

TRITMEN

DALAM TERAPI PSIKOLOGIS



TRITMEN

**TERAPI
PSIKOLOGIS**

TERAPI PSIKOANALITIK

TERAPI HUMANISTIK

TERAPI KOGNITIF

TERAPI TINGKAH LAKU

TERAPI KELOMPOK

**INTERVENSI
MEDIS**

TERAPI OBAT-OBATAN

T. ELEKTROKONVULSIF

TERAPI BEDAH OTAK

TERAPI PSIKOANALITIK

TUJUAN

MEMBONGKAR & MEMECAHKAN
KONFLIK-2 KETIDAKSADARAN

METODE

ASOSIASI BEBAS

RESISTENSI

ANALISA MIMPI

COUNTERTRANFERENCE

TERAPI HUMANISTIK

TUJUAN

**MENGHILANGKAN RINTANGAN-2
PERTUMBUHAN PRIBADI**

**PERSON
CENTERED
THERAPY**

TUJUAN

**MEMBAWA IDEAL SELF
& REAL SELF BERSAMA-2,
FOKUS KPD KESADARAN**

ASUMSI

**TIAP MANUSIA DPT
SEMBUHKAN DIRI SENDIRI,
BILA BERADA
DLM LING YG TEPAT**

METODE

- EMPATI
- PENGHARGAAN TP SYARAT
- REFLEKSI

TRITMEN

**GESTALT
THERAPY**

TUJUAN

**KAT KESADARAN &
PENERIMAAN DIRI, FOKUS
PD PERASAAN & EMOSINYA.**

METODE

- KONFRON
- TAWARKAN PENDAPAT
- TEKNIK "CHAIR"

TERAPI KOGNITIF

TUJUAN

MENGUBAH DISTORSI KOGNISI DLM RK
MENGELIMINASI PERILAKU MALADAPTIF

RET

ASUMSI

EMOSI MRPK HASIL KOGNISI

A-B-C's OF EMOTIONAL DISTRESS

TUJUAN

UBAH KEPERCAYAAN IRRASIONAL

TRITMEN

A
PERISTIWA NEG
YG MEMBANGKITKAN

B
KEPERCAYAAN
IRRASIONAL

C
KONSEKUENSI
EMOSIONAL

**BECK'S
COGNITIVE
THERAPY**

ASUMSI

EMOSI MRPK HASIL KOGNISI

SUMBER

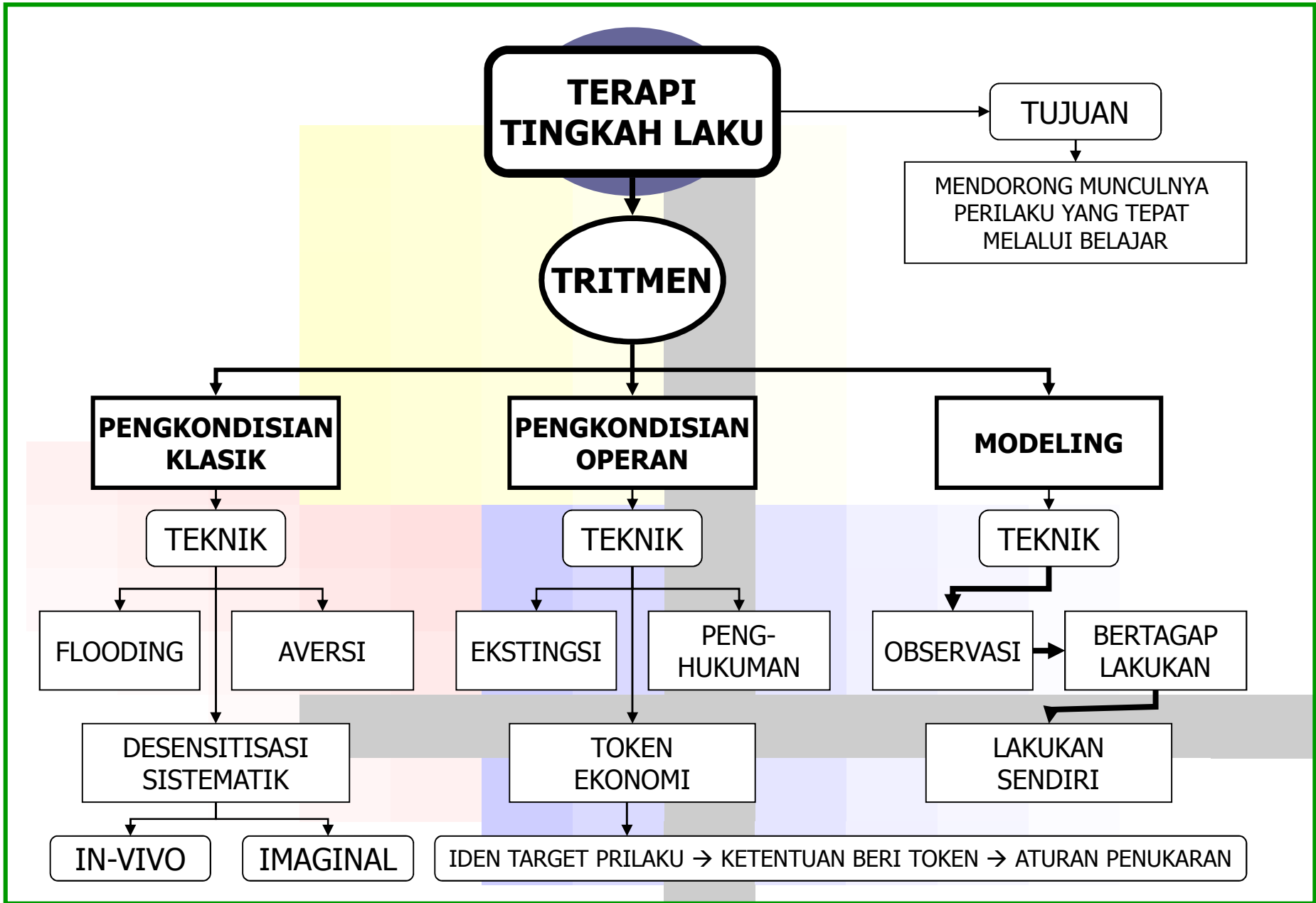
DUNIA

MASA DEPAN

DIRI SENDIRI

OVERGENERALISASI, DSB





TERAPI KELOMPOK

KEUNTUNGAN

BENTUK LAIN

KLIEN DPT UMPAN
BALIK DR ORANG
DGN LT BLK & PENG
YG BERBEDA

SANGAT BAIK UTK
MENGAJARKAN
KETERAMPILAN-2
SOSIAL

HEMAT BIAYA

TERAPI KELUARGA

TERAPI PERKAWINAN

POK TOLONG DIRI

BEBERAPA CATATAN

PERTANYAAN	KETERANGAN / JAWABAN
■ APAKAH PSIKOTERAPI BEKERJA ?	■ EYSENK (1952) : 24 STUDI, 8000 PASIEN → 70% SEMBUH TANPA PSIKOTERAPI ■ SMITH (1980) : 475 STUDI, 25.000 PASIEN → 80% : ALAMI PENINGKATAN, TANPA POK KONTROL.
■ APAKAH PSIKOTERAPI BEKERJA LEBIH BAIK ?	HOWARD, DKK (1986) : 15 STUDI, 2400 KLIEN → SESI TAMBAHAN, DITINGKATKAN : 26 SESI, STL ITU MENDATAR.
■ APAKAH KEBANYAKAN PSIKOTERAPI BEKERJA LEBIH BAIK ?	■ UTK BBRP GANGGUAN → LEBIH BERHASIL. ■ TIDAK ADA YG SCR UNIVERSAL “TERBAIK” ■ EKLEKTIK = 41,20%, PSIKOANALISIS = 14,69%, TINGKAH LAKU = 6,75%, TINGKAH LAKU - KOGNITIF = 12,05%, HUMANISTIK = 12,53% , YANG LAIN = 12,77%.

**INTERVENSI
MEDIS**

**ELEKTRO-
KONVULSIF**

**TERAPI
OBAT-OBATAN**

**PSYCHO-
SURGERY**

TIPE 1

TIPE 1

OBAT ANTI CEMAS

Librium, Valium, Xanax & BuSpar

OBAT PENENANG

Lithium

OBAT ANTI DEPRESAN

Tofranil dan Prozac

OBAT ANTI PSIKOTIK

Thorazine, Risperidol & Clozaril

PEMBAHASAN



KOMENTAR

- TERLALU SINGKAT – SULIT DIPAHAMI → BAGI YG BARU BELAJAR / PEMULA
- TDK DIBAHASNYA : FILSAFAT DASAR TTG PANDANGANNYA TTG MANUSIA → SBG ELEMEN UTAMA PEMBEDA TEORI & PERAN TERAPIS.
- BURKS DAN STEFFLRE (1979) :
 - *SUPPORTIVE THERAPY* SETINGKAT DGN BIMBINGAN, *REEDUCATIVE* DGN KONSELING & *RECONSTRUCTIVE THERAPY* DGN PSIKOTHERAPI.
 - METODE & TEKNIK DLM PSIKOTERAPI & KONSELING : DLM BANYAK HAL TDK TERDPT PERBEDAAN BERARTI

PENTINGNYA FIL DASAR TTG MANUSIA

- KEMUDAHAN DLM MEMAHAMI PERILAKU KLIEN BERDASAR ATAS PERISTIWA, GEJALA, FENOMENA YG TERJADI DLM PROSES TERAPI → PENUNTUN / PEMBIMBING : APA YG HRS DILAKUKAN DLM PROSES TERAPI.
- PERKEMBANGAN BK : TDK SEKEDAR DIMENSI KURATIF-KOREKTIF-TERAPEUTIK → LBH LUAS : DIMENSI EDUKATIF, DEVELOPMENTAL, PREVENTIF, EKOLOGIS & FUTURISTIK.



PERAN TERAPIS

- UMUM : MEMBANTU PERKEMBANGAN OPTIMAL
- THOMSON, DKK (2004) : TEORI KONSELING DIKELOMPOKKAN → 3 (BERFOKUS PIKIRAN, PERASAAN, PERILAKU) → PERAN YANG BERBEDA.

EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI

- SEKALIPUN DIYAKINI MAMPU MEMBANTU MENGATASI MASALAH KLIEN, NAMUN SEBERAPA BESAR TK EFEKTIVITASNYA BELUM DIKETAHUI SCR PASTI.
- DLM KONSELING : SULIT MENGKLAIM → TDK BERLANGSUNG DALAM KEVAKUMAN. PERUBAHAN PERILAKU, MUNGKIN HSL INTERAKSI DGN ORANG LAIN.
- TDK DPT DILAKUKAN SESAAT → HARUS HATI-HATI



ACUAN → SUNARYO KARTADINATA (1996) SEBERAPA JAUH INTERVENSI YG DILAKUKAN MAMPU :

- Memberikan arah yg jelas bagi kemudahan belajar individu sesuai aspek yg ingin dikembangkan.
- Mendorong berfungsinya interaksi sistem atau sub sistem yg terkait dgn individu scr optimal shg mampu menjadi media yang bermakna bagi belajar individu & perkembangan individu ketingkat yg lebih baik.
- Menjamin keserasian interaksi dinamis pribadi-lingkungan scr bermakna bagi tercapainya fungsi pengarahan diri, pengaturan diri, aktualisasi diri, dan pembaharuan diri.



EFEKTIVITAS PENDEKATAN EKLEKTIK

Fungsi teori (Thomson, 2004)

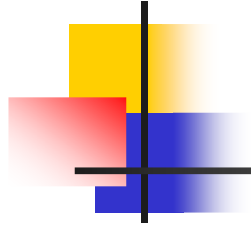
- mengantar seseorang kepada kepeduliannya untuk mengamati hubungan-hubungan yang terjadi
- membantu dalam mengumpulkan dan menyusun data yang relevan
- menjelaskan kebenaran operasional (mengarahkan kepada ramalan-ramalan yang dapat diuji dan diverifikasi)
- penggunaan istilah-istiah tertentu secara konsisten
- membangun metode-metode baru sesuai dengan situasi yang terjadi / evaluasi metode-metode yang telah dibangun sebelumnya.
- membantu menjelaskan perilaku yang terjadi pada individu dan bagaimana cara-cara mengatasinya.



- Tdk ada metode yang cocok utk semua masalah & semua klien.
- Pengguna teori : “ala”
- Memaksakan “*single theory*” → kaku.
- Perlu mengembangkan kreasi dgn memilih scr selektif teori-teori yang relevan, kemudian scr sintesis-analitik mencoba menerapkannya, shg lebih luwes : Creative-Synthesis – Analitic : CSA.
- Burk & Steflre (1979) : perlu pilih teori-teori yg baik.

kesimpulan

- Tiritmen hakekatnya adalah metode atau teknik penyembuhan tertentu yang dibangun oleh suatu teori, karena itu sifatnya sangat beragam tergantung kepada teori-teori yang mendasarinya.
- Dlm konseling tiritmen mrpk aspek mendasar → hrs dikuasai sbg penget & ketrampilan prof.
- Dlm parktek konseling → gunakan pendekatan eklektik shg lebih luwes.



terima kasih