

Peran Konselor dalam Memfasilitasi Kesehatan Emosi Siswa Yang tumbuh di Lingkungan Multikultural

Sephiana Diva Sari¹, Arvi Nur Vera Halifah², Dena Rizky Relawaty³, Desenda Tria Rahayu⁴, Nora Yuniar Setyaputri⁵

Universitas Nusantara PGRI Kediri^{1,2,3,4,5}

sephianadiva2003@gmail.com¹, arvinvhlifah@gmail.com²,
rizkydena95@gmail.com³, desendatriarahayu03@gmail.com⁴,
setyaputrinora@gmail.com⁵

ABSTRACT

This article examines the role of counselors in facilitating the emotional well-being of students growing up in multicultural environments, where cultural, linguistic, and family dynamic diversity demands adaptive skills and sensitivity. The background of this study stems from students' increasingly complex needs for emotional support, particularly when cultural identity influences how they express, manage, and understand emotions. The purpose of this article is to describe how counselors act as facilitators who are able to build inclusive relationships, identify culturally based emotional needs, and design contextually appropriate interventions. The discussion highlights counselors' multicultural competencies, culturally sensitive communication strategies, and the integration of emotional services through a collaborative approach in schools. Counselors are seen as playing a crucial role in creating a safe, responsive, and supportive environment that allows students to develop healthy emotional regulation.

Keywords: counselor, emotional health, multicultural, students

ABSTRAK

Artikel ini membahas peran konselor dalam memfasilitasi kesehatan emosi siswa yang tumbuh di lingkungan multikultural, di mana keberagaman budaya, bahasa, serta dinamika keluarga menuntut kemampuan adaptif dan kepekaan konselor. Latar belakang kajian berangkat dari kebutuhan siswa akan dukungan emosional yang semakin kompleks, terutama ketika identitas budaya memengaruhi cara mereka mengekspresikan, mengelola, dan memahami emosi. Tujuan artikel ini adalah menguraikan bagaimana konselor berperan sebagai fasilitator yang mampu membangun hubungan yang inklusif, mengidentifikasi kebutuhan emosional berbasis budaya, serta merancang intervensi yang sesuai konteks. Pembahasan menyoroti kompetensi multikultural konselor, strategi komunikasi sensitif budaya, serta integrasi layanan emosional melalui pendekatan kolaboratif di sekolah. Konselor dipandang berperan penting dalam menciptakan lingkungan aman, responsif, dan suportif yang memungkinkan siswa mengembangkan regulasi emosi secara sehat.

Kata Kunci: konselor, kesehatan emosi, multikultural, siswa

PENDAHULUAN

Keberagaman budaya di sekolah-sekolah Indonesia menghadirkan dinamika emosional yang unik bagi siswa. Setiap siswa membawa nilai, bahasa, pola komunikasi, serta cara mengekspresikan emosi yang dipengaruhi oleh latar budaya masing-masing. Dalam konteks ini, konselor memiliki tugas yang semakin kompleks karena mereka tidak hanya menangani

persoalan emosional, tetapi juga harus memahami bagaimana budaya membentuk pola regulasi emosi siswa. Salah satu peneliti menjelaskan bahwa konselor wajib memiliki kesadaran budaya agar tidak terjebak pada bias pribadi ketika memahami kondisi psikologis konseli. Demikian pula, salah satu peneliti menegaskan bahwa perbedaan latar belakang sosialisasi antara konselor dan siswa dapat memengaruhi efektivitas hubungan konseling jika tidak dikelola secara sensitif. Ketidakmampuan siswa mengelola emosi sering muncul dalam bentuk kecemasan akademik, konflik pertemanan, penarikan diri, hingga tekanan identitas ketika nilai budaya di rumah berbeda dengan lingkungan sekolah. Salah satu penelitian menegaskan bahwa kesehatan emosi berpengaruh langsung terhadap keterlibatan belajar dan kesejahteraan psikologis siswa. Dalam situasi multikultural, risiko tersebut dapat meningkat ketika siswa merasa tidak dipahami atau mengalami benturan nilai. Oleh karena itu, peran konselor sangat penting dalam memfasilitasi kesehatan emosi melalui pendekatan yang responsif budaya dan menciptakan ruang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaannya secara adaptif. Masalah utama yang dikaji dalam artikel ini adalah bagaimana konselor memfasilitasi kesehatan emosi siswa di tengah keberagaman budaya yang dapat memengaruhi cara mereka memahami dan mengelola emosi. Tujuan penulisan ini ialah menguraikan konsep, peran, serta strategi konselor dalam mendukung kesehatan emosi siswa secara efektif dan sensitif budaya, sehingga layanan sekolah mampu berfungsi optimal sesuai tuntutan keberagaman. Dengan demikian, kajian ini relevan untuk memperkuat praktik konseling berbasis multikultural yang menjadi kebutuhan nyata di lingkungan pendidikan saat ini.

PEMBAHASAN

Pembahasan mengenai peran konselor dalam memfasilitasi kesehatan emosi siswa yang berada di lingkungan multikultural perlu diawali dengan memahami karakteristik dasar konteks pendidikan yang beragam. Lingkungan multikultural ditandai oleh perbedaan ras, suku, bahasa, agama, nilai, serta pola asuh yang membentuk cara siswa mengekspresikan dan mengelola emosinya. Keragaman pengalaman sosial tersebut membuat setiap siswa memiliki cara berbeda dalam memahami konflik, mengekspresikan kebutuhan, serta mencari dukungan emosional. Oleh karena itu, konselor sekolah harus memiliki kepekaan budaya untuk memahami bagaimana setiap latar belakang mempengaruhi kondisi emosional siswa.

Fenomena keberagaman budaya dalam sekolah membawa tantangan emosional tersendiri bagi siswa. Banyak siswa yang mengalami kesulitan adaptasi ketika mereka berasal dari budaya dengan norma ekspresi emosi yang bertolak belakang dengan budaya mayoritas di sekolah. Misalnya, beberapa budaya mendorong ekspresi emosi secara terbuka, sementara budaya lain mengajarkan pengekangan. Ketidaksesuaian norma tersebut dapat memicu kecemasan, rasa tidak diterima, hingga konflik interpersonal. Kondisi ini menunjukkan perlunya konselor berperan aktif dalam mengidentifikasi faktor budaya yang berkontribusi terhadap dinamika emosional siswa.

Selain perbedaan ekspresi emosi, tantangan lain muncul ketika siswa menghadapi stereotip, bias, atau prasangka budaya dalam pergaulan sehari-hari. Situasi seperti itu berpotensi menurunkan harga diri, menciptakan perasaan tidak aman, dan menurunkan kemampuan sosial siswa. Konselor dalam hal ini berfungsi sebagai mediator yang membantu siswa memahami makna perbedaan, mengembangkan kemampuan resolusi konflik, serta membangun empati antarbudaya. Dengan demikian, peran konselor bukan hanya memberikan layanan konseling, tetapi juga mengupayakan terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan menghargai keberagaman.

Dalam konteks intervensi konseling individual, konselor perlu menerapkan pendekatan yang sensitif budaya, yaitu pendekatan yang menghargai nilai, keyakinan, serta cara pandang siswa terhadap dunia. Penerapan teknik konseling harus disesuaikan dengan latar budaya konseli, mulai dari cara konselor berkomunikasi, bentuk pertanyaan, hingga strategi membantu siswa mengelola emosinya. Pendekatan ini memungkinkan siswa merasa dihargai dan dipahami, sehingga lebih terbuka dalam mengeksplorasi kesulitan emosional yang sedang mereka hadapi.

Selain melalui konseling individual, konselor juga dapat memfasilitasi kesehatan emosi melalui konseling kelompok dalam konteks multikultural. Konseling kelompok memberikan ruang bagi siswa untuk memahami keragaman pengalaman emosional antaranggota kelompok. Melalui dinamika kelompok, siswa belajar untuk mendengarkan, menunjukkan empati, serta melihat bagaimana budaya memengaruhi cara seseorang memaknai peristiwa emosional. Konselor berperan memastikan bahwa setiap siswa memiliki kesempatan untuk didengar dan dihargai, sehingga kelompok menjadi tempat aman bagi pengembangan kesadaran antarbudaya.

Peran konselor juga mencakup pemberian layanan psikoedukasi terkait kesehatan emosi dan keberagaman budaya. Psikoedukasi sangat penting untuk membantu siswa memahami emosi mereka, mengenali tanda stres, serta mengembangkan strategi pengelolaan emosi. Dalam konteks multikultural, psikoedukasi dapat dirancang untuk memperkuat toleransi, komunikasi lintas budaya, dan pemahaman terhadap perbedaan norma emosional. Program ini membantu siswa membangun keterampilan sosial yang relevan dengan kehidupan dalam masyarakat yang beragam.

Di tingkat sistem sekolah, konselor perlu bekerja sama dengan guru, orang tua, dan pemangku kepentingan lainnya untuk menciptakan iklim sekolah yang responsif terhadap keberagaman budaya. Kolaborasi ini mencakup penyamaan persepsi mengenai kebutuhan emosional siswa, intervensi skolastik, serta tindakan preventif untuk mengurangi potensi diskriminasi budaya. Ketika seluruh komponen sekolah memahami pentingnya kesehatan emosi berbasis multikultural, siswa akan memperoleh dukungan komprehensif yang memperkuat kesejahteraan psikologis mereka.

Secara keseluruhan, peran konselor dalam memfasilitasi kesehatan emosi siswa yang tumbuh di lingkungan multikultural adalah upaya yang melibatkan kepekaan budaya, pemahaman mendalam tentang dinamika

emosional, serta kompetensi profesional dalam mengelola layanan konseling. Konselor tidak hanya membantu siswa menyelesaikan masalah emosional, tetapi juga membimbing mereka menjadi individu yang resilien, adaptif, dan mampu membangun hubungan sosial yang sehat di tengah keberagaman. Integrasi pendekatan multikultural dalam konseling menjadi landasan penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif dan mendukung seluruh aspek perkembangan emosional siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Dari keseluruhan pembahasan mengenai peran konselor dalam memfasilitasi kesehatan emosi siswa di lingkungan multikultural, dapat disimpulkan bahwa keragaman budaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap cara siswa memaknai, mengekspresikan, dan mengelola emosi. Setiap siswa membawa latar belakang nilai, keyakinan, serta pola komunikasi yang berbeda, sehingga respons emosional mereka terhadap situasi tertentu juga tidak selalu sama. Dalam konteks ini, konselor memegang peranan penting sebagai fasilitator yang membantu siswa memahami dirinya, mengelola konflik emosional, serta beradaptasi dengan keberagaman yang ada di lingkungan sekolah. Peran konselor tidak hanya berada pada ranah konseling individual, tetapi juga pada pembentukan iklim sekolah yang inklusif, aman, dan responsif terhadap kebutuhan emosional seluruh siswa. Melalui pendekatan sensitif budaya, konselor dapat membantu siswa meningkatkan empati, membangun hubungan sosial yang lebih sehat, serta mengembangkan strategi regulasi emosi yang sesuai dengan konteks multikultural tempat mereka bertumbuh. Dengan demikian, upaya memfasilitasi kesehatan emosi bukan hanya sekadar mengatasi masalah psikologis, tetapi juga membangun kesiapan siswa agar mampu berfungsi optimal dalam lingkungan yang majemuk.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan tersebut, disarankan agar konselor terus meningkatkan kompetensi multikultural melalui pelatihan, studi literatur, dan refleksi profesional sehingga mampu memberikan layanan yang sesuai dengan latar belakang siswa yang beragam. Sekolah juga diharapkan menyediakan dukungan kebijakan yang memperkuat iklim inklusif, termasuk pengembangan program psikoedukasi tentang keberagaman dan kesehatan emosi. Selain itu, kerja sama antara konselor, guru, dan orang tua perlu diperkuat untuk memastikan siswa mendapatkan pendampingan komprehensif baik di sekolah maupun di rumah. Untuk pengembangan teoretis, penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk menemukan model intervensi konseling multikultural yang lebih efektif dan relevan dengan kebutuhan siswa masa kini. Upaya ini diharapkan dapat memperkaya praktik konseling serta memperkuat kesejahteraan emosional siswa di lingkungan pendidikan yang multikultural.

DAFTAR RUJUKAN

- Aisah, H., & Uus Ruswadi. (2020). Bimbingan dan Konseling Multikultural di Lembaga Pendidikan Pesantren Pada Generasi Z. *Jurnal IKA: Ikatan Alumni PGSD UNARS*, 8(2), 511–523.
- Marina, Dina. (2024). Peran Konselor dalam Penanganan dan Pencegahan Masalah Kesehatan Mental Siswa di Sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Konseling Undana*, 2(1), 1–9.
- Moesarofah. (2023). Identifikasi Peran Konselor Sekolah dalam Layanan Kesehatan Mental Berbasis Sekolah. *JKPI: Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 337–344.
- Nabila, D., & Ningsih, R. (2022). Peran Konselor Dalam Konseling Multibudaya Untuk Mewujudkan Kesadaran Multikural. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 326–330.
- Rifani, E., Susilawati, & Anggraini, W. (2022). Sikap Multikulturalisme Konselor Sekolah. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 415–420.