

Research Article

Approaches in Transactional Analysis Counseling According to Berne's Perspective

Pu'ad Maulana

Universitas Negeri Padang

E-mail: alanelfath30@gmail.com**Netrawati**

Universitas Negeri Padang

E-mail: netrawati@fip.unp.ac.id**Zadrian Ardi**

Universitas Negeri Padang

E-mail: zadrian@fip.unp.ac.id**Rahmad Firmansyah**

Universitas Negeri Padang

E-mail: rahmadfirmansyah17@gmail.com**Thessia Permata Bunda**

Universitas Negeri Padang

E-mail: tiathessia@gmail.com

Copyright © 2025 by Authors, Published by Journal of Psychology, Counseling and Education.

Received : December 18, 2024

Revised : January 11, 2025

Accepted : January 22, 2025

Available online : February 23, 2025

How to Cite: Pu'ad Maulana, Netrawati, Zadrian Ardi, Rahmad Firmansyah, & Thessia Permata Bunda. (2025). Approaches in Transactional Analysis Counseling According to Berne's Perspective. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 3(1), 41-49. <https://doi.org/10.58355/psy.v3i1.54>

Abstract

Transactional analysis (AT) is one type of transactional therapy that can be used in individual therapy. However, it differs from other AT therapies in that it is more suitable for group therapy. Mainly because it is a conventional and optional treatment. Relationship is the connection between one person and another. The factors evaluated include communication and content. In this recovery, the relationship between client and consultant is viewed as a transaction (interaction, work, research), where each participant engages the other as a function of some goal.

Keywords: Analysis, Transactional, Psychotherapy.

Pendekatan dalam Konseling Analisis Transaksional Menurut Perspektif Berne

Abstrak

Analisis transaksional (AT) merupakan salah satu jenis terapi transaksional yang dapat digunakan dalam terapi individu. Namun berbeda dengan terapi AT lainnya karena lebih cocok untuk terapi kelompok. Terutama karena ini adalah pengobatan konvensional dan opsional. hubungan antara satu orang dengan orang lain. Faktor yang dievaluasi meliputi komunikasi dan konten. Dalam pemulihan ini, hubungan antara klien dan konsultan dipandang sebagai sebuah transaksi (interaksi, kerja, penelitian), di mana masing-masing partisipan melibatkan pihak lain sebagai fungsi dari beberapa tujuan.

Kata Kunci: Analisis, Transaksional, Psikoterapi.

PENDAHULUAN

Analisis transaksional (AT) merupakan salah satu jenis terapi transaksional yang dapat digunakan dalam terapi individu. Namun berbeda dengan terapi AT lainnya karena lebih cocok untuk terapi kelompok. Pada intinya ini adalah kontrak dan keputusan, sehingga AT berfokus pada keputusan pertama klien, yang menentukan tujuan dan arah proses penyembuhan. dan AT yang menekankan pada kemampuan klien dalam mengambil keputusan baru, berfokus pada aspek kognitif perilaku optimal. Fokus pada peningkatan pendidikan. Hal ini akan memungkinkan pelanggan untuk membuat keputusan baru dan mengubah gaya hidup mereka.

Pengaruh lingkungan keluarga memegang peranan penting dalam perkembangan moral dan karakter anak. Faktor keluarga lain yang berperan penting dalam membentuk perilaku anak adalah cara orang tua mendekati anaknya. Pola asuh orang tua merupakan suatu pola perilaku yang diterapkan pada anak secara berulang-ulang dalam kurun waktu tertentu. Anak-anak dapat melihat perilaku seperti itu dari sudut pandang negatif atau positif. Kehidupan seorang anak seringkali menghadapi berbagai permasalahan. Beberapa masalah tidak dapat diselesaikan, sementara masalah lainnya dapat diselesaikan. Orang yang tidak mampu menyelesaikan permasalahan akan mengalami stres dan kecemasan sehingga menimbulkan ketegangan dalam keluarga, terutama dalam cara orang tua berinteraksi dengan anaknya.

Hal ini mempunyai dampak yang signifikan terhadap perkembangan pemikiran, perilaku, dan akhlak anak. Pengalaman anak-anak tentang bagaimana orang tuanya menghadapi pola asuh yang berlebihan Orang tua berperan sebagai pemicu stres karena persepsi efektivitas disiplin. Tujuan utama dari penyelidikan interaktif ini adalah untuk mencoba meningkatkan pemahaman tentang tanggung jawab individu atas perilakunya sendiri. Berpikir logis dan logis dengan tujuan yang jelas Komunikasi selalu terbuka. Proses pendampingan mencakup komitmen mentor selama proses pendampingan. Fokus keputusan konselor, konselor fokus pada pengembangan pengetahuan untuk pengambilan keputusan baru. perubahan gaya hidup sesuai dengan kejadian terkini (Wahid, 2016).

Permasalahan yang dihadapi siswa di dalam kelas antara lain ketakutan, kebingungan, dan kecemasan ketika menghadapi masalah emosional siswa. Kurangnya motivasi belajar di kelas Hal ini terlihat dari perilaku siswa yang keluar mengikuti kegiatan belajar dalam aktivitas sehari-hari seperti pada saat diberikan pekerjaan rumah. Dia sering tidak mengerjakan pekerjaan rumahnya. Ketika diberi kesempatan bertanya tentang isi atau kegiatan, siswa akan diam. Ia tidak berminat belajar, tidak berusaha bersaing dengan teman-temannya di kelas (Nikade Maepin dan Mudjijono, 2013).

Terkadang masalahnya lebih rumit Pokoknya permasalahan guru adalah antara guru dan murid. atau siswa yang permasalahan kompleksnya meliputi konflik dan hambatan yang menghalangi apa yang telah kita rencanakan. dan harapan Kita memerlukan alat untuk membantu kita mengatasi tantangan ini. Pembinaan dan konseling merupakan alat pemecahan masalah (Sudrajat, 2013).

METODE PENELITIAN

Pengendalian Dokumen Ini adalah salah satu cara untuk memberikan dukungan tambahan. Artikel ini menyajikan komentar terkait. Dengan menyajikan tinjauan ini, bertujuan untuk menciptakan perpustakaan praktik Industri 4.0 (Oztemel & Gursev, 2020 ; Paul & Criado, 2020). Tinjauan pustaka memiliki jenis pertanyaan penelitian yang berbeda-beda, sehingga menghasilkan lebih banyak jenis tinjauan pustaka (Linnenluecke et al., 2020; Newman & Gough, 2020)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ahmad Sugianto (2013), Analisis Transaksi (AT) merupakan metode psikologi yang menekankan pada komunikasi transaksional. Hubungan adalah hubungan antara satu orang dengan orang lain. Menganalisis Bentuk Perdagangan dan Isinya: Berasal dari kata perdagangan yang mengacu pada perilaku seseorang berdasarkan kondisi fisik dan sosialnya. Penelitian transaksional mengacu pada hubungan manusia yang berkaitan dengan kebutuhan dan dukungan bersama (kecepatan) antara dua orang.

Perspektif Manusia

Kekecewaan Berne terhadap penelitian transaksional adalah bahwa psikologi telah tertinggal dalam menyembuhkan permasalahan manusia. Setelah Byrne pensiun dari tentara. Berne mengemukakan teorinya pada pertengahan tahun 1950-an. Teori ini telah diterima secara luas oleh para profesional medis. Pada pertemuan Amerika Serikat di Los Angeles tahun 1957, teori ini dikemukakan sebagai salah satu topik utama yang dibahas ketika mencoba mengembangkan prinsip-prinsip terapeutik. bertanggung jawab atas perilaku, logika, dan pemikiran rasional seseorang. Tujuan Jujur Berkomunikasi dengan jelas, jujur, dan dapat dimengerti dengan orang lain.

Analisis transaksional (AT) merupakan salah satu terapi transaksional yang dapat digunakan dalam konseling. Namun lebih cocok digunakan dalam diskusi kelompok. Analisis transaksi mencakup kontrak yang ditandatangani oleh pelanggan. Tujuan dan arah proses diskusi didefinisikan dengan jelas.

Analisis transaksional (AT) merupakan sudut pandang sifat manusia, yaitu manusia mempunyai kemampuan untuk menentukan pilihan dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri (Mufidah & Isya, 2020). 1967) percaya bahwa orang berperilaku deterministik. Menurut Harris (1967, hal. 66), "Meskipun masa lalu tidak dapat dihapus, saya yakin masa kini dapat diubah. Tidak mungkin menentukan kapan perbudakan muncul." Pendekatan ini mengasumsikan bahwa manusia selalu berubah.

1. Orang ingin bahagia dan tidak ingin menderita lama-lama.
2. Karena rasa bosan, sedih, putus asa, tidak puas dengan kehidupan yang itu-itu saja.
3. Karena informasi Pengetahuan baru tentang perubahan Inilah cara orang mencoba menciptakan perubahan.

Kepribadian

Pendekatan TA mencakup unsur-unsur berikut: laporan keuangan, transaksi, ritme, skrip, situasi kehidupan, posisi kehidupan dan sistem waktu (Berne, 1975). Ini adalah konsep TA yang paling penting dan dijelaskan di bawah ini: Keadaan ego dipertimbangkan dalam dua kategori: struktur dan fungsi.

Dari proses penelitian, menurut penelitian kerja, situasi setiap orang dibagi menjadi tiga kategori: orang tua, dewasa dan anak. Situasi pengasuhan yang mementingkan diri sendiri dibagi menjadi pengasuhan kritis dan pengasuhan adopsi. Kepribadian anak sangat mandiri dan fleksibel. dan sikap bangga terhadap pembangunan tetap ada (Drego, 2006).

Kasus

Sebuah studi yang dilakukan oleh Salamat (2005) menemukan bahwa metode analisis hubungan mengurangi perselisihan perkawinan, komunikasi, kritik dan meningkatkan kepuasan perkawinan.

Hingga saat ini metode perdagangan tersebut dikenal dengan metode perdagangan mandiri. Teknik dan teknik analisis interaksi efektif digunakan dalam sesi konseling kelompok. Analisis Transaksional adalah proses terstruktur yang membantu anak-anak dan remaja melihat hubungan antara apa yang mereka pelajari dari keluarga dan cara mereka memperlakukan orang lain. Pemimpin TA terampil dalam menciptakan lingkungan di mana anggotanya mempertanyakan pentingnya pesan yang mereka terima dari keluarga dan tradisi mereka. (Syahputra dkk., 2019).

Tujuan Konseling

Tujuan konsultan analisis transaksional adalah membantu klien membuat keputusan baru. keputusan baru ini mengarah pada kehidupan dan perilaku mereka saat ini (Mufidah & Isya, 2020).

Berne dalam bukunya *Principles of Group Therapy* (1966), ada empat tujuan yang harus dicapai oleh seorang terapis kelompok, yaitu:

1. Konselor membantu klien yang menderita keadaan ego yang terdistorsi.
2. Penasihat mencoba membantu klien mengembangkan kemampuan untuk

menggunakan semua laporan keuangan. Ini melibatkan pembebasan dan intervensi negara-negara yang egois.

3. Konsultan berusaha membantu klien berkembang. Situasi keuangan penting bagi semua orang dewasa. Perkembangan ini mengarah pada pemikiran individu dan kemungkinan kreatif. Dibutuhkan keterampilan dan kemampuan untuk mengatur kehidupan seseorang dengan baik.
4. Dia membantu klien menyingkirkan situasi disfungsi dalam hidup mereka dan menggantinya dengan rencana hidup baru atau cara hidup yang lebih positif.

Konseling Transaksional (AT) mendorong klien untuk menyadari bahwa kebebasan bertindak dan memilih dibatasi oleh keputusan tentang situasi dan gaya hidup mereka (1967) Tujuan konseling AT adalah untuk mengembangkan individu dengan otonomi dan kendali atas keinginan mereka. Berne (1964) mengemukakan bahwa tujuan utama konseling AT adalah menemukan kembali tiga aspek kehidupan spontanitas dan keintiman.

Strategi Negosiasi

Pentingnya konseling menurut metode analisis transaksi adalah untuk menjelaskan keadaan keuangan klien selama proses transaksi, sehingga klien dapat berkembang dengan baik dan berusaha merasakan tanggung jawab terhadap dirinya sendiri (Berne, 1975).

(Syahputra et al., 2019) Sebagaimana dijelaskan oleh Corey (2011), dalam kelompok terapi interaksi, peserta kelompok belajar memahami tiga kepala yang mereka buat: orang tua, orang dewasa, dan wanita. Anggota tim mengeksplorasi bagaimana peraturan dan ketentuan yang mereka terima dan internalisasikan saat ini terpengaruh seiring pertumbuhan anak. Dan bagaimana mereka menemukan naskah keputusan hidup yang membentuk tindakan mereka? Akhirnya, mereka memahami bahwa mereka sekarang dapat membuat keputusan baru. dan memulai arah baru dalam hidup Mempertahankan apa yang berhasil dan mengubah apa yang tidak. Klien harus secara bertahap mengubah perilakunya untuk mencapai tujuannya.

Adapun tahapan dari konseling Analisis Transaksional (Pratiwi, 2022) dalam (Corey, 2012) adalah sebagai berikut.

1. Langkah pertama.

Langkah pertama adalah membangun hubungan yang baik. Efektivitas sistem kepemimpinan tergantung pada kualitas hubungan antara pemimpin dan anggotanya.

2. Tahap Kerja

Sebaliknya, setelah membangun hubungan yang baik, temukan cara untuk memengaruhi situasi dan keputusan dalam kehidupan klien Anda.

3. Langkah Terakhir

Anggota tim mendukung anggota tim lainnya. Ketika dihadapkan pada perilaku baru, anggota tim diminta untuk menjelaskan sesuatu yang baru kepada tim dan sering kali mendapat perhatian verbal dan nonverbal. mendukung keputusan baru mereka

Mengikuti James dan Jongeward (1971), Corey (1988) menggabungkan metode TA dengan terapi Gestalt, menggabungkan ide dan metode TA dengan eksperimen Gestalt. Hasil akhirnya akan lebih efektif dalam memperoleh kesadaran diri dan kemandirian. Pada saat yang sama, metode yang dapat digunakan dalam TA dapat dipilih.

1. Analisis Struktural

Konselor akan belajar mengenali tiga kata kebanggaan. Ini dapat membantu konselor mengubah pola yang membuat mereka merasa tercekik. dan membantu klien mengenali self-talk yang mendasari perilaku mereka. Jadi mereka bisa melihat pilihannya.

2. Kursi Kosong

Teknik ini merupakan implementasi dari metode Gestalt. Metode ini sering digunakan dalam analisis struktural. Pendekatan dua kursi ini merupakan cara yang efektif untuk membantu konselor menangani konflik anak dengan orang tua atau orang lain.

3. Metode Pengajaran

TA menekankan pada ranah kognitif. Tahapan belajar mengajar merupakan prosedur dasar dalam terapi ini.

4. Analisis Transaksional

Jelaskan apa yang orang lakukan satu sama lain. Apa yang terjadi di antara orang-orang melibatkan interaksi antara agen-agen egoistik mereka. Saat mengirim pesan, ada tiga jenis balasan: plus, bulat, dan tersembunyi.

Percontohan Keluarga: Family sampling adalah metode penelitian yang sistematis. Secara umum bermanfaat untuk berurusan dengan orang tua yang berkomitmen terhadap orang dewasa yang tidak bergerak atau anak-anak yang selalu bersama, konselor ingin memikirkan situasi yang berbeda. Connelly bekerja sebagai sutradara, produser dan aktris. Konselor mengingat hal ini untuk mengingat situasinya. Hasil permainan ini didiskusikan, dikembangkan, dan dievaluasi oleh pelatih dan supervisornya untuk meningkatkan kesadaran akan situasi dan perilaku orang kuat. Makna spesifik dan unik yang masih dipertahankan oleh konsultan.

5. Permainan Peran

Metode TA dikombinasikan dengan teknik mental imagery dan akting. Terapi kelompok Pilihan ini mungkin melibatkan anggota lain. Anggota kelompok melihat uang sebagai sumber masalah bagi anggota lainnya. Kemudian bicaralah dengan anggota itu. Jenis permainan lainnya adalah permainan yang mengedepankan ego orang tua.

6. Analisis Upacara, Hiburan dan Permainan

AT meliputi pengenalan permainan yang digunakan untuk latihan (budaya), hiburan dan manajemen waktu. Faktor penting lainnya untuk didiskusikan dan dipertimbangkan adalah waktu. Karena itu menunjukkan pengambilan keputusan. Ini adalah cara berkomunikasi dengan orang lain dan mendapatkan perhatian mereka.

7. Analisis Permainan dan Ketegangan

Kunci untuk memahami sifat transaksi adalah bahwa transaksi tersebut

berhubungan dengan orang lain. Permainan ini adalah serangkaian perdagangan tersembunyi yang kuat yang terus memberikan hasil yang spesifik dan dapat diprediksi. Penting untuk mengamati dan memahami mengapa pelanggan bermain game. Apa permainan akhirnya? Sensor mana yang diterima? Permainan menciptakan jarak dan mencegah kedekatan. Dalam komunikasi kelompok, bukan hal yang aneh jika orang merasa takut dengan siapa mereka berbicara. itu menyebabkan stres. Ada dua alasan untuk khawatir. Yang pertama adalah stres karena penyakit. Kedua, menimbulkan ketegangan. Hal-hal fisik menimbulkan ketegangan, seperti ketika guru menunjukkan jawaban siswa atas pertanyaan guru. Siswa akan merasa cemas. Kecemasan muncul karena siswa percaya bahwa guru akan menegurnya jika menjawab salah.

8. Analisis Situasi

Kurangnya otonomi berkaitan dengan kondisi dan rencana hidup yang diciptakan manusia pada awal kehidupannya, yang ditinjau dari kedudukannya dalam kehidupan merupakan sarana pemenuhan kebutuhannya di dunia. Saran dan perubahan yang berbeda Seperti teka-teki.

Keuntungan dan keterbatasan Konseling

1. Keuntungan

- a. Sangat berguna dan mudah digunakan untuk konsultan.
- b. Berdayakan pelanggan untuk menginformasikan keputusan awal mereka.
- c. Ada gunanya menggabungkan konsep dan kegiatan penelitian interaktif dengan konsep lain dari teori Gestalt. Karena konsultan bebas menggunakan langkah metode lainnya. Bab ini memperluas pendekatan Berne dari Mary dan Robert Goulding (1979), pemimpin aliran pengambilan keputusan tahun 2006. Mereka menggabungkan TA dengan prinsip dan teknik Gestalt. pendidikan keluarga, psikodrama dan psikologi. Teknik pengambilan keputusan baru membantu anggota tim mengatasi kebuntuan atau kebuntuan mereka. Mereka mengingat keadaan keputusan mereka sebelumnya. Beberapa tidak berfungsi. Dan mereka membuat keputusan baru. itu benar-benar berhasil. Hiduplah seperti korban dan putus sendiri bagaimana cara berubah
- d. Partisipasi dalam konsultasi budaya. Sebab konseling diawali dengan pencegahan sikap egois dan keterkaitan masalah pribadi dengan masalah keluarga.

2. Keterbatasan

- a. Sebagian besar istilah atau kata yang digunakan dalam analisis pemasaran sangat membingungkan.
- b. Mengembangkan sistem analisis transaksi memang penuh tekanan.
- c. Ide dan langkah Lihatlah dari sudut pandang etika. Hal ini tidak dapat ditentukan secara ilmiah.
- d. Pelanggan dapat mengidentifikasi semua item. Namun mereka mungkin tidak merasakan atau menghargai berbagai aspek diri mereka.

KESIMPULAN

Analisis Transaksional adalah pendekatan psikologi yang menekankan komunikasi interaktif. Hubungan antara satu orang dengan orang lain. Eric Berne mengembangkan metode ini dengan menggunakan berbagai jenis permainan untuk orang tua, dewasa dan anak-anak dan dari percobaan ini, Berne menemukan bahwa kehidupan sehari-hari berkaitan dengan tiga karakteristik. Hubungan antara ketiga negara mata uang tersebut juga dapat ditingkatkan. Pertumbuhan pribadi Tapi itu bisa menjadi sumber penyakit mental. Dalam pemulihan ini, hubungan antara klien dan konsultan dipandang sebagai sebuah transaksi (interaksi, kerja, penelitian), di mana masing-masing partisipan melibatkan pihak lain sebagai fungsi dari beberapa tujuan. Setiap aktivitas merupakan proses terkoordinasi di mana aturan diserahkan, dijawab, dan ditanggapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Berne, E. M. (1975). *Transactional Analysis in Psychotherapy*. New York: Grove Press, Inc.
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling*. Belmont: Brooks/Cole
- Drego, P. (2006). Why people say and do what they don't really want to? <<http://www.lifepositive.com/Mind/psychology/transactionalanalysis/harmoniousrelationships.as>>.
- Linnenluecke, M. K., Marrone, M., & Singh, A. K. (2020). Conducting systematic literature reviews and bibliometric analyses. *Australian Journal of Management*, 45(2), 175-194.
- Mufidah, E., & Isya, R. (2020). Inner Child : Dalam Pandangan Konseling Analisis Transaksional. *Prosiding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 76-83.
- Newman, M., & Gough, D. (2020). Systematic reviews in educational research: Methodology, perspectives and application. *Systematic Reviews in Educational Research: Methodology, Perspectives and Application*, 3-22.
- Ni Kadek Maepin, N. K. S., & Mudjijono. (2013). Penerapan Konseling Analisis Transaksional Dengan Teknik Role Playing Untu Meminimalisasi Perilaku Bullying Siswa. *Jurusan Bimbingan Konseling, FIP Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja, Indonesia*, 2(1), 1-10.
- Oztemel, E., & Gursev, S. (2020). Literature review of Industry 4.0 and related technologies. *Journal of Intelligent Manufacturing*, 31(1), 127-182.
- Paul, J., & Criado, A. R. (2020). The art of writing literature review: What do we know and what do we need to know? *International Business Review*, 29(4), 101717.
- Pratiwi, A. S. (2022). Penerapan Konseling Kelompok Analisis Transaksional Dalam Dunia Pendidikan. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(1), 29-40. <https://doi.org/10.24176/jkg.v8i1.7753>
- Salamat, M. (2005). Examine the effectiveness of relational skills teaching by using the transactional analysis method on decreasing the marital conflicts in couples of Isfahan city. MA thesis. Islamic Azad university of Roodehen.

Approaches in Transactional Analysis Counseling According to Berne's Perspective

Pu'ad Maulana, Netrawati, Zadrian Ardi, Rahmad Firmansyah, Thessia Permata Bunda

- Sudrajat I. (2013). Teknik konseling analisis transaksional pada perilaku anak nakal. *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9) 1689–1699.
- Syahputra, Y., Neviyarni, N., Netrawati, N., Karneli, Y., & Hariyani, H. (2019). Analisis Transaksional Dalam Setting Kelompok. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5(2), 123. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v5i2.1998>.
- Wahid, L. A. (2016). Pendekatan Analisis Transaksional Dalam Konseling. *AL-TAZKIAH: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 5(2), 125–137.