



Menguatkan Kepercayaan Diri Klien Minoritas: Analisis Hambatan dalam Konseling Multikultural

Srioyanti Lombe^{1*}, Irwana Resty², Friska Marianty³, Eunike Satoding⁴, Ronaldo Stefanus⁵

¹⁻⁵ Bimbingan dan Konseling Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja, Indonesia

Email: srilombe@gmail.com¹, irwanaresty@gmail.com², Friskamarianty@gmail.com³, eunikesatoding@gmail.com⁴, ronaldo1607s@gmail.com⁵

*Penulis Korespondensi: srilombe@gmail.com

Abstract. *Minority clients' self-confidence is often influenced by various obstacles that arise within the context of multicultural counseling. These obstacles can be internal or external, including experiences of discrimination, social prejudice, language differences, and conflicts related to cultural identity. Counselors who are not sensitive to clients' cultural and social dynamics risk reinforcing low self-confidence and hindering the counseling process. This study aims to analyze these barriers and identify effective intervention strategies to enhance minority clients' self-confidence. The method used is a comprehensive literature review of studies related to multicultural counseling, self-esteem, and empowerment of minority clients. The analysis shows that culturally-based counseling approaches, adaptive communication, and the application of empowerment techniques can help clients overcome psychological and social barriers. Additionally, creating an inclusive and emotionally safe counseling environment has been proven to increase client engagement and strengthen self-confidence. This study emphasizes the importance of multicultural training for counselors and the implementation of strategies that respect clients' cultural identities. The findings provide practical implications for counselors to develop effective interventions that support the psychological well-being of minority clients.*

Keywords: *Client; Confidence; Counseling; Minority; Multicultural.*

Abstrak. Kepercayaan diri klien minoritas sering kali dipengaruhi oleh berbagai hambatan yang muncul dalam konteks konseling multikultural. Hambatan ini dapat bersifat internal maupun eksternal, termasuk pengalaman diskriminasi, prasangka sosial, perbedaan bahasa, serta konflik identitas budaya. Konselor yang tidak peka terhadap dinamika budaya dan sosial klien berisiko memperkuat ketidakpercayaan diri dan menghambat proses konseling. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hambatan-hambatan tersebut dan mengidentifikasi strategi intervensi yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri klien minoritas. Metode yang digunakan adalah kajian literatur komprehensif dari studi-studi terkait konseling multikultural, self-esteem, dan empowerment klien minoritas. Hasil analisis menunjukkan bahwa pendekatan konseling yang berbasis budaya, komunikasi yang adaptif, serta penerapan teknik empowerment mampu membantu klien mengatasi hambatan psikologis dan sosial. Selain itu, membangun lingkungan konseling yang inklusif dan aman secara emosional terbukti meningkatkan keterlibatan klien dan memperkuat rasa percaya diri mereka. Penelitian ini menekankan pentingnya pelatihan multikultural bagi konselor serta penerapan strategi yang menghargai identitas budaya klien. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi konselor untuk mengembangkan intervensi yang efektif dalam mendukung kesejahteraan psikologis klien minoritas.

Kata kunci: Kepercayaan Diri; Klien; Konseling; Minoritas; Multikultural.

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan masyarakat modern yang semakin majemuk menuntut praktik konseling untuk mampu memahami perbedaan budaya, etnis, dan latar sosial klien. Klien minoritas sering menghadapi tantangan unik yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, termasuk rendahnya kepercayaan diri yang muncul akibat diskriminasi, stereotip, atau pengalaman marginalisasi dalam lingkungan sosial. Dalam konteks konseling, kepercayaan diri merupakan komponen penting yang mendukung klien dalam mengungkapkan perasaan, mengambil keputusan, dan mengatasi masalah kehidupan. (Santrock, 2017, 188) Menegaskan

bahwa konselor dituntut untuk memahami teori konseling secara umum dan memiliki sensitivitas budaya yang memadai agar dapat mengidentifikasi hambatan yang dialami klien minoritas dan merancang intervensi yang tepat. Hambatan dalam konseling multikultural sering muncul dari perbedaan bahasa, norma, dan nilai budaya antara konselor dan klien. Misalnya, ungkapan emosi, interpretasi masalah, atau cara berkomunikasi yang berbeda dapat menimbulkan kesalahpahaman yang menghambat proses konseling. Selain itu, bias implisit atau asumsi yang tidak disadari oleh konselor dapat memperkuat ketidakpercayaan klien, sehingga mereka cenderung menahan diri dan sulit mengembangkan potensi diri. (Ratna, 2018, p. 63) menjelaskan bahwa Situasi ini menuntut konselor untuk memiliki kompetensi interkultural yang tinggi, termasuk kemampuan mendengarkan secara aktif, memahami konteks budaya klien, dan menggunakan pendekatan yang memberdayakan agar kepercayaan diri klien tetap terjaga.

Klien yang sering mengalami penolakan atau perlakuan tidak adil di lingkungan sosialnya dapat membawa pengalaman traumatis ini ke dalam sesi konseling, sehingga menimbulkan perasaan takut, rendah diri, atau skeptisisme terhadap proses konseling itu sendiri. Oleh karena itu, menciptakan lingkungan konseling yang inklusif dan aman menjadi krusial untuk memfasilitasi klien dalam mengeksplorasi diri, mengatasi hambatan psikologis, dan membangun kepercayaan diri yang positif. Konselor menyesuaikan metode intervensi dengan kondisi budaya dan identitas sosial klien agar hasil konseling lebih efektif dan relevan (Ratna, 2018).

2. KAJIAN TEORITIS

Hambatan Identitas dan Dinamika Kekuasaan

Kerangka teori yang relevan untuk memahami hambatan identitas adalah teori identitas sosial (Tajfel & Turner, 1979), yang menekankan bagaimana status sosial dan keanggotaan dalam kelompok tertentu memengaruhi persepsi diri dan interaksi sosial. Dalam konteks konseling multikultural, teori ini menjelaskan bagaimana klien dari kelompok minoritas dapat menginternalisasi pesan negatif dari pengalaman marginalisasi, sehingga memengaruhi harga diri dan rasa aman dalam hubungan terapeutik. Dinamika kekuasaan dalam konseling dijelaskan melalui teori relasi kuasa (Foucault, 1980), yang menunjukkan bahwa perbedaan posisi antara konselor dan klien baik secara sosial maupun institusional dapat memperkuat rasa tidak aman jika tidak dikelola secara reflektif. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa klien minoritas lebih cenderung menutup diri atau ragu untuk berbagi pengalaman ketika mereka mengalami ketidakseimbangan kuasa dan mikroagresi dari konselor (Sue et al., 2009).

Pengalaman Diskriminasi dan Trauma Sosial Klien

Kerangka teori trauma sosial (Herman, 1992) dan internalisasi penindasan (Essed, 1991) menjelaskan bagaimana pengalaman diskriminasi dan marginalisasi berulang membentuk narasi diri yang negatif, menurunkan harga diri, dan mengurangi kemampuan klien untuk percaya pada orang lain. Trauma sosial memengaruhi kondisi psikologis, respons fisiologis dan interaksi interpersonal. Penelitian oleh Nadal et al. (2014) menunjukkan bahwa intervensi konseling yang mengakui pengalaman diskriminasi dan menggunakan pendekatan trauma-informed dapat membantu klien mengembangkan narasi diri yang lebih positif, memulihkan harga diri, dan meningkatkan kepercayaan diri.

Strategi Intervensi Multikultural untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

Pendekatan berbasis kekuatan (Saleebey, 2006) dan terapi naratif (White & Epston, 1990) menjadi landasan bagi intervensi yang menegaskan kemampuan dan identitas positif klien. Integrasi praktik yang spesifik budaya serta dukungan komunitas memperkuat legitimasi pengalaman klien dan membangun koneksi sosial yang mendukung perkembangan kepercayaan diri. Evaluasi terus-menerus dan pelatihan keterampilan praktis memastikan intervensi relevan, terukur, dan kontekstual. Penelitian oleh Hays (2008) menunjukkan bahwa strategi intervensi yang disesuaikan dengan budaya klien secara signifikan meningkatkan keterbukaan, harga diri, dan keterampilan coping klien minoritas dalam proses konseling.

Penelitian ini didasarkan pada asumsi bahwa hambatan identitas, bias tersembunyi, pengalaman diskriminasi, dan trauma sosial merupakan faktor utama yang memengaruhi pembangunan kepercayaan diri klien minoritas. Dengan menggunakan strategi intervensi multikultural yang sensitif budaya, berbasis kekuatan, dan terintegrasi dengan dukungan komunitas, diharapkan kepercayaan diri klien dapat meningkat secara signifikan, sekaligus memperkuat penghargaan terhadap identitas budaya mereka.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian *library search* yang digunakan dalam penulisan ini merupakan pengumpulan, analisis, dan sintesis literatur akademik, buku, jurnal, dan sumber tepercaya lainnya yang relevan dengan topik konseling multikultural dan pembangunan kepercayaan diri klien dari kelompok minoritas, sehingga memungkinkan penulis untuk mengidentifikasi tantangan, pola, serta pendekatan teoretis dan praktis yang telah dikaji sebelumnya dalam konteks budaya, psikologis, dan sosial.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hambatan Budaya dan Bahasa

Dalam konseling multikultural, hambatan budaya dan bahasa menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi efektivitas proses konseling, khususnya dalam upaya menguatkan kepercayaan diri klien minoritas. Perbedaan budaya mencakup nilai-nilai, norma sosial, praktik komunikasi, dan sistem keyakinan yang berbeda antara konselor dan klien. Ketika konselor tidak memahami konteks budaya klien, hal ini dapat menimbulkan kesalahpahaman, interpretasi yang salah terhadap perilaku atau pernyataan klien, dan bahkan memunculkan ketidakpercayaan terhadap konselor. Misalnya, dalam beberapa budaya, ekspresi emosi secara terbuka dianggap tidak pantas, sehingga klien mungkin terlihat “tertutup” padahal sebenarnya sedang mengalami tekanan emosional yang signifikan (Hurlock & Elizabeth, 2016). Jika konselor menilai sikap ini dari perspektif budaya mereka sendiri, hal itu dapat menimbulkan kesalahpahaman dan memperlemah rasa percaya diri klien. Bahasa ialah alat komunikasi dan media untuk mengekspresikan pengalaman psikologis, emosi, dan identitas diri. Klien minoritas yang menggunakan bahasa berbeda dari konselor mungkin mengalami kesulitan dalam menyampaikan perasaan atau pengalaman mereka secara akurat. Penggunaan istilah psikologis yang kompleks, idiom lokal, atau nuansa bahasa yang berbeda dapat memicu frustrasi, rasa malu, atau kecemasan pada klien, sehingga menurunkan kepercayaan diri mereka dalam proses konseling. Ketidakmampuan untuk mengekspresikan diri secara tepat dapat membuat klien merasa tidak didengar atau tidak dimengerti, yang pada akhirnya memengaruhi keterbukaan mereka dalam sesi konseling.

Dampak Diskriminasi dan Stigma terhadap Kepercayaan Diri Klien

Kepercayaan diri klien minoritas dalam konseling multikultural seringkali dipengaruhi oleh pengalaman diskriminasi dan stigma sosial. Hambatan ini bersifat eksternal dan internal, yang memengaruhi kemampuan klien untuk berinteraksi secara efektif dengan konselor dan mengekspresikan diri. Pengalaman diskriminasi, baik yang bersifat langsung maupun tersirat, memiliki efek yang signifikan terhadap persepsi diri klien minoritas. Diskriminasi dapat muncul melalui perlakuan tidak adil di lingkungan sosial, komentar bernuansa stereotip, atau pengucilan karena identitas etnis, agama, atau orientasi seksual. Ketika klien terus-menerus menghadapi pengalaman tersebut, mereka cenderung menginternalisasi perlakuan negatif tersebut, yang berdampak pada rasa rendah diri dan keraguan terhadap kemampuan diri sendiri. Hal ini mengurangi tingkat percaya diri dan *self-efficacy* mereka, sehingga menghambat kemampuan untuk berpartisipasi secara optimal dalam proses konseling (Suwartini & Wiranto,

2021). Dalam konseling, hambatan internal ini sering tampak dalam bentuk ketidakmauan klien untuk terbuka, kecemasan sosial, atau ketidakpercayaan terhadap konselor. Klien minoritas mungkin merasa konselor tidak memahami konteks hidup mereka, sehingga mereka enggan mengekspresikan pikiran dan perasaan secara jujur. Selain itu, jika konselor sendiri tidak peka terhadap isu multikultural atau memiliki bias tidak disadari², hal ini dapat memperburuk perasaan inferioritas klien. Misalnya, penggunaan bahasa yang tidak sensitif atau asumsi budaya yang salah dapat menimbulkan jarak emosional dan memperkuat rasa rendah diri. Dampak diskriminasi tidak terbatas pada lingkungan konseling, tetapi tercermin dalam interaksi klien dengan masyarakat luas. Pengalaman diskriminatif di sekolah, tempat kerja, atau komunitas sosial menambah beban psikologis, yang selanjutnya mengurangi motivasi klien untuk mengembangkan kepercayaan diri (Putra dkk, 2018).

Stigma sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang signifikan memengaruhi kepercayaan diri klien minoritas dalam konseling. Stigma ini sering muncul dari prasangka masyarakat terhadap identitas etnis, agama, gender, atau orientasi seksual tertentu, yang dapat menimbulkan rasa malu, takut dihakimi, atau perasaan tidak layak. Klien yang mengalami stigma cenderung menarik diri dari interaksi sosial, termasuk dalam proses konseling, sehingga mengurangi keterlibatan mereka dan kemampuan untuk memanfaatkan intervensi secara maksimal. Stigma sosial dapat memicu hambatan psikologis internal, seperti kecemasan, rendahnya harga diri, rasa tidak aman, dan konflik identitas. Tekanan untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial mayoritas seringkali menyebabkan klien enggan mengekspresikan identitas budaya atau nilai-nilai pribadi mereka, sehingga menghambat pengembangan potensi diri dan kepercayaan diri.

Peran Identitas Sosial

Identitas sosial merupakan komponen penting dalam membentuk persepsi diri seseorang. Bagi klien minoritas, identitas ini mencakup etnis, agama, bahasa, gender, dan status sosial, yang secara langsung memengaruhi cara mereka menilai diri sendiri serta berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Identitas yang kuat dapat menjadi sumber harga diri dan rasa keterikatan, namun di sisi lain, perbedaan budaya dan norma mayoritas dapat menimbulkan konflik internal. Ketika klien merasakan tekanan untuk menyesuaikan diri dengan norma dominan, rasa aman dan percaya diri mereka seringkali tergerus (Sari, 2020). Konflik identitas dapat muncul ketika nilai-nilai budaya yang dianut klien bertentangan dengan ekspektasi lingkungan sosial atau profesional. Misalnya, klien mungkin merasa tertekan untuk menyesuaikan perilaku atau bahasa mereka agar diterima oleh kelompok mayoritas, sementara di sisi lain mereka tetap ingin mempertahankan nilai-nilai budaya asal. Situasi ini dapat

menimbulkan rasa rendah diri, ketidaknyamanan, dan ketidakmampuan mengekspresikan diri secara bebas. Klien minoritas menghadapi hambatan eksternal, seperti stereotip, prasangka, dan kurangnya representasi budaya dalam praktik konseling (Suryani, 2018). Konselor yang tidak peka terhadap konteks budaya klien dapat secara tidak sengaja memperkuat rasa terasing atau ketidakpercayaan, sehingga klien enggan membuka diri sepenuhnya.

Hambatan Sistemik dan Struktural dalam Konseling untuk Klien Minoritas

Hambatan sistemik dan struktural menjadi tantangan signifikan dalam konseling bagi klien minoritas, karena hambatan ini muncul dari aspek individu, dan dari konteks sosial, institusional, dan kebijakan yang memengaruhi pengalaman konseling secara menyeluruh. Salah satu hambatan yang paling nyata adalah keterbatasan akses terhadap layanan konseling. Banyak klien minoritas tinggal di daerah yang minim fasilitas kesehatan mental atau konselor yang memahami konteks budaya mereka, sehingga mereka menghadapi kesenjangan layanan yang dapat mengurangi rasa aman dan kepercayaan diri dalam proses konseling. Ketika klien merasa kurang diperhatikan atau tidak dipahami, mereka cenderung enggan terbuka, yang akhirnya menghambat proses pembangunan kepercayaan diri. Selain itu, representasi konselor minoritas yang masih rendah menjadi faktor kritis, karena klien cenderung merasa lebih nyaman dan memiliki keterbukaan emosional yang lebih tinggi ketika konselor memahami pengalaman budaya, latar belakang etnis, dan dinamika sosial yang mereka alami (Sari, 2020). Kurangnya konselor dengan sensitivitas budaya dapat menyebabkan miskomunikasi, kesalahpahaman, dan interpretasi yang keliru terhadap masalah yang dihadapi klien, sehingga intervensi konseling menjadi kurang efektif dan rasa percaya diri klien tidak berkembang secara optimal.

Hambatan struktural muncul dari kebijakan lembaga konseling yang tidak selalu responsif terhadap kebutuhan klien minoritas. Banyak institusi memiliki prosedur administrasi, jam layanan, atau persyaratan yang bersifat seragam tanpa mempertimbangkan keberagaman budaya, kondisi ekonomi, dan hambatan bahasa yang mungkin dialami klien. Misalnya, biaya konseling yang tinggi, prosedur pendaftaran yang rumit, atau materi konseling yang hanya tersedia dalam satu bahasa dapat menjadi penghalang signifikan bagi klien minoritas. Selain itu, kebijakan “satu ukuran untuk semua” yang mengabaikan perbedaan budaya berisiko menimbulkan rasa alienasi, ketidaknyamanan, dan ketidakpercayaan terhadap proses konseling, sehingga klien sulit merasa diterima dan percaya diri dalam mengekspresikan masalah mereka.

Peran Keluarga dan Komunitas dalam Mendukung Kepercayaan Diri Klien Minoritas

Kepercayaan diri klien minoritas sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial di sekitarnya, terutama peran keluarga. Keluarga menjadi fondasi utama dalam pembentukan identitas, harga diri, dan persepsi diri individu, karena nilai, norma, dan ekspektasi yang dianut keluarga biasanya menjadi acuan utama bagi klien dalam menilai kemampuan dan keberdayaan diri sendiri. Ketika keluarga memberikan dukungan positif, memahami kebutuhan psikologis, dan menghargai identitas budaya klien, hal ini akan memperkuat kepercayaan diri mereka, mempermudah proses konseling, dan membuat klien lebih terbuka dalam menghadapi tantangan psikologis. Sebaliknya, tekanan keluarga, ekspektasi yang tidak realistis, atau kurangnya pemahaman terhadap kondisi klien dapat menimbulkan hambatan yang signifikan, sehingga klien merasa cemas, takut, atau rendah diri (Danita et al., 2025). Oleh karena itu, keterlibatan keluarga dalam konseling bukan sekadar memberi dukungan emosional, tetapi menjadi bagian dari intervensi strategis untuk membangun self-esteem dan keberanian klien minoritas. Disisi lain, komunitas sosial memiliki pengaruh besar dalam membentuk kepercayaan diri klien minoritas. Komunitas dapat berperan sebagai sumber dukungan sosial yang memberikan pengakuan, validasi, dan kesempatan bagi klien untuk mengekspresikan kemampuan serta identitasnya secara positif. Partisipasi dalam aktivitas sosial yang inklusif dan suportif membantu klien merasa diterima, dihargai, dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih percaya diri. Namun, hambatan muncul ketika klien menghadapi stigma, diskriminasi, atau stereotip negatif dari komunitas. Tekanan sosial semacam ini dapat menimbulkan rasa malu, takut, atau rendah diri yang berimbas langsung pada motivasi dan kepercayaan diri klien. Konselor perlu memahami dinamika komunitas tempat klien berada agar mampu menyesuaikan strategi konseling dan menciptakan intervensi yang memperkuat posisi klien di lingkungan sosial mereka (Dedi, 2021).

Pembahasan

Strategi intervensi untuk budaya dan bahasa, Konselor perlu memiliki kesadaran diri mengenai bias budaya yang mungkin mereka bawa, serta kemampuan untuk melakukan refleksi kritis terhadap praktik konseling mereka sendiri. Pelatihan multikultural menjadi penting untuk meningkatkan sensitivitas konselor terhadap perbedaan budaya dan bahasa, serta membantu mereka menyesuaikan strategi komunikasi sesuai dengan kebutuhan klien. Pendekatan adaptif dapat berupa penggunaan bahasa yang lebih sederhana, analogi atau contoh yang relevan dengan budaya klien, serta penekanan pada validasi pengalaman dan perasaan klien tanpa menghakimi (Kartikasari et al., 2023). Membangun rapport atau hubungan terapeutik yang kuat sangat penting untuk memperkuat kepercayaan diri klien. Rapport ini

mencakup rasa aman, diterima, dan dihargai tanpa diskriminasi budaya. Konselor dapat menggunakan teknik seperti aktif mendengarkan, refleksi empatik, dan pemberian ruang bagi klien untuk mengekspresikan identitas budaya mereka. Pendekatan ini dapat mengurangi hambatan komunikasi serta memungkinkan klien merasa lebih percaya diri dalam menyuarakan kebutuhan, emosi, dan aspirasi mereka (Kartikasari et al., 2023).

Dalam konteks ini konseling multikultural, konselor perlu memahami berbagai faktor yang menurunkan self-esteem klien minoritas agar intervensi dapat dilakukan secara efektif dan sensitif terhadap identitas budaya mereka (Gerald & Corey, 2017, p. 78). Jika konselor sendiri tidak peka terhadap isu multikultural atau memiliki bias tidak disadari hal ini dapat memperburuk perasaan inferioritas klien. Oleh karena itu, pemahaman mendalam dampak diskriminasi menjadi langkah penting bagi konselor dalam merancang strategi intervensi yang mendukung self-esteem klien minoritas secara terus menerus. Lingkungan konseling yang tidak aman atau kurang inklusif dapat memperkuat perasaan terisolasi ini, membuat klien merasa tidak diterima dan menurunkan efektivitas intervensi. Konselor perlu memahami hubungan antara stigma sosial dan hambatan psikologis ini untuk merancang intervensi yang sensitif dan kontekstual (Nugroho & Budi, 2019). Strategi yang dapat diterapkan antara lain menciptakan lingkungan konseling yang aman dan inklusif, memberikan afirmasi terhadap identitas budaya dan nilai-nilai unik klien, serta menekankan kekuatan dan prestasi positif yang dimiliki klien. Misalnya, konselor dapat menggunakan teknik empowerment untuk membantu klien menyadari keberhasilan pribadi mereka dan membangun narasi identitas yang positif. Dengan pendekatan ini, klien minoritas dapat merasa lebih dihargai, diterima, dan termotivasi untuk mengembangkan kepercayaan diri mereka, meskipun menghadapi tekanan sosial yang negatif di luar lingkungan konseling. Selain itu, intervensi berbasis kelompok atau peer support dapat membantu klien melihat pengalaman stigma mereka sebagai sesuatu yang dapat dikelola, bukan hambatan permanen, sehingga memperkuat rasa percaya diri dan kapasitas mereka untuk berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosial (Nugroho 2019).

Pendekatan berbasis kekuatan (*strength-based approach*) menjadi strategi yang sangat efektif dalam mengatasi hambatan yang muncul akibat diskriminasi dan stigma, terutama pada klien minoritas. Pendekatan ini berfokus pada pengenalan dan pemanfaatan potensi, kemampuan, serta sumber daya yang dimiliki oleh klien, alih-alih menitikberatkan pada kelemahan atau pengalaman negatif yang mereka alami. Dengan menekankan kemampuan individu, konselor dapat membantu klien membangun narasi positif tentang diri mereka sendiri, yang secara signifikan berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri dan pengurangan dampak psikologis dari perlakuan diskriminatif (Sangidun et al., 2019). Strategi

ini menempatkan penghargaan terhadap identitas budaya klien sebagai fondasi penting dalam membangun self-esteem. Misalnya, konselor dapat mendorong klien untuk mengekspresikan nilai-nilai budaya mereka dalam kehidupan sehari-hari dan mengintegrasikannya ke dalam proses konseling, baik melalui cerita, ritual, maupun praktik sosial yang bermakna bagi klien. Selain itu, pemberian afirmasi dan validasi terhadap pengalaman unik klien membantu mengurangi perasaan inferioritas dan meningkatkan motivasi untuk berpartisipasi aktif dalam sesi konseling (Danita et al., 2025). Intervensi berbasis kekuatan juga berfokus pada pengembangan keterampilan coping adaptif. Konselor dapat membimbing klien untuk menghadapi diskriminasi, mengelola stres, dan mempertahankan harga diri dalam situasi sosial yang menantang. Dengan kombinasi penguatan identitas, afirmasi budaya, dan pengembangan keterampilan coping, kepercayaan diri klien minoritas dapat diperkuat secara terus menerus, sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan internal maupun eksternal dalam kehidupan sehari-hari.

Hambatan internal juga sangat berpengaruh terhadap partisipasi aktif klien dalam proses konseling. Pemahaman yang mendalam tentang identitas sosial dan tantangan yang melekat padanya menjadi fondasi penting bagi konselor untuk membangun hubungan terapeutik yang efektif dan meningkatkan kepercayaan diri klien. Salah satu pendekatan utama dalam menguatkan kepercayaan diri klien minoritas adalah strategi pemberdayaan atau empowerment. Strategi ini menekankan pentingnya memberikan klien kontrol atas keputusan dan kehidupan mereka sendiri, sehingga mereka dapat menyadari potensi dan kekuatan internal yang dimiliki. Pendekatan ini dapat mendorong kemandirian, dan juga menumbuhkan kesadaran diri bahwa setiap pengalaman hidup, termasuk tantangan atau hambatan, dapat menjadi sumber pembelajaran dan pengembangan pribadi. Dengan cara ini, klien diajak untuk memandang pengalaman hidup mereka bukan sebagai kelemahan, melainkan sebagai modal untuk mengasah kemampuan, membangun resiliensi, dan mengatasi kesulitan yang muncul (Endang, 2022).

Dalam konteks konseling, konselor berperan sebagai fasilitator yang membimbing klien untuk mengenali keberhasilan pribadi, menghargai kemampuan yang dimiliki, dan menyusun strategi praktis untuk menghadapi hambatan eksternal seperti diskriminasi, prasangka sosial, atau stereotip. Strategi empowerment terbukti efektif meningkatkan self-efficacy, yaitu keyakinan individu dalam kemampuan mereka mengelola situasi dan tantangan sehari-hari, sehingga rasa percaya diri menjadi lebih stabil dan berkelanjutan. Penerapan terapi naratif atau narrative therapy dapat menjadi pelengkap strategi ini. Terapi naratif membantu klien menceritakan pengalaman hidup mereka, menafsirkan kembali kisah pribadi, dan

menyoroti keberhasilan, nilai-nilai positif, serta kemampuan beradaptasi yang sebelumnya mungkin terabaikan. Dengan memusatkan perhatian pada aspek-aspek yang memberdayakan, klien mampu memandang identitas mereka secara lebih positif, memperkuat kesadaran diri, dan membangun kepercayaan diri yang lebih kokoh. Proses ini memungkinkan klien menginternalisasi pengalaman mereka sebagai bagian dari pertumbuhan pribadi, sehingga setiap tantangan yang dihadapi dapat dihadapi dengan rasa percaya diri yang lebih tinggi (Dedi, 2021).

Konseling berbasis budaya atau *culturally competent counseling* menjadi strategi kunci dalam mendukung klien minoritas. Konselor yang kompeten secara budaya harus memahami latar belakang budaya klien dan menyadari bias pribadi yang mungkin dimiliki. Hal ini memungkinkan konselor menyesuaikan metode intervensi agar relevan dan sensitif terhadap nilai-nilai budaya klien, sehingga proses konseling lebih efektif dan nyaman bagi klien. Penerapan pendekatan ini melibatkan pengakuan terhadap konteks sosial dan komunitas klien. Misalnya, dalam budaya yang menekankan kolektivitas, konselor dapat melibatkan keluarga atau komunitas dalam proses konseling untuk memberikan dukungan tambahan. Strategi ini memperkuat rasa diterima, dihargai, dan didukung secara sosial, yang secara langsung berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri klien (Gunawan, 2017). Selain itu, pengakuan dan penghargaan terhadap identitas budaya klien dapat membantu mengurangi ketidakpercayaan terhadap konselor dan sistem konseling secara keseluruhan. Dengan kombinasi pendekatan pemberdayaan, terapi naratif, dan konseling berbasis budaya, konselor dapat menciptakan lingkungan yang mendukung klien minoritas dalam menavigasi hambatan internal maupun eksternal. Strategi ini dapat meningkatkan *self-efficacy* klien, juga membantu mereka mengembangkan kepercayaan diri yang autentik, tangguh, dan terus menerus (Gunawan 2017). Keberhasilan intervensi konseling multikultural sangat bergantung pada pemahaman konselor terhadap identitas sosial klien dan kemampuan untuk merancang strategi yang sesuai dengan kebutuhan budaya dan psikologis mereka.

Hambatan Sistemik dan Struktural dalam Konseling untuk Klien Minoritas menekankan pentingnya penyesuaian institusional agar konseling dapat menjadi sarana pemberdayaan psikologis bagi semua klien, bukan sekadar layanan administratif yang bersifat prosedural (Sari, 2020). Untuk mengatasi hambatan sistemik dan struktural ini, berikut strategi adaptif dari lembaga dan konselor. Pertama, perluasan akses layanan melalui program konseling komunitas, layanan daring, atau subsidi biaya dapat membantu menjangkau klien yang sebelumnya sulit mengakses layanan. Kedua, pelatihan multikultural bagi konselor harus menjadi prioritas, sehingga mereka memiliki kemampuan untuk memahami, menghargai, dan

menanggapi kebutuhan klien dari berbagai latar belakang budaya. Ketiga, pengembangan kebijakan yang inklusif dan fleksibel, misalnya dengan menyediakan materi konseling dalam berbagai bahasa, melibatkan komunitas, dan menyesuaikan metode intervensi sesuai budaya, dapat menciptakan lingkungan konseling yang aman, mendukung, dan memberdayakan (Kartikasari et al., 2023). Dengan penerapan strategi ini, hambatan struktural dapat diminimalkan, interaksi konseling menjadi lebih efektif, dan kepercayaan diri klien minoritas dapat tumbuh, karena mereka merasa dihargai, didengar, dan dipahami dalam konteks pengalaman hidup dan budaya mereka.

Dalam praktik konseling, strategi yang efektif untuk mengatasi hambatan keluarga dan komunitas adalah dengan melibatkan kedua pihak secara aktif dalam proses konseling. Konselor dapat memfasilitasi sesi bersama keluarga untuk memberikan pemahaman tentang tujuan dan manfaat konseling, sekaligus mendorong keluarga menjadi pendukung positif bagi perkembangan psikologis klien. Pada tingkat komunitas, intervensi dapat berupa program edukasi, kelompok dukungan, atau workshop yang menciptakan lingkungan aman, inklusif, dan bebas stigma, sehingga klien merasa dihargai dan diterima (Nyoman, 2018). Pendekatan ini menekankan bahwa penguatan kepercayaan diri klien minoritas tidak cukup dilakukan secara individual, melainkan harus mempertimbangkan dukungan sistem sosial di sekitarnya.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kepercayaan diri klien minoritas dalam konteks konseling multikultural dipengaruhi oleh berbagai faktor yang bersifat internal maupun eksternal. Hambatan budaya, bahasa, dan perbedaan nilai sosial menjadi tantangan utama yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, ketidakpercayaan terhadap konselor, serta menurunnya *self-esteem* klien. Selain itu, pengalaman diskriminasi dan stigma sosial memperkuat perasaan rendah diri dan ketidakamanan dalam mengekspresikan diri. Oleh karena itu, konselor perlu memahami kompleksitas identitas budaya dan sosial klien, serta menghindari asumsi atau stereotip yang dapat membatasi interaksi. Penggunaan strategi konseling yang adaptif dan berbasis kekuatan, termasuk pemberdayaan (empowerment), narrative therapy, dan pendekatan inklusif lainnya, terbukti efektif dalam menumbuhkan rasa aman, dihargai, dan percaya diri pada klien minoritas. Penguatan kepercayaan diri klien membutuhkan keterampilan konselor dalam memahami perbedaan budaya serta memerlukan kebijakan dan lingkungan konseling yang mendukung inklusivitas serta penghargaan terhadap keragaman. Lingkungan konseling yang aman dan bebas stigma memungkinkan klien mengeksplorasi identitas diri mereka tanpa rasa takut atau tekanan sosial, sehingga memfasilitasi perkembangan self-efficacy dan otonomi

psikologis. Kesadaran konselor terhadap hambatan-hambatan yang muncul serta penerapan intervensi yang sensitif budaya dapat meminimalkan dampak negatif dari diskriminasi dan prasangka, sekaligus memperkuat kemampuan klien untuk menghadapi tantangan sosial dan psikologis. Dengan demikian, konseling multikultural yang efektif berfokus pada penyelesaian masalah serta pembangunan kepercayaan diri yang terus menerus, yang menjadi fondasi penting bagi kesejahteraan psikologis klien minoritas.

Saran yang dapat dipertimbangkan lembaga pendidikan konselor perlu memberikan pelatihan multikultural yang berkelanjutan dan mendalam, yang tidak hanya mencakup pengetahuan teoretis tetapi juga pengalaman praktis dalam berinteraksi dengan klien dari berbagai latar belakang budaya. Selain itu, lembaga konseling dan organisasi profesi perlu mengembangkan kebijakan yang inklusif dan responsif terhadap kebutuhan klien minoritas, termasuk aksesibilitas layanan, materi konseling yang beragam bahasa, dan penyesuaian budaya dalam praktik konseling. Terakhir, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengidentifikasi strategi intervensi yang paling efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri klien minoritas, serta untuk memahami bagaimana faktor-faktor sistemik dan struktural memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Corey, G. (2017). *Teori dan praktik konseling*. Refika Aditama.
- Danita, D., R., Jajang, J. A., Eti, F., & Pratama, Y. F. (2025). Culture shock, adaptasi, dan kondisi perantau sebagai kelompok minoritas. *SELLAN: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 110–117.
- Dedi, Sukmana. (2021). *Pendekatan kultural dalam konseling dan psikoterapi*. Deepublish.
- Endang, R. (2022). Studi literatur: Kompetensi multikultural guru BK dalam mendukung keberhasilan layanan konseling multikultural. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(1), 196–204.
- Gunawan, H. (2017). *Menguatkan kepercayaan diri anak dan remaja*. Gramedia.
- Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi perkembangan*. Erlangga.
- Kartikasari, A. W., Neviyami, S., & Netrawati, N. (2023). Problematika multikultural dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 7(1), 49–60.
- Nugroho, B. (2019). *Psikologi konseling untuk meningkatkan self-efficacy klien*. Andi.
- Putra, Dkk. (2018). *Psikologi sosial: Interaksi dan dinamika kelompok*. Kencana.
- Ratna, N. (2018). *Konseling multikultural: Teori dan praktik*. Pustaka Pelajar.
- Sangidun, A., Noer, F., & Azizah, A. (2019). Konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 2(2),

30–35.

Santrock, J. W. (2017). *Psikologi pendidikan*. Erlangga.

Sari, W. (2020). *Konseling untuk klien minoritas: Strategi dan hambatan*. Rajawali Pers.

Suryani, L. (2018). *Psikologi positif dalam konseling*. Alfabeta.

Suwartini, & Wiranto. (2021). Konseling multikultural. *Jurnal Dakwah*, 22(1), 78–90.