

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Aliansi konseling atau terapeutik merupakan faktor umum yang esensial dan variabel kunci dari setiap pendekatan konseling (Nelson-Jones, 2013; Moss & Glowiak, 2013). Bordin (1979) mengemukakan bahwa aliansi terapeutik adalah hubungan kolaboratif antara konselor dan konseli yang ditandai oleh keterikatan emosional, serta kesepakatan terhadap tujuan dan tugas konseling.

Petrus (2016) juga menyebutkan bahwa kunci keberhasilan sebuah proses konseling harus dimulai dari bagaimana membangun hubungan yang membantu konseli. Karena tanpa ikatan aliansi yang kuat dan kepercayaan antara konselor dengan konseli, sangat sedikit yang bisa dicapai.

Bordin (1980) tidak melihat aliansi terapeutik sebagai intervensi konseling, apalagi sebuah alat yang cukup. Sebaliknya, ia menganggapnya sebagai kendaraan yang memungkinkan dan memfasilitasi teknik konseling spesifik. Artinya, aliansi terapeutik memberikan konteks yang mempromosikan dan berinteraksi dengan strategi konseling tertentu.

Aliansi berkaitan dengan negosiasi dan bentuk interaksi spesifik antara konselor dan konseli yang diperlukan untuk pembentukan terapi yang efektif dan bermakna. Sikap konselor, cara menganggap, menanggapi, dan berurusan dengan konseli adalah elemen-elemen yang berkontribusi penting bagi keduanya untuk membangun dan memelihara aliansi terapeutik.

Dua dekade penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa aliansi terapeutik merupakan komponen penting dan prediktor kunci yang kuat terhadap luaran konseling (Duff & Bedi, 2010; Horvath, 2001). Kemampuan konselor dalam menetapkan, mengembangkan, dan memelihara aliansi terapeutik secara kuat dan positif dengan konseli menjadi faktor signifikan yang mempengaruhi perubahan positif konseli (Crits-Christoph, Gibbons, Hamilton, Ring-Kurtz, & Gallop, 2011).

Konselor secara konsisten terbukti sebagai prediktor penting aliansi terapeutik yang positif serta kemanjuran dan keefektifan konseling yang dilakukannya (Benish, Imel, & Wampold, 2008; Horvath & Luborsky, 1993; Crits-Christoph, Gibbons, & Mukherjee, 2013; Kraus, Castonguay, Boswell, & Hayes, 2011; Murphy & Hutton, 2018). Faktor konselor berdampak lebih besar daripada teknik konseling terhadap aliansi dan luaran konseling (Lindgren, Barber, & Sandahl, 2008).

Sejak dipublikasikan oleh John Bowlby pada tahun 1969, teori *attachment* banyak menginspirasi dunia penelitian terutama yang

berkaitan dengan hubungan dekat. Pada awal-awal penelitiannya pembahasan yang diangkat adalah mengenai *attachment* pada masa kanak-kanak, lalu berkembang menjadi *attachment* pada orang dewasa terkhusus pada hubungan romantis. Kemudian Mikulincer, Shaver, & Berant (2013) mengatakan bahwa selama dekade terakhir, telah terjadi ledakan minat penelitian mengenai aplikasi klinis dari teori *attachment*. Meyer & Pilkonis (2001) menyebut bahwa teori *attachment* menawarkan konsep yang membantu melihat bagaimana pengalaman masa lalu dengan pengasuh dapat mempengaruhi hubungan saat ini antara konselor dan konseli.

Attachment atau kelekatan adalah suatu pola merasa, berpikir, dan bertindak yang dimiliki seseorang ketika menjalin hubungan yang dekat dengan orang lain. Hal ini tentunya dimiliki oleh setiap orang. *Attachment* terbentuk pada awal masa kehidupan manusia yaitu berasal dari pengasuhan kedua orang tua atau pengasuh lainnya (*attachment figure*). Bowlby (1982) menyebutkan bahwa bayi manusia dilahirkan dengan membawa kebutuhan dasar yaitu keamanan, kenyamanan dan perlindungan yang “dirancang” oleh evolusi untuk memastikan kedekatan dengan orang lain yang mendukung (pengasuh atau *attachment figure*) pada saat dibutuhkan.

Orang tua atau pengasuh yang bisa memenuhi respon secara fisik maupun psikologis dengan baik akan mendorong anak untuk

mengembangkan keterampilan *coping* yang benar berkaitan dengan regulasi emosi dan eksplorasi yang sehat dari lingkungan fisik dan sosialnya. Meskipun pembentukan *attachment* terjadi pada masa awal kehidupan namun Bowlby (1988) mengklaim bahwa ia aktif sepanjang hidup dan dimanifestasikan dalam pikiran, emosi, dan perilaku yang terkait dengan pencarian dukungan (hubungan yang dekat).

Sebaliknya, jika orang tua pengasuh tidak bisa memenuhi respon secara fisik maupun psikologis dengan baik maka akan membuat anak mengembangkan rasa tidak aman, keraguan tentang cinta seseorang dan kekhawatiran tentang motif atau niat orang lain, serta mengembangkan regulasi emosi dengan cara penghindaran (*avoidant attachment*) dan kecemasan (*anxious attachment*) (Mikulincer, Shaver, & Berant, 2013).

Berdasarkan penjelasan diatas, kita dapat melihat bahwa seseorang yang memiliki *insecure attachment* memiliki kesulitan atau permasalahan tertentu dalam membangun hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu diantara beberapa tema penelitian mengenai *attachment* dan konseling atau hubungan terapeutik, salah satu tema yang menjadi fokus adalah mengenai *attachment* dan proses konseling atau aliansi terapeutik. Bowlby (1988) percaya bahwa hasil konseling yang menguntungkan yaitu tergantung pada sejauh mana *insecurity* (pada konseli) diidentifikasi, diklarifikasi, dipertanyakan, direvisi, dan ditransformasikan menjadi

representasi yang lebih aman. Dan hal itu lebih bisa dilakukan jika konselor memiliki *secure attachment*.

Meyer & Pilkonis (2001) dalam kajian literturnya menemukan bahwa konselor dengan *secure attachment* dapat menangani hubungan yang renggang dengan konseli lebih mudah, sedangkan konseli yang memiliki *insecure attachment* mengalami kesulitan dalam hal ini. Selain itu ditemukan juga bahwa konselor yang *insecure* cenderung merespons kurang empatik. Hal tersebut dapat terjadi karena konselor yang *insecure* sulit untuk membangun kepercayaan dengan konseli dan tidak nyaman dengan hubungan yang terlalu dekat.

Penjelasan lebih lanjut dijelaskan oleh Rubino, Barker, Roth, & Fearon (2000) yang menyebutkan bahwa konselor yang *insecure* akan menafsirkan renggangnya hubungan terapeutik sebagai indikasi niat konseli untuk meninggalkan konseling, dan sensitivitas konselor terhadap pengabaian akan mengurangi kemampuan mereka untuk menjadi empati.

Selain itu Diener & Monroe (2011) juga menemukan bahwa konselor yang memiliki *attachment* lebih *secure* akan memiliki hubungan terapeutik (aliansi) yang lebih kuat dibanding konselor yang *insecure*. Kemudian penelitian-penelitian diatas juga didukung oleh Parish & Eagle (2003) dalam penelitiannya yang menyebutkan bahwa perubahan dalam proses terapi (konseling) tidak hanya didasarkan pada faktor kognitif seperti

kesadaran dan *insight* saja, tetapi juga pada ikatan yang terbentuk antara konselor dan konseli.

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 di Universitas Negeri Jakarta adalah angkatan yang telah memiliki sekitar dua sampai tiga kali pengalaman dalam melaksanakan layanan konseling individu, baik pada mata kuliah praktikum konseling individu maupun program praktik keterampilan mengajar di sekolah. Oleh karena itu melihat adanya pengaruh antara *attachment style* dengan aliansi yang terbentuk dalam proses konseling, peneliti bermaksud mengadakan penelitian mengenai hubungan *attachment style* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 terhadap kualitas aliansi terapeutik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang ditemukan antara lain :

1. Bagaimana gambaran *attachment style* yang dimiliki mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 Universitas Negeri Jakarta?
2. Bagaimana gambaran kualitas aliansi terapeutik perspektif konselor pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 Universitas Negeri Jakarta?

3. Bagaimana hubungan antara gaya kelekatan dengan aspek-aspek pembentuk aliansi terapeutik (*bond, task, dan goal*) pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 Universitas Negeri Jakarta?
4. Bagaimana hubungan antara masing-masing tipe *attachment style* (*secure dan insecure*) dengan kualitas aliansi terapeutik dalam perspektif konselor pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 Universitas Negeri Jakarta?
5. Apakah terdapat hubungan antara gaya kelekatan (*attachment style*) dengan kualitas aliansi terapeutik dari perspektif konselor pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2016 Universitas Negeri Jakarta?

C. Batasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan untuk memfokuskan dan memperjelas pokok permasalahan yang akan di bahas oleh peneliti, sehingga menghindari kesalahpahaman dalam memberikan kesimpulan dan kecukupan penelitian yang akan dilakukan. Pembatasan permasalahan berdasarkan kepada keterbatasan tenaga, dana, tempat penelitian dan waktu yang dimiliki oleh peneliti. Sehingga, peneliti membatasi masalah utama penelitian ini pada “Hubungan Gaya Kelekatan dengan Kualitas Aliansi Terapeutik (Perspektif Konselor) pada

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2016 Universitas Negeri Jakarta”.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah atau ilmu pengetahuan khususnya di bidang Bimbingan dan Konseling yaitu mengenai hubungan *attachment style* dengan kualitas aliansi terapeutik pada konselor. Selain itu, penelitian juga dapat menjadi referensi bagi penelitian dengan isu atau tema yang sama pada tempat dan waktu yang berbeda.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subyek

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran berupa hubungan *attachment style* pada mahasiswa BK terhadap kualitas hubungan atau aliansi terapeutik dan menjadi bahan refleksi bagi perbaikan diri maupun profesional konselor.

b. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan saran dan evaluasi terhadap proses pembelajaran maupun kurikulum yang memfasilitasi pengembangan kemampuan membangun aliansi

terapeutik dengan memperhatikan kondisi *attachment style* mahasiswa.

c. Bagi Konselor

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi konselor atau guru BK mengenai peran *attachment style* pada kualitas aliansi terapeutik dan dapat menjadi bahan refleksi bagi konselor.

