

Research Article

Barriers to Building Relationships in Counseling**Lika Widiawati**

Universitas Negeri Padang

E-mail: likawidyawati@gmail.com**Mudjiran**

Universitas Negeri Padang

E-mail: mudjiran.unp@gmail.com**Yeni Karneli**

Universitas Negeri Padang

E-mail: yenikarneli.unp@gmail.com

Copyright © 2024 by Authors, Published by Journal of Psychology, Counseling and Education.

Received : August 22, 2024

Revised : September 10, 2024

Accepted : September 28, 2024

Available online : October 25, 2024

How to Cite: Lika Widiawati, Mudjiran, & Yeni Karneli. (2024). Barriers to Building Relationships in Counseling. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 2(3), 168-174.
<https://doi.org/10.58355/psy.v2i3.35>

Abstract

This study explores the obstacles in the counseling process, specifically transference, countertransference, and resistance. Utilizing a library research method, the study analyzes existing concepts related to classroom management. Transference involves clients projecting feelings onto the counselor, which can be positive or negative and needs proper management to build trust. Countertransference occurs when therapists project their feelings onto clients, requiring introspection and supervision to avoid bias. Resistance involves clients' reluctance to open up or accept help, often due to mistrust or past experiences. Effective strategies to overcome these barriers include building trust through empathy, understanding, and confidentiality.

Keywords: Barriers, Relationships, Counseling.**Hambatan Dalam Membangun Hubungan dalam Konseling****Abstrak**

Studi ini mengeksplorasi hambatan dalam proses konseling, khususnya pemindahan,

pemindahan balik, dan penolakan. Menggunakan metode penelitian perpustakaan, studi ini menganalisis konsep yang ada terkait dengan manajemen kelas. Pemindahan melibatkan klien yang memproyeksikan perasaan kepada konselor, yang bisa positif atau negatif dan memerlukan pengelolaan yang tepat untuk membangun kepercayaan. Pemindahan balik terjadi ketika terapis memproyeksikan perasaan mereka kepada klien, memerlukan introspeksi dan supervisi untuk menghindari bias. Penolakan melibatkan ketidakmauan klien untuk terbuka atau menerima bantuan, seringkali karena ketidakpercayaan atau pengalaman masa lalu. Strategi efektif untuk mengatasi hambatan ini termasuk membangun kepercayaan melalui empati, pengertian, dan kerahasiaan.

Kata Kunci: Hambatan, Hubungan, Konseling.

PENDAHULUAN

Konseling adalah suatu bentuk hubungan yang bersifat membantu (Aminah, 2018). Dalam proses konseling, membangun hubungan yang kuat dan efektif antara konselor dan klien adalah kunci keberhasilan terapi (Aminah, 2018). Hubungan dalam proses konseling disebut dengan aliansi terapeutik, memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung klien dalam mengeksplorasi dan mengatasi masalah yang sedang di hadapi (Petrus, 2017).

Hubungan yang baik bagaikan jembatan yang menghubungkan konselor dengan klien, memungkinkan untuk terjalinnya rasa saling percaya, terbuka, dan aman untuk mengeksplorasi permasalahan yang di hadapi oleh klien (Cania & Sukma, 2023). Membangun hubungan yang baik dalam konseling dalam praktiknya bukanlah suatu hal yang mudah (Aminah, 2018).

Membangun hubungan yang baik dalam proses konseling dapat menghadapi berbagai hambatan (Rusmiyati, n.d.). Sebagai seorang tenaga profesional, konselor harus memiliki berbagai kompetensi dan keterampilan konseling sebagai modal utama dalam memberikan layanan konseling (Lianawati, 2018).

Keefektivan konseling sebagean besar ditentukan oleh hubungan antara konselor dengan klien (Nurihsan & Yusuf, 2010). Kebermaknaan sebuah hubungan dalam konseling berdasarkan sejauh mana hubungan tersebut dapat membantu menyelesaikan permasalahan (Hikmawati, 2016). Selanjutnya hubungan yang terbagun dengan keterampilan dasar konseling dapat memberikan layanan maksimal agar terciptanya hubungan yang berkesan antara konselor dan klien (Kathryn & David, 2011). Fokus tulisan ini adalah menjelaskan tentang hambatan dalam membangun hubungan dalam konseling.

METODE PENELITIAN

Studi ini memiliki tiga sifat dasar penemuan, bukti, dan pengembangan hasil. Hasil penelitian diasumsikan sebagai penemuan karena ini adalah hal baru yang belum pernah ada sebelumnya. Sementara itu, penelitian juga berfungsi sebagai ketentuan untuk menguji informasi dan pengetahuan tertentu. Selain itu,

penelitian juga berfungsi sebagai pengembangan ilmu yang ada. Untuk mengembangkan konsep pengetahuan yang ada, penelitian ini menggunakan metode riset perpustakaan (Riset perpustakaan).

Penelitian perpustakaan memanfaatkan sumber daya perpustakaan sebagai basis data untuk mendukung studi mereka. Pendekatan ini terbatas pada pengumpulan informasi dari perpustakaan tanpa memerlukan eksplorasi lapangan (Zed, 2008). Tujuan terakhir dari penelitian ini sebagai ringkasan hasil analisis dan interpretasi konsep yang terkait dengan manajemen kelas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hambatan dalam Proses Konseling

Menurut Brammer dan Shostrom (1977) ada tiga kondisi yang dapat menghambat proses konseling yaitu: Pemindahan (*transference*), pemindahan balik (*countertransference*), dan penolakan (*resistensi*).

1. Pemindahan (*Transference*)

Secara umum pemindahan menunjukkan di mana klien mengalihkan atau mengaitkan perasaan sikap kepada konselor menurut cara yang pernah klien arahkan kepada orang yang berarti, misalnya orang tua atau orang yang pernah menguasai atau mendominasi pada masalahnya (Mappiare, 2006).

Istilah pemindahan (*transference*) dalam arti yang luas menurut Brammer dan Shostrom (1977) mengacu pada ungkapan perasaan klien terhadap konselor. Ini dapat berupa reaksi rasional terhadap kepribadian konselor atau proyeksi tidak sadar dari sikap dan stres yang telah ada sebelumnya, dalam sesi konseling klien secara tidak sadar memproyeksikan sikap-sikapnya kepada konselor (Hikmawati, 2016). Selanjutnya pemindahan (*transference*) adalah pelimpahan perasaan-perasaan dan harapan-harapan tertentu dari klien terhadap konselor (Winkel & Hastuti, 2004).

Pemindahan (*transference*) dapat bersifat positif jika klien memproyeksikan perasaan afektifnya (seperti cinta, hormat, atau penghargaan) atau ketergantungan kepada konselor. Sebaliknya pemindahan bersifat negatif jika klien memproyeksikan perasaan kebencian dan agresinya kepada konselor (Hastuti, 2010).

Fungsi terapeutik pemindahan dalam konseling yaitu: Dapat membangun hubungan yang baik, meningkatkan kepercayaan, dan memungkinkan klien untuk dapat memperoleh gambaran perasaan melalui penafsiran perasaannya (Nugraheni et al., 2020).

2. Pemindahan balik (*Countertransference*)

Pemindahan balik (*countertransference*) pertama kali diperkenalkan oleh Sigmund Freud, pendiri psikoanalisis (Hastuti, 2010). Pemindahan balik (*countertransference*) terjadi ketika terapis memproyeksikan perasaan atau pengalaman masa lalu mereka ke dalam hubungan dengan klien. Ini bisa termasuk perasaan positif, seperti kasih sayang atau kekaguman, maupun perasaan negatif, seperti kemarahan atau kebencian (Rahayu, 2022).

Pemindahan balik (*countertransference*) dapat dipicu oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman pribadi terapis, karakteristik klien, dan situasi

terapeutik. Pengalaman masa lalu terapis yang belum terselesaikan dapat muncul kembali dalam sesi terapi. Beberapa aspek dari klien, seperti perilaku, penampilan, atau cerita hidup mereka, dapat mengingatkan terapis pada orang lain dalam kehidupan mereka. Selain itu, dinamika dan interaksi yang terjadi selama sesi terapi dapat memicu reaksi emosional dari terapis (Rosenberger & Hayes, 2002).

Pemindahan balik (*countertransference*) memiliki dampak yang signifikan terhadap proses terapi (Rosenberger & Hayes, 2002). Dampak tersebut bisa positif maupun negatif, tergantung pada bagaimana terapis menyadari dan mengelolanya (Watkins Jr, 1985). Jika terapis dapat mengenali dan mengelola pemindahan balik (*countertransference*) dengan baik, ini dapat memperdalam pemahaman mereka tentang klien dan memperkuat hubungan terapeutik. Sebaliknya, jika tidak dikelola dengan baik, pemindahan balik (*countertransference*) dapat mengganggu proses terapi, menyebabkan bias, dan menghalangi kemajuan klien (Gelso et al., 2002).

Manajemen pemindahan balik (*countertransference*) melibatkan beberapa langkah penting yang harus diambil oleh terapis untuk menjaga profesionalisme dan efektivitas terapi. Terapis harus terus-menerus memeriksa diri dan menyadari perasaan mereka yang muncul selama sesi terapi. Berpartisipasi dalam supervisi atau konsultasi dengan kolega dapat membantu terapis untuk membahas dan mengelola pemindahan balik (*countertransference*). Mengikuti pelatihan berkelanjutan dan meningkatkan pemahaman tentang dinamika pemindahan balik (*countertransference*) dapat membantu terapis untuk mengatasi situasi ini dengan lebih baik. Selain itu, menetapkan batas profesional yang jelas dengan klien sangat penting untuk mencegah keterlibatan emosional yang berlebihan (Hofsess & Tracey, 2010).

3. Penolakan (*Resistance*).

Konseling adalah proses yang melibatkan hubungan terapeutik antara konselor dan klien dengan tujuan untuk membantu klien mengatasi masalah pribadi, emosional, atau psikologis (Gustad, 1953). Salah satu hambatan utama dalam membangun hubungan konseling yang efektif adalah penolakan dari klien. Penolakan dalam konteks ini bisa berarti resistensi atau ketidakmauan klien untuk terbuka, berbagi, atau menerima bantuan yang diberikan oleh konselor (Hopper, 1978). Resistensi merujuk pada segala sesuatu yang menghalangi klien dari mengungkapkan pikiran, perasaan, atau pengalaman tertentu dalam sesi konseling (Habsy et al., 2024). Resistensi adalah sesuatu yang melawan kelangsungan terapi dan mencegah klien mengemukakan bahan yang tidak disadari. Selama asosiasi bebas dan analisis mimpi, klien dapat menunjukkan ketidaksediaan untuk menghubungkan pikiran, perasaan, dan pengalaman tertentu (Wahidah, 2017).

Penolakan dalam hubungan konseling bisa disebabkan oleh berbagai faktor (Kim & Lee, 2008). Salah satu penyebab utamanya adalah ketidakpercayaan klien terhadap konselor atau proses konseling itu sendiri (Abernethy & Cook, 2011). Klien mungkin merasa skeptis terhadap efektivitas konseling atau merasa tidak nyaman berbicara tentang masalah pribadi dengan

orang asing. Selain itu, pengalaman buruk di masa lalu dengan konselor lain bisa memperkuat sikap penolakan ini. Rasa malu atau stigma terkait masalah yang dihadapi juga bisa menjadi penyebab penolakan (Vogel & Wester, 2003).

Dalam banyak budaya, masalah kesehatan mental masih sering dianggap sebagai sesuatu yang memalukan atau tabu untuk dibicarakan secara terbuka. Akibatnya, klien mungkin merasa enggan untuk membuka diri dan berbagi masalah mereka dengan konselor (Kissling, 1996). Ketidakmampuan untuk mengenali atau mengakui masalah yang sebenarnya juga sering menyebabkan penolakan. Beberapa klien mungkin tidak menyadari bahwa mereka memiliki masalah yang membutuhkan bantuan profesional, atau mereka mungkin menyangkal keberadaan masalah tersebut sebagai mekanisme pertahanan diri (Laws, 2002).

Resistensi atau penolakan dimaksudkan untuk membuat konselor sadar akan terjadinya resistensi dalam dirinya. Konselor diminta untuk menafsirkan resistensinya. Ada beberapa hal yang perlu di hindari dalam proses konseling yaitu: Ketidakpedulian, tidak sabar dan marah, terus memberi nasehat, terpengaruh secara emosional, dan tidak kreatif (Yusri et al., 2022).

Ada beberapa teknik yang paling sering di gunakan oleh konselor untuk menangani resistensi klien yaitu: pertanyaan, referensi pribadi, persetujuan, jaminan, ilustrasi non-pribadi, dan humor. Tujuan utama menggunakan teknik-teknik adalah untuk menjaga klien tetap dalam konseling dan mencegah klien kehilangan kepercayaan pada konselor (Brammer & Shostrom, 1977). Untuk mengatasi penolakan dalam hubungan konseling, konselor perlu mengadopsi berbagai strategi (Hopper, 1978). Salah satu strategi utama adalah membangun rasa percaya dan keamanan bagi klien. Konselor harus menunjukkan empati, pengertian, dan kesabaran, serta memastikan klien bahwa informasi yang mereka bagikan akan dijaga kerahasiaannya (Ellis, 2002).

KESIMPULAN

Hambatan dalam proses konseling mencakup pemindahan, pemindahan balik, dan penolakan. Pemindahan terjadi ketika klien memproyeksikan perasaan mereka terhadap konselor, bisa positif atau negatif, dan jika dikelola dengan baik, dapat membangun hubungan yang baik dan meningkatkan kepercayaan. Pemindahan balik adalah proyeksi perasaan terapis terhadap klien, yang dapat berdampak positif atau negatif tergantung pada manajemennya, yang memerlukan introspeksi dan supervisi. Penolakan adalah ketidakmauan klien untuk terbuka atau menerima bantuan, yang disebabkan oleh ketidakpercayaan, pengalaman buruk, rasa malu, atau stigma. Untuk mengatasi penolakan, konselor perlu membangun rasa percaya dan keamanan melalui empati, pengertian, dan menjaga kerahasiaan, serta menggunakan teknik seperti pertanyaan dan humor. Secara keseluruhan, konselor memerlukan keterampilan khusus untuk mengelola hambatan-hambatan ini dan membangun hubungan konseling yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

Abernethy, C., & Cook, K. (2011). Resistance or disconnection? A relational-cultural

- approach to supervisee anxiety and nondisclosure. *Journal of Creativity in Mental Health*, 6(1), 2–14.
- Aminah, S. (2018). Pentingnya mengembangkan ketrampilan mendengarkan efektif dalam konseling. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(2), 108–114.
- Brammer, L. M., & Shostrom, E. L. (1977). *Therapeutic psychology: Fundamentals of counseling and psychotherapy*. Prentice-Hall.
- Cania, L. F., & Sukma, D. (2023). Kesiapan dan Sikap Konselor Untuk Menjalin Hubungan Pada Klien Dalam Melakukan Proses Konseling dan Psikoterapi Profesional. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 2(2), 133–136.
- Ellis, A. (2002). *Overcoming resistance: A rational emotive behavior therapy integrated approach*. Springer Publishing Company.
- Gelso, C. J., Latts, M. G., Gomez, M. J., & Fassinger, R. E. (2002). Countertransference management and therapy outcome: An initial evaluation. *Journal of Clinical Psychology*, 58(7), 861–867.
- Gustad, J. W. (1953). *The definition of counseling*.
- Habsy, B. A., Saputra, F. E. N., Choirunisa, L., & Maulidiyah, N. S. R. (2024). Teknik dan Prosedur Analisis Mimpi, Transferensi, dan Resistensi dalam Bingkai Teori Konseling Psikoanalisis. *TSAQOFAH*, 4(3), 1894–1905.
- Hastuti, M. M. S. (2010). Transference and countertransference dalam relasi konseling. *Jurnal Orientasi Baru*, 19(1), 81–95.
- Hikmawati, F. (2016). *Bimbingan dan konseling*. Rajawali Press.
- Hofsess, C. D., & Tracey, T. J. G. (2010). Countertransference as a prototype: The development of a measure. *Journal of Counseling Psychology*, 57(1), 52.
- Hopper, G. (1978). Resistance in counseling groups. *The Journal for Specialists in Group Work*, 3(1), 37–48.
- Kathryn, G., & David, G. (2011). *Konseling Anak-anak*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kim, M.-J., & Lee, C.-J. (2008). Resistance related factors in child counseling. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 21(3), 167–192.
- Kissling, E. A. (1996). "That's just a basic teen-age rule";: Girls' linguistic strategies for managing the menstrual communication taboo.
- Laws, D. R. (2002). Owing your own data: The management of denial. *Motivating Offenders to Change: A Guide to Enhancing Engagement in Therapy*, 173–191.
- Lianawati, A. (2018). Implementasi keterampilan konseling dalam layanan konseling individual. *Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Jambore Konseling 3*.
- Mappiare, A. T. (2006). *Kamus Istilah Konseling & Terapi*. (No Title).
- Nugraheni, E. P., Putri, A., & Febrianti, T. (2020). *Psikologi Konseling: Sebuah Pengantar Bagi Konselor Pendidikan*. Prenada Media.
- Nurihsan, J., & Yusuf, S. (2010). *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Petrus, J. (2017). Kajian Konseptual Hubungan Terapeutik dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Proses Konseling. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Karakter*, 1(2).
- Rahayu, A. (2022). *Psikologi Konseling Teori & Praktik*. Mitra Wacana Media.
- Rosenberger, E. W., & Hayes, J. A. (2002). Origins, consequences, and management

Barriers to Building Relationships in Counseling

Lika Widiawati, Mudjiran, Yeni Karneli

of countertransference: A case study. *Journal of Counseling Psychology*, 49(2), 221.

Rusmiyati, M. (n.d.). *HAMBATAN KLB (PERTEMUAN SEBELAS)*.

Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risks of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 351.

Wahidah, E. Y. (2017). Resistensi dalam Psikoterapi Terhadap Trauma KDRT Pada Anak (Perspektif Psikoanalisa). *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 3(2), 159–177.

Watkins Jr, C. E. (1985). Countertransference: Its Impact on the Counseling Situation. *Journal of Counseling & Development*, 63(6).

Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2004). Bimbingan konseling di institusi pendidikan. *Yogyakarta: Media Abadi*.

Yusri, N. F., Mudjiran, M., & Sukma, D. (2022). Analisis Resistensi Klien dalam Proses Konseling. *Jurnal Edukasi Sainifik*, 2(2), 142–147.