

Prosiding

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling *“Konseling Krisis”*



UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
Moral and Intellectual Integrity

27 Agustus 2016
Auditorium Kampus II UAD
DI. Yogyakarta

Editor :
Prof. Dr. Siti Partini S.,SU
Dr. Najlatun Naqiyah, M.Pd
Dr. Mumpuniarti, M.Pd
Dr. Soetarno, M.Pd

PROSIDING

SEMINAR NASIONAL BIMBINGAN DAN KONSELING “Konseling Krisis”

ISBN : 978-602-60115-0-3

Ketua Editor :

Dr. Kusno Effendi, M.Si., M.Pd (Universitas Ahmad Dahlan)

Editor Ahli :

Prof. Dr. Siti Partini Suardiman, SU. (Universitas Ahmad Dahlan)

Dr. Najlatun Naqiyah, M.Pd (Universitas Negeri Surabaya)

Dr. Mumpuniarti, M.Pd (Universitas Negeri Yogyakarta)

Dr. Soetarno, M.Pd (Universitas Ahmad Dahlan)

Editor Pelaksana :

Wahyu Nanda Eka Saputra, M.Pd., Kons (Universitas Ahmad Dahlan)

Caraka Putra Bhakti, M.Pd (Universitas Ahmad Dahlan)

Agus Ria Kumara, M.Pd (Universitas Ahmad Dahlan)

Desain Sampul : Fajar Irfani Setyawan

Layout : Agus Supriyanto, M.Pd

Penerbit dan Redaksi:

Prodi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan - Universitas Ahmad Dahlan

Kampus II UAD

Jl Pramuka 42 Sidikan, Umbulharjo, Yogyakarta

Telp: (0274) 563515, 511830, 379418, 371120

Fax (0274) 564604

Email: seminarnasionalbkquad@gmail.com

Cetakan Pertama: Agustus 2016

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan

Dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Allah SAW, karena atas karunia-Nya, prosiding Seminar Nasional Konseling Krisis telah dilaksanakan pada Sabtu, 27 Agustus 2016 di ruang Auditorium Universitas Ahmad Dahlan, yang diselenggarakan oleh program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan.

Seminar nasional ini diselenggarakan sebagai media sosialisasi dan komunikasi hasil penelitian maupun hasil pemikiran tentang teori dan praktik penyelenggaraan konseling krisis sebagai wujud penguatan profesi konselor di Indonesia. Seminar Nasional ini merupakan ajang tukar menukar informasi dan pengalaman, ajang diskusi ilmiah, dan peningkatan secara berkesinambungan penyelenggaraan layanan Bimbingan dan Konseling yang profesional dalam berbagai setting.

Prosiding ini memuat berbagai karya tulis dari hasil-hasil penelitian serta gagasan ilmiah tertulis tentang teori dan praktik konseling krisis. Makalah-makalah yang termuat dalam prosiding ini berasal dari mahasiswa, dosen, dan praktisi. Semoga penerbitan ini dapat digunakan sebagai acuan dan praktis penyelenggaraan layanan konseling krisis di Indonesia. Selain itu, besar harapan bahwa prosiding ini dapat memunculkan pemikiran-pemikiran baru terhadap pelaksanaan penelitian selanjutnya yang terkait konseling krisis. Akhir kata kepada semua pihak yang telah membantu, kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 27 Agustus 2016
Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan

Dody Hartanto, M.Pd
NIY. 60090563

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Redaksi.....	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi.....	v
Urgensi Konseling Krisis pada Masyarakat Indonesia (Najlatun Naqiyah)	1
Layanan Konseling Krisis bagi Anak Usia Dini Korban Bencana (Prima Suci Rohmadheny, Indah Setianingrum & Wahyu Nanda Eka Saputra)	10
Peran Konselor dalam Memberikan Layanan Konseling Komunitas bagi Korban Bencana Alam di Indonesia (Andika Ari Saputra)	17
Membangkitkan Motivasi Belajar Siswa untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa SMP (Said Alhadi, Bambang Budi Wiyono, Triyono & Nur Hidayah)	23
Bimbingan dan Konseling bagi Peserta Didik Penyandang Autis (Aisha Nadya)	30
Peranan Filsafat Konstruktivisme dalam Pendidikan Bimbingan dan Konseling (Augusto da Costa, Fatah Hanurawan, Adi Atmoko & Immanuel Hitipiew)	41
Layanan Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Menangani Trauma Pasca Bencana (Indana Zulfa & Ismi Komariatun Nisa)	51
Konseling Kelompok Berbasis Experiential Learning bagi Korban Bencana Alam yang Mengalami <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> (PTSD) (Santy Andrianie)	58
Konseling untuk Pemulihan Kondisi Remaja Eks Penyalahguna Narkoba (Silvia Yula Wardani)	68
Mengatasi <i>Mental Block</i> Pada Remaja melalui <i>Cognitive Therapy</i> (CT)..... (Noviyanti Kartika Dewi)	77

Bimbingan dan Konseling Islami sebagai Bagian Pendekatan bagi Remaja Pecandu Narkoba	86
(Ratna Fitriyani & Devi Trianasari)	
Konseling Psikoanalisis (Solusi yang Ditawarkan Menuju Remaja Sehat Tanpa Zat Psikoaktif)	96
(Yuanita Dwi Krisphianti & Muya Barida)	
Tinjauan Ekologis dan sebuah Pendekatan Kolaboratif sebagai Upaya Intervensi Problem Perilaku pada Remaja.....	105
(Ruly Ningsih)	
<i>Posttraumatic Growth</i> pada Pecandu Narkoba (Landasan Pengembangan Program Konseling Pecandu Narkoba pada Proses Rehabilitasi).....	113
(Nurlita Hendiani & Agus Supriyanto)	
Larangan Mengonsumsi Narkoba dalam Islam	122
(Amien Wahyudi)	
Pendekatan Feminisme melalui Layanan Konseling Krisis sebagai Intervensi Kekerasan dalam Pacaran	128
(Suvia Gustin & Hardi Prasetiawan)	
Peran Keluarga dalam Mengembangkan Potensi Anak Autism Spectrum Disorder	145
(Muya Barida & Yuanita Dwi Krisphianti)	
<i>Solution Focus Brief Group Counseling: Model Konseling untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa</i>	159
(Dita Kurnia Sari)	
Manajemen Personel Bimbingan dan Konseling.....	173
(Dwi Putranti)	
Manajemen Amarah: Strategi untuk Mengurangi Perilaku Agresi Siswa Sekolah Menengah.....	180
(Erni Hestiningrum)	

**KONSELING PSIKOANALISIS
(SOLUSI YANG DITAWARKAN MENUJU REMAJA SEHAT
TANPA ZAT PSIKOAKTIF)**

Yuanita Dwi Krisphianti¹⁾, Muya Barida²⁾
Universitas Nusantara PGRI Kediri¹⁾, Universitas Ahmad Dahlan²⁾
ju.wahyu@gmail.com, moza_barid@yahoo.com

Abstrak

Zat psikoaktif adalah obat-obatan kimia yang memiliki dampak mengubah *mood* dan menimbulkan perubahan persepsi serta membuat individu yang mengkonsumsi menjadi merasa tenang dan “melayang tinggi”. Individu menggunakan zat psikoaktif dengan berbagai alasan tersendiri. Zat psikoaktif sudah mulai digunakan oleh berbagai kalangan usia, mulai dari usia anak-anak, remaja, dewasa, dan bahkan orang tua.. Zat psikoaktif dapat menjadi suatu *boomerang* bagi para remaja dan masa depan Indonesia. Pengertian remaja yang dimaksud adalah diawali dengan periode pubertas sampai status dewasa disandangnya. Masa remaja adalah masa yang sangat penting. Karakteristik penting dari masa remaja adalah adanya pencapaian suatu ego-identitas dan krisis identitas. Dalam rangka memperoleh suatu ego-identitas sehat dan kuat, remaja harus menerima pengakuan yang ajeg dan bermakna dari lingkungan. Jika dalam masa ini remaja sudah mengkonsumsi zat psikoaktif dapat dibayangkan, bagaimana mereka nanti dapat mencapai ego-identitas diri yang sehat dan kuat dan bagaimana respon lingkungan terhadap remaja yang notabnya berperan sebagai media pencapaian identitas diri. Tentunya sulit bagi lingkungan untuk memberikan pengakuan kepada remaja jika perilaku remaja sendiri sudah dikenal sebagai konsumen zat psikoaktif. Oleh karena itu, harus ada solusi untuk membantu para remaja agar mereka tidak sampai menjadi konsumen zat psikoaktif dan atau bagi remaja pengguna zat psikoaktif. Solusi diharapkan mampu membantu remaja untuk mendapat pengakuan yang ajeg dan bermakna dari lingkungan sehingga tercapai identitas diri remaja yang kuat dan sehat.

Kata kunci: zat psikoaktif, remaja, konseling psikoanalisis

1. Pendahuluan

Alarm terdengar keras di Indonesia untuk narkoba. Pengguna narkoba sudah mencapai empat juta orang. Hal ini mengakibatkan Indonesia masuk menjadi salah satu negara dengan darurat narkoba. Ditemukan 44 jenis narkotika baru di Indonesia, dengan rincian 18 sudah diatur

dalam peraturan menteri kesehatan dan sisanya masih ditelusuri secara aktif. Banyaknya pengguna dan jenis narkotika baru semakin memperburuk keadaan, hal ini disebabkan oleh sulitnya mendeteksi keberadaan pengguna dan narkotik itu sendiri. Keadaan semakin menyedihkan ketika menteri sosial mengemukakan

PROSIDING

Seminar Nasional “Konseling Krisis”

Sabtu, 27 Agustus 2016

bahwa belanja narkoba yang terjadi selama tahun 2016 berjalan sebesar 73 triliun rupiah (*runningnews metrotv*, 2016).

Narkoba atau narkotika dan obat-obatan terlarang merupakan bagian dari zat psikoaktif. Zat psikoaktif adalah obat-obatan kimia yang berdampak mengubah *mood* (keadaan psikologis) dan menimbulkan perubahan persepsi serta membuat individu yang mengkonsumsi menjadi merasa tenang dan “melayang tinggi” (Nevid, dkk. 2005:2). Penggunaan zat psikoaktif memang sudah bukan hal tabu lagi diberbagai kalangan bahkan usia. Dari mulai kalangan politikus, wirausahawan, pendidik, dan bahkan ibu rumah tangga. Usia dewasa hingga anak sekolah sudah mulai mengenal zat psikoaktif. Contoh kasus di Malang 2 tahun lalu, seorang siswa SMP tertangkap menjadi kurir narkoba, sangat miris karena yang menjadi bandar adalah ibunya sendiri (Jawapos, 2014). Seakan belum cukup ditemukan lagi beberapa minggu kemudian, sebuah kasus siswa yang duduk di bangku sekolah dasar menjadi seorang pecandu narkoba, salah satu penyebab siswa menjadi pecandu adalah kurangnya perhatian dari orangtua yang sibuk dengan karir masing-masing. Serta satu kasus lagi yang sangat miris pada tahun 2016,

seorang siswi ditemukan meninggal dunia dalam keadaan mengenaskan. Setelah ditelusuri siswi tersebut meninggal diakibatkan oleh pemerkosaan yang dilakukan lebih dari 10 pemuda (ada yang masih diusia remaja) yang teler setelah mengkonsumsi zat psikoaktif.

Sangat memprihatinkan jika para generasi emas Indonesia dihancurkan oleh orang yang tidak bertanggung jawab dan barang penghancur mental tersebut. Bagaimana masa depan para generasi emas jika duduk di bangku sekolah sudah menjadi pecandu. Bagaimana nasib bangsa ini jika setiap harinya para generasi emas teler akibat zat psikoaktif. Akan sangat berbahaya jika generasi emas, khususnya yang sekarang dalam kategori usia remaja mengalami rusak mental yang diakibatkan oleh zat-zat tersebut. Karena rusaknya mental mereka berarti juga akan menjadi salah satu tolak ukur rusaknya harkat dan kemajuan bangsa Indonesia.

Pada kenyataannya, individu menggunakan zat psikoaktif dengan berbagai alasan. Khususnya remaja, para remaja mungkin menggunakan zat psikoaktif karena adanya tekanan dari lingkungan atau karena mereka yakin dengan mengkonsumsi zat tersebut dapat membuat mereka lebih merasa dewasa dan

mendapat pengakuan dari lingkungan. Sebagian para remaja mengkonsumsi zat tersebut sebagai bentuk perlawanan terhadap orangtua atau masyarakat (memberontak). Terlepas dari berbagai alasan yang ada untuk mengkonsumsi zat psikoaktif, para pengguna zat tersebut tetap mengkonsumsi karena adanya efek menyenangkan yang membuat mereka sulit untuk berhenti. Remaja mengonsumsi zat untuk memperoleh rasa kesenangan. Ketika mereka merasakan tekanan, tegang, kekecewaan dari permasalahan yang dihadapi zat-zat tersebut membantu untuk memberikan rasa santai, tenang, dan secara paradoks memberikan mereka “kenikmatan” atau “semangat” tersendiri.

Para remaja yang mengalami rasa tertekan, cemas, sedih, ragu, tidak percaya diri akan kehidupan pribadi bahkan sosial, terkadang tergiur oleh efek “kenikmatan” yang diberikan oleh zat psikoaktif. Awalnya mereka hanya sekedar mencoba tetapi karena rendahnya rasa percaya diri dan kesadaran diri membuat mereka semakin terjebak dengan “kenikmatan” zat psikoaktif. Oleh karena itu, dalam artikel ini akan dicoba dijelaskan hubungan antara remaja, zat psikoaktif, dan konseling psikoanalisis yaitu sebagai

salah satu *tameng* untuk menuju remaja sehat tanpa narkoba.

2. Pembahasan

a. Zat psikoaktif

Zat psikoaktif adalah obat-obatan kimia yang memiliki dampak menenangkan bagi siapa saja yang mengkonsumsinya. Jenis-jenis zat psikoaktif diantaranya kokain, heroin, alkohol, rokok, nikotin, ekstasi, morfin, opioid, dan berbagai jenis narkotika lain yang baru diketahui jenisnya. Penyalahgunaan zat psikoaktif dapat menimbulkan gangguan. Ada gangguan besar yang terkait dengan penyalahgunaan zat ini, yaitu gangguan penggunaan zat dan gangguan akibat penggunaan zat. Gangguan penggunaan zat adalah penggunaan zat yang maladaptif, tipe gangguan ditunjukkan dengan penyalahgunaan dan ketergantungan zat. Sedangkan gangguan akibat penggunaan zat adalah gangguan yang dapat muncul karena penggunaan zat psikoaktif, tipe gangguan ditunjukkan dengan mabuk atau teler, disfungsi seksual, gangguan tidur, amnesia, gangguan *mood*, amnesia, demensia, gangguan kecemasan, dan gangguan psikotik. Penggunaan zat yang berbeda akan menimbulkan efek yang berbeda pula.

Individu dikatakan melakukan penyalahgunaan zat psikoaktif apabila individu menggunakan zat psikoaktif secara berulang-ulang atau berpola sehingga menghasilkan dampak kecanduan. Kecanduan dapat mengakibatkan individu berperilaku maladaptif seperti mencampur alkohol dengan obat nyamuk dan spiritus, berhadapan dengan masalah hukum karena pengaruh penggunaan obat, dan terkena masalah sosial dengan seringnya terlibat perkelahian atau tawuran. Bagi remaja, sering membolos karena tertidur akibat teler pengaruh zat psikoaktif, seringnya tawuran setelah mengkonsumsi alkohol, sulit menerima pendapat orang lain atau tidak bisa mengendalikan diri karena pengaruh narkoba, dan sering mencuri untuk bisa membeli narkoba, perilaku mereka yang seperti ini yang dapat disebut sebagai perilaku penyalahgunaan zat. Jadi dapat dikatakan individu yang melakukan penyalahgunaan zat adalah individu yang mengkonsumsi zat psikoaktif secara terpola atau berulang-ulang sehingga kecanduan dan memiliki konsekuensi perilaku yang merusak.

Penyalahgunaan zat dapat berlangsung untuk periode waktu yang panjang atau meningkat menjadi

ketergantungan zat atau mengalami perilaku kompulsif dari suatu zat. Ketika individu sudah dalam masa ketergantungan mereka tidak akan dapat mengendalikan keinginan untuk menggunakan zat psikoaktif. Individu sadar bahaya yang akan diperoleh ketika mengkonsumsi zat psikoaktif tetapi mereka juga sulit untuk mengatakan tidak untuk mengkonsumsinya.

Beberapa zat psikoaktif yang disalahgunakan adalah sebagai berikut, 1) depresen yaitu obat yang berfungsi untuk mengurangi atau menurunkan sistem saraf yang termasuk dalam jenis obat ini adalah alkohol, sedatif, obat penenang, dan opioid. Dampak yang ditimbulkan oleh penyalahgunaan depresen adalah mabuk, berbicara kacau, dan fungsi intelektual yang terganggu. 2) Stimulan yaitu obat yang berfungsi untuk meningkatkan aktivitas sistem saraf sehingga menciptakan kondisi keterangsangan dan perasaan senang, yang termasuk dalam jenis obat ini adalah amfetamin dan kokain. Dampak yang ditimbulkan oleh penyalahgunaan stimulan adalah dosis yang tinggi dapat mengakibatkan *skizofrenia* paranoid, overdosis berujung kematian mendadak, dan penggunaan rokok yang berulang mengakibatkan ketergantungan fisiologis. 3) Halusinogen

yaitu obat yang berfungsi untuk mengubah persepsi sensori dan dapat mengakibatkan halusinasi.

b. Remaja

Remaja menjadi pengguna zat psikoaktif dapat dipandang dari berbagai sudut pandang. Berdasarkan faktor psikososial remaja pengguna akibat dari meniru dari lingkungan, mencerminkan tidak terpenuhinya masa oral, menghasilkan rasa kesenangan akan seringnya masalah yang dialami atau agar terhindar dari kecemasan. Berdasarkan faktor sosiokultural remaja pengguna akibat dari tekanan teman sebaya yang juga sebagai pengguna, pergaulan yang menyimpang (munculnya geng). Berdasarkan genetis remaja pengguna akibat dari keyakinan yang kuat bahwa obat dapat meningkatkan keyakinan (*self efficacy*) dalam kondisi tertentu, untuk mempertahankan khayalan (*self fulfilling prophecy*).

Berdasarkan faktor psikososial remaja pengguna zat psikoaktif disebabkan oleh meniru dari lingkungan sekitarnya hal ini terjadi individu ketika memasuki usia remaja mereka akan mengalami masa pencarian identitas diri (Erickson dalam Triyono, 2012) dan salah satu bentuk perilaku yang muncul karena tidak terpenuhinya masa perkembangan

mereka ketika masih bayi (Nevid, dkk, 2005). Remaja adalah individu yang berada pada masa pubertas dan berakhir pada usia 18 atau 21 tahun. Ada pendapat yang mengemukakan bahwa masa remaja akan berakhir ketika memasuki masa dewasa awal yakni usia antara 20 sampai 21 tahun.

Masa remaja menurut Erickson adalah masa perkembangan identitas yang memiliki konsep inti yakni pencapaian ego identitas, dan krisis identitas merupakan karakteristik paling penting pada masa remaja. Individu hendaknya menyakini suatu identitas diri dan menghindari perihai yang dapat mengakibatkan kebingungan identitas mereka. Identitas diri bagi remaja tidak diberikan dengan mudah begitu saja, akan tetapi remaja harus mencari dan menemukannya dengan melakukan berbagai usaha dalam hidupnya. Ketidakmampuan seorang remaja dalam mencari identitas diri akan berdampak pada kegagalan yang berdampak pada kebingungan identitas dan pengasingan oleh masyarakat. Keberhasilan remaja dalam mencari dan menetapkan identitas diri dapat membuat remaja menjadi pribadi yang stabil, percaya diri, dan tidak takut untuk memiliki pendapat yang berbeda dengan yang lain karena

pendapatnya diyakini berdasarkan kebenaran yang ada.

Teori Erikson telah diperluas oleh James E. Marcia. Menurut Marcia dalam Papalia (2009), siswa remaja berada dalam empat status identitas. Identitas itu diantaranya, 1) *identity diffused or identity confused*, individu yang belum mengalami krisis identitas dan tidak membuat komitmen apapun tentang segala peristiwa yang ada di kehidupannya; 2) *foreclosure*, individu yang belum memiliki identitas tapi sudah memiliki komitmen yang sudah disediakan oleh orang lain terutama orangtua; 3) *moratorium*, individu yang dalam status krisis akut berjuang mencari dan menyelidiki identitas yang sesuai tetapi belum membuat komitmen apapun dan atau mengembangkan komitmen sementara; 4) *identity achieved*, individu yang sudah mengalami krisis, berhasil menemukan identitas berdasarkan usaha mereka sendiri, dan mampu membuat komitmen dalam setiap peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya.

Pada setiap status identitas individu atau remaja pasti akan menemukan tingkat kesulitan masing-masing. Sebagian remaja akhir tidak berhasil melewati status identitasnya dan mayoritas tetap berada pada *foreclosure* disusul pada status *moratorium*. Pada tahap *foreclosure*

remaja belum menemukan identitas diri mereka akan tetapi mereka sudah disediakan dengan mudah komitmen dari orang terdekatnya yakni orangtua. Hal seperti ini jika diamati lebih jeli sebenarnya menjadikan remaja memiliki *self esteem*, *self efficacy*, dan *confidentiality* yang rendah. Ketika ketiga hal ini tidak dapat dimiliki oleh remaja maka remaja akan dapat dengan mudah mengalami kecemasan yang tinggi hingga akhirnya dapat terpengaruh lingkungan dan hal-hal negatif yang ada disekitarnya, salah satunya adalah terjebak dengan menjadi pengguna zat psikoaktif yang maladaptif.

c. Hubungan zat psikoaktif, remaja, dan konseling psikoanalisis

Konseling psikoanalisis dapat digunakan untuk membantu mengatasi masalah kecemasan yang tinggi pada remaja. Konseling psikoanalisis dapat digunakan sebagai pendekatan yang bersifat preventif maupun kuratif. Preventif yakni mencegah siswa yang memiliki kecemasan tinggi terpengaruh dan menjadi pengguna zat psikoaktif. Kuratif yakni membantu siswa pengguna zat psikoaktif untuk keluar dari permasalahan yang dihadapi dengan cara merekonstruksi kembali struktur karakter yang sudah runtuh. Tentunya dalam kedua

sifat penanganan tersebut membutuhkan waktu, tenaga dalam hal ini seorang yang profesional, dan hubungan yang terjalin antara konselor dan konseli.

Konseling psikoanalisis 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 luapan kecemasan (Corey, 2009). Pendekatan psikoanalisis juga menyatakan bahwa pikiran individu sebenarnya jauh lebih rumit jika dibandingkan dengan perilaku individu itu sendiri. Tantangan yang terbesar dalam diri individu adalah bagaimana mengendalikan dorongan dalam dirinya yang begitu besar. Ketika individu tidak dapat menyeimbangkan dorongan dalam diri dengan kenyataan dalam hidupnya, maka akan muncul rasa cemas dan resah yang tinggi. Hal ini bisa berakibat larinya individu pada penyalahgunaan zat pikoaktif.

Menurut Corey (2009), tujuan dari konseling psikoanalisis adalah untuk membentuk kembali struktur karakter individu, dengan cara merekonstruksi, membahas, menganalisa, dan menafsirkan kembali pengalaman-pengalaman masa lampau yang terjadi pada masa kanak-

kanak. Psikoanalisis membantu individu untuk membentuk kembali struktur karakter dengan spesifik mendorong ketidaksadaran yang menimbulkan kecemasan kearah perkembangan sadar yang intelektual, menghidupkan kembali masa lalu individu dengan mengangkat kembali konflik yang ditekan, dan memberikan kesempatan kepada individu untuk menghadapi situasi yang selama ini ia gagal mengatasinya.

Pada proses konseling psikoanalisis keberhasilan proses dapat diukur dengan adanya fasilitator yang mumpuni yakni bisa psikolog, konselor, konseli, dan terjalinnya hubungan yang solid antara failitator dalam hal ini konselor dan konseli. Hubungan konseli dengan konselor dikonsepkan dalam proses transferensi yang menjadi inti pendekatan konseling psikoanalisis. Transferensi mendorong konseli pada permasalahan yang belum selesai yang terjadi pada masa lampau konseli. Pada proses transferensi konselor memberikan kesempatan dengan penerapan teknik-teknik psikoanalitik. Teknik-teknik konseling diantaranya sebagai berikut.

1. Asosiasi bebas, teknik ini merupakan teknik utama dari psikoanalisis. Asosiasi bebas merupakan suatu metode untuk memunculkan kembali

pengalaman-pengalaman masa lampau dan pelepasan emosi yang berkaitan dengan situasi yang traumatik, kemudian konselor melakukan penafsiran makna-makna utama dalam asosiasi bebas dan menyampaikannya kepada konseli, membimbing konseli ke arah peningkatan pemahaman atas dinamika-dinamika yang mendasarinya, yang tidak disadari oleh konseli.

2. Penafsiran merupakan tahap dasar dalam menganalisis asosiasi-asosiasi bebas, mimpi-mimpi, resistensi-resistensi, dan transferensi-transferensi. Tahap ini terdiri atas tindakan-tindakan konselor yang menyatakan, menerangkan dan bahkan mengajari konseli tentang makna-makna tingkahlaku yang dimanifestasikan oleh asosiasi bebas. Fungsi dari penafsiran itu sendiri adalah mendorong ego untuk mendapatkan dan menggantikan pemahaman baru tentang konflik yang dialami.
3. Analisis mimpi merupakan langkah penting untuk menyikapi perilaku dan sikap yang tidak disadari dan memberika konseli pemahaman atas

beberapa masalah yang tidak terselesaikan.

4. Analisis dan Penafsiran Resistensi merupakan konsep yang fundamental atau mendasar dalam praktik konseling psikoanalisis. Resistensi adalah suatu perilaku atau sikap yang dapat melawan kelangsungan konseling, misalnya menolak mengingat mimpi, tidak menepati janji, menghalangi proses asosiasi bebas. Pada proses ini, resistensi dapat dipandang sebagai dinamika tidak sadar yang digunakan oleh konseli sebagai pertahanan terhadap kecemasan yang tinggi.
5. Analisis transferensi merupakan langkah utama dalam psikoanalitik sebab mendorong konseli untuk menghidupkan kembali masa lampainya dalam proses konseling. Langkah ini harus terjadi jika konseli ingin mnyelesaikan konflik dalam diri.

3. Kesimpulan

Masa remaja adalah masa dimana seorang individu mengalami proses pecncarian identitas diri. Seringkali pada proses pencarian identitas diri remaja mengalami berbagai macam kesulitan yang menimbulkan tingkat kecemasan

tinggi. Tingkat kecemasan yang tinggi mengakibatkan remaja menjadi labil dan dapat terpengaruh oleh hal-hal negatif salah satunya yakni pengguna zat psikoaktif.

Sebagai alternatif untuk menuju remaja yang sehat tanpa zat psikoaktif adalah dengan konseling psikoanalisis. Konseling psikoanalisis ini bersifat preventif dan kuratif bagi para remaja. Preventif yakni membantu mencegah remaja mengambil pilihan yang salah akan permasalahan yang mereka hadapi khususnya ketika mereka berfikir untuk lari dari masalah dan menuju zat psikoaktif. Kuratif yakni membantu mengeluarkan remaja dari ketergantungan zat psikoaktif dengan memberikan proses konseling yang rutin kepada remaja dengan ketergantungan zat psikoaktif. Proses konseling psikoanalisis membutuhkan waktu dalam pelaksanaannya. Konseling dikatakan sukses jika terjadi secara otomatis perubahan kondisi remaja atau dalam hal ini disebut konseli.

Daftar Rujukan

- Corey, Gerald. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung : PT Refika Aditama
- Runningnews. 2016 Metrotv. Diakses pada tanggal 23 Agustus 2016
- Papalia, Olds, Feldman. 2009. *Human Development (Perkembangan Manusia)* 2 Edisi 10. Jakarta: Salemba Humanika
- Nevid, dkk. 2005. *Psikologi Abnormal 2 Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Triyono, dkk. 2012. *Perkembangan Peserta Didik*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang