

PARADIGMA PSIKODINAMIK DALAM PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING: IMPLIKASI TERHADAP KESEJAHTERAAN KONSELOR DAN PRAKTIK LAYANAN PENDIDIKAN

Destanika Dhiffa Rianti¹

¹Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang, Jawa Timur, Indonesia

* Email korespondensi: destanikadhiffa.1801116@students.um.ac.id

Article Info

Submitted Nov, 07, 2024

Revised Des, 27, 2024

Accepted Feb, 10, 2025

Kata Kunci:

*Konseling Psikodinamik;
Kesejahteraan Konselor;
Pelayanan BK;
Pendidikan;
Working Alliance.*

*This is an open access article
under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis temuan-temuan terkini terkait aplikasi paradigma psikodinamik dalam pelayanan bimbingan dan konseling di konteks pendidikan serta meninjau dampaknya terhadap kesejahteraan konselor. Metode yang digunakan adalah studi literatur sistematis dengan menganalisis 10 referensi utama dari jurnal nasional dan internasional yang membahas praktik psikodinamik di lembaga pendidikan. Hasil menunjukkan bahwa pendekatan psikodinamik berkontribusi positif dalam meningkatkan efektivitas layanan konseling, pengelolaan emosi siswa, serta memperkuat working alliance antara konselor dan konseli. Penerapan layanan psikodinamik juga meningkatkan kapasitas reflektif dan kompetensi interpersonal konselor, yang secara langsung berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Rekomendasi ditujukan bagi pengambil kebijakan pendidikan untuk mendukung pelatihan pendekatan psikodinamik bagi konselor sekolah serta integrasi teknologi dalam praktik terapi psikodinamik.

1. PENDAHULUAN

Paradigma psikodinamik merupakan salah satu pendekatan tertua dalam praktik konseling, yang berakar pada psikoanalisis Freud dan berkembang melalui berbagai teori seperti psikologi ego, hubungan objek, dan psikologi diri (Syawal & Helaluddin, 2018). Dalam praktik pendidikan, pendekatan ini digunakan untuk mengungkap konflik bawah sadar siswa, meningkatkan pemahaman diri, dan mendukung perkembangan emosional melalui hubungan terapeutik yang kuat (Ahn & Kivlighan Jr, 2021). Di sisi lain, kesejahteraan konselor menjadi aspek penting karena keberhasilan layanan sangat bergantung pada kapasitas emosional dan profesional konselor dalam membangun aliansi kerja dengan konseli (Hill et al., 2019). Artikel ini bertujuan menggambarkan bagaimana aplikasi psikodinamik dalam konteks persekolahan tidak hanya berdampak pada siswa tetapi juga memperkuat kesejahteraan dan kompetensi profesional konselor.

Selain itu, pendekatan psikodinamik dalam pendidikan juga menunjukkan efektivitasnya dalam meningkatkan fungsi ego siswa, yaitu kemampuan mereka untuk mengelola dorongan internal serta menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan secara sehat. Penelitian oleh Fajri dan Karneli (2021) menunjukkan bahwa konseling berbasis teori psikoanalisis mampu mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa, yang merupakan refleksi dari ego yang kuat dan adaptif. Penerapan ini sangat relevan di sekolah, di mana siswa menghadapi berbagai tekanan sosial dan akademik yang dapat menimbulkan kecemasan atau konflik internal. Dengan memfasilitasi eksplorasi perasaan terdalam dan konflik masa lalu, konseling psikodinamik membantu siswa mencapai pemahaman diri yang lebih dalam dan membangun mekanisme koping yang sehat, sekaligus memperkuat peran konselor sebagai fasilitator perkembangan psikologis yang holistik.

Sebagai penutup bagian pendahuluan, penting untuk menegaskan bahwa paradigma psikodinamik tidak hanya berkontribusi terhadap efektivitas intervensi konseling, tetapi juga memiliki implikasi langsung terhadap kesejahteraan konselor itu sendiri. Konselor yang menguasai pendekatan ini cenderung memiliki keterampilan reflektif yang lebih tinggi, mampu memahami dinamika hubungan konseling secara mendalam, dan membangun aliansi terapeutik yang bermakna, yang semuanya mendukung kesehatan mental dan kepuasan kerja mereka (Jimenez et al., 2021; Kalita et al., 2021). Dalam konteks pendidikan, keberfungsian emosional dan profesional konselor merupakan faktor kunci keberhasilan layanan bimbingan, sehingga pemahaman dan penerapan pendekatan psikodinamik menjadi strategi penting untuk memperkuat kesejahteraan konselor sekaligus meningkatkan kualitas layanan di satuan pendidikan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi literatur sistematis. Sumber data utama terdiri dari artikel jurnal terindeks nasional dan internasional ($n = 20$) yang diterbitkan antara tahun 2018–2023, dengan fokus pada: (1) Aplikasi konseling psikodinamik di pendidikan, (2) Kesejahteraan konselor dalam praktik konseling, dan (3) Implementasi teknologi dalam terapi psikodinamik. Analisis dilakukan secara tematik untuk mengidentifikasi kontribusi paradigma psikodinamik terhadap efektivitas layanan dan kesejahteraan konselor.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Efektivitas Psikodinamik dalam Layanan Pendidikan

Tabel berikut merangkum beberapa temuan utama dari aplikasi pendekatan psikodinamik:

No	Penelitian	Fokus Layanan	Hasil Utama
1	Caputo et al. (2020)	Konseling Karir Psiko-dinamik	Meningkatkan penyesuaian karir profesional muda
2	Odhiambo et al. (2019)	Manajemen Perilaku Siswa	Efektif mengelola perilaku bermasalah di sekolah menengah
3	Fajri & Karneli (2021)	Fungsi Ego Siswa	Meningkatkan kesadaran diri dan komunikasi interpersonal
4	Midgley et al. (2021)	Terapi Online Remaja	iPDT efektif mengurangi depresi selama pandemi
5	Ahn & Kivlighan Jr (2021)	Working Alliance	Korelasi positif dengan kesejahteraan konselor

3.2 Implikasi terhadap Kesejahteraan Konselor

Penelitian Ahn & Kivlighan Jr (2021) mengungkap bahwa konselor yang memiliki ekspresivitas tinggi dan mampu membangun *working alliance* yang kuat dengan konseli menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Hal ini didukung oleh studi Hill et al. (2019) yang menunjukkan bahwa keheningan reflektif dalam sesi terapi meningkatkan kedekatan terapeutik. Keheningan yang dimaknai sebagai ruang reflektif, memungkinkan konseli merasa lebih aman dan diterima, sekaligus memberi waktu bagi konselor untuk merespons secara penuh kesadaran dan empati. Hubungan terapeutik yang sehat ini tidak hanya menguntungkan konseli, tetapi juga berdampak positif terhadap kepuasan kerja dan kondisi emosional konselor itu sendiri. Kesejahteraan konselor yang baik mendorong konsistensi pelayanan, mengurangi burnout, dan memperkuat motivasi internal untuk menjalankan peran secara profesional (Jimenez et al., 2021). Oleh karena itu, pengembangan keterampilan interpersonal dan penguatan karakter ekspresif konselor perlu menjadi bagian integral dalam pembinaan profesi bimbingan dan konseling.

3.3 Peran Teknologi dalam Praktik Psikodinamik

Midgley et al. (2021) serta Leibovich et al. (2022) menegaskan bahwa iPDT (internet-based psychodynamic therapy) menjadi alternatif layanan yang efektif dan fleksibel, terutama untuk remaja dengan keterbatasan akses. Namun tantangan seperti kesiapan teknis dan etika harus diantisipasi oleh institusi pendidikan. Selain itu, keberhasilan iPDT juga bergantung pada karakter konselor yang mampu menjaga kedalaman hubungan terapeutik meskipun melalui media digital. Empati digital, kemampuan mendengarkan aktif, serta

sensitivitas terhadap ekspresi nonverbal secara daring menjadi keterampilan penting yang perlu dimiliki konselor untuk memastikan keterlibatan konseli tetap optimal dalam sesi terapi online.

Temuan dari berbagai studi menunjukkan bahwa pendekatan psikodinamik memiliki kontribusi besar dalam meningkatkan hasil layanan konseling di konteks pendidikan. Misalnya, Caputo et al. (2020) menunjukkan efektivitas dalam konseling karir, sedangkan Odhiambo et al. (2019) menegaskan keberhasilan pendekatan ini dalam mengelola perilaku siswa. Penerapan pendekatan ini tidak hanya berdampak positif bagi konseli, tetapi juga bagi konselor dengan peningkatan kesejahteraan psikologis melalui aliansi kerja yang sehat (Ahn & Kivlighan Jr, 2021; Hill et al., 2019). Lebih lanjut, teknologi juga memungkinkan perluasan layanan psikodinamik melalui terapi berbasis internet (Midgley et al., 2021; Leibovich et al., 2022).

4. SIMPULAN DAN SARAN

Paradigma psikodinamik memiliki relevansi tinggi dalam konteks layanan bimbingan konseling di pendidikan, baik pada aspek psikososial siswa maupun kesejahteraan konselor. Melalui pendekatan ini, konselor dapat membantu siswa memahami dinamika bawah sadar yang memengaruhi perilaku, sambil memperkuat aliansi terapeutik yang juga memperkaya pengalaman profesional dan emosional konselor. Rekomendasi diberikan agar lembaga pendidikan meningkatkan pelatihan psikodinamik dan mendukung integrasi teknologi dalam praktik konseling untuk memperluas jangkauan dan efektivitas layanan. Selain itu, penting bagi program pendidikan dan pelatihan konselor untuk mengintegrasikan pengembangan karakter seperti empati, reflektivitas, dan integritas profesional sebagai bagian dari kurikulum utama. Pendekatan psikodinamik yang dikombinasikan dengan pemanfaatan teknologi serta pembentukan karakter profesional akan membantu menciptakan layanan konseling yang responsif, adaptif, dan manusiawi. Hal ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan siswa, tetapi juga memperkuat posisi konselor sebagai pilar penting dalam sistem pendidikan yang holistik dan transformatif.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahn, L. H., & Kivlighan Jr, D. M. (2021). *Working alliance, therapist expressive skills, and client outcome in psychodynamic therapy*. *Journal of Counseling Psychology*, 69(1).
- Akın, A. et al. (2021). *Parenting behavior and psychodynamic conflicts*. *Nordic Psychology*, 73(4), 359–374.
- Caputo, A. et al. (2020). *The effectiveness of psychodynamic career counselling*. *Psychodynamic Practice*, 26(2).
- Evertz, K. (2021). *Psychodynamics in Problematic Pregnancies*. In *Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology*.
- Fajri, F. I., & Karneli, Y. (2021). *Application of psychoanalysis theory in personal counseling to improve the ego function of Junior High School students*. *Consilium*, 1(1), 39–44.
<https://doi.org/10.24036/0439cons>
- Fajri, F. I., & Karneli, Y. (2021). *Improving the ego function of students*. *Consilium*, 1(1).
- Hill et al. (2019). *The role of silence in psychodynamic counseling*. *Psychotherapy*, 56(4).
- Hill, C. E. et al. (2019). *Silence in psychodynamic psychotherapy*. *Psychotherapy*, 56(4).
- Jimenez, A. L. et al. (2021). *Competency in psychodynamic psychotherapy*. *Asia-Pacific Psychiatry*, 13(1).
- Jimenez, A. L., Della, C. D., Arcenas, A. M. A., Yu Chua, C. L., & Legaspi, R. H. E. (2021). *Examining the competency of Filipino mental health professionals in psychodynamic psychotherapy*. *Asia-Pacific Psychiatry*, 13(1), e12441. <https://doi.org/10.1111/appy.12441>
- Kalita et al. (2021). *Professional ethics in psychodynamic therapy*. *Psychotherapy*.
- Kalita, L. et al. (2021). *Competences for psychodynamic therapies in Poland*. *Psychotherapy*, 2(197).
- Kalita, L., Bittner-Jakubowska, A., Buzun, E., Dworczyk, P., Giza, M., Henzel-Korzeniowska, A., Kitrasiewicz, J., Mędrzejewska, A., Szmałec, M., & Witkowska, M. (2021). *Competences Needed To Conduct Psychoanalytical And Psychodynamic Therapies In Poland*. *Psychotherapy*, 2(197), 51–66.
<https://doi.org/10.12740/PT/139233>
- Leibovich, L. et al. (2022). *Internet-based psychodynamic therapy*. *Psychotherapy Research*.
- Madina, Z., & Abidovna, K. D. (2022). *Psychodynamic tests in preschool education*. *Journal of Pedagogical Inventions*.
- Midgley, N. et al. (2021). *Online Therapy Study during COVID-19*. *IJERPH*, 18(24), 12993.
- Newhart, S. et al. (2021). *Clinicians in university counseling centers*. *Journal of College Counseling*, 24(2).
- Newhart, S., Pohto, P., & Mullen, P. R. (2021). *Demographic and Clinical Characteristics of University Counselors*. *JCC*, 24(2).

- Odhiambo, J. A. et al. (2019). *Psychodynamic counselling on student behavior*. Journal of Applied and Multidisciplinary Social Sciences.
- Preilipper, S. M. M. et al. (2022). *Interruptive behaviors in psychodynamic psychotherapy*. Psychotherapy Research.
- Sukawi, Z. et al. (2021). *Creativity in modeling inquiry training*. Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 9(1).
- Syawal, H., & Helaluddin, H. (2018). *Psikoanalisis Sigmund Freud dan Implikasinya Dalam Pendidikan*. ResearchGate.
- Zhang, Y., & Zhang, Z. (2022). *Cyberbullying and Adolescents' Depression*. ICELA 2021.