



# TRITMEN

**DALAM TERAPI PSIKOLOGIS**

**Drs. Sunaryo, M.Pd.**

**TRITMEN**

```
graph LR; TRITMEN((TRITMEN)) --> TERAPI_PSIKOLOGIS[TERAPI PSIKOLOGIS]; TRITMEN --> INTERVENSI_MEDIS[INTERVENSI MEDIS]; TERAPI_PSIKOLOGIS --> TERAPI_PSIKOANALITIK[TERAPI PSIKOANALITIK]; TERAPI_PSIKOLOGIS --> TERAPI_HUMANISTIK[TERAPI HUMANISTIK]; TERAPI_PSIKOLOGIS --> TERAPI_KOGNITIF[TERAPI KOGNITIF]; TERAPI_PSIKOLOGIS --> TERAPI_TINGKAH_LAKU[TERAPI TINGKAH LAKU]; TERAPI_PSIKOLOGIS --> TERAPI_KELOMPOK[TERAPI KELOMPOK]; INTERVENSI_MEDIS --> TERAPI_OBAT_OBATAN[TERAPI OBAT-OBATAN]; INTERVENSI_MEDIS --> T_ELEKTROKONVULSIF[T. ELEKTROKONVULSIF]; INTERVENSI_MEDIS --> TERAPI_BEDAH_OTAK[TERAPI BEDAH OTAK];
```

The diagram is a flowchart titled 'TRITMEN' (Psychiatric Treatments). It starts with a central oval labeled 'TRITMEN'. Two arrows branch out from this oval to two rectangular boxes: 'TERAPI PSIKOLOGIS' (Psychological Therapy) and 'INTERVENSI MEDIS' (Medical Intervention). The 'TERAPI PSIKOLOGIS' box is highlighted with a yellow background and is connected to five rounded rectangular boxes: 'TERAPI PSIKOANALITIK', 'TERAPI HUMANISTIK', 'TERAPI KOGNITIF', 'TERAPI TINGKAH LAKU', and 'TERAPI KELOMPOK'. The 'INTERVENSI MEDIS' box is connected to three rounded rectangular boxes: 'TERAPI OBAT-OBATAN', 'T. ELEKTROKONVULSIF', and 'TERAPI BEDAH OTAK'. The background features a grid of colored squares in shades of blue, yellow, and pink.

**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

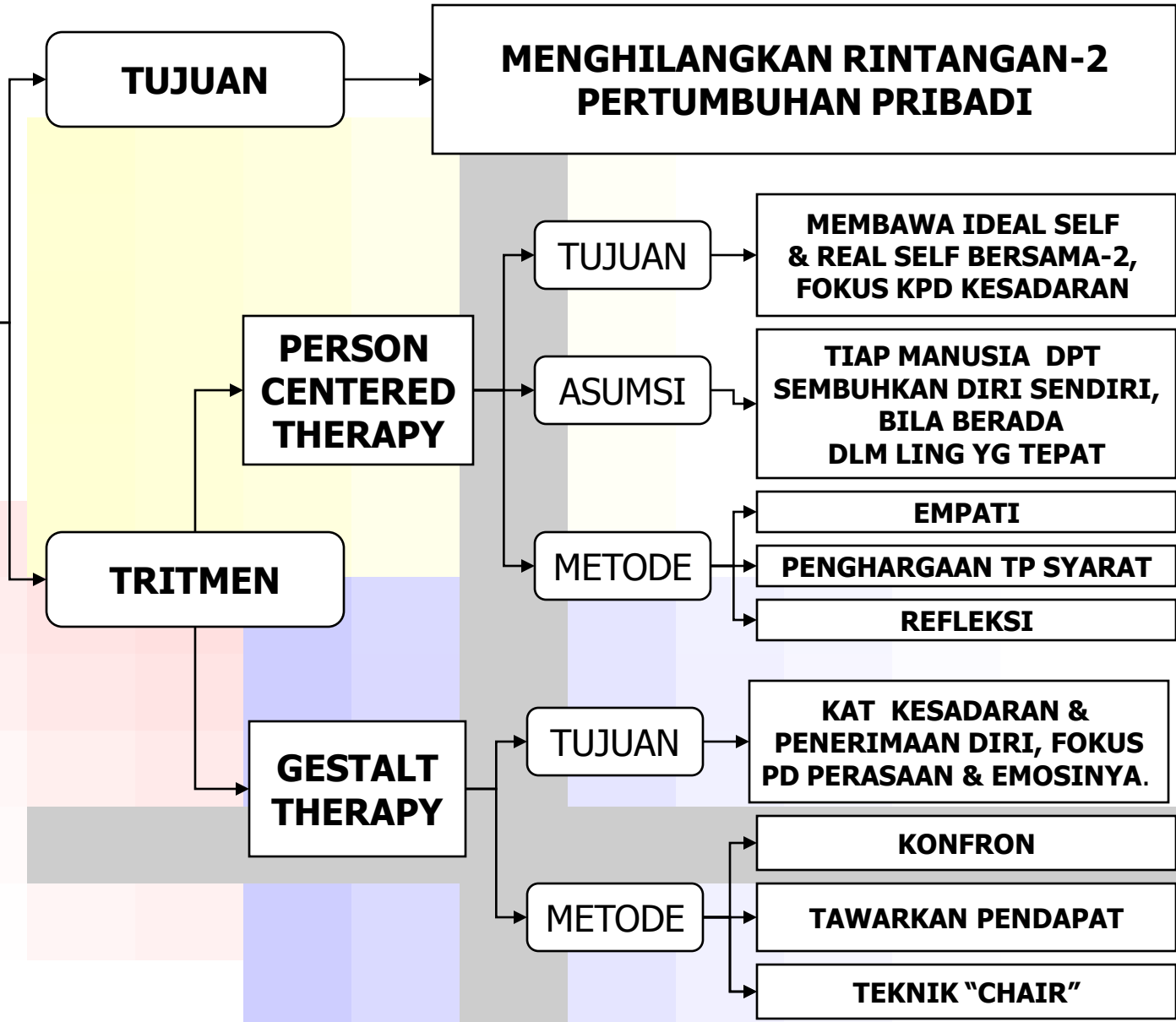
ASOSIASI BEBAS

RESISTENSI

ANALISA MIMPI

COUNTERTRANFERENCE

# TERAPI HUMANISTIK



# 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 TINGKAH LAKU

TUJUAN

MENDORONG MUNCULNYA PERILAKU YANG TEPAT MELALUI BELAJAR

## TRITMEN

PENKONDISIAN KLASIK

PENKONDISIAN OPERAN

MODELING

TEKNIK

TEKNIK

TEKNIK

FLOODING

AVERSI

EKSTINGSI

PENG-HUKUMAN

OBSERVASI

BERTAGAP LAKUKAN

DESENSITISASI SISTEMATIK

TOKEN EKONOMI

LAKUKAN SENDIRI

IN-VIVO

IMAGINAL

IDEN TARGET PRILAKU → KETENTUAN BERI TOKEN → ATURAN PENUKARAN

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



**INTERVENSI  
MEDIS**

**ELEKTRO-  
KONVULSIF**

**TERAPI  
OBAT-OBATAN**

**PSYCHO-  
SURGERY**

**TIPE 1**

**TIPE 1**

**OBAT ANTI CEMAS**

Librium, Valium, Xanax & BuSpar

**OBAT PENENANG**

Lithium

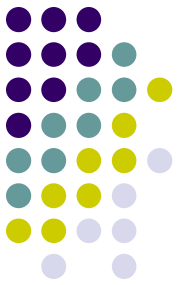
**OBAT ANTI DEPRESAN**

Tofranil dan Prozac

**OBAT ANTI PSIKOTIK**

Thorazine, Risperidol & Clozaril

# PEMBAHASAN

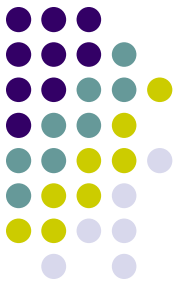


## KOMENTAR

- 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 : DIMESNI EDUKATIF, DEVELOPMENTAL, PREVENTIF, EKOLOGIS & FUTURISTIK.

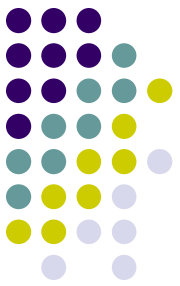


## **PERAN TERAPIS**

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

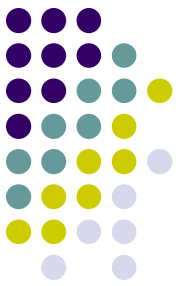
## **EFEKTIVITAS PSIKOTERAPI**

- 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 :**

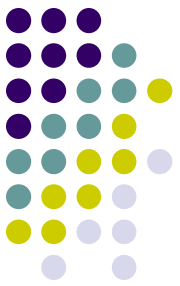
- Memberikan arah yg jelas bagi kemudahan belajar individu sesuai aspek yg ingin dikembangkan.
- Mendorong berfngsinya interaksi sistem atau sub sistem yg terkait dgn individu scr optimal shg mampu menjadi media yang bermakna bagi belajar individu & perkembangan individu keningkat yg lebih baik.
- Menjamin 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