

## **EKSPLORASI GAYA KONSELOR GUNA MENGHINDARI TERJADINYA TRANSFERENSI DAN KONTRATRANSFERENSI DALAM PROSES KONSELING**

**Syifa Khoerunnisa<sup>1</sup>, Nandang Budiman<sup>1</sup>, Nadia Aulia Nadhirah<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia,  
Jl. Dr. Setiabudi No.229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40154

[skh290802@upi.edu](mailto:skh290802@upi.edu)

### **Abstrak**

Konselor merupakan salah satu profesi penolong (*helping profession*). Menjadi seseorang yang berprofesi di bidang pelayanan mengharuskan konselor untuk menjadi tenaga profesional. Agar menjadi tenaga profesional, konselor perlu mengenal dan memahami gaya konselingnya untuk mempunyai kualitas pribadi yang baik pada saat melaksanakan konseling. Konseli akan menyimpan kepercayaannya pada konselor yang profesional. Namun hal tersebut kadang terjadi di luar batas sehingga menimbulkan kedekatan yang berlebihan antara konseli dan konselor secara spontan dan tidak disadari. Perasaan secara tidak sadar inilah yang diproyeksikan dalam bentuk transferensi dan konratransferensi. Hal ini tentunya akan memengaruhi efektivitas dalam proses konseling. Oleh karena itu, tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan mengeksplorasi gaya pada kualitas pribadi konselor dalam memberikan layanan konseling guna menghindari terjadinya transferensi dan konratransferensi.

**Kata Kunci:** konselor profesional; transferensi; konratransferensi

### **Abstract**

*The counselor is a helping profession. Being someone who works in the service sector requires counselors to be professionals. In order to become professionals, counselors need to know and understand their counseling style in order to have good personal qualities when carrying out counseling. The counselee will put their trust in a professional counselor. However, this sometimes happens out of bounds, causing excessive closeness between the counselee and the counselor spontaneously and unconsciously. This unconscious feeling is projected in the form of transference and countertransference. This will certainly affect the effectiveness of the counseling process. Therefore, the purpose of this research is to describe and explore the style of counselor's personal qualities in providing counseling services in order to avoid transference and countertransference.*

**Keywords:** professional counselor; transference; countertransference

### **PENDAHULUAN**

Hal yang paling utama dari sekian banyaknya kompetensi konselor tentunya adalah kualitas dari diri konselor itu sendiri. Seorang konselor perlu mampu menampakkan identitasnya secara utuh, tepat, memiliki cinta, dan kasih. Artinya konselor mampu menciptakan hubungan antarpribadi yang unik, harmonis, dinamis, persuasif, dan kreatif. Dengan begitu, konselor bisa menjadi pelopor keberhasilan layanan bimbingan dan konseling. Keefektifan konselor banyak dilihat dari kualitas pribadinya. Kepribadian konselor lebih dilihat daripada teknik konseling itu sendiri (Willis, 2007). Kepribadian konselor tidak hanya terwujud karena pengalaman, tetapi juga dari kepribadian dan kemampuan diri untuk dapat bersikap dan bertindak sebagai konselor profesional yang dapat menciptakan hubungan baik antar pribadi (konselor dan konseli) (Rufaedah & Ikhwanarropiq, 2022). Hubungan konseling tidak akan terbangun jika konselor tidak mampu mengenal dirinya dan konselinya, tidak memahami maksud dan tujuan

konseling, serta tidak menguasai proses konseling. Untuk itu konselor juga harus mengenal pola kedekatan yang memengaruhi kualitas konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling.

Kedekatan (*attachment*) merupakan ikatan emosional yang diciptakan oleh individu yang bersifat spesifik, dan bersifat kekal sepanjang waktu, hubungan yang didukung oleh tingkah laku lekat (*attachment behavior*) dan dibentuk untuk menjaga hubungan tersebut. Tetapi pada kenyataannya tidak semua individu mempunyai gaya kedekatan (*attachment style*) yang aman (*secure*), hal tersebut tentunya menjadi masalah. Kedekatan (*attachment*) dapat berpengaruh terhadap berbagai aspek dari kehidupan individu seperti, cara seseorang berpikir, caranya bertindak atau berperilaku dan bisa memengaruhi perasaan ketika berinteraksi dengan orang lain (Mikulincer & Shaver, 2007). Gaya kedekatan dewasa (*adult attachment style*) berpengaruh terhadap hubungan dengan manusia contohnya hubungan konselor dan konseli (Rogers dkk., 2011). Konsep ini meliputi perilaku, emosi, dan pikiran dalam setiap pandangan (Bowlby, 1969). Tetapi disayangkan sepertinya banyak konselor yang belum sadar akan gaya kedekatan mereka dan bagaimana pola hubungan ini membentuk praktik konseling mereka (Rogers dkk., 2011). Kedekatan yang berlebih antara konselor dan konseli misalnya, hal tersebut tentunya berpengaruh terhadap keefektifan dalam proses konseling.

Konseling tidak berlangsung secara profesional seperti ini dapat terjadi dikarenakan kurangnya pemahaman konselor terhadap dasar-dasar konseling. Hal ini mengakibatkan konseling menjadi tidak efektif, bahkan gagal. Terdapat kedekatan yang mengarah kepada kelekatan antara konselor dengan konseli inilah yang akhirnya mengalihkan relasi konseling ke relasi pribadi. Kedekatan dan kelekatan konseli kepada konselor dapat terjadi karena konseli mentransfer perasaan suka, senang, atau cinta dia dari seseorang yang sangat penting baginya di masa lampau (*significant other*) kepada konselor. Hal ini disebut dengan *transference*. Sebaliknya, kedekatan dan kelekatan konselor kepada konseli terjadi karena konselor mentransfer perasaan suka, senang, atau cinta dia dari seseorang yang sangat penting baginya di masa lampau (*significant other*) kepada konseli. Inilah yang disebut dengan *countertransference*.

Dengan memahami gejala *transference* dan *countertransference* dalam proses konseling, konselor diharapkan semakin menyadari pentingnya profesionalitas dalam konseling. Mereka diharapkan semakin peka terhadap dinamika komunikasi antar pribadi yang berkembang di dalam proses konseling. Oleh karena itu penelitian ini dibuat dengan tujuan untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan gaya konselor dalam memberikan layanan konseling guna menghindari terjadinya *transference* dan *countertransference*.

## **METODE**

Metode *Systematic Literature Review* (SLR) merupakan metode yang digunakan pada penelitian ini. Metode ini mengidentifikasi, mengevaluasi, serta menginterpretasi seluruh penelitian yang relevan terkait pertanyaan penelitian tertentu, topik tertentu, atau fenomena yang menjadi perhatian. (Siswanto, 2010). Metode *Systematic Literature Review* dilakukan dengan lima tahapan langkah yaitu: membuat perumusan terhadap pertanyaan penelitian, memetakan dan mencarikan artikel yang sesuai dengan pertanyaan penelitian yang diajukan, melakukan klasifikasi dan evaluasi terhadap artikel yang sudah dikumpulkan, melakukan rangkuman terhadap artikel, serta menginterpretasi hasil temuan dalam artikel tersebut (Khan dkk., 2003). Hal ini sesuai dengan pendapat bahwa *Systematic Literature Review* yaitu melakukan *review* terhadap artikel-artikel yang sesuai dengan topik pertanyaan penelitian

kemudian membuat kajian yang mendalam terhadap artikel yang sudah di *review* tersebut (Triandini dkk., 2019)

*Systematic Literature Review* bertujuan untuk memberikan latar belakang pada teori, untuk memahami lebih dalam lagi mengenai penelitian yang dibahas, serta untuk menjawab berbagai pertanyaan dengan cara memahami apa yang telah kita dapatkan melalui penelitian yang dilakukan (Okoli & Schabram, 2010). *Systematical review* dalam penelitian ini dilaksanakan dengan menghimpun artikel-artikel bimbingan dan konseling dari tahun 2013 sampai tahun 2022. Beberapa artikel yang diperoleh rata-rata berasal dari jurnal-jurnal bimbingan dan konseling serta pendidikan. Pencarian artikel yang dilakukan oleh peneliti adalah meliputi: konseling sebagai *helping relationship*, konselor profesional, serta *transference* dan *countertransference* dalam proses konseling. Setelah dilakukan pencarian kemudian membuat klasifikasi dengan kriteria yang ditentukan yakni literatur sesuai dengan aspek pertanyaan penelitian yang diajukan. Artikel yang menjadi fokus pada penelitian ini kemudian dilakukan penelaahan dan penganalisisan sehingga diberikan pemaparan terhadap pertanyaan penelitian yang dibahas dalam penelitian ini.

Prosedur penelitian *systematical literature review* dengan pendekatan kualitatif dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah menurut Francis dan Baldesari (2006). Adapun teknis kegiatan yang dilakukan dapat dilihat dalam Tabel 1.

**Tabel 1.**

<b>No.</b>	<b>Tahapan Francis &amp; Baldesari</b>	<b>Tahapan Peneliti</b>
1.	Menyusun rumusan pertanyaan penelitian	1. Merumuskan pertanyaan penelitian terkait gaya konselor dalam pelaksanaan konseling. 2. Merumuskan pertanyaan yang berhubungan dengan tindakan konselor terhadap konseli dalam proses konseling.
2.	Mencari Literatur	Mencari literatur (artikel) pada jurnal BK dan jurnal pendidikan
3.	Menyelesaikan artikel penelitian yang relevan	Memilih dan menyeleksi artikel yang berkaitan dengan perilaku atau tindakan konselor dalam konseling.
4.	Menganalisis dan mensintesis temuan penelitian	Analisis dilakukan dengan mengelompokkan temuan yang sudah diseleksi lalu dibandingkan satu sama lain.
5.	Melakukan kendali mutu	Kendali mutu dilakukan dengan membandingkan suatu data atau informasi dari satu sumber ke sumber lainnya.
6.	Menyusun laporan	Laporan akhir dibuat dengan menyusun artikel hasil penelitian lalu dipublikasikan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Konseling sebagai *Helping Relationship***

Konseling disebut sebagai *helping relationship* karena layanan ini bersifat hubungan yang membantu. Konseling tidak memberikan (*giving*) bantuan. Artinya dalam proses konseling,

konseli tidak hanya menerima arahan dari konselor. *Helping relationship* diartikan sebagai hubungan yang membantu (Brammer & Shostrom, 1982). Konseling ini hubungan yang membantu, bukan memberikan bantuan. Jika dimaksudkan memberikan bantuan, maka faktor penentu keberhasilannya adalah konselor. Namun keberhasilan konseling itu ditentukan oleh kedua belah pihak, baik konselor maupun konseli. Dalam konseling, konselilah bertanggung jawab penuh dengan masalah atau gangguan yang sedang dihadapinya (Smale, 2019). Keputusan dan rencana yang akan dilakukan tetap menjadi tanggung jawab konseli. Selanjutnya dikatakan profesional artinya dalam hubungan tersebut terdapat seorang ahli profesional, yaitu konselor. Konselor memegang teguh kode etik profesi dan landasan keilmuannya dalam konseling atau psikoterapi.

Interaksi antara konseli dengan konselor merupakan sebuah proses saling membuka diri (*self-disclosure*). Konseli membuka dirinya sendiri dan konselor membaca isi pikiran dan perasaan sejauh menyangkut konseli, bukan pengalaman diri yang menyangkut kehidupan pribadinya sendiri. Pembukaan diri (pikiran dan perasaan) dari konseli kepada konselor ini merupakan langkah awal dimana konselor dapat mengamati keadaan diri konseli sehingga pada akhirnya konselor dapat menemukan akar masalah atau penyebab utama masalah konseli. Namun faktanya, seringkali konselor melakukan ketidaktepatan di dalam memberikan konseling kepada konseli bukan karena apa yang dilakukannya melainkan karena konseli membayangkan sifat-sifat yang ada pada orang-orang penting dalam kehidupan konseli kepada konselor, seperti orangtua, saudara, atau teman dekat. Contohnya, konseli yang memiliki ketakutan terhadap ayahnya akan menganggap konselor sebagai seorang bapak yang galak. Lalu, kemungkinan besar perasaan takut akan mengendalikan pengutaraan isi batin konseli yang akhirnya membuat konseli menjadi kurang bisa terbuka pada konselornya. Ada juga keadaan dimana konselor memandang konseli sebagai individu yang tertutup dan kurang memiliki kemampuan membuka diri. Keadaan seperti ini disebut dengan gejala *transference*. Konselor bisa saja memberikan perlakuan yang kurang tepat pada konselinya karena membayangkan sifat-sifat yang ada pada orang-orang penting dalam kehidupan konselor kepada konseli. Contohnya, seorang konselor yang putus dengan kekasih hatinya akan menunjukkan perasaan cinta kepada konseli yang berlawanan jenis yang memiliki kemiripan dengan mantan kekasihnya itu dan tanpa ia sadari, hal tersebutlah yang sering memperlama pertemuan konseling. Ini disebut gejala *countertransference*.

### **Konselor Profesional**

Konselor profesional merupakan figur yang dapat menampilkan dirinya sebagai teladan. Hal tersebut ditunjukkan melalui kualitas hubungannya dengan konseli lewat kemampuan konselor dalam kongruensi (*congruence*), empati (*empathy*), perhatian secara positif tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan menghargai (*respect*) kepada konseli (Putri, 2016). Kongruen adalah keadaan dimana konselor mampu memadukan perasaan, pikiran, dan pengalamannya dengan serasi, maka ia dikatakan telah memahami dirinya sendiri. Konselor juga mampu menangkap bias, prasangka, kelemahan-kelemahan dalam dirinya, serta aset-aset dan kekuatan yang dimilikinya. Sedangkan *unconditional positive regards* adalah penerimaan tanpa syarat, yang perlu ditunjukkan konselor kepada konselinya. Konselor mampu menghargai nilai-nilai, keyakinan dan kebutuhan dari konselinya. Adapun, empati diartikan sebagai kemampuan konselor dalam memahami pikiran konseli, merasakan emosi atas masalah yang dihadapi konseli, serta mendukung untuk membantu konseli (Lesmana, 2005). Ketiga karakteristik tersebut ialah aspek penting agar hubungan terapeutik dalam proses konseling bisa terbangun.

Konselor perlu memiliki kompetensi kepribadian yang baik. Kompetensi kepribadian merupakan kemampuan kepribadian individu dengan berakhlak mulia, menampilkan kepribadian yang mantap, stabil, dewasa, bersikap arif dan bijaksana, mampu menjadi teladan, serta senantiasa mengevaluasi kinerja sendiri untuk mengembangkan diri sebagai makhluk yang religius (Fatmawijaya, 2015). Kompetensi kepribadian juga diartikan sebagai kemampuan kepribadian yang mantap, stabil, berwibawa, menjadi teladan bagi konseli, dan berakhlak mulia (Hikmawati, 2010). Adapun 9 karakteristik kepribadian yang perlu dimiliki seorang konselor, yakni sebagai berikut: empati, respek, asli (*genuine*), konkrit, konfrontasi, membuka diri (*self-disclosure*), potensi, *immediacy*, aktualisasi diri (Carkhuff, 2000).

Konselor yang efektif cenderung memandang positif pada diri manusia, menaruh kepercayaan, menghargai kemampuan, dapat membangun relasi, dapat dipercaya dan ramah (Setiawan, 2013). Karakteristik tersebut merupakan salah satu gaya kelekatan aman, yakni individu pada *secure attachment* merasa mudah berhubungan dan berkomunikasi dengan orang lain (seperti kekasih, teman-teman, dan lingkungannya termasuk konseli), dapat menaruh kepercayaan pada orang lain, menghargai dan penuh kasih sayang (Mikulincer & Shaver, 2007). Konselor efektif mampu bersikap spontan, kreatif dan berempati, serta akan sangat membantu apabila selama hidupnya konselor tersebut sudah mengalami berbagai macam pengalaman hidup yang memungkinkan mereka menyadari keadaan yang dialami oleh konseli sehingga waspada dan bertindak tepat (Corey, 2011). Hubungan psikoterapi yang dibentuk oleh konseli dewasa dapat menunjukkan semua elemen penting dari ikatan kelekatan. Secara khusus, beberapa konseli menganggap konselor mereka lebih kuat dan lebih bijaksana, konseli mencari kedekatan melalui hubungan emosional dan pertemuan rutin, konseli mengandalkan konselor mereka sebagai tempat yang aman ketika mereka merasa terancam, dan mengalami kecemasan perpisahan saat mengantisipasi kehilangan terapinya (Mallinckrodt, 2010).

Ketika konseli merasa nyaman dengan konselor, hal tersebut akan membantu konselor dalam mempererat hubungan yang baik bersama konseli dalam proses konselingnya. Namun faktanya, banyak konselor tidak menyadari gaya kelekatan mereka sendiri dan pengaruhnya terhadap kepribadian konselor dalam praktik konseling (Trusty dkk., 2005). Gaya kelekatan ternyata mempengaruhi pengembangan kepribadian profesional mereka sebagai konselor, kehidupan bersama keluarga juga membentuk peran dan interaksi mereka terhadap konseli ketika melakukan konseling (Rogers dkk., 2011). Ketika konselor sadar akan gaya kelekatan yang dimilikinya, hal tersebut tentunya dapat membantu mereka dalam memberikan layanan konseling kepada konseli dengan lebih baik.

Hubungan antara kelekatan konselor dan konseli sangat berpengaruh pada diri konselor. Seorang konselor yang memiliki gaya kelekatan orang dewasa akan berpengaruh terhadap konsep-konsep seperti empati emosional, kontratransferensi, dan tanggapan terhadap ruptur dalam aliansi terapeutik (Trusty dkk., 2005). Secara khusus, konselor yang mempunyai gaya kelekatan, akan menghindari dan mencampuri aturan ketika konseli memiliki kelekatan yang tinggi (Brennan dkk., 1998). Hal ini berarti bahwa kelekatan yang ada pada konselor sangat memengaruhi mereka dalam menangani konselinya ketika konseling dan bisa saja konselor menunjukkan kepribadian kurang efektif akibat dari gaya kelekatan tidak aman yang ada padanya. Konselor yang memiliki gaya kelekatan aman lebih mungkin dipilih oleh konseli mereka sebagai basis yang aman. Dari hasil berbagai literatur yang telah disampaikan menunjukkan bahwa penting bagi konselor mempunyai kelekatan aman, agar mereka mampu mempresentasikan kualitas pribadi yang efektif baik secara verbal maupun non-verbal pada konselinya ketika melakukan proses konseling agar tidak terjadi *transference* dan *countertransference*.

### ***Transference***

*Transference* adalah reaksi individu untuk seseorang dimasa sekarang dengan cara yang mirip dengan cara dia bereaksi terhadap orang lain di masa lalu (Rao, 2002). *Transference* (pemindahan) merupakan keadaan di mana konseli menunjukkan pernyataan perasaannya kepada konselor, seperti reaksi rasional kepada pribadi konselor atau bayangan yang secara tidak sadar dari sikap-sikap dan *stereotype* sebelumnya. Secara psikoanalisa, *transference* merupakan suatu proses dimana sikap konseli sebelumnya ditanyakan kepada orang lain atau secara tidak sadar diproyeksikan kepada konselor (Susabda, 2012). Intinya, *transference* ini berkaitan dengan emosi yang dapat timbul dari dalam diri konseli terhadap konselor. *Transference* merujuk pada segala sesuatu baik perasaan yang dinyatakan maupun dirasakan konseli (cinta, benci, marah, dan sebagainya) kepada konselor, seperti reaksi rasional terhadap kepribadian konselor atau pun proyeksi terhadap tingkah laku awal dan sikap-sikap selanjutnya konselor (Munro dkk., 1979).

Penyebab terjadinya *transference* adalah konselor mampu memahami konseli lebih dari konseli memahami diri mereka sendiri dan dikarenakan konselor mampu bersifat hangat. Contohnya ialah ketika seorang remaja putri pada masa kecilnya kurang mendapat kasih sayang dari ayahnya. Karena konselor menunjukkan sikap ramah, berbicara lembut serta bertindak sabar, remaja putri ini mulai memandang konselor sebagai pengganti ayahnya. Dia selalu mencari-cari kesempatan untuk berjumpa dengan konselor, bahkan mengirim surat-surat yang isinya adalah curahan isi hatinya (Hastuti, 2010). Sumber *transference* berasal dari pengalaman-pengalaman masa lalu konseli yang mengalami kegagalan dalam perkembangan dan biasanya konseli merasa takut akan penolakan dan ketidakpercayaan, hal ini merupakan bentuk perlawanan, sehingga konseli memanipulasi konselornya dengan memakai topeng seolah-olah dia orang yang baik (Munro, dkk., 1979).

### ***Countertransference***

Countertransference merupakan istilah psikologis yang artinya tidak lain daripada sikap menyambut dan menanggapi gejala *transference* dari konseli yang ditujukan padanya (Susabda, 2012). Kegagalan proses konseling salah satunya disebabkan karena konselor tidak menyadari akan gejala *countertransference* dari dirinya sendiri (Rao, 2002). Konselor seharusnya mampu bersikap netral, mampu mengontrol emosinya dan tidak membiarkan sikapnya dipengaruhi konseli. *Countertransference* adalah reaksi emosional dan proyeksi konselor terhadap konseli, baik yang disadari maupun tidak disadari. Sederhananya, *countertransference* berhubungan dengan emosi yang bisa muncul dari dalam diri konselor kepada konseli (kebalikan *transference*). Contohnya ialah ketika seorang konselor pria yang suka jika dipedulikan oleh konselinya (seorang ibu) dan ia berharap konselinya itu selalu memberi perhatian padanya karena ia merasa ibunya kurang memberikan kasih sayang padanya (Ellis, 2001).

Jika diperhatikan dari latar budaya maka konsep *transference* dan *counter transference* akan memunculkan permasalahan yang nantinya mengganggu proses konseling. Contohnya saja di Negara Turki ada beberapa budaya yang mungkin saja dianggap berbeda maknanya oleh orang di luar turki. Salah satu budaya tersebut adalah orang Turki sering mengedipkan mata. Ketika konseli memberikan *transference* kepada konselor berupa bahasa non-verbal yang mengedipkan mata dan sebelumnya konselor tidak tahu latar budaya konseli maka konselor akan melakukan *countertransference* secara negatif seperti konselor menangkap sikap tersebut sebagai rasa kasih sayang atau suka dari konseli karena di masa lalu konselor orang yang

disukainya pernah mengedipkan mata dan tandanya suka terhadap konselor (Comas-Diaz, 2011).

Sehubungan dengan gejala-gejala *countertransference*, konselor semestinya menyadari bahwa beberapa perlakuannya kepada konseli tidak sesuai dengan perannya sebagai konselor. Dalam hal ini berarti konselor perlu menyadari bahwa terdapat *unfinished business* pada dirinya. Hal tersebut dapat diatasi dengan mempelajari gejala-gejala *countertransference* dan dampaknya terhadap proses konseling, dari sinilah dapat kita betapa pentingnya menjadi seorang konselor berkepribadian dewasa dan memiliki taraf kesehatan mental yang mumpuni (Ellis, 2001).

### **Cara Mengatasi *Transference* dan *Countertransference***

Pada prinsipnya, membuat *transference* dan *countertransference* menjadi suatu kesadaran dapat dilakukan melalui pemahaman dan penyadaran perasaan konselor pada konseli. Timbulnya perasaan tertentu di pihak konselor terhadap konseli lebih dipicu oleh sikap atau perasaan konseli terhadap konselor. Contohnya, kebosanan konselor terhadap konseli mungkin dikarenakan hubungan konseli dengan konselor kurang terbangun sehingga tidak tercipta kedekatan yang harmonis. Rasa benci atau kemarahan konselor kepada konseli juga bisa saja muncul karena penolakan konseli, atau rasa takut terhadap konselor. Ini merupakan keadaan dimana *transference* tidak dibalas atau dilayani dengan *countertransference*.

Penjelasan mengenai mengapa konseli dapat memiliki perasaan atau berharap tertentu kepada konselor dapat terjadi karena konselor menjelaskan bagaimana pengalaman traumatik dan isu-isu yang belum terselesaikan di masa-masa lalu (*unfinished business*) memengaruhi relasinya dengan individu-individu di masa sekarang. Selanjutnya, penyadaran akan peran konselor. Konselor tidak sedang memainkan peran atau menggantikan peran sebagai orang tertentu yang sangat berarti dalam kehidupan konseli. Dengan demikian, pandangan konseli terhadap konselor (sedikit demi sedikit) beralih dari ayahnya, atau ibunya, atau saudara kandung ke konselor sebagai pribadi konselor.

Sebaliknya, pada kasus *countertransference*, seorang konselor; bahkan seorang konselor yang profesional pun, dapat mengalami gejala *countertransference*. Gejala *countertransference* dapat dialami oleh setiap konselor. Sikap profesional seorang konselor ditunjukkan oleh kesadarannya terhadap cara berpikir, berperasaan, dan berperilaku terhadap konseli yang tidak sesuai dengan peranannya sebagai konselor. Hal-hal yang perlu dilakukan selanjutnya adalah: (1) menguji setiap emosi yang kuat atau emosi yang tidak biasa yang muncul selama konseling berlangsung, (2) menguji setiap perasaan senang atau tidak senang yang kuat, (3) mengadakan refleksi diri sampai menemukan alasan yang mendasari sikapnya yang kurang tepat, dan akhirnya (4) menata kembali cara kerjanya dengan membicarakan persoalan pribadinya; *unfinished business*; dengan konselor lain atau terapis yang ahli.

### **KESIMPULAN**

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini bahwa gaya kelekatan aman sebaiknya dimiliki oleh konselor dan dipertahankan dengan kuat. Karena kualitas kepribadian konselor memiliki pengaruh pada gaya kelekatan konselor dan menjadi dasar atas profesi yang dianutnya. Pentingnya kualitas hubungan konselor dengan konseli ditunjukkan melalui kemampuan konselor dalam kongruensi (*congruence*), empati (*empathy*), perhatian secara positif tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan menghargai (*respect*) kepada konseli. Hal tersebut

dapat dicapai dengan sempurna apabila konselor memiliki gaya kelekatan yang aman. Dengan memiliki gaya kelekatan yang aman, proses konseling dapat terlaksanakan dengan efektif sehingga tidak akan terjadi *transference* ataupun *countertransference*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Brammer, L. M., & Shostrom, E. L. (1977). *Therapeutic psychology: Fundamentals of counseling and psychotherapy*. Prentice-Hall.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46–76). The Guilford Press.
- Carkhuff, R. R. (2000). *The art of helping in the 21st century* (Vol. 8). Human Resource Development.
- Comas-Díaz, L. (2012). *Multicultural care: A clinician's guide to cultural competence*. American Psychological Association.
- Corey, M. S. (2011). *Becoming a helper*. Thomson Brooks/Cole.
- Ellis, A. (2001). Rational and irrational aspects of countertransference. *Journal of Clinical Psychology*, 57(8), 999-1004.
- Fatmawijaya, H. A. (2015). Studi deskriptif kompetensi kepribadian konselor yang diharapkan siswa. *dalam Psikopedagogia, Universitas Ahmad Dahlan*, 4(2).
- Francis C. & Baldesari. (2006). *Systematic reviews of qualitative literature*. Oxford: UK Cochrane Centre.
- Hastuti, M. S. (2010). Transference and countertransference dalam relasi konseling. *Jurnal Orientasi Baru*, 19(1), 81-95.
- Hikmawati, F. (2010). *Bimbingan konseling*. Raja Grafindo Persada.
- Khan, K. S., Kunz, R., Kleijnen, J., & Antes, G. (2003). Five steps to conducting a systematic review. *Journal of The Royal Society of Medicine*, 96(3), 118-121.
- Lesmana, J. M. (2005). *Dasar-dasar konseling*. Universitas Indonesia.
- Mallinckrodt, B., Gantt, D. L., & Coble, H. M. (1995). Attachment patterns in the psychotherapy relationship: Development of the client attachment to therapist scale. *Journal of Counseling Psychology*, 42(3), 307.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes.
- Mudjijanti, F. (2014). Pengaruh kualitas pribadi konselor terhadap efektivitas layanan konseling di sekolah. *Widya Warta: Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*, 38(02), 260-280.
- Munro, C.A. (1979). *Konseling: Suatu pendekatan berdasarkan keterampilan* (Terjemahan Erman Amti). Ghalia Indonesia.
- Okoli, C., & Schabram, K. (2010). A guide to conducting a systematic literature review of information systems research.
- Putri, A. (2016). Pentingnya kualitas pribadi konselor dalam konseling untuk membangun hubungan antar konselor dan konseli. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 1(1), 10-13.
- Rao, N. S. (2006). *Counselling and guidance (Second Edition)*. Departement of Psychology, Sri Venkateswara University. New Delhi: Tata McGraw-Hill.
- Rogers, T., Snow, M., Reysen, R., Winburn, A., & Mazahreh, L. (2015). The self of the counselor: Exploring adult attachment styles in counselors-in-training. *Journal of Counselor Practice*, 5(2), 63-77.



- Rufaedah, E. A., & Ikhwanarrafiq, M. (2022). Kualitas pribadi konselor dalam membangun hubungan antar konselor dan konseli. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 3(2), 52-63.
- Setiawan, G. D. (2013). Pengembangan pribadi konselor “Mengembangkan pribadi konselor yang efektif berlandaskan teori kepribadian”. *Jurnal Universitas Panji Sakti*.
- Smale, G. G. (2019). *Prophecy, behaviour and change: An examination of self-fulfilling prophecies in helping relationships*. Routledge.
- Siswanto. (2010). *Systemic review sebagai metode penelitian untuk mensintesis hasil-hasil penelitian (sebuah pengantar)*. Pusat Penelitian dan Pengembangan Sistem dan Kebijakan Kesehatan.
- Susabda, Y. (2012). *Pastoral konseling jilid 1*. Yayasan Gandum Mas.
- Triandini, E., Jayanatha, S., Indrawan, A., Putra, G. W., & Iswara, B. (2019). Metode systematic literature review untuk identifikasi platform dan metode pengembangan sistem informasi di Indonesia. *Indonesian Journal of Information Systems*, 1(2), 63-77.
- Trusty, J., Ng, K. M., & Watts, R. E. (2005). Model of effects of adult attachment on emotional empathy of counseling students. *Journal of Counseling & Development*, 83(1), 66-77.
- Willis, S. (2007). *Konseling individual: Teori dan praktek*. Bandung: Alfabeta.