baik dan tidak merasa berdosa. Tetapi sebaliknya manusia yang tidak mendengarkan superegonya cenderung dapat memuaskan dorongannya tapi seringkali dihinggapi rasa bersalah. Manusia ini juga cenderung melakukan tindakan kriminal karena selalu berusaha memuaskan id dan ego tanpa di barengi superego (Syawal & Helaluddin, 2018).



Gambar 1. Struktur Kepribadian Teori Konseling Psikoanalisis

Mekanisme Pertahanan Ego

Salah satu konsep yang sangat signifikan dalam teori Freud yang secara luas diterapkan dalam psikologi adalah gagasan tentang pertahanan ego atau pertahanan diri. Terdapat berbagai mekanisme bawah sadar yang digunakan untuk melindungi diri dari pikiran dan perasaan yang salah atau menyakitkan. Dalam teori ini, pertahanan ego berperan dalam menjaga keseimbangan psikologis seseorang dan melindungi dirinya dari tekanan psikologis yang berat. Pertahanan ego bekerja di bawah kesadaran untuk mengurangi kecemasan, mengatasi konflik internal, atau menghindari menghadapi kenyataan yang tidak menyenangkan. Dengan menggunakan pertahanan ego, individu dapat memproses pengalaman dan emosi dengan cara yang lebih dapat di toleransi, meskipun ini juga dapat menghalangi pemahaman yang sebenarnya tentang diri dan keadaan sekitar (Jarvis, 2019).

Mekanisme pertahanan ego adalah suatu cara di dalam psikologis yang dikerjakan oleh seseorang, kelompok atau bangsa dalam menghadapi kenyataan serta melindungi citra diri. Biasanya, secara umum orang yang sehat terbiasa memakai macam-macam mekanisme pertahanan sepanjang hidupnya. Sementara itu karakteristik mekanisme pertahanan ego terbagi menjadi dua yaitu mendistorsi serta menyangkal kenyataan dan berjalan ke arah taraf nirsadar (Syawal & Helaluddin, 2018).

a. Represi

Adalah sebuah salah satu konsep Freud sekaligus dasar oleh beberapa pertahanan ego neurotic dan pertahanan ego yang lain. Menurut definisi Freud dalam pertahanan ego represi bisa dikatakan sebagai eliminasi atau penransferan yang tidak disengaja dari sesuatu yang timbul dari kesadaran. Dalam hal ini Freud memiliki asumsi bahwasannya hampir sebagian ingatan pada kejadian dalam kurung waktu 5-6 tahun awal dalam hidup “dipendam” yang dimana dalam hal ini berakibat terhadap kehidupan setelahnya. Contohnya seperti ketika seseorang mempunyai trauma atau masa lalu yang buruk seperti pelecehan seksual, orang tersebut cenderung lebih memilih menghindar. Menghindar yang dimaksud adalah berusaha tidak mengorek-korek informasi yang berhubungan dengan trauma dan menjauhi hubungan sosial yang memiliki ikatan orang lain. (Mukarromah & Zamroni, 2018)

b. Penyangkalan

Adalah sebuah pertahanan untuk memerangi kegelisahan atau perasaan cemas dengan cara “menutup mata” mengenai eksistensi di dunia nyata yang mengancam. Contohnya seperti ketika ada seorang ibu yang kehilangan anaknya (dalam artian meninggal) dia akan cenderung menampik kenyataan bahwa anaknya benar-benar sudah pergi.

c. Formasi reaksi

Adalah sebuah tindakan inkonsisten terhadap hasrat nirsadar. Jikalau suatu perasaan dianggap terlalu mendalam dan mengakibatkan ancaman, maka orang tersebut akan menunjukkan perilaku yang inkonsisten untuk mencari pembenaran (menyangkal perasaan) yang berpicu mengakibatkan ancaman. Contohnya adalah ketika ada peristiwa bahwa A di dalam hatinya kurang menyukai B, bahkan cenderung membenci. Namun A yang memiliki kesadaran diri bahwasanya sifat membenci adalah bukan hal yang benar, maka dirinya bersikap baik untuk menyamarkan perasaan bencinya.

d. Proyeksi

Adalah sebuah penyamaran terhadap karakter-karakter tertentu tertentu yang ditolak oleh ego pada orang lain. Contohnya adalah Titi mengungkapkan keburukan Nana yang memiliki keburukan membicarakan keburukan orang. Di lain sisi, keadaan sebenarnya adalah Titi juga cenderung memiliki kebiasaan buruk membicarakan orang lain. (Puspitasari, 2016)

e. Displacement

Adalah mentransfer energi pada objek atau seseorang ketika suatu objek atau titik fokus awal tidak berada dalam jangkauannya. Contohnya adalah ketika Adam ingin meluapkan emosinya pada bu Sarwendah karena tugas yang dilimpahkan sangat banyak, namun karena bu Sarwendah tidak bisa menjadi target emosinya berakhir dengan Adam meluapkan emosi tersebut kepada adiknya (bisa dijangkau).

f. Rasionalisasi

Adalah membuat suatu alasan yang “seakan-akan itu adalah hal yang benar” dengan tujuan menjauhkan ego dari “kerusakan” atau menipu diri (kamufase) sendiri sehingga kenyataan yang kurang menyenangkan tidak akan terlalu sakit. Contohnya adalah pak Budi tidak dapat menjabat sebagai petinggi, pak Budi beralibi kepada orang lain bahwasanya dia tidak menjabat sebagai petinggi bukan karena kemampuannya terbatas, tetapi masih terlalu muda.

g. Sublimasi

Adalah pengalihan energi agresif atau seksual terhadap suatu hal secara sosial dan diminati. Contohnya seperti agresi terhadap suatu hal terhadap suatu hal dan lebih memilih menyalurkannya pada aktivitas olahraga.

h. Regresi

Adalah mengambil suatu langkah yang diambil menuju masa perkembangan awal karena pada masa itu seseorang cenderung memiliki tuntutan yang lebih kecil. Contohnya adalah Rafathar melakukan hal-hal manja layaknya seorang bayi ketika Rayyanza lahir karena merasa cemburu terhadap adiknya.

i. Introjection

Adalah menerima atau memetic standar yang dimiliki oleh orang lain secara penuh. Misalnya Seorang guru memiliki perasaan takut terhadap kepala sekolah (status atasan), maka guru tersebut tidak memiliki keberanian untuk membantah kepala sekolah dan memilih untuk melaksanakan apapun yang diperintahkan.

j. Identifikasi

Merupakan bagian dari prosedur perkembangan, tingkah laku dari *gender-role* dipelajari oleh anak-anak. Karena pada hal ini juga termasuk ke dalam jenis pertahanan diri, hal ini memiliki efek melindungi dengan meninggikan harga diri yang dapat berpotensi menjadi gagal jika dibiarkan. Misalnya ketika seseorang dengan ekonomi rendah mengatakan bahwa dia memiliki kedudukan tinggi dengan harta berlipat.

k. Kompensasi

Menutupi kekurangan diri dan menggantinya dengan menumbuhkan sikap positif lainnya guna menyembunyikan keterbatasan. Misalnya Ani menyukai kebiasaannya menari tetapi dia tidak berbakat dalam hal menari. Oleh karena itu, Ani memilih untuk mengembangkan sisi positif dirinya dalam hal lain. (Husna, 2018)

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 enam tahun pertama di hidupnya, manusia melewati enam fase perkembangan atau bisa disebut psikoseksual karena menjabarkan suatu kebutuhan seksual. Dalam fase ini, terdapat hambatan yang berpotensi menjadi gangguan perilaku di masa dewasa yaitu :

a. 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

b. 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.

c. Palis (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.

d. Laten (6-12 tahun)

Tahap ini anak akan menekan hal-hal yang berhubungan dengan oedipal sehingga hilanglah minat seksual. Berbanding terbalik, anak-anak akan menerjunkan diri untuk bermain (jenis kelamin sama).

e. Genital (12-18 tahun)

Tahap pubertas ini anak-anak akan menunjukkan ketertarikan dengan lawan jenis sehingga tumbuhlah pengembangan hubungan

SIMPULAN

Psikoanalisis secara umum adalah sebuah teori yang memiliki manfaat sebagai analisis psikologi manusia yang berlandaskan tiga komponen yaitu *ego*, *id* serta *superego* yang juga bisa dikatakan sebagai sebuah struktur. Sigmund berusaha menyajikan teori seksual dengan hubungan kepribadian seseorang. *Ego* memerlukan suatu pertahanan diri agar tidak timbul perasaan cemas, oleh karenanya munculah istilah mekanisme pertahanan ego. Dalam hal ini, mekanisme memiliki beberapa jenis diantaranya identifikasi, kompensasi, *introjection*, rasionalisasi, regresi, *displacement* dan lain-lain yang berguna sebagai tempat “bernaung” ketika seseorang ada di situasi yang tidak bisa dia hadapi atau bisa juga membuat seseorang lebih percaya diri.

REFERENSI

- All Habsy, B. (2021). *PANORAMA TEORI-TEORI KONSELING MODERN DAN POST MODERN (Refleksi Keindahan dalam Konseling)*. Media Nusa Creative.
- Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*, 7(1), 25–31. <http://ejournalppmunsa.ac.id/index.php/kependidikan/article/view/912/885>
- Habsy, B. A. (2017). Seni Memahami Penelitian Kualitatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 90. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.56>
- Husna, F. (2018). Aliran Psikoanalisis Dalam Perspektif Islam. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 5(2), 99–112. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v5i2.9411>
- Ja'far, S. (2016). Struktur Kepribadian Manusia Perspektif Psikologi Dan Filsafat. *Psymphatic* :

- Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 209–221. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.461>
- Jarvis, M. (2019). *Teori-Teori Psikologi : Pendekatan Modern untuk Memahami Perilaku, Perasaan & Pikiran Manusia*. Penerbit Nusa Media.
- Kwirinus, D. (2022). Menyingkap Teori Seksualitas Psikoanalisa Sigmund Freud Dan Usaha Penerapannya Dalam Pendidikan Seksualitas. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora*, 13(2), 556. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.57871>
- Lesmana, G. (2021). *Teori dan Pendekatan Konseling* (M. P. Mhd. Arifin, S.Pd. (ed.)). UMSU Press.
- Mukarromah, B. N., & Zamroni, M. (2018). Kajian Psikoanalisis Jacques Lacan Dalam Film Opera Jawa (Analisis Fase the Real Tokoh Ludiro). *Publikasi Budaya*, 6(2), 110–114.
- Nasution, B., & Supradi, B. (n.d.). *Hakikat Manusia : Tela ' ah Istilah Manusia Dalam Al - Qur ' an Dan Hubungannya Dengan Pendidikan*. 1–16.
- Nurfarhanah. (2018). Pendekatan-Pendekatan Psikodinamik : Suatu Peta Lautan. *Researchgate*. https://www.researchgate.net/publication/328981209_PENDEKATAN-PENDEKATAN_PSIKODINAMIK_SUATU_PETA_LAUTAN
- Puspitasari, P. D. W. (2016). *Kepribadian Tokoh Utama Viktor Larenz dalam Romance Die Therapie Karya Sebastian Fitzek : Teori Psikoanalisis Freud*. <https://sg.docs.wps.com/l/sIKik7f4jiaq8nwY?sa=e1&st=0t>
- Syawal, S., & Helaluddin. (2018). Psikoanalisis Sigmund Freud dan Implikasinya dalam Pendidikan. *Academia.Edu*, March, 1–16. <http://www.academia.edu/download/60642918/Psikoanalisisigmudfreud20190919-88681-dfxtxf.pdf>
- Warsah, I. (2017). Interkoneksi Pemikiran Al-Ghazāli dan Sigmund Freud Tentang Potensi Manusia Interconnection of Thought of Al-Ghazāli and Sigmund Freud About Human Potential. *Penelitian Sosial Dan Keagamaan*, Vol. 33 No(1), 54–77.
- Yusuf, M. (2020). Laku Pancawisaya: Ajaran Tokoh Wayang Semar dalam Mereduksi Krisis. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 10(2), 141–154. <https://doi.org/10.29080/jbki.2020.10.2.141-154>