

# TEORI Kaunseling dan Psikoterapi

Sapora Sipon  
Ruhaya Hussin



UNIVERSITI SAINS ISLAM MALAYSIA  
جامعة العلوم الإسلامية الماليزية  
ISLAMIC SCIENCE UNIVERSITY OF MALAYSIA

# TEORI Kaunseling dan Psikoterapi





# TEORI Kaunseling dan Psikoterapi

Pengarang

SAPORA SIPON  
RUHAYA HUSSIN

Penerbit

UNIVERSITI SAINS ISLAM MALAYSIA

Bandar Baru Nilai

Negeri Sembilan Darul Khusus

2008

**CETAKAN PERTAMA 2008**

Hak Cipta Universiti Sains Islam Malaysia, 2008

Hak cipta terpelihara, tiada mana-mana bahagian daripada buku ini boleh diterbitkan semula, disimpan untuk pengeluaran atau ditukar kepada apa-apa bentuk dengan sebarang cara sekalipun tanpa izin bertulis daripada penerbit

Diterbitkan di Malaysia oleh

Penerbit USIM

**UNIVERSITI SAINS ISLAM MALAYSIA**

Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai

Negeri Sembilan Darul Khusus

Tel:06-7988045 Faks:06-7991309

Reka bentuk oleh

**ONLINE PRINTING NETWORK SND BHD**

12-16, Jalan Sri Jati 2

Taman Sri Jati, Off Jalan Puchong

58200 Kuala Lumpur

Perpustakaan Negara Malaysia

Data Penglatalogan-dalam-Penerbitan

Sapora Sipon

Teori-teori kaunseling dan psikoterapi / Sapora Sipon, Rohaya Hussin

ISBN 978-983-2950-66-0

1. Counseling. 2. Psychotherapy. I. Judul.

158.3

# **KANDUNGAN**

## **Teori Kaunseling Dan Psikoterapi**

---

### **PRAKATA**

### **PENGHARGAAN**

<b>BAB 1 : TERAPI PSIKOANALITIK</b>	<b>1</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>BAB 2 : TERAPI ADLERIAN</b>	<b>29</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>BAB 3 : TERAPI EKSITENTIAL</b>	<b>51</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	

<b>BAB 4 : TERAPI PEMUSATAN INSAN</b>	<b>77</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>BAB 5 : TERAPI GESTALT</b>	<b>89</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>BAB 6 : TERAPI REALITI</b>	<b>111</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>BAB 7 : TERAPI TINGKAHLAKU</b>	<b>141</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	

Proses dan Teknik  
Peranan Kaunselor dan Klien  
Sumbangan dan Limitasi  
Rumusan

**BAB 8 : TERAPI RASIONAL EMOTIF 159**

Latar Belakang Tokoh  
Konsep Utama Terapi  
Matlamat Terapi  
Proses dan Teknik  
Peranan Kaunselor dan Klien  
Sumbangan dan Limitasi  
Rumusan

**BAB 9 : TERAPI ANALISIS TRANSAKSIONAL 191**

Latar Belakang Tokoh  
Konsep Utama Terapi  
Matlamat Terapi  
Proses dan Teknik  
Peranan Kaunselor dan Klien  
Sumbangan dan Limitasi  
Rumusan

**BAB 10 : TERAPI ASIA 225**

Latar Belakang Terapi  
Konsep Utama Terapi  
Matlamat Terapi  
Proses dan Teknik  
Peranan Kaunselor dan Klien  
Sumbangan dan Limitasi  
Rumusan



<b>BAB 11 : TERAPI EKLEKTIK TEKNIKAL</b>	<b>241</b>
Latar Belakang Tokoh	
Konsep Utama Terapi	
Matlamat Terapi	
Proses dan Teknik	
Peranan Kaunselor dan Klien	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>BAB 12 : PENDEKATAN ISLAM DALAM KAUNSELING DAN PSIKOTERAPI</b>	<b>265</b>
Latar Belakang	
Perbandingan di antara Teori Kaunseling dan Psikoterapi Barat dengan Islam	
Adab-Adab dalam Proses Kaunseling dan Psikoterapi Menurut Pandangan Islam	
Kaunseling dan Psikoterapi Menurut Pandangan Islam	
Proses Kaunseling dan Psikoterapi Menurut Pandangan Islam	
Teknik Kaunseling dan Psikoterapi Menurut Pandangan Islam	
Sumbangan dan Limitasi	
Rumusan	
<b>GLOSARI</b>	<b>281</b>
<b>BIBLIOGRAFI</b>	<b>299</b>
<b>INDEKS SUBJEK</b>	<b>311</b>

## PRAKATA

Manusia menghadapi pelbagai cabaran kesan daripada globalisasi yang melanda seluruh dunia. Impak kepada cabaran ini ialah kesihatan mental dan kehidupan manusia menjadi tidak berarah. Kaunseling pula adalah satu proses membantu yang bertujuan membantu individu dalam menangani permasalahan yang dihadapi. Kaunseling yang berkesan ialah kaunseling yang bersandarkan teori kerana ia dapat memberi keyakinan dan hala tuju kepada kaunselor dalam menjalankan tugasnya. Kaunselor juga dapat memberi fokus tentang apa yang dilakukannya terhadap kliennya melalui penggunaan teori. Penggunaan teori dalam amalan kaunseling juga akan membantu kaunselor dalam memberi sepenuh perhatian dan tenaga terhadap apa yang difikirkannya menjadi punca masalah yang dialami oleh klien. Justeru, pengetahuan dan kemahiran teori amat penting untuk dikuasai oleh pengamal-pengamal kaunseling.

Buku ini mengandungi teori-teori kaunseling konvensional seperti terapi psikoanalitik (bab 1), terapi Adlerian (bab 2), terapi eksistential (bab 3), terapi pemusatan insan (bab 4), terapi gestalt (bab 5), terapi realiti (bab 6), terapi tingkah laku (bab 7) terapi rasional emotif tingkah laku (bab 8) dan terapi analisis transaksional. Selain daripada teori yang sering dibincangkan dalam ilmu kaunseling, buku ini turut memuatkan pendekatan kaunseling yang semakin

mendapat perhatian seperti terapi Asia (Bab 10), terapi eklektik teknikal (Bab 11) dan pendekatan Islam dalam kaunseling dan psikoterapi.

Bagi setiap teori, sub-tajuk seperti latar belakang pendekatan dan tokoh, pandangan teori terhadap kejadian manusia, konsep utama teori dan matlamat terapi akan dibincangkan. Di samping itu, subtajuk seperti teknik, peranan kaunselor dan klien, sumbangan, limitasi dan rumusan turut dibincangkan bagi setiap pendekatan yang digunakan.

Buku ini sesuai sebagai rujukan utama kepada ahli psikologi, pengamal kaunseling, pelajar psikologi dan kaunseling di peringkat siswazah dan pascasiswazah, pendidik sekolah, pensyarah di kolej, maktab dan universiti atau individu yang berminat menambahkan pengetahuan dalam bidang ilmu kaunseling.

## PENGHARGAAN

**A**lhamdulillah, dengan izin dan petunjuk dari Allah Swt, kami telah berjaya menyiapkan buku Teori Kaunseling dan Psikoterapi ini untuk rujukan semua terutamanya para pelajar Universiti Sains Islam Malaysia (USIM). Di atas kesempatan ini, kami ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Prof. Dato' Dr. Abdul Shukor bin Haji Hussin, Naib Canselor, Universiti Sains Islam Malaysia dan Prof. Dato' Dr. Muhammad Muda, Timbalan Naib Canselor (Akademik dan Antarabangsa), Prof. Dato' Dr. Mohamed Asin bin Dollah, Timbalan Naib Canselor (Hal-Ehwal Pelajar dan Alumni) yang sentiasa menyokong para pensyarah dalam bidang penulisan dan penerbitan serta Prof. Datin Sri Dr. Hajjah Mizan Adiliah Ahmad Ibrahim selaku Dekan dan juga Profesor dalam bidang kaunseling yang sentiasa memberi semangat dan motivasi kepada kami untuk menyiapkan buku ini. Tidak lupa juga kepada pewasit luar yang telah membaca secara kritis buku ini dan sudi memberi saranan yang bernas dan memberangsangkan.

Kami juga ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada pelajar-pelajar tahun tiga Program Kaunseling Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan sesi 2007/2008 dan Unit Penerbitan terutamanya Puan Hariza Mohd. Yusof yang telah banyak membantu dalam menghasilkan buku ini agar ianya menjadi lebih sempurna. Juga kepada suami serta keluarga kami yang

menjadi tunjang dan inspirasi bagi kami dalam menghasilkan buku ini, terima kasih yang tidak terhingga di atas segala sokongan dan dorongan yang dicurahkan.

Semoga usaha kami ini diberkati Allah hendaknya.

**SAPORA SIPON**  
**RUHAYA HUSSIN**  
USIM, Nilai

Buku ini membincangkan mengenai teori kaunseling yang sering menjadi pegangan kepada pengamal dalam bidang kaunseling. Teori yang dibincangkan ialah teori psikoanalitik, teori gestalt, rasional emotif tingkah laku, teori realiti, teori analisis transaksional, teori tingkah laku dan teori pemusatan insan. Buku ini turut membincangkan pendekatan yang lebih terkini seperti terapi Asia, terapi eklektif teknikal dan pendekatan Islam dalam kaunseling dan psikoterapi. Subtajuk seperti latar belakang pendekatan dan tokoh, pandangan teori terhadap kejadian manusia, konsep-konsep utama, matlamat teori, teknik-teknik, peranan kaunselor dan klien, sumbangan dan limitasi dan rumusan bagi setiap teori turut dibincangkan. Buku ini sesuai menjadi bahan rujukan kepada pelajar di peringkat institusi pengajian tinggi di dalam bidang kaunseling.



9 789832 950660