

## TRANSAKSIONAL ANALISIS UNTUK KAUNSELING KELUARGA

Ramlan Bin Nordin,<sup>1</sup>Zubaidah Bt Kassan,<sup>2</sup>Mohamed Sharif B Mustaffa

Pusat Kaunseling Dan Kerjaya,  
Universiti Teknologi Malaysia  
81310, Skudai, Johor

<sup>1</sup>Sek Men Keb Bandar Putra  
81000 Kulai, Johor.

<sup>2</sup>Jabatan Asas Pendidikan  
Fakulti Pendidikan  
Universiti Teknologi Malaysia  
81310 Skudai, Johor.

ram@utm.my, <sup>1</sup>zubaidah@yahoo.com, <sup>2</sup>mohamed\_sharifutm@yahoo.com

### ABSTRAK

Transaksional Analisis (TA) atau lebih dikenali dengan huruf ringkas TA dibina dan dikembangkan oleh Eric Berne pada pertengahan 1950an. Teori TA percaya bahawa ketiga-tiga 'ego state' wujud dalam diri setiap individu. Psikoanalisis melihat struktur Ego, superego dan Id sebagai konsep hipotetikal. TA percaya kepada struktur trinity PAC wujud dalam satu jasad, maka individu bebas untuk memilih mana- mana satu keadaan ego. Oleh kerana asas teori TA sendiri adalah bermula dari keluarga ('Parent' 'Adult' dan 'Child' (PAC)) maka sewajarnya ia menyediakan berbagai teknik untuk kaunseling keluarga . Pembentukan keadaan ialah ego seseorang melalui pengalaman emosi dan kejadian-kejadian dalam keluarga. Di dalam keluarga juga terbinanya 'egogram', 'stereotyped games' dan scripts .

### SEJARAH TRANSAKSIONAL ANALISIS

Transaksional Analisis atau lebih dikenali dengan huruf ringkas TA dibina dan dikembangkan oleh Eric Berne pada pertengahan 1950an. Pada ketika itu psikoanalisis adalah kaedah terapi yang paling kukuh diamalkan. Oleh itu tidak hairanlah mengapa Berne sendiri bermula sebagai seorang analisis. Sebagai pelajar perubatan yang kemudiannya menjadi psikiatris, Berne sangat berminat untuk mempelajari psikologi ego, Berne sangat tertarik dengan hasil kajian Penfield's (1952) yang menyimpulkan bahawa keadaan emosi seseorang yang wujud pada situasi tertentu bukanlah hanyalah kemunculan semula kejadian yang benar-benar serupa yang pernah dialami terdahulu, tetapi lebih merupakan pengalaman sekarang (*in the present*) terhadap ingatan dan pengalaman beserta dengan emosi yang terbit pada situasi masa lalu. Lanjutan kepada kajian-kajian Penfield (1952), Federn (1952) adalah orang yang memperkenalkan istilah 'ego state' untuk menghurai keadaan ini 'Ego state' kekal dalam diri seseorang dan berpotensi untuk muncul pada bila-bila masa sahaja.

Dengan adanya pengaruh teori komunikasi yang kuat dalam menyelesaikan sesuatu masalah manusia pada zaman Berne, kita dapat melihat pengaruhnya apabila ia memperkenalkan tiga 'ego state' yang aktif dinamik dan boleh dilihat, iaitu 'Parent' 'Adult' dan 'Child' (PAC). Ketiga-tiganya dilihat oleh Berne sebagai wujud dalam diri setiap individu.

### ASAS TEORI TA

Teori TA percaya bahawa ketiga-tiga 'ego state' wujud dalam diri setiap individu dan setiap individu pula mempunyai kepeluan semula jadi terhadap belaian atau pengiktirafan yang dipanggil sebagai 'strokes'. Untuk mendapatkan 'strokes' ini individu akan merekapi rancangan untuk mencapainya melaluinya 'life script'. 'Life script' terbina pada zaman kanak-kanak berdasarkan kepada kepercayaannya terhadap dirinya dan diri orang lain. Kepercayaan individu ini pula terbina hasil daripada caranya berurus dengan orang lain yang berulang-ulang. Cara berurus atau berinteraksi dengan orang lain yang berulang-ulang atau 'stereotped' ini dipanggil oleh Berne sebagai permainan atau 'games'.

Dalam permainan itu individu akan diwakili oleh berbagai sifat 'ego states' seperti 'critical parents' atau 'nurturing parents', 'adult' atau 'free child' atau 'adapted child'. Kedudukan 'ego states' dalam diri seseorang dipanggil sebagai 'egograms' yang mewakili personalitinya.

Pada asalnya Berne hanya menyebut dua jenis 'ego states' iaitu 'child' dan 'adult', terutamanya apabila melihat ada orang dewasa yang berfikir, berperasaan dan bertingklaku seperti kanak-kanak. Beliau melihat ego kanak-kanak mempunyai sifat-sifat kreatif, beremosi, kadang-kadang kuat menentang dan kadang-kadang patuh. Beliau juga menamakan ego kanak-kanak ini sebagai 'archaeopsyche'. Ego dewasa pula dilihat oleh Berne sebagai realistik dan logikal. Ia menamakannya sebagai 'neopsyche'. Tindakan 'neopsyche' adalah berpandukan kepada kira-kira dan pemprosesan data. Untuk mengenal mana satu jenis ego ini, panduannya ialah dengan meneliti gerak-geri, kata-kata, nada suara dan persembahan diri seseorang. Kemudian Berne melihat adanya tingkah laku seseorang yang bertindak menjaga moral, nilai, kepercayaan, mengawal orang, kritikal dan ambil kisah tentang pertumbuhan orang lain. Sifat-sifat ini sama benar dengan sifat emak, ayah atau yang setara dengan mereka, lalu Berne menamakan keadaan ini sebagai ego ibu- bapa atau 'exteropsyche'.

### KEADAAN EGO INDIVIDU

Secara mudah ketiga-tiga keadaan ego itu wujud dalam diri seseorang seperti berikut :

- Parent (Exteropsyche)
- Adult (Neopsyche)
- Child ( Archaepsyche)

Oleh kerana ketiga-tiga keadaan ego itu wujud dalam diri seseorang, maka sesuatu keadaan ego itu tidak diwakili oleh faktor fizikalnya; tidak kira sama ada orang tua atau kanak-kanak. Apabila ada dua orang berhubung pada satu masa, gambarannya ialah akan jadi seolah-olah ada enam orang yang sedang berhubung. Enam struktur ego akan terlibat dalam 'transaction' (mungkin boleh diterjemah sebagai 'tukar-menukar' atau 'jual-beli'). Berne tidak menggunakan istilah 'communication' (perhubungan). Semua perhubungan akan diwakili oleh urusan tukar menukar seperti analogi berikut;

### ANALOGI 1

MEK NAB: Nak beli keropok? (ego dewasa)

DATOK ALI: Keropok lekor ada ? (ego dewasa)

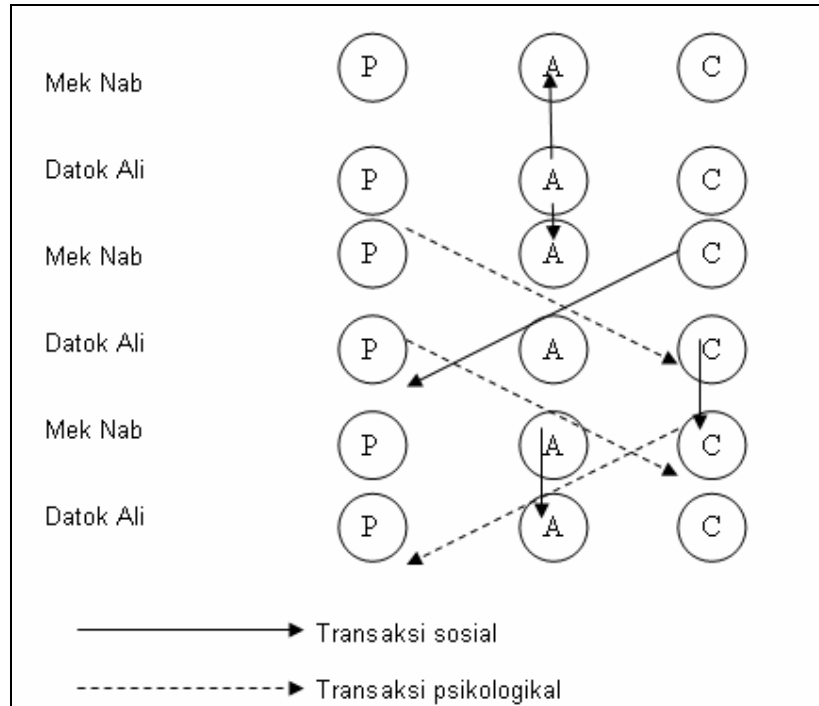
MEK NAB: (Dalam hati) Dah nampak tanya lagi, bodoh !(ego ibu bapa)  
sikit-sikit ada, tapi kalau selori tak adalah. Saya ni niaga kecil je (ego kanak-kanak)

DATOK ALI : (Dalam hati) Eh melampau budak ini (ibu-bapa). Dia ingat dia cantik sangat (kanak-kanak).

Boleh beli dengan orang-orangnya sekali ? (kanak-kanak)

MEK NAB : Boleh. Tapi harga lainlah (dewasa)  
(dalam hati) Hmm. Bawaklah hati nyamuk tujuh dulang, tak hingin aku dengan muka tak sudah tu (kanak-kanak) .

Kalau kita pindahkan dialog-dialog itu kepada bentuk grafik, maka kita akan lihat transaksi seperti rajah 1

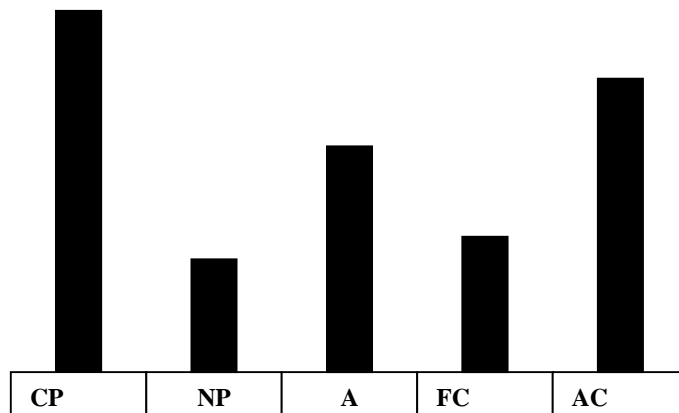


P = Parent, A = Adult, C = Child

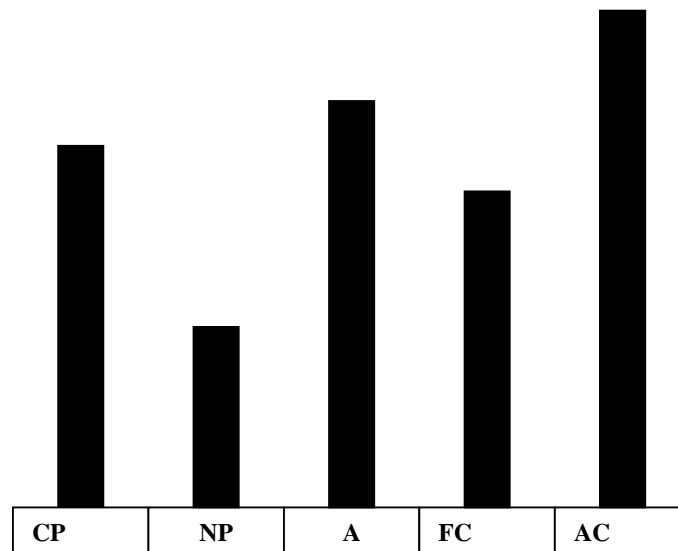
**Rajah 1:** Perwakilan Grafik bagi Dialog

Beberapa kemungkinan transaksi yang boleh berlaku ialah A-A, P-P, C-C, P-C, C-P, C-A, A-P, P-A atau sebaliknya.

Walaupun Berne bermula dengan terapi psikoanalisis, tetapi beliau kemudiannya tidak menganggap elemen yang tidak disadari penting untuk amalan TA. Psikoanalisis melihat struktur Ego, Superego dan Id sebagai konsep hipotetikal sedangkan 'Parent', 'Adult' dan 'Child' yang disarankan oleh Berne adalah sesuatu yang boleh disaksikan. Misalnya personaliti seseorang boleh diukur untuk menghasilkan egogram. Contoh seperti yang dipaparkan dalam Rajah 2 dan 3:



**Rajah 2:** Self Destructive Ego gram



**Rajah 3: Loneliness Ego gram**  
 Sumber: Corsini (1984), m.s 408 -409

Kaunselor yang mengamalkan TA menyetujui kaedah Rogers yang tidak menjadi hakim kepada kliennya dan menggalakkan pertumbuhan berasaskan realiti semasa. Bezanya cuma mungkin Kaunselor TA lebih aktif memberhentikan klien bercakap, mencelah dan mencabar. Menurut Adler (1963) pula kaunselor TA secocok terutamanya daripada segi teori skrip Adler (1963). Dengan RET (*Rational Emotive Therapy*) pula, kaunselor TA tidak sesuai kerana RET menekankan kerasionalan, sedangkan TA lebih menekankan usaha menimbulkan semula emosi-emosi dan masalah lepas, bukan bercakap-cakap mengenai emosi dan kemudian membuat keputusan darinya seperti RET. TA juga menekankan klien sendiri yang membuat tafsiran dan penghuraian. Ini tidak secocok dengan RET. Dengan pendekatan perlakuan pula TA berbeza kerana ia lebih menekankan proses 'redecision' TA melihat manusia tidak bersifat mekanikal, sebaliknya mereka memiliki sifat autonomi, bertanggungjawab, mampu menstrukturkan semula tingkahlaku dan membuat keputusan baru mengenai diri dan kehidupan.

Dengan pendekatan Gestalt, TA memang banyak mengambil kaedah-kaedah Gestalt. Walaupun TA tetap melihat unsur intelektual sebagai penting (tidak penting kepada kaunselor Gestalt), ia sangat setuju tentang pelepasan emosi klien (keutamaan Gestalt). Berne sendiri kerap pergi ke Esalen Institute, Big Sur, California untuk menemui Fritz Perl (pengembang Gestalt). Oleh itu antara TA dan Gestalt adalah saling mempengaruhi di antara satu sama lain.

Oleh kerana kaunselor TA percaya kepada struktur trinity PAC wujud dalam satu jasad, maka individu bebas untuk memilih mana-mana satu keadaan ego. Cara ia memilih ini sangat dipengaruhi oleh pengalaman emosinya pada masa lampau. Ini menyebabkan individu mempunyai agenda-agenda lain, selain daripada yang hanya dapat dilihat. Ini menyebabkan 'transaction' berlaku dalam dua aras; aras psikologikal dan aras sosial. Kebiasaannya memilih satu-satu cara 'transaction' yang membentuk 'stereotyped games' banyak bergantung kepada pengalaman individu itu menerima 'strokes'. Semasa kecil 'strokes' yang diperlukan ialah sentuhan, belaian fizikal, peluk, dan dukungan akan menentukan kesihatan bayi atau kanak-kanak. Apabila membesar, 'strokes' yang diperlukan manusia tidak lagi terhad kepada fizikal. Pujian, ambil kisah, galakan, persetujuan adalah antara 'strokes' yang sangat diperlukan. Corak bagaimana strokes diterima, seperti sokongan positif atau cabaran dibentuk melalui hubungan dengan ibu-bapa dan orang lain. Dari corak strokes inilah manusia akan membina konsep kewujudan dirinya sama ada dia OK atau tidak OK. Ia membuat keputusan sama ada orang lain juga OK dan boleh dipercayai atau tidak.

## **APLIKASI TA DALAM KAUNSELING KELUARGA**

Oleh kerana asas teori TA sendiri adalah bermula dari keluarga (PAC) maka sewajarnya ia menyediakan berbagai teknik untuk kaunseling keluarga. Pembentukan keadaan ialah ego seseorang melalui pengalaman emosi dan kejadian-kejadian dalam keluarga. Di dalam keluarga juga terbinanya 'egogram', 'stereotyped games' dan 'scripts' .

Beberapa kaedah boleh digunakan. Berne mencadangkan supaya di dalam keluarga sering dibincangkan secara terbuka (Berne berkata "talk straight" dan bukan "hide behind the words") mengenai PAC. Ia boleh dipelajari dengan mudah.

Terapi secara mengikat kontrak juga disyorkan oleh pendekatan TA. Tiap-tiap ahli dalam keluarga yang bermasalah bersetuju secara terbuka mengenai tanggungjawab bersama dalam mencapai sesuatu keperluan bersama keluarga. Kontrak yang dihasilkan bersama hendaklah dipersetujui bersama dan ianya sama seperti 'legal contract'. Ia seharusnya meliputi:

### **Persetujuan bersama**

Misalnya suami isteri yang telah lama tidak berbaik-baik, bersetuju untuk mengadakan hubungan seks semula. Kedua-duanya mesti bersetuju dan dari segi ketetapan masa juga hendaklah dipersetujui. Item dalam kontrak boleh diubah atau disemak. Kaunselor atau terapis juga adalah 'a party' dalam persetujuan bersama ini .

### **Keupayaan**

Terapis berjanji untuk memberikan khidmat yang cekap untuk menjayakan matlamat yang berpatutan. Terapis tidak akan menyetujui untuk melakukan sesuatu yang tidak mungkin tercapai. Demikian juga ahli-ahli yang terlibat dalam perjanjian. Misalnya kaunselor tentulah tidak boleh menolong anak yang masih bersekolah dan dibawah umur bekerja untuk turut menyumbang pendapatan kepada keluarga. Halangan undang-undang ada mengenai perkara ini.

### **Halal di sisi undang-undang**

Persetujuan yang dimeterai hendaklah halal di sisi undang-undang. Misalnya kalau keluarga mahukan si anak bekerja kuat dalam pelajaran supaya dapat gred baik dalam peperiksaan dan persetujuan dibuat supaya anak mengambil pil stimulan supaya tahan berjaga malam. Persetujuan ini merupakan sesuatu yang tidak halal. Atau si suami minta syarat keharmonian suami isteri supaya isteri bersetuju mengadakan hubungan seksual yang sadistik.

### **Persetujuan**

Pertimbangan hendaklah diberikan kepada keadaan. Misalnya keadaan ekonomi, sosial dan perkara-perkara lain yang membezakan keupayaan ahli-ahli. Kaedah lain yang boleh digunakan termasuk menganalisis semula 'game' secara konfrantasi misalnya klien-klien selalu mengatakan 'ya saya memang hendak melaksanakannya...' dan sebelum klien menyambung kaunselor terlebih dahulu menyebut 'tetapi' ini akan mengganggu klien dengan disengajakan. Konfrantasi 'games' juga boleh dilakukan dalam kaunseling kelompok dengan menggalakkan cabaran-cabaran kepada 'games' yang dimainkan oleh ahli. Teknik psikodrama boleh dilakukan dalam kelompok dengan meminta klien yang sedang dibantu menjadi pengarah kepada satu drama yang melakonkan semula apa yang telah dialami dalam keluarganya. Misalnya drama pergaduhan dengan isteri atau suami diarahkan semula oleh klien tersebut dengan memilih ahli kelompok sebagai pelakornya.

Satu kaedah lagi yang boleh digunakan ialah menyusun semula skrip. Pengalaman emosi ahli-ahli di dalam keluarga dibantu untuk diolah semula. Penekanan ialah kepada memperkukuhkan A (*adult*) dengan keadaan ego *Adult* diberikan kekuatan tenaga yang lebih melalui penyusunan semula skrip hidup.

Skrip boleh diolah semula dengan teknik 'reparenting'. Teknik ini sesuai terutamanya bagi ahli keluarga yang mengalami kesulitan psikologi yang berat. Mungkin ahli seperti ini perlu terlebih dahulu dimasukkan ke pusat-pusat terapi (jika ada) supaya ia dapat dididik semula dalam suasana 'positive parenting'. Ia mungkin mengambil masa yang lama. Teknik membuat keputusan baru juga boleh mengubah skrip hidup. Di sinilah kaedah Gestalt yang dipelopori Fritz Perls digunakan dengan meluas. Kaedah dua kerusi yang memecahkan diri negatif dan diri positif membolehkan dua jenis diri ini berdebat untuk mendapatkan keputusan yang baru.

Satu lagi kaedah ialah dengan mencabar keadaan ego. Klien digalakkan untuk melepaskan perasaan dalam 'here-and-now'. Pengalaman emosi masa kini dibawa ke saat penting pada masa lalu. Kaedah hipnosis atau fantasi berpandu juga boleh digunakan di sini. Apabila klien telah berada pada saat penting masa lalu yang menyebabkan ia membuat keputusan memberi tenaga kepada satu-satu keadaan ego, kaunselor atau terapis akan menyuruhnya menentang keputusan itu. Biasanya klien akan tidak bersetuju pada masa ini terapis atau kaunselor pula yang akan mencabarnya. Egogram juga boleh disusun semula dengan memberikan tenaga kepada ego yang lemah dengan mengambil tenaga daripada ego yang kuat kuasanya. Misalnya, kalau biasanya ego *Adult* terlalu kuat dan kerap digunakan, dan ego kanak-kanak tidak kuat dan selalu ditekan, maka terbalikkan keadaan.

## KESIMPULAN

Pada keseluruhannya klien di dalam kaunseling keluarga boleh diubah dengan membantu mereka membuat perubahan melalui usaha mereka sendiri dengan cara memberhentikan 'games', mengolah semula 'scripts' dan menyebarkan-imbangkan semula 'egogram' masing-masing.

## RUJUKAN

Frank A. Nugent (1994). An introduction to the professional counseling.

Mohamed fadzil Che Din & Rashidah Dato' Hj. Omar, (2002). Pengantar Bimbingan dan Kaunseling. McGraw-Hill.

Muhd Mansur Abdullah (1993). Kaunseling, teori, proses dan kaedah.

Rickey L. George and Therese S. Cristiani, (1981). Counselling, Theory And Practice, Prentice Hall, United States of America.

Sapora Sipon, Ahmad Jazimin Jusoh, Hapsah Md. Yusof. (2002). Kaunseling individu. Prentice Hall, Kuala Lumpur.

Zuraidah Abdul Rahman (2004). Pengenalan Kaunseling Kelompok; IBS Buku Sdn. Bhd.