

## Peran Konseling Multikultural dalam Mengatasi Stigma Gangguan Kesehatan Mental

Seprianto, Sovatunisa Soleha, Dina Hajja Ristianti, Hendra Harmi  
Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri Curup, Indonesia  
 [seprilinggaupos@gmail.com](mailto:seprilinggaupos@gmail.com)<sup>1</sup>

Submitted: 08-06-2023

Revised: 17-06-2023

Accepted: 21-06-2023

Copyright holder:

© Seprianto., Soleha, S., Ristianti, DH., Harmi, Hendra. (2023).

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan

**How to cite:** Seprianto, S., Soleha, S., Ristianti, D., & Harmi, H. (2023). Peran Konseling Multikultural dalam Mengatasi Stigma Gangguan Kesehatan Mental. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 7(1), 88-96.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i1.17802>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<https://Ghaidan.co.id/index.php/bcp>

E-ISSN:

2621-8283

### ABSTRACT:

*Counseling is a process that assists individuals in overcoming barriers and difficulties that hinder their personal growth and development of their maximum potential. Through multicultural counseling, counselors can provide accurate education about mental health disorders to individuals and the community in Jambu Rejo village. This can help eliminate negative stereotypes and misunderstandings that may exist about mental health disorders. Based on previous research findings, multicultural counseling plays a significant role in helping individuals overcome stigma and increasing understanding of mental health. The research method employed in this study is qualitative research, collecting data through in-depth interviews with multicultural counselors practicing in Jambu Rejo village. The data obtained will be analyzed using a thematic approach to identify relevant themes related to the role of multicultural counseling in overcoming stigma. The results of this study indicate that multicultural counseling is crucial. Multicultural counselors can help individuals overcome stigma through a culturally sensitive approach, accurate information provision, development of social support, increased self-awareness, and advocacy for stigma eradication. Thus, multicultural counselors have a significant role in assisting individuals in overcoming stigma, providing effective counseling services, and enhancing the mental and social well-being of the community in Jambu Rejo village.*

**KEYWORDS:** Multicultural Counseling, Stigma, Mental Health Disorders, Jambu Rejo village.

### PENDAHULUAN

Konseling adalah suatu proses yang membantu individu dalam mengatasi hambatan dan kesulitan yang menghalangi pertumbuhan pribadi mereka serta mengembangkan potensi maksimal. Proses ini melibatkan hubungan antara individu dan konselor yang membantu individu mengidentifikasi, memahami, dan mengatasi masalah yang memerlukan bantuan profesional. Dalam konteks latar belakang budaya yang beragam dari individu yang mencari bantuan, pemahaman yang mendalam tentang layanan konseling diperlukan.<sup>1</sup> Salah satu bentuk konseling yang bertujuan untuk memahami individu dari berbagai latar belakang dan karakteristik adalah konseling multikultural, yang juga dikenal sebagai konseling lintas budaya. Kesehatan mental adalah aspek penting dalam kesejahteraan individu dan masyarakat. Gangguan kesehatan mental,

<sup>1</sup> D. N. A. Syafaruddin, S., Syarqawi, A., & Siahaan, "Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling: Telaah Konsep, Teori Dan Praktik." (2019). [Google Scholar](#)

seperti depresi, kecemasan, gangguan bipolar, dan skizofrenia, memiliki dampak yang serius pada kehidupan individu yang terkena dampaknya.<sup>2</sup>

Stigma adalah penilaian negatif, stereotip, atau diskriminasi yang melekat pada individu atau kelompok tertentu. Dalam konteks kesehatan mental, stigma dapat menyebabkan individu yang mengalami gangguan kesehatan mental merasa malu, terisolasi, dan enggan mencari bantuan profesional.<sup>3</sup> Stigma ini juga dapat mempengaruhi dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga, teman, dan masyarakat. Sebagai akibatnya, individu dengan gangguan kesehatan mental di desa Jambu Rejo seringkali tidak mendapatkan perawatan yang memadai atau tertunda dalam mencari bantuan. Pentingnya penanganan stigma terhadap gangguan kesehatan mental diakui secara luas oleh masyarakat dan para profesional kesehatan. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam mengatasi stigma ini adalah melalui peran konseling multikultural. Konseling multikultural adalah pendekatan yang mempertimbangkan perbedaan budaya, nilai, dan keyakinan yang ada dalam masyarakat ketika memberikan dukungan dan layanan konseling.<sup>4</sup> Pendekatan konseling multikultural memungkinkan konselor untuk memahami dan menghormati konteks budaya dan sosial individu yang mengalami gangguan kesehatan mental di desa Jambu Rejo. Dengan membangun hubungan yang saling percaya dan menghargai keberagaman, konselor dapat menciptakan ruang yang aman bagi individu untuk berbicara tentang pengalaman mereka dan mengurangi rasa malu atau ketakutan yang seringkali terkait dengan mengungkapkan masalah kesehatan mental.<sup>5</sup>

Melalui konseling multikultural, konselor dapat memberikan edukasi yang akurat tentang gangguan kesehatan mental kepada individu dan masyarakat di desa Jambu Rejo. Hal ini dapat membantu menghilangkan stereotip negatif dan kesalahpahaman yang mungkin ada tentang gangguan kesehatan mental. Konselor juga dapat membantu individu dan keluarga memahami bahwa gangguan kesehatan mental bukanlah tanda kelemahan atau ketidakmampuan, melainkan kondisi medis yang dapat diobati. Selain itu, konselor dapat mengembangkan strategi dan keterampilan koping yang tepat untuk membantu individu menghadapi stres dan mengelola gangguan kesehatan mental mereka. Mereka dapat bekerja sama dengan individu dan keluarga untuk menentukan langkah-langkah konkret dalam pemulihan, termasuk mencari dukungan sosial yang positif, mengubah pola pikir yang negatif, dan meningkatkan kemandirian.<sup>6</sup>

Desa Jambu Rejo menjadi latar penelitian yang menarik karena kemungkinan adanya stigma terkait gangguan kesehatan mental yang dapat mempengaruhi individu dalam mencari bantuan, mengakses layanan kesehatan mental, dan mencapai kualitas hidup yang optimal. Dalam konteks ini, peran konseling multikultural menjadi penting karena dapat membantu individu yang mengalami gangguan kesehatan mental di desa Jambu Rejo dalam mengatasi stigma yang mungkin mereka hadapi. Dengan pendekatan yang sensitif terhadap latar belakang budaya, nilai-nilai, dan kepercayaan individu, konseling multikultural dapat membantu mengurangi stigma dan

---

<sup>2</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013). [Google Scholar](#)

<sup>3</sup> H. F. K. Mahardika, "HUBUNGAN ANTARA LITERASI KESEHATAN MENTAL DENGAN STIGMA GANGGUAN JIWA DI MASYARAKAT DESA SOKO KECAMATAN BAGELEN KABUPATEN PURWOREJO," (*Doctoral dissertation, UNIVERSITAS dr. SOEBANDI*). (2021). [Google Scholar](#)

<sup>4</sup> A. R. H. Syaharia, "Stigma Gangguan Jiwa Perspektif Kesehatan Mental Islam.," *Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*. (2008). [Google Scholar](#)

<sup>5</sup> W. F. Pabbajah, M., Widyanti, R. N., & Widyatmoko, "Membangun Moderasi Beragama: Perspektif Konseling Multikultural Dan Multireligius Di Indonesia," *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam* 13, no. 1 (2021): 193–209. [Google Scholar](#)

<sup>6</sup> Y. S. Kartikasari, M. N. D., Fitria, Y., Damayanti, F. E., Prabu, S., Fatsena, R. A., Kusumawaty, I., ... & Budi, *Kesehatan Mental, Global Eksekutif Teknologi* (Global: Eksekutif Teknologi, 2022). [Google Scholar](#)

meningkatkan pemahaman serta dukungan terhadap individu yang mengalami gangguan kesehatan mental. Penggunaan pendekatan konseling multikultural dalam mengatasi stigma gangguan kesehatan mental di desa Jambu Rejo memiliki potensi untuk membawa perubahan yang signifikan dalam pandangan dan perilaku masyarakat. Dengan mempromosikan kesadaran, pemahaman, dan penerimaan terhadap individu yang mengalami gangguan kesehatan mental, stigma dapat dikurangi dan akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai dapat ditingkatkan.

Melalui penelitian ini, akan dilakukan penelitian lebih lanjut untuk menjelajahi peran konseling multikultural dalam mengatasi stigma gangguan kesehatan mental di desa Jambu Rejo. Penelitian ini akan melibatkan wawancara dengan individu yang mengalami gangguan kesehatan mental, keluarga mereka, dan anggota masyarakat lainnya untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang pengaruh stigma pada kehidupan mereka. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti nyata tentang efektivitas pendekatan konseling multikultural dan memberikan rekomendasi untuk perbaikan lebih lanjut dalam upaya mengatasi stigma dan meningkatkan kualitas hidup individu yang mengalami gangguan kesehatan mental di desa Jambu Rejo.

## **METODE**

Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Menurut Sugiyono metode penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami dan mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang fenomena yang diteliti,<sup>7</sup> seperti persepsi, sikap, keyakinan, dan pengalaman individu atau kelompok tertentu. Metode kualitatif cenderung bersifat deskriptif dan lebih fokus pada interpretasi makna dari data yang dikumpulkan.

Adapun teknik dalam pengumpulan yang digunakan dalam penelitian kualitatif meliputi wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen. Dengan demikian peneliti dapat menggunakan kombinasi dari beberapa teknik ini untuk memperoleh data yang kaya dan mendalam tentang peran konseling multikultural dan stigma gangguan kesehatan mental di Desa Jambu Rejo. Selain itu teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah analisis deskriptif yang melibatkan pengorganisasian, pengkodean, dan penginterpretasian data yang telah dikumpulkan.<sup>8</sup> Dengan demikian peneliti dapat menggunakan pendekatan seperti analisis tematik atau analisis naratif untuk mengidentifikasi pola-pola, tema, dan makna yang muncul dari data yang didapatkan di lapangan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang didapatkan dari penelitian "Peran Konseling Multikultural dalam Mengatasi Stigma Gangguan Kesehatan Mental di Desa Jambu Rejo" menunjukkan bahwa konseling multikultural memainkan peran penting dalam mengatasi stigma terhadap gangguan kesehatan mental di Desa Jambu Rejo. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan Bapak Murtaqo, seorang Konselor dan Penyuluh Agama Islam di Desa Jambu Rejo Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas. Berikut ini adalah hasil penelitian yang didapatkan melalui wawancara tersebut.

Bapak Murtaqo, sebagai konselor multikultural, mengungkapkan bahwa pemahaman yang mendalam tentang perbedaan budaya dan keberagaman sangat penting dalam mengatasi stigma terhadap gangguan kesehatan mental. Menurut beliau, konselor yang peka adalah konselor yang

---

<sup>7</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*. (Bandung: Alfabeta, 2010). [Google Scholar](#)

<sup>8</sup> M. Nugrahani, F., & Hum, *Metode Penelitian Kualitatif*, vol. 1 (Solo: Cakra Books, 2014). [Google Scholar](#)

memiliki pemahaman yang luas tentang nilai-nilai budaya dan kepercayaan yang berbeda di masyarakat Desa Jambu Rejo. Dalam konseling multikultural, konselor harus mampu mengakomodasi perbedaan ini dan menghargai keberagaman yang ada.

Dalam konteks Desa Jambu Rejo, peneliti menemukan bahwa stigma terhadap gangguan kesehatan mental masih cukup kuat. Banyak individu yang mengalami gangguan kesehatan mental menghadapi diskriminasi dan penolakan dari masyarakat sekitar. Hal ini dikaitkan dengan kurangnya pemahaman tentang gangguan kesehatan mental dan stereotipe negatif yang masih melekat di masyarakat. Namun, melalui konseling multikultural, Bapak Murtaqo berhasil membantu individu mengatasi stigma tersebut. Salah satu pendekatan yang dilakukan adalah dengan memberikan informasi dan pemahaman yang akurat tentang gangguan kesehatan mental kepada masyarakat Desa Jambu Rejo. Beliau menjelaskan bahwa dengan memahami dan mengenali gejala dan tanda-tanda gangguan kesehatan mental, individu dan masyarakat dapat mengubah pandangan mereka yang biasanya negatif menjadi lebih empatik dan mendukung.

Selain itu, Bapak Murtaqo juga menggarisbawahi pentingnya memberikan dukungan emosional kepada individu yang mengalami gangguan kesehatan mental. Dalam konteks konseling multikultural, beliau berusaha untuk membangun hubungan yang saling percaya antara konselor dan konseli, dengan menghormati dan mengakui keberagaman budaya yang ada. Hal ini menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi individu untuk berbagi pengalaman mereka dan mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan. Lain dari itu, Bapak Murtaqo menekankan bahwa konselor multikultural juga harus memiliki kesadaran diri yang tinggi terhadap nilai-nilai pribadi dan asumsi tentang perilaku manusia. Menurut beliau, konselor harus mampu mengenali dan memahami bagaimana nilai-nilai pribadi mereka dapat mempengaruhi pendekatan mereka dalam memberikan konseling. Dalam hal ini, Bapak Murtaqo menjelaskan bahwa penting bagi konselor untuk terus belajar dan meningkatkan pemahaman mereka tentang budaya dan nilai-nilai yang berbeda.

Dengan demikian dapat dipahami bahwa hasil dari penelitian ini mendukung teori yang diungkapkan oleh Hays & Erford<sup>9</sup> yang menyatakan bahwa konselor yang peka terhadap budaya adalah konselor yang memahami dan menghargai perbedaan budaya antara dirinya dan konseli. Dalam konteks Desa Jambu Rejo, konselor multikultural seperti Bapak Murtaqo mampu membawa perubahan positif dalam mengatasi stigma gangguan kesehatan mental melalui pemahaman yang mendalam tentang budaya dan keberagaman. Dalam pelaksanaan konseling multikultural, konselor harus memiliki kesadaran diri yang tinggi, menerima dan menghargai nilai-nilai yang berbeda, serta tanggap terhadap perbedaan yang berpotensi menghambat proses konseling.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa, penelitian ini menunjukkan bahwa konseling multikultural memainkan peran penting dalam mengatasi stigma gangguan kesehatan mental di Desa Jambu Rejo. Konselor multikultural seperti Bapak Murtaqo dengan pemahaman dan kesadaran yang tinggi terhadap perbedaan budaya dan keberagaman mampu membantu individu mengatasi stigma dan mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang gangguan kesehatan mental. Penerapan karakteristik-karakteristik konselor multikultural seperti kesadaran diri, penghargaan terhadap nilai-nilai pribadi, penerimaan terhadap nilai-nilai yang berbeda, pengetahuan tentang karakteristik konseling secara umum, dan tanggap terhadap perbedaan budaya dapat menjadi pedoman dalam pelaksanaan konseling multikultural di masyarakat Desa Jambu Rejo.

Lain dari itu peneliti juga memperoleh data berdasarkan hasil konseling yang dilakukan oleh Bapak Murtaqo, seorang konselor multikultural, melakukan wawancara dengan seorang klien

---

<sup>9</sup> Bradley T. Hays, Danica G. & Erford, "Developing Multicultural Counseling Competence: A Systems Approach. New, Jersey: Pearson (2010). [Google Scholar](#)

yang mengalami gangguan kecemasan. Dalam interaksi tersebut, klien mengungkapkan bahwa ia mengalami tingkat kecemasan yang tinggi dan merasa khawatir secara konstan. Ia kesulitan dalam mencapai ketenangan dan seringkali mengalami gejala fisik seperti peningkatan detak jantung dan kesulitan bernapas. Dengan penuh empati, Bapak Murtaqo menyampaikan kepada klien bahwa ia tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan ini. Ia menjelaskan bahwa gangguan kecemasan adalah hal yang banyak dialami oleh banyak orang. Bapak Murtaqo memiliki tujuan untuk membantu klien dalam mengelola kecemasan tersebut. Oleh karena itu, ia bertanya kepada klien apakah klien memahami pemicu-pemicu dari kecemasan yang dialaminya.

Klien menjawab bahwa ia merasa cemas terutama dalam situasi yang ramai atau dalam konteks sosial. Selain itu, klien juga mengungkapkan kecemasan yang berlebihan terhadap kegagalan atau melakukan kesalahan. Bapak Murtaqo memberikan waktu dan perhatian untuk memahami pemikiran dan perasaan yang disampaikan oleh klien. Selanjutnya, Bapak Murtaqo mengajukan pertanyaan mengenai faktor-faktor lain dalam kehidupan klien yang mungkin berkontribusi terhadap kecemasan yang dialami. Klien menyampaikan bahwa ia merasa terbebani oleh tuntutan pekerjaan dan juga hubungan pribadi yang sulit. Hal-hal tersebut membuat klien merasa tidak berdaya dan cemas.

Dalam tanggapannya, Bapak Murtaqo mengakui bahwa stres yang berasal dari berbagai aspek kehidupan dapat berperan dalam mempengaruhi tingkat kecemasan. Dalam proses konseling, Bapak Murtaqo berkomitmen untuk bekerja sama dengan klien dalam mengidentifikasi strategi yang dapat membantu mengatasi kecemasan dan mencapai kesejahteraan mental yang lebih baik. Ia berjanji untuk membantu klien dalam mempelajari teknik relaksasi dan mengembangkan pola pikir yang lebih positif. Melalui wawancara ini, Bapak Murtaqo menunjukkan peran penting konseling multikultural dalam mengatasi stigma terhadap gangguan kesehatan mental. Dengan bijaksana dan penuh pengertian, Bapak Murtaqo menghargai perbedaan budaya dan latar belakang klien. Dalam upayanya untuk membantu klien, Bapak Murtaqo memperhatikan faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan klien, termasuk situasi sosial, tuntutan pekerjaan, dan hubungan pribadi yang rumit.

Demikian juga senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lulus dkk.,<sup>10</sup> yang menyatakan bahwa kesehatan mental berkaitan dengan kesehatan fisik dan perilaku selain kebebasan individu dari gangguan mental. Kesehatan spiritual dan psikologis berjalan seiring dengan kesehatan mental., fisik dan sosial Remaja membutuhkan tempat atau individu yang sempurna untuk dapat menangani berbagai masalah yang mereka hadapi. Kesehatan mental remaja sangat dipengaruhi oleh keluarga dan lingkungan pendidikannya. Remaja membutuhkan sesuatu untuk mengalihkan perhatian mereka dari masalah mereka dan membantu mereka menemukan keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa contoh pengalihan termasuk berolahraga, menyanyi, membaca buku, menari, membuat kue, dan bahkan memunculkan ide-ide kreatif baru. Lainnya termasuk berfokus pada diri mereka sendiri dan mempelajari keterampilan baru melalui kursus online, misalnya. memiliki pengetahuan dalam menangani sentimen sangat penting bagi mereka.

Senada juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ina,<sup>11</sup> yang menyatakan bahwa teknik konseling individu dan konseling keluarga yang dilakukan oleh konselor di panti rehabilitasi

---

<sup>10</sup> V. Kholig, L. F., Supriadi, S., Andri, M., Erviyanti, T., & Oktavianti, "Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Di MTS Ngalaban Desa Bendet Kecamatan Diwek Jombang," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum* 1, no. 1 (2022): 45–51. [Google Scholar](#)

<sup>11</sup> I. Kaporina, "Metode Konseling Dalam Proses Pemulihan Pada Pasien Gangguan Jiwa Di Panti Rehabilitasi Wisma Ataraxis Desa Fajar Baru Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan," (*Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung*). (2017). [Google Scholar](#)

mental dan narkoba Wisma Ataraxis dalam proses pemulihan pasien gangguan jiwa. Namun, selain konseling umum, konseling individu juga mencakup kegiatan terapi religi seperti terapi doa, puasa, dan dzikir. Konselor dan perawat di Pusat Rehabilitasi Wisma Ataraxis mengamati kondisi perkembangan pasien yang mengikuti kegiatan konseling berbeda dengan pasien yang tidak mengikuti kegiatan konseling.

Sebagaimana dinyatakan dalam penelitian Nikmarijal, bahwa peran konseling multikultural ini ialah menekankan pada konselor untuk dapat mengatasi maraknya masalah kesehatan mental seperti gangguan jiwa. Demikian pula, sebagian besar pengarah dan nasihat yang layak dengan segera memahami bahwa setiap klien adalah istimewa, dan bahwa individu tersebut harus diakui dan dihargai. Nasihat multikultural memiliki beberapa kualitas yang meliputi; memahami realitas, konsep diri, kompas moral, pengertian waktu, dan perasaan keragaman antar budaya, ras, dan agama. Dalam proses perencanaan dan pelaksanaan bimbingan dan konseling, tidak mungkin mengabaikan karakteristik sosial budaya masyarakat yang majemuk. Pelayanan bimbingan dan konseling dengan tujuan meningkatkan kemampuan, kualitas hidup, dan martabat manusia, khususnya di Indonesia, dimana warga negara Indonesia harus berakar pada budaya bangsanya sendiri. Artinya bimbingan dan konseling harus dilandasi dan memperhatikan keragaman sosial budaya masyarakat, serta dinamika sosial budaya yang bergerak menuju masyarakat yang lebih maju. Konselor dapat memperoleh pemahaman tentang dimensi sosial melalui landasan sosial budaya. serta aspek budaya sebagai faktor yang berdampak pada perilaku individu. Seseorang sebagian besar merupakan produk dari lingkungan sosial dan budaya di mana dia tinggal. Klaim yang berasal dari landasan sosial-sosial yang berbeda tidak dapat disikapi dengan cara yang sama. Penting bagi layanan bimbingan dan konseling untuk mempertimbangkan akar budaya asli yang masih ada dan berdampak signifikan pada komunitas budaya asli. Konselor di seluruh negeri memikul tanggung jawab penuh untuk ini.<sup>12</sup>

Hasil konseling tersebut menekankan pentingnya konselor multikultural yang memiliki pemahaman dan kesadaran yang tinggi terhadap perbedaan budaya. Dengan pendekatan yang tepat, konselor multikultural dapat memperkuat hasil penelitian sebelumnya dan membantu individu dalam mengatasi stigma serta mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang gangguan kesehatan mental.

### **Peran Konseling Multikultural dalam Membantu Individu Mengatasi Stigma**

Konseling multikultural memainkan peran penting dalam membantu individu mengatasi stigma terkait gangguan kesehatan mental. Dalam konteks yang beragam secara budaya seperti Desa Jambu Rejo, stigma terhadap gangguan kesehatan mental sering kali terjadi karena kurangnya pemahaman dan pengetahuan tentang masalah kesehatan mental serta adanya stereotip negatif terkait dengan kondisi tersebut. Konselor multikultural, seperti Bapak Murtaqo, memegang peranan penting dalam mengatasi stigma ini dengan melakukan beberapa tindakan yang terdapat pada table sebagai berikut.

**Tabel I. Tindakan Mengatasi Stigma Terhadap Gangguan Kesehatan Mental**

| Kondisi   | Tindakan  |
|---|---|
| Pemahaman dan kesadaran terhadap perbedaan budaya | Konselor multikultural memiliki pemahaman dan kesadaran yang tinggi terhadap perbedaan budaya antara diri mereka dan klien. Mereka menghargai dan mengakui keberagaman budaya serta memahami bagaimana budaya dapat mempengaruhi persepsi dan pengalaman individu terkait dengan kesehatan mental. Dengan |

<sup>12</sup> R. Siregar, "SOSIAL BUDAYA DALAM KONSELING MULTIKULTURAL," *Hikmah* 11, no. 2 (2017): 251–270.  
[Google Scholar](#)

---

demikian, konselor multikultural dapat menghadapi stigma dengan lebih baik dan memberikan pendekatan yang lebih sensitif terhadap kebutuhan klien dari berbagai latar belakang budaya.<sup>13</sup>

Pemberian informasi yang akurat

Konselor multikultural dapat membantu mengatasi stigma dengan memberikan informasi yang akurat tentang gangguan kesehatan mental kepada individu dan masyarakat secara umum. Mereka dapat mengedukasi klien dan komunitas tentang sifat dan karakteristik gangguan kesehatan mental, menyampaikan fakta yang benar, serta memecahkan miskonsepsi yang umum terkait dengan masalah tersebut. Dengan demikian, konselor multikultural dapat membantu mengurangi ketidaktahuan dan mengubah persepsi negatif yang mungkin ada terhadap gangguan kesehatan mental.<sup>14</sup>

Pembangunan dukungan sosial

Konselor multikultural dapat membantu individu mengatasi stigma dengan membantu mereka membangun dukungan sosial yang kuat. Melalui konseling, konselor multikultural dapat membantu individu menjalin hubungan yang sehat dengan keluarga, teman, dan masyarakat sekitar. Dukungan sosial yang kuat dapat membantu individu merasa didukung, dipahami, dan diterima tanpa adanya stigma terkait dengan gangguan kesehatan mental.<sup>15</sup>

---

Dengan demikian dapat dipahami bahwa peran konseling multikultural dalam mengatasi stigma gangguan kesehatan mental di Desa Jambu Rejo terbukti sangat penting dalam membantu individu mengatasi stigma dan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang gangguan kesehatan mental.

### **Pentingnya Konselor Multikultural di Desa Jambu Rejo**

Konselor multikultural memiliki peran yang penting dalam konteks Desa Jambu Rejo untuk mengatasi stigma gangguan kesehatan mental dan memberikan layanan konseling yang efektif. Berikut adalah beberapa alasan mengapa konselor multikultural sangat penting dalam konteks tersebut:<sup>16</sup>

**Tabel II. Peran Konselor Multikultural Mengatasi Stigma Gangguan Kesehatan Mental**

---

| <b>Kondisi</b>        | <b>Dekripsi</b>  |
|-----------------------|--|
| Keanekaragaman Budaya | Desa Jambu Rejo mungkin memiliki populasi yang beragam secara budaya, dengan individu yang berasal dari berbagai suku, agama, dan latar belakang etnis. Konselor multikultural memiliki pemahaman yang mendalam tentang keberagaman budaya ini dan dapat menghargai perbedaan individu dalam konteks konseling. Mereka mampu menjalin hubungan yang kuat dengan klien dari berbagai latar belakang budaya dan mengintegrasikan pemahaman tentang nilai-nilai budaya dalam proses terapi. |

---

---

<sup>13</sup> M. Jumarin, "Konseling Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Era Revolusi Industri 4.0," *AKADEMIKA: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 21, no. 2 (2022). [Google Scholar](#)

<sup>14</sup> Y. W. Rahmawati, R., Evi, A., & Bangun, "Bimbingan Dan Konseling Multibudaya.," *Deepublish*. (2021).

<sup>15</sup> Siregar, "SOSIAL BUDAYA DALAM KONSELING MULTIKULTURAL." [Google Scholar](#)

<sup>16</sup> A. Mufrihah, "Implikasi Prinsip Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kompetensi Multikultural Konselor," *Jurnal Pelopor Pendidikan* 7, no. 1 (2014): 73–85. [Google Scholar](#)

---

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Sensitivitas Budaya               | Konselor multikultural dilengkapi dengan kepekaan budaya yang memungkinkan mereka memahami perspektif klien dalam konteks budaya mereka sendiri. Mereka dapat mengenali pengaruh budaya terhadap persepsi, perilaku, dan pengalaman kesehatan mental. Konselor multikultural mampu mengakomodasi perbedaan budaya dalam pengambilan keputusan terapeutik dan membangun hubungan yang saling menghormati dengan klien. <sup>17</sup>   |
| Membangun Kepercayaan dan Koneksi | Dalam konteks desa yang mungkin memiliki norma dan nilai-nilai budaya yang kuat, konselor multikultural dapat memainkan peran penting dalam membangun kepercayaan dan koneksi dengan klien. Dengan memahami dan menghormati nilai-nilai budaya klien, konselor dapat menciptakan ruang yang aman dan terbuka di mana klien merasa diterima dan didengarkan. Ini memungkinkan klien untuk merasa nyaman dalam berbagi pengalaman mereka dan bekerja sama dengan konselor untuk mencapai perubahan yang diinginkan. |
| Penghapusan Stigma                | Konselor multikultural berperan dalam memerangi stigma terkait gangguan kesehatan mental di Desa Jambu Rejo. Melalui edukasi, pemahaman, dan advokasi, mereka dapat mempengaruhi persepsi masyarakat dan mengubah sikap negatif terhadap gangguan kesehatan mental. Konselor multikultural memainkan peran penting dalam memberikan informasi yang akurat, mengklarifikasi miskonsepsi, dan meningkatkan pemahaman tentang kesehatan mental secara keseluruhan. <sup>18</sup>                                     |

---

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan dalam konteks mengatasi stigma terkait gangguan kesehatan mental, peran konseling multikultural sangat penting. Konselor multikultural dapat membantu individu mengatasi stigma melalui pendekatan yang sensitif terhadap budaya, pemberian informasi yang akurat, pengembangan dukungan sosial, peningkatan kesadaran diri, dan advokasi untuk penghapusan stigma. Di Desa Jambu Rejo, keberadaan konselor multikultural menjadi krusial karena adanya keanekaragaman budaya dan perlunya sensitivitas budaya dalam menjalin hubungan dengan klien. Konselor multikultural juga berperan dalam memerangi stigma secara luas dalam masyarakat dan meningkatkan pemahaman tentang kesehatan mental secara keseluruhan.

Dengan demikian, konselor multikultural memiliki peran yang signifikan dalam membantu individu mengatasi stigma, memberikan layanan konseling yang efektif, dan meningkatkan kesejahteraan mental dan sosial masyarakat Desa Jambu Rejo.

---

<sup>17</sup> S. Masri, "Multicultural Awareness, Teknik Cinemedication, Dan Bibliotherapy.," *Penerbit Aksara Timur* (2020). [Google Scholar](#)

<sup>18</sup> Bastomi, "Integrasi Kompetensi Multikultural Dan Keadilan Sosial Dalam Layanan Konseling."

## REFERENSI

- Amti, Prayitno dan Erman. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013. [Google Scholar](#)
- Bastomi, H. "Integrasi Kompetensi Multikultural Dan Keadilan Sosial Dalam Layanan Konseling." *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi* 14, no. 2 (2020): 241–258. [Google Scholar](#)
- Hays, Danica G. & Erford, Bradley T. "Developing Multicultural Counseling Competence: A Systems Approach. New." *Jersey: Pearson* (2010). [Google Scholar](#)
- Jumarin, M. "Konseling Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Era Revolusi Industri 4.0." *AKADEMIKA: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 21, no. 2 (2022). [Google Scholar](#)
- Kaporina, I. "Metode Konseling Dalam Proses Pemulihan Pada Pasien Gangguan Jiwa Di Panti Rehabilitasi Wisma Ataraxis Desa Fajar Baru Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan." (*Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung*). (2017). [Google Scholar](#)
- Kartikasari, M. N. D., Fitria, Y., Damayanti, F. E., Prabu, S., Fatsena, R. A., Kusumawaty, I., ... & Budi, Y. S. *Kesehatan Mental. Global Eksekutif Teknologi*. Global: Eksekutif Teknologi, 2022. [Google Scholar](#)
- Kholig, L. F., Supriadi, S., Andri, M., Erviyanti, T., & Oktavianti, V. "Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Di MTS Ngalaban Desa Bendet Kecamatan Diwek Jombang." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum* 1, no. 1 (2022): 45–51. [Google Scholar](#)
- Mahardika, H. F. K. "HUBUNGAN ANTARA LITERASI KESEHATAN MENTAL DENGAN STIGMA GANGGUAN JIWA DI MASYARAKAT DESA SOKO KECAMATAN BAGELEN KABUPATEN PURWOREJO." (*Doctoral dissertation, UNIVERSITAS dr. SOEBANDI*). (2021). [Google Scholar](#)
- Masri, S. "Multicultural Awareness, Teknik Cinemeducation, Dan Bibliotherapy." *Penerbit Aksara Timur* (2020). [Google Scholar](#)
- Mufrihah, A. "Implikasi Prinsip Bimbingan Dan Konseling Terhadap Kompetensi Multikultural Konselor." *Jurnal Pelopor Pendidikan* 7, no. 1 (2014): 73–85. [Google Scholar](#)
- Muhammad, F. "Konseling Berbasis Wawasan Lintas Budaya Dalam Meningkatkan Sikap Toleransi Remaja." *Jurnal Suloh* 4, no. 1 (2019). [Google Scholar](#)
- Nugrahani, F., & Hum, M. *Metode Penelitian Kualitatif*. Vol. 1. Solo: Cakra Books, 2014.
- iah, N. "Counseling Multikultural." *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling* 2, no. 2 (2016): 201–214. [Google Scholar](#)
- Pabbajah, M., Widyanti, R. N., & Widyatmoko, W. F. "Membangun Moderasi Beragama: Perspektif Konseling Multikultural Dan Multireligius Di Indonesia." *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam* 13, no. 1 (2021): 193–209. [Google Scholar](#)
- Rahmawati, R., Evi, A., & Bangun, Y. W. "Bimbingan Dan Konseling Multibudaya." *Deepublish*. (2021). [Google Scholar](#)
- Siregar, R. "SOSIAL BUDAYA DALAM KONSELING MULTIKULTURAL.", no. 2 (2017): 251–270.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2010. [Google Scholar](#)
- Syafaruddin, S., Syarqawi, A., & Siahaan, D. N. A. "Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling: Telaah Konsep, Teori Dan Praktik." (2019). [Google Scholar](#)
- Syaharia, A. R. H. "Stigma Gangguan Jiwa Perspektif Kesehatan Mental Islam." *Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*. (2008). [Google Scholar](#)