

Fondasi Konseling Profesional: Kepribadian Konselor, Etika, Proses, dan Inovasi Media

Foundations of Professional Counseling: Counselor Personality, Ethics, Processes, and Media Innovation

Nabila Atika Ajra¹, Amirah Diniyati²

^{1,2}Magister Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

ARTICLE INFO

Article history:

Article history:

Received 10 May 2026

Revised 15 May 2026

Accepted 17 May 2026

Available online 22 May 2026

Keywords

Counselor Personality, Counseling
Ethics, Counseling Media



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRACT

This article discusses personality aspects, ethics, counseling processes, and counseling media as essential components that determine the effectiveness of professional counseling services. The background of this study is based on the need for counselors to understand the dynamics of the counselor–client relationship in a holistic manner, including personal characteristics and ethical guidelines that underpin counseling practice. The focus of the discussion includes the role of counselor and client personality, the importance of the therapeutic alliance, fundamental counseling ethical principles, systematic stages of the counseling process, and the use of media as supportive tools for intervention. The method applied in this article is a literature review by examining various scientific sources, journals, and relevant references related to counseling and psychological guidance. The findings indicate that counselor personality traits such as empathy, genuineness, emotional stability, and unconditional positive regard significantly influence counseling success. Furthermore, the implementation of ethical principles such as confidentiality, client autonomy, informed consent, and justice serves as the main foundation for maintaining professionalism. The use of

counseling media, including visual, audio, therapeutic play, and digital technology, also enhances communication and intervention effectiveness according to client needs. In conclusion, an integrative understanding of personality, ethics, counseling processes, and media is a crucial foundation for improving the quality of counseling services that are effective, safe, and respectful of client dignity.

ABSTRAK

Artikel ini membahas aspek kepribadian, etika, proses, serta media dalam konseling sebagai komponen penting yang menentukan efektivitas layanan konseling profesional. Latar belakang penulisan artikel ini didasarkan pada kebutuhan konselor untuk memahami dinamika hubungan konselor–klien secara lebih holistik, baik dari sisi karakteristik pribadi maupun pedoman etika yang mendasari praktik konseling. Fokus pembahasan meliputi peran kepribadian konselor dan klien, pentingnya relasi terapeutik (therapeutic alliance), prinsip-prinsip etika konseling, tahapan proses konseling yang sistematis, serta pemanfaatan media sebagai sarana pendukung intervensi. Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah studi literatur dengan menelaah berbagai sumber ilmiah, jurnal, dan referensi relevan terkait konseling dan bimbingan psikologis. Hasil kajian menunjukkan bahwa kepribadian konselor seperti empati, autentisitas, stabilitas emosi, serta penerimaan tanpa syarat berpengaruh besar terhadap keberhasilan konseling. Selain itu, penerapan prinsip etika seperti kerahasiaan, otonomi klien, informed consent, dan keadilan menjadi landasan utama dalam menjaga profesionalitas. Penggunaan media konseling, baik visual, audio, permainan terapeutik, maupun teknologi digital, juga meningkatkan efektivitas komunikasi dan intervensi sesuai kebutuhan klien. Kesimpulannya, pemahaman integratif mengenai aspek kepribadian, etika, proses konseling, dan media merupakan fondasi penting untuk meningkatkan kualitas layanan konseling yang efektif, aman, dan bermartabat.

INTRODUCTION

Konseling merupakan layanan bantuan psikologis profesional yang bertujuan membantu individu memahami diri, mengatasi permasalahan, serta mengembangkan potensi secara optimal melalui hubungan terapeutik antara konselor dan klien. Keberhasilan proses konseling tidak hanya ditentukan oleh teknik intervensi yang digunakan, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh

*Corresponding Author

Email: nabilaatika3105@gmail.com

kualitas kepribadian konselor, karakteristik klien, penerapan prinsip etika, tahapan proses konseling yang sistematis, serta pemanfaatan media yang relevan. Kepribadian konselor seperti empati, autentisitas, stabilitas emosi, dan penerimaan tanpa syarat menjadi faktor utama dalam membangun hubungan konseling yang efektif dan suportif (Harahap et al., 2022; Nugroho, 2023). Selain itu, kualitas *therapeutic alliance* atau relasi terapeutik terbukti sebagai prediktor penting dalam menentukan hasil konseling, karena hubungan yang kuat memungkinkan klien lebih terbuka dan terlibat dalam proses perubahan (Bordin, 1979; Duff & Bedi, 2010).

Dalam praktik, layanan konseling seharusnya dijalankan dengan menjunjung tinggi kode etik profesi, seperti kerahasiaan, otonomi klien, beneficence, non-maleficence, serta informed consent, guna melindungi hak dan martabat klien (Safitri et al., 2025; Nababan, 2023). Namun, realitas di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan antara standar ideal dan praktik yang terjadi, terutama dalam menghadapi dilema etika seperti hubungan ganda, konflik kepentingan, penanganan populasi rentan, hingga tantangan privasi dalam konseling berbasis digital (Anindya et al., 2024). Perkembangan teknologi juga mendorong penggunaan media konseling yang semakin luas, baik melalui media visual, audio-visual, bibliotherapy, maupun cyber counseling. Media dapat meningkatkan efektivitas komunikasi dan intervensi, tetapi juga memunculkan tantangan baru terkait kompetensi konselor dan keamanan data klien (Faiz et al., 2018).

Berdasarkan kondisi tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif keterkaitan aspek kepribadian, etika, proses konseling, serta penggunaan media dalam praktik konseling modern. Nilai baru dari kajian ini terletak pada sintesis integratif antara faktor personal konselor-klien, prinsip etika profesional, dan inovasi media konseling dalam konteks perkembangan layanan konseling di era digital. Dengan pemahaman yang lebih holistik, diharapkan konseling dapat dilaksanakan secara lebih efektif, aman, dan bermartabat sesuai kebutuhan klien masa kini.

RESEARCH METHOD

Artikel ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*) dengan pendekatan deskriptif. Metode ini dipilih untuk menganalisis dan mensintesis berbagai teori serta hasil penelitian yang relevan mengenai aspek kepribadian, etika, proses, dan media dalam konseling. Data diperoleh melalui penelusuran sumber-sumber ilmiah berupa jurnal nasional dan internasional, buku akademik, serta artikel penelitian yang diterbitkan dalam kurun waktu maksimal sepuluh tahun terakhir, guna memastikan keterbaruan kajian. Proses pengumpulan data dilakukan melalui identifikasi, seleksi, dan telaah kritis terhadap referensi yang berkaitan dengan topik konseling profesional. Selanjutnya, data dianalisis dengan cara mengelompokkan tema-tema utama, seperti kepribadian konselor dan klien, relasi terapeutik, prinsip-prinsip etika konseling, tahapan proses konseling, serta penggunaan media konseling modern. Hasil analisis disajikan secara naratif untuk memberikan pemahaman komprehensif mengenai keterkaitan antara aspek personal, etis, dan inovasi media dalam meningkatkan efektivitas layanan konseling di era digital.

RESULT AND DISCUSSION

Aspek Kepribadian dalam Konseling

Kepribadian merupakan salah satu aspek psikologis yang sangat penting untuk dipahami dalam proses konseling, karena kepribadian mencerminkan pola khas individu dalam berpikir, merasakan, dan berperilaku. Kepribadian dapat dipahami sebagai struktur psikologis yang relatif menetap yang membentuk cara seseorang menanggapi pengalaman hidup, mengelola emosi, serta membangun relasi dengan lingkungan sosialnya. Dalam konteks konseling, pemahaman terhadap kepribadian klien membantu konselor dalam melihat klien sebagai individu yang utuh, bukan sekadar seseorang yang memiliki masalah tertentu (Fitriyani et al., 2025).

Kepribadian juga berperan sebagai dasar munculnya perilaku dan respons emosional klien dalam menghadapi situasi tertentu. Misalnya, individu dengan kecenderungan kepribadian yang lebih stabil secara emosional mungkin lebih mudah mengelola stres dibandingkan individu dengan tingkat kecemasan tinggi. Oleh karena itu, pola kepribadian klien menjadi faktor yang

memengaruhi bagaimana klien memaknai masalah, menentukan keputusan, serta menjalani proses perubahan selama konseling berlangsung (Harahap et al., 2022). Dalam praktik konseling, konselor tidak hanya berfokus pada masalah yang dialami klien, tetapi juga pada karakteristik kepribadian yang mendasari munculnya masalah tersebut. Kepribadian klien dapat memengaruhi cara klien berkomunikasi, tingkat keterbukaan dalam sesi konseling, serta kesiapan untuk menerima bantuan. Klien dengan kepribadian tertutup misalnya, mungkin membutuhkan waktu lebih lama untuk membangun rasa percaya terhadap konselor. Sebaliknya, klien yang lebih terbuka cenderung lebih mudah mengekspresikan emosi dan pikiran secara langsung (Nugroho, 2023).

Selain kepribadian klien, kepribadian konselor juga merupakan faktor penting dalam membentuk dinamika hubungan konseling. Hubungan konselor-klien atau relasi terapeutik merupakan inti dari keberhasilan konseling. Konselor yang memiliki kompetensi kepribadian seperti empati, kestabilan emosi, sikap hangat, dan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik akan lebih mampu menciptakan suasana konseling yang aman dan suportif (Fitriani et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Harahap et al., 2022 menunjukkan bahwa kualitas kepribadian konselor dapat memengaruhi efektivitas layanan konseling, karena konselor menjadi figur yang membantu klien mengeksplorasi diri, memahami masalah secara mendalam, serta menemukan strategi penyelesaian yang sesuai. Dengan demikian, konseling yang efektif membutuhkan pemahaman kepribadian secara dua arah, baik dari sisi klien maupun konselor. Dengan memahami aspek kepribadian, konselor dapat merancang pendekatan yang lebih tepat, memilih teknik intervensi yang sesuai, serta membangun hubungan terapeutik yang kuat. Oleh sebab itu, kepribadian dapat dipandang sebagai fondasi penting dalam proses konseling individu, karena membantu konselor memahami klien secara lebih holistik dan meningkatkan keberhasilan pencapaian tujuan konseling (Fitriyani et al., 2025). Adapun pembahasan lebih lanjut mengenai kepribadian dalam konseling sebagai berikut.

Kepribadian Konselor

Kepribadian konselor merupakan komponen utama dalam keberhasilan layanan konseling. Dalam praktik konseling, konselor bukan hanya berfungsi sebagai penyampai teknik atau metode intervensi, melainkan menjadi figur sentral yang menghadirkan suasana terapeutik bagi klien. Oleh karena itu, konselor sering disebut sebagai “alat utama” dalam proses konseling, karena kualitas pribadi konselor secara langsung memengaruhi efektivitas hubungan konseling serta keberhasilan perubahan pada diri klien (Fitriani et al., 2024). Kepribadian konselor mencakup karakteristik internal yang tercermin dalam sikap, emosi, nilai, dan cara konselor membangun relasi dengan klien. Konselor yang memiliki kepribadian matang akan mampu menciptakan hubungan konseling yang aman, suportif, dan penuh kepercayaan. Hubungan ini menjadi dasar bagi klien untuk merasa nyaman dalam mengekspresikan masalah pribadi yang mendalam, termasuk pengalaman traumatis, konflik emosional, maupun kesulitan interpersonal (Harahap et al., 2022).

Selain itu, kepribadian konselor juga berkaitan dengan profesionalitas. Konselor tidak hanya dituntut memiliki kompetensi akademik, tetapi juga kualitas personal yang mencerminkan integritas, kestabilan emosi, serta kemampuan menjalin komunikasi terapeutik. Dengan demikian, kepribadian konselor menjadi faktor yang tidak dapat dipisahkan dari keterampilan teknis dalam konseling (Fitriyani et al., 2025). Adapun karakteristik konselor sebagai berikut:

1) Karakteristik konselor yang efektif

Kepribadian konselor yang efektif dapat dilihat dari beberapa karakteristik penting yang mendukung terciptanya hubungan terapeutik yang positif. Pertama, empati merupakan kemampuan konselor untuk memahami perasaan, pikiran, dan pengalaman klien dari sudut pandang klien. Empati membantu konselor merasakan apa yang dialami klien tanpa harus larut dalam emosi tersebut. Dengan empati, klien akan merasa dimengerti dan dihargai, sehingga lebih terbuka untuk membahas permasalahan secara mendalam (Nugroho, 2023).

2) Konselor perlu memiliki autentisitas (*genuineness*)

Sikap tulus dan keaslian dalam berinteraksi dengan klien. Autentisitas membuat konselor hadir sebagai pribadi yang nyata, bukan sekadar profesional yang bersikap formal atau

menjaga jarak secara berlebihan. Konselor yang autentik membangun relasi yang lebih hangat dan memperkuat rasa percaya klien dalam proses konseling (Fitriyani et al., 2025).

3) Penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*).

Konselor perlu menerima klien apa adanya, tanpa menghakimi latar belakang, perilaku, atau keputusan yang pernah dibuat klien. Sikap penerimaan ini memberikan ruang aman bagi klien untuk mengeksplorasi dirinya secara jujur dan mengembangkan pemahaman diri yang lebih sehat (Harahap et al., 2022).

4) Konselor harus memiliki stabilitas emosi

Kemampuan mengelola emosi pribadi secara baik dalam situasi konseling. Dalam praktiknya, konselor sering berhadapan dengan klien yang membawa perasaan marah, sedih, trauma, atau putus asa. Konselor yang stabil secara emosional mampu tetap tenang, objektif, serta tidak mudah terpengaruh oleh tekanan emosional klien (Fitriyani et al., 2024). Kelima, konselor efektif memerlukan keterampilan interpersonal yang baik, seperti kemampuan komunikasi terapeutik, mendengarkan aktif, memberikan respons yang tepat, serta membangun hubungan kerja sama dengan klien. Hubungan interpersonal yang positif sangat penting karena konseling merupakan proses yang berbasis relasi, bukan sekadar pemberian nasihat atau solusi instan (Nugroho, 2023).

5) Pentingnya *Self-Awareness* dan Refleksi Diri Konselor

Selain karakteristik tersebut, konselor juga perlu memiliki *self-awareness* atau kesadaran diri yang tinggi. *Self-awareness* mencakup kemampuan konselor untuk memahami emosi, nilai, pengalaman pribadi, serta bias yang mungkin memengaruhi proses konseling. Kesadaran diri penting agar konselor tidak mencampurkan masalah pribadi ke dalam relasi konseling dan mampu menjaga profesionalitas (Fitriyani et al., 2025).

Refleksi diri merupakan bagian dari pengembangan profesional konselor. Konselor perlu secara rutin mengevaluasi cara dirinya merespons klien, efektivitas hubungan terapeutik, serta kualitas intervensi yang diberikan. Melalui refleksi diri, konselor dapat terus meningkatkan kompetensi kepribadian dan memperbaiki kualitas layanan konseling secara berkelanjutan (Fitriyani et al., 2024).

Dengan demikian, kepribadian konselor merupakan inti dari praktik konseling. Konselor yang memiliki empati, autentisitas, penerimaan tanpa syarat, stabilitas emosi, keterampilan interpersonal, serta kesadaran diri yang baik akan lebih mampu membangun hubungan terapeutik yang efektif dan membantu klien mencapai perubahan psikologis yang positif.

Kepribadian Klien

Dalam praktik konseling, terdapat beberapa faktor penting yang perlu dipahami konselor terkait kepribadian klien.

1) Motivasi Klien

Motivasi klien merupakan aspek awal yang menentukan keberhasilan konseling. Klien yang datang dengan kesadaran dan kemauan untuk berubah biasanya lebih kooperatif dan aktif dalam proses konseling. Sebaliknya, klien yang hadir karena tekanan eksternal sering kali menunjukkan keterlibatan yang rendah. Oleh karena itu, konselor perlu mengeksplorasi motivasi klien agar intervensi dapat disesuaikan dengan kesiapan klien (Harahap et al., 2022).

2) Gaya Coping

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi stres atau masalah, yang dikenal sebagai gaya coping. Ada klien yang menggunakan coping adaptif seperti mencari dukungan sosial atau pemecahan masalah, namun ada pula yang menggunakan coping maladaptif seperti menghindar atau menyangkal masalah. Pemahaman terhadap gaya coping klien membantu konselor dalam mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri klien (Fitriyani et al., 2025).

3) Latar Budaya dan Nilai Hidup

Kepribadian klien tidak dapat dilepaskan dari konteks budaya dan nilai hidup yang dianut. Latar budaya memengaruhi cara individu memandang masalah, mengekspresikan emosi, serta menentukan apa yang dianggap sebagai perilaku yang dapat diterima. Konselor

perlu memiliki sensitivitas budaya agar dapat memahami pengalaman klien secara lebih holistik dan menghindari kesalahpahaman dalam proses konseling (Nugroho, 2023).

4) Kecenderungan Resistensi

Dalam konseling, resistensi merupakan respons umum yang muncul ketika klien merasa tidak nyaman, takut berubah, atau belum siap menghadapi konflik internal. Resistensi dapat muncul dalam bentuk penolakan, diam, atau ketidakkooperatifan. Konselor perlu memahami bahwa resistensi sering kali berkaitan dengan struktur kepribadian dan mekanisme pertahanan diri klien, sehingga perlu ditangani dengan empati dan pendekatan yang tepat (Harahap et al., 2022).

5) Struktur Kepribadian Tertentu

Dalam beberapa kasus, konselor juga perlu memahami struktur kepribadian tertentu yang dapat memengaruhi kompleksitas masalah klien. Misalnya, klien dengan kecenderungan neurotik cenderung lebih mudah mengalami kecemasan dan ketidakstabilan emosional. Klien dengan ciri borderline dapat menunjukkan pola hubungan interpersonal yang tidak stabil dan emosi yang intens. Pemahaman terhadap struktur kepribadian ini penting agar konselor dapat menentukan batasan profesional, memilih pendekatan konseling yang sesuai, serta mempertimbangkan rujukan apabila diperlukan (Fitriani et al., 2024).

Dengan demikian, kepribadian klien merupakan faktor utama yang menentukan bagaimana proses konseling berlangsung. Keunikan karakter klien memengaruhi motivasi, gaya coping, respons budaya, resistensi, serta dinamika hubungan terapeutik. Konselor yang mampu memahami aspek-aspek kepribadian klien secara mendalam akan lebih efektif dalam membangun relasi konseling yang suportif dan membantu klien mencapai perubahan yang positif.

Relasi Terapeutik (*Therapeutic Alliance*)

Relasi terapeutik atau *therapeutic alliance* merujuk pada hubungan kolaboratif antara konselor/terapis dan klien yang dibangun atas dasar kerja sama, kepercayaan, serta komitmen bersama terhadap proses konseling. Banyak penelitian menunjukkan bahwa kualitas relasi terapeutik merupakan prediktor utama keberhasilan terapi atau konseling, bahkan lebih signifikan daripada teknik atau model terapi tertentu (IResearchNet; Duff & Bedi, 2010; Herdi, 2020). Adapun relasi terapeutik meliputi:

a) Hubungan Konseling sebagai Prediktor Utama Keberhasilan Terapi.

Relasi terapeutik sering dijadikan ukuran utama dalam menilai efektivitas terapi. Kualitas hubungan yang positif antara konselor dan klien memengaruhi sejauh mana klien mau terlibat dalam proses konseling, mengikuti intervensi, serta melakukan perubahan perilaku atau kognitif yang diharapkan. Meta-analisis dan kajian empiris menunjukkan bahwa aliansi terapeutik berkorelasi signifikan dengan hasil terapi yang positif misalnya, klien dengan aliansi kuat cenderung menunjukkan penurunan gejala yang lebih besar (*Alliance-outcome relationship*) dalam berbagai setting klinis.

b) Komponen *Working Alliance* menurut Edward Bordin.

Bordin (1979) mengembangkan salah satu teori paling berpengaruh mengenai *working alliance*, yang menggambarkan relasi terapeutik sebagai kerja sama aktif antara konselor dan klien yang terdiri dari:

1) Ikatan Emosional (*Emotional Bond*)

Ini mencakup rasa saling percaya, respek, dan keterhubungan secara emosional antara konselor dan klien. Ikatan ini memungkinkan klien merasa aman untuk membuka diri, berbagi pengalaman pribadi, serta mengeksplorasi konflik batin tanpa takut dihakimi atau ditolak.

2) Kesepakatan Tujuan (*Agreement on Goals*)

Kesepakatan tentang apa yang ingin dicapai klien melalui konseling merupakan elemen kunci. Tujuan ini harus dirumuskan bersama dan dipahami oleh kedua pihak, misalnya perubahan pola pikir tertentu, pengembangan keterampilan hidup, atau penurunan gejala tertentu. Persetujuan ini menunjukkan bahwa klien dan konselor berjalan dalam arah yang sama.

3) Kesepakatan Tugas Konseling (*Agreement on Tasks*)

Ini merujuk pada kesepakatan terhadap langkah-langkah atau intervensi yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan konseling. Konselor dan klien perlu menyetujui tugas-tugas spesifik yang disepakati, seperti teknik refleksi diri, latihan berpikir adaptif, atau strategi coping.

Etika dalam Konseling

Pengertian Etika Konseling

Etika konseling merupakan pedoman moral dan profesional yang menjadi landasan perilaku konselor dalam praktik layanan konseling. Etika ini bukan sekadar aturan formal, tetapi mencerminkan prinsip moral yang harus ditaati oleh setiap konselor dalam interaksi profesionalnya dengan klien. Etika berfungsi untuk membimbing konselor dalam mengambil keputusan yang benar dalam situasi yang kompleks dan rentan secara emosional, serta untuk memastikan bahwa tindakan konselor selalu berpihak pada kesejahteraan klien dan menjunjung tinggi martabat manusia (Safitri et al., 2025; Nababan, 2023).

Etika konseling mencakup nilai-nilai seperti kejujuran, tanggung jawab, integritas, keadilan, dan penghormatan terhadap hak serta martabat klien. Nilai-nilai ini tertuang dalam kode etik profesi konseling, seperti yang dirumuskan oleh organisasi profesi di bidang bimbingan dan konseling (misalnya Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia) dan berbagai kode etik internasional yang menjadi acuan standar praktik (Safitri et al., 2025). Tujuan utama etika konseling adalah melindungi klien dari kemungkinan kerugian atau eksploitasi, serta menjaga integritas profesi konseling secara keseluruhan.

Prinsip-Prinsip Etika Utama

a) *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Kerahasiaan merupakan salah satu prinsip etika paling mendasar dalam konseling. Prinsip ini mengharuskan konselor menjaga informasi pribadi klien agar tidak disebarluaskan tanpa izin klien. Kerahasiaan menciptakan rasa aman sehingga klien dapat terbuka dalam mengungkapkan pengalaman, emosi, maupun konflik pribadi. Tanpa jaminan kerahasiaan, hubungan terapeutik akan sulit terbangun secara efektif (Faiz et al., 2018). Namun, dalam kondisi tertentu, kerahasiaan dapat dibatasi, misalnya apabila terdapat ancaman serius terhadap keselamatan klien atau orang lain. Oleh sebab itu, konselor perlu menjelaskan batas-batas confidentiality sejak awal layanan (Anindya et al., 2024).

b) *Autonomy* (Hak Klien Menentukan Pilihan)

Prinsip *autonomy* menekankan bahwa klien memiliki hak untuk menentukan pilihan dan keputusan dalam hidupnya. Konselor tidak boleh memaksakan nilai, keyakinan, atau keputusan pribadi kepada klien. Peran konselor adalah membantu klien memahami pilihan yang tersedia dan mendukung klien dalam mengambil keputusan secara sadar dan bertanggung jawab (Nababan, 2023). *Autonomy* juga berkaitan dengan penghormatan terhadap martabat klien sebagai individu yang memiliki kebebasan dan kontrol atas hidupnya. Konseling yang etis harus mendorong kemandirian klien, bukan ketergantungan pada konselor.

c) *Beneficence* (Memberikan Manfaat)

Beneficence berarti bahwa konselor berkewajiban untuk memberikan manfaat bagi klien melalui layanan yang dilakukan. Konselor harus bertindak demi kepentingan terbaik klien, membantu klien mengembangkan potensi, mengatasi masalah, serta mencapai kesejahteraan psikologis (Safitri et al., 2025). Prinsip ini menuntut konselor untuk menggunakan kompetensi profesional secara optimal agar intervensi yang diberikan benar-benar mendukung perkembangan klien.

d) *Non-Maleficence* (Tidak Membahayakan)

Non-maleficence merupakan prinsip etika yang menegaskan bahwa konselor harus menghindari tindakan yang dapat membahayakan klien, baik secara fisik maupun psikologis. Konselor harus berhati-hati agar proses konseling tidak menimbulkan trauma baru, ketergantungan, atau dampak negatif lainnya (Faiz et al., 2018). Prinsip ini juga mencakup

kewajiban konselor untuk bekerja sesuai batas kompetensinya. Jika masalah klien berada di luar kemampuan konselor, maka konselor harus melakukan rujukan kepada profesional yang lebih tepat.

e) *Justice* (Keadilan dan Non-Diskriminasi)

Prinsip *justice* menekankan bahwa konselor harus memberikan layanan secara adil tanpa diskriminasi. Konselor wajib menghormati keberagaman klien, termasuk perbedaan budaya, agama, gender, status sosial, maupun latar belakang lainnya (Anindya et al., 2024). Keadilan dalam konseling juga berarti bahwa setiap klien memiliki hak yang sama untuk memperoleh layanan yang profesional dan bermartabat. Konselor harus menghindari bias atau prasangka yang dapat memengaruhi proses konseling.

f) *Fidelity* (Kesetiaan dan Tanggung Jawab Profesional)

Fidelity merujuk pada kesetiaan konselor dalam menjaga komitmen profesional dan membangun hubungan yang dapat dipercaya. Konselor harus menunjukkan tanggung jawab, konsistensi, serta integritas dalam menjalankan perannya. *Fidelity* juga mencakup kewajiban konselor untuk menghormati kontrak konseling, menjaga batas profesional, serta tidak menyalahgunakan relasi terapeutik untuk kepentingan pribadi (Safitri et al., 2025).

Informed Consent

Informed consent merupakan salah satu aspek etika yang sangat penting dalam praktik konseling profesional. *Informed consent* dapat dipahami sebagai persetujuan sadar yang diberikan oleh klien sebelum proses konseling dimulai, setelah klien memperoleh informasi yang jelas, lengkap, dan dapat dipahami mengenai layanan konseling yang akan dijalani. Persetujuan ini bukan sekadar formalitas administratif, tetapi merupakan bentuk penghormatan terhadap hak klien serta wujud komitmen konselor untuk menjalankan praktik yang etis dan transparan (Nababan, 2023). *Informed consent* menjadi dasar dalam membangun hubungan terapeutik yang sehat karena memberikan kesempatan kepada klien untuk memahami proses konseling dan membuat keputusan secara sukarela. Dengan adanya *informed consent*, klien dapat mengetahui apa yang diharapkan dalam sesi konseling, sekaligus merasa aman bahwa layanan yang diterima berjalan sesuai standar profesional (Safitri et al., 2025).

Selain itu, *informed consent* juga berkaitan erat dengan prinsip *autonomy*, yaitu hak klien untuk menentukan pilihan dan mengambil keputusan dalam hidupnya. Konselor tidak boleh memulai proses konseling tanpa adanya persetujuan klien yang diberikan secara sadar, karena hal tersebut dapat melanggar hak dasar klien sebagai individu yang bebas dan bermartabat (Faiz et al., 2018). Dalam praktik konseling, *informed consent* harus memuat beberapa informasi penting yang perlu dipahami klien sebelum layanan dimulai.

1. Tujuan Konseling

Klien perlu mengetahui tujuan utama dari konseling yang akan dilakukan. Konselor harus menjelaskan bahwa konseling bertujuan membantu klien memahami masalah, mengembangkan potensi diri, serta menemukan strategi penyelesaian yang sesuai. Penjelasan tujuan ini membantu klien memiliki gambaran yang realistis mengenai arah dan hasil yang ingin dicapai melalui konseling (Safitri et al., 2025).

2. Metode dan Durasi Konseling

Informed consent juga harus mencakup penjelasan mengenai metode atau pendekatan yang akan digunakan dalam konseling, misalnya konseling individu, konseling kelompok, atau teknik tertentu seperti *cognitive-behavioral counseling*. Selain itu, konselor perlu menjelaskan durasi sesi, frekuensi pertemuan, serta estimasi lamanya proses konseling agar klien memiliki pemahaman yang jelas mengenai komitmen waktu yang dibutuhkan (Anindya et al., 2024).

3. Hak Klien

Salah satu komponen utama *informed consent* adalah penegasan mengenai hak klien dalam proses konseling. Klien berhak untuk bertanya, memberikan persetujuan atau penolakan terhadap teknik tertentu, serta menghentikan konseling kapan pun jika merasa tidak nyaman. Konselor juga perlu menjelaskan bahwa klien memiliki hak untuk

diperlakukan secara adil, dihormati, serta memperoleh layanan tanpa diskriminasi (Nababan, 2023).

4. Batasan Kerahasiaan

Kerahasiaan merupakan prinsip inti dalam konseling, namun klien juga perlu memahami bahwa confidentiality memiliki batas tertentu. Dalam informed consent, konselor harus menjelaskan bahwa informasi klien akan dijaga kerahasiaannya, kecuali dalam situasi khusus seperti adanya ancaman serius terhadap keselamatan klien atau orang lain, atau jika diwajibkan oleh hukum. Penjelasan batasan ini penting agar klien tidak merasa dikhianati apabila konselor harus mengambil tindakan tertentu demi keselamatan (Anindya et al., 2024).

5. Pentingnya Informed Consent

Informed consent tidak hanya melindungi klien, tetapi juga melindungi konselor dan profesi konseling secara keseluruhan. Dengan adanya informed consent, konselor menunjukkan sikap profesional, transparan, dan bertanggung jawab. Selain itu, informed consent membantu mencegah terjadinya kesalahpahaman antara konselor dan klien mengenai proses konseling yang sedang dijalani (Safitri et al., 2025).

Dengan demikian, informed consent merupakan langkah awal yang sangat penting dalam praktik konseling etis karena menjamin bahwa klien memulai konseling dengan kesadaran penuh, memahami hak dan kewajibannya, serta mengetahui batasan-batasan profesional dalam hubungan konseling. Hubungan konseling yang didasarkan pada fidelity akan memperkuat kepercayaan klien dan meningkatkan efektivitas proses konseling.

Dilema Etika dalam Praktik Konseling

Dalam praktik konseling, konselor tidak hanya dituntut memiliki keterampilan membantu klien, tetapi juga wajib menjalankan layanan sesuai prinsip etika profesional. Namun, dalam kenyataannya konselor sering menghadapi situasi kompleks yang disebut dilema etika, yaitu kondisi ketika konselor harus memilih antara dua atau lebih keputusan yang sama-sama memiliki konsekuensi moral dan profesional. Dilema etika biasanya muncul karena adanya konflik antara prinsip-prinsip etika seperti kerahasiaan, keselamatan klien, hak otonomi, serta tanggung jawab hukum (Nababan, 2023). Dilema etika merupakan tantangan besar karena keputusan konselor dapat berdampak langsung pada kesejahteraan klien dan kredibilitas profesi konseling. Oleh sebab itu, konselor perlu memahami bentuk-bentuk dilema etika yang umum terjadi agar mampu mengambil keputusan secara tepat dan bertanggung jawab (Safitri et al., 2025). Adapun dilema etika dalam praktik konseling sebagai berikut:

1. Dual Relationship (Hubungan Ganda)

Dual relationship atau hubungan ganda terjadi ketika konselor memiliki lebih dari satu jenis hubungan dengan klien, misalnya hubungan profesional sekaligus hubungan pribadi, sosial, bisnis, atau keluarga. Hubungan semacam ini dapat menimbulkan risiko penyalahgunaan kekuasaan, bias dalam pengambilan keputusan, serta merusak objektivitas konselor. Misalnya, konselor yang juga merupakan teman dekat klien mungkin akan kesulitan menjaga batas profesional. Hubungan ganda dapat mengganggu proses konseling karena klien merasa tidak bebas mengekspresikan diri atau takut penilaian pribadi konselor memengaruhi layanan (Faiz et al., 2018). Oleh karena itu, konselor dianjurkan untuk menjaga batasan profesional yang jelas dan menghindari hubungan ganda yang berpotensi merugikan klien.

2. Konflik Kepentingan.

Konflik kepentingan terjadi ketika kepentingan pribadi konselor bertentangan dengan kepentingan terbaik klien. Situasi ini dapat muncul dalam berbagai bentuk, misalnya konselor memberikan layanan bukan demi kebutuhan klien, tetapi demi keuntungan finansial atau kepentingan institusi tertentu. Dalam kondisi seperti ini, konselor harus mengutamakan prinsip beneficence (memberikan manfaat) dan non-maleficence (tidak

membahayakan). Konselor juga perlu bersikap transparan serta merujuk klien kepada profesional lain jika tidak mampu menjaga objektivitas (Nababan, 2023).

3. Konseling pada Populasi Rentan

Populasi rentan dalam konseling mencakup anak-anak, remaja, penyandang disabilitas, korban kekerasan, atau individu dengan gangguan mental berat. Pada kelompok ini, dilema etika sering muncul karena klien mungkin memiliki keterbatasan dalam membuat keputusan secara mandiri. Konselor harus memastikan bahwa informed consent benar-benar dipahami sesuai kapasitas klien. Selain itu, konselor wajib menjaga perlindungan ekstra terhadap hak dan keselamatan klien rentan, karena risiko eksploitasi atau ketidakadilan lebih besar (Safitri et al., 2025). Dalam kasus anak, misalnya, konselor juga harus mempertimbangkan peran orang tua atau wali tanpa mengabaikan hak privasi anak.

4. Penanganan Kasus Krisis (Suicidal dan Kekerasan)

Salah satu dilema etika paling berat dalam konseling adalah ketika klien berada dalam kondisi krisis, seperti memiliki ide bunuh diri atau terlibat dalam kekerasan. Di satu sisi, konselor memiliki kewajiban menjaga kerahasiaan klien. Namun di sisi lain, konselor juga memiliki tanggung jawab moral dan hukum untuk melindungi keselamatan klien atau orang lain. Situasi ini menimbulkan dilema antara confidentiality dan duty to protect (kewajiban melindungi). Dalam kondisi seperti ini, konselor harus melakukan asesmen risiko secara serius, mempertimbangkan rujukan darurat, serta melibatkan pihak terkait bila diperlukan, sesuai batasan kerahasiaan yang telah dijelaskan dalam informed consent (Anindya et al., 2024). Keputusan konselor harus berorientasi pada keselamatan dan pencegahan bahaya yang lebih besar.

5. Etika dalam Konseling Online dan Privasi Data

Perkembangan teknologi menyebabkan konseling online semakin banyak dilakukan. Namun, praktik ini memunculkan dilema etika baru, terutama terkait privasi data, keamanan komunikasi, serta perlindungan kerahasiaan klien. Konselor perlu memastikan bahwa platform yang digunakan aman, data klien terlindungi, dan tidak terjadi kebocoran informasi. Selain itu, konselor harus menjelaskan kepada klien risiko yang mungkin muncul dalam konseling online, seperti keterbatasan kontrol terhadap lingkungan klien atau gangguan teknis (Anindya et al., 2024). Etika konseling online juga menuntut konselor untuk tetap menjaga profesionalitas meskipun interaksi dilakukan secara virtual.

Proses Konseling

Konseling sebagai Proses Sistematis

Konseling merupakan salah satu bentuk layanan bantuan psikologis yang dilakukan secara profesional untuk membantu individu memahami diri, mengatasi permasalahan, serta mengembangkan potensi yang dimiliki. Dalam praktiknya, konseling tidak dapat dipandang sebagai percakapan biasa atau sekadar aktivitas mendengarkan keluhan klien, melainkan sebuah proses intervensi psikologis yang terstruktur, terarah, dan memiliki tujuan yang jelas (Nababan, 2023).

Konseling disebut sebagai proses sistematis karena pelaksanaannya mengikuti tahapan-tahapan tertentu yang dirancang untuk menghasilkan perubahan positif dalam diri klien. Proses ini melibatkan hubungan profesional antara konselor dan klien, penggunaan teknik-teknik konseling berbasis teori, serta evaluasi terhadap perkembangan klien selama sesi berlangsung (Safitri et al., 2025).

Konseling Bukan Percakapan Biasa

Percakapan sehari-hari umumnya bersifat spontan, informal, dan tidak memiliki tujuan terapeutik yang jelas. Sebaliknya, konseling merupakan bentuk komunikasi profesional yang didasarkan pada prinsip-prinsip psikologi serta kode etik konseling. Konselor tidak hanya mendengarkan, tetapi juga melakukan asesmen, memberikan respons terapeutik, serta membantu klien menemukan pemahaman baru terhadap masalah yang dialami (Faiz et al., 2018). Dalam konseling, setiap sesi dilakukan dengan pendekatan yang terencana, misalnya melalui tahap pembukaan, eksplorasi masalah, perumusan tujuan, penerapan intervensi, hingga evaluasi.

Struktur ini membuat konseling menjadi proses yang sistematis dan berbeda dari interaksi sosial biasa.

Selain itu, konseling juga menuntut konselor memiliki kompetensi khusus, seperti keterampilan empati, kemampuan refleksi, serta pemahaman teori perkembangan dan kepribadian, sehingga intervensi yang diberikan benar-benar mendukung perubahan klien secara psikologis (Anindya et al., 2024).

Fokus Konseling pada Perubahan dan Pengembangan Diri Klien

Tujuan utama konseling adalah membantu klien mencapai perubahan yang konstruktif, baik dalam cara berpikir, pengelolaan emosi, maupun perilaku. Konseling berorientasi pada pertumbuhan pribadi, penguatan coping, dan peningkatan kesejahteraan psikologis klien (Safitri et al., 2025).

Perubahan dalam konseling tidak selalu berarti menyelesaikan masalah secara instan, tetapi lebih pada proses pengembangan diri yang berkelanjutan. Melalui konseling, klien dibantu untuk:

- mengenali akar permasalahan secara lebih mendalam,
- memahami kekuatan dan kelemahan diri,
- membangun strategi adaptif dalam menghadapi stres,
- meningkatkan kemampuan mengambil keputusan, serta
- mengembangkan potensi diri untuk mencapai kehidupan yang lebih sehat dan bermakna (Nababan, 2023).

Dengan demikian, konseling menjadi sarana penting untuk membantu individu tidak hanya keluar dari krisis, tetapi juga tumbuh menjadi pribadi yang lebih mandiri dan matang secara emosional.

Konseling sebagai Intervensi Psikologis Terstruktur

Konseling juga dapat dipahami sebagai intervensi psikologis karena melibatkan penerapan teknik dan strategi terapeutik yang didasarkan pada teori ilmiah. Misalnya, konselor dapat menggunakan pendekatan kognitif-perilaku untuk membantu klien mengubah pola pikir negatif, atau pendekatan humanistik untuk meningkatkan penerimaan diri klien.

Intervensi yang dilakukan bersifat profesional, bukan sekadar nasihat, melainkan proses kolaboratif yang mendorong klien menemukan solusi melalui pemahaman diri dan pengalaman emosional yang aman dalam hubungan konseling (Faiz et al., 2018).

Oleh karena itu, konseling sebagai proses sistematis memerlukan perencanaan, keterampilan konselor, serta evaluasi berkelanjutan agar tujuan perubahan klien dapat tercapai secara efektif. Tahapan Proses Konseling

Proses konseling merupakan rangkaian intervensi psikologis yang dilakukan secara sistematis dan terstruktur untuk membantu klien memahami permasalahan, mengembangkan potensi diri, serta mencapai perubahan yang lebih adaptif. Konseling tidak berlangsung secara spontan, melainkan mengikuti tahapan-tahapan tertentu agar hubungan konselor–klien berjalan efektif dan tujuan konseling dapat tercapai (Nababan, 2023).

Tahapan konseling memberikan kerangka kerja yang jelas bagi konselor dalam memfasilitasi klien, mulai dari membangun hubungan terapeutik hingga mengakhiri layanan secara profesional. Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahap utama: tahap awal, tahap inti (kerja), dan tahap akhir (terminasi) (Safitri et al., 2025). Adapun tahapannya sebagai berikut:

1. Tahap Awal (Initial Stage / Building Rapport)

Tahap awal merupakan fase pertama dalam konseling yang berfokus pada pembentukan hubungan terapeutik antara konselor dan klien. Pada tahap ini, konselor menciptakan suasana aman, nyaman, dan suportif agar klien bersedia terbuka mengenai masalah yang dihadapi. Kegiatan utama dalam tahap awal meliputi:

- membangun rapport atau hubungan saling percaya,
- menjelaskan tujuan dan proses konseling,
- melakukan informed consent,
- mengidentifikasi masalah utama klien secara umum, serta
- melakukan asesmen awal terhadap kondisi klien (Anindya et al., 2024).

Tahap ini sangat penting karena keberhasilan konseling sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan awal. Jika klien merasa diterima dan dipahami, maka proses eksplorasi masalah pada tahap berikutnya akan berjalan lebih efektif (Faiz et al., 2018).

2. Tahap Inti (Working Stage / Exploration and Intervention)

Tahap inti disebut juga tahap kerja, yaitu fase utama dalam proses konseling. Pada tahap ini, konselor dan klien mulai mengeksplorasi masalah secara lebih mendalam serta merancang strategi perubahan yang sesuai. Fokus utama tahap inti meliputi:

a. Eksplorasi Masalah

Konselor membantu klien mengungkapkan pikiran, emosi, pengalaman, serta faktor-faktor yang melatarbelakangi masalah. Klien didorong untuk memahami akar permasalahan secara lebih jelas.

b. Perumusan Tujuan Konseling

Pada tahap ini konselor dan klien menyepakati tujuan yang ingin dicapai, sehingga konseling menjadi lebih terarah. Kesepakatan tujuan juga merupakan bagian penting dari therapeutic alliance (Safitri et al., 2025).

c. Intervensi dan Strategi Perubahan

Konselor menerapkan teknik-teknik konseling berdasarkan pendekatan tertentu, seperti:

- restrukturisasi kognitif,
- latihan coping adaptif,
- penguatan self-awareness,
- teknik pemecahan masalah, atau
- latihan keterampilan interpersonal.

Tahap inti bertujuan membantu klien mengembangkan cara pandang baru, meningkatkan kemampuan mengatasi masalah, serta mencapai perubahan perilaku dan emosional yang lebih sehat (Nababan, 2023).

3. Tahap Akhir (Termination Stage / Closing)

Tahap akhir merupakan fase penutupan konseling. Pada tahap ini, konselor dan klien melakukan evaluasi terhadap hasil konseling serta mempersiapkan klien untuk melanjutkan kehidupan secara mandiri setelah proses konseling selesai. Kegiatan dalam tahap akhir meliputi:

- meninjau kembali tujuan yang telah dicapai,
- mengevaluasi perubahan yang dialami klien,
- memperkuat strategi coping yang sudah dipelajari,
- merencanakan langkah tindak lanjut (follow-up), serta
- mengakhiri hubungan konseling secara profesional dan etis (Anindya et al., 2024).

Terminasi penting dilakukan dengan tepat agar klien tidak merasa ditinggalkan, melainkan merasa siap dan percaya diri untuk menghadapi tantangan di masa depan. Tahap akhir juga menjadi bentuk tanggung jawab profesional konselor dalam menutup proses konseling secara sehat (Faiz et al., 2018).

Media dalam Konseling

Pengertian Media Konseling

Media konseling merupakan salah satu komponen penting dalam praktik layanan bimbingan dan konseling modern. Secara umum, media dapat dipahami sebagai alat bantu atau sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan, mempermudah komunikasi, serta mendukung proses intervensi psikologis antara konselor dan klien. Dalam konteks konseling, media tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap, tetapi juga sebagai fasilitator yang dapat meningkatkan efektivitas proses konseling (Nababan, 2023).

Media konseling digunakan untuk membantu konselor menjelaskan konsep, menggali perasaan klien, mempermudah eksplorasi masalah, serta memperkuat pemahaman klien terhadap solusi yang dirancang bersama. Dengan adanya media, proses konseling menjadi lebih terarah, menarik, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan klien (Safitri et al., 2025).

Media sebagai Alat Bantu untuk Memfasilitasi Komunikasi dan Intervensi

Konseling pada dasarnya merupakan proses komunikasi terapeutik. Namun, dalam praktiknya tidak semua klien mampu mengekspresikan pikiran dan emosi secara verbal dengan mudah. Oleh sebab itu, media konseling hadir sebagai alat bantu yang memfasilitasi komunikasi antara konselor dan klien. Media dapat berupa gambar, kartu emosi, video, permainan terapeutik, modul, hingga teknologi digital seperti konseling online. Media ini membantu klien untuk lebih terbuka, nyaman, dan mampu menggambarkan pengalaman psikologis yang sulit diungkapkan secara langsung (Anindya et al., 2024). Selain itu, media juga mendukung konselor dalam melakukan intervensi psikologis secara lebih sistematis. Penggunaan media memungkinkan konselor menerapkan teknik tertentu, misalnya art therapy, bibliotherapy, atau pendekatan berbasis teknologi, sehingga proses konseling tidak hanya bergantung pada percakapan semata (Faiz et al., 2018).

Media Meningkatkan Efektivitas Konseling Sesuai Karakter Klien

Efektivitas konseling sangat dipengaruhi oleh kesesuaian pendekatan dengan karakteristik klien. Setiap klien memiliki gaya belajar, latar budaya, usia, serta keunikan kepribadian yang berbeda. Oleh karena itu, penggunaan media konseling dapat disesuaikan dengan kebutuhan klien agar intervensi menjadi lebih efektif (Safitri et al., 2025).

Jenis-Jenis Media Konseling

Media konseling merupakan alat bantu yang digunakan konselor untuk memfasilitasi komunikasi, eksplorasi masalah, serta intervensi psikologis dalam proses konseling. Penggunaan media membantu konselor menyampaikan pesan terapeutik secara lebih efektif, terutama ketika klien mengalami kesulitan mengekspresikan perasaan dan pikirannya secara verbal. Jenis media konseling sangat beragam dan dapat disesuaikan dengan karakteristik klien, tujuan layanan, serta konteks pelaksanaan konseling. Secara umum, media konseling dapat diklasifikasikan menjadi beberapa jenis utama, yaitu media visual, media audio, media audio-visual, media permainan terapeutik, media berbasis literatur, serta media digital atau teknologi (Nababan, 2023). Berikut jenis media konseling:

1. Media Visual

Media visual merupakan media yang mengandalkan unsur penglihatan untuk membantu klien memahami pesan atau mengekspresikan dirinya. Media ini sering digunakan karena mampu memberikan stimulus yang konkret dan mudah dipahami. Contoh media visual dalam konseling meliputi:

- gambar atau ilustrasi
- kartu emosi (emotion cards)
- diagram dan bagan
- poster edukatif
- alat tes grafis sederhana

Media visual sangat bermanfaat dalam konseling anak dan remaja karena mereka cenderung lebih responsif terhadap simbol dan gambar dibandingkan percakapan abstrak. Media ini membantu klien mengekspresikan emosi yang sulit diungkapkan dengan kata-kata (Faiz et al., 2018).

2. Media Audio

Media audio merupakan media yang menggunakan unsur suara sebagai sarana intervensi atau dukungan dalam konseling. Media ini dapat digunakan untuk membantu klien dalam relaksasi, refleksi diri, maupun penguatan motivasi. Contoh media audio antara lain:

- rekaman relaksasi atau meditasi
- musik terapi
- podcast motivasi
- rekaman afirmasi positif

Media audio dapat meningkatkan kenyamanan klien dan membantu mengurangi stres atau kecemasan dalam proses konseling. Selain itu, media ini efektif untuk klien yang lebih mudah menerima pesan melalui pendengaran (Safitri et al., 2025).

3. Media Audio-Visual

Media audio-visual merupakan kombinasi antara unsur suara dan gambar bergerak, sehingga memberikan pengalaman yang lebih kaya bagi klien. Media ini sering digunakan untuk memberikan edukasi psikologis (psychoeducation) atau membantu klien memahami situasi tertentu.

Contoh media audio-visual meliputi:

- video edukasi tentang kesehatan mental
- film pendek bertema pengembangan diri
- animasi interaktif
- tayangan simulasi keterampilan sosial

Media audio-visual membantu klien memproses informasi secara lebih menarik dan mudah dipahami, terutama dalam konseling kelompok atau layanan di sekolah (Nababan, 2023).

4. Media Permainan Terapeutik (*Play Therapy Media*)

Media permainan terapeutik merupakan media yang digunakan untuk membantu klien, terutama anak-anak, mengekspresikan konflik emosional melalui aktivitas bermain. Bermain merupakan bahasa alami anak, sehingga penggunaan media permainan dapat menjadi sarana eksplorasi psikologis yang efektif.

Contoh media permainan terapeutik:

- boneka atau puppet
- miniatur rumah dan figur keluarga
- pasir terapi (sand tray therapy)
- permainan papan sederhana
- role play atau drama

Media ini membantu konselor memahami kondisi emosional anak tanpa harus memaksa anak menjelaskan secara verbal (Faiz et al., 2018).

5. Media Berbasis Literatur (*Bibliotherapy*)

Bibliotherapy merupakan penggunaan bahan bacaan sebagai media konseling untuk membantu klien memperoleh wawasan baru, meningkatkan pemahaman diri, serta menemukan solusi melalui refleksi. Media bibliotherapy dapat berupa:

- buku motivasi atau self-help
- cerita pendek dengan pesan terapeutik
- modul pengembangan diri
- jurnal refleksi

Media literatur sangat efektif untuk klien dewasa atau remaja yang memiliki kemampuan refleksi kognitif lebih matang. Selain itu, bibliotherapy dapat memperkuat proses konseling di luar sesi tatap muka (Safitri et al., 2025).

6. Media Digital dan Teknologi (*Cyber Counseling*)

Perkembangan teknologi melahirkan media konseling berbasis digital, yang semakin banyak digunakan dalam layanan konseling modern. Media ini mencakup berbagai platform online yang memudahkan akses konseling. Contoh media digital dalam konseling:

- konseling melalui video call
- aplikasi kesehatan mental
- chat counseling
- email counseling
- penggunaan platform digital untuk asesmen psikologis

Media digital sangat membantu dalam situasi ketika konseling tatap muka sulit dilakukan. Namun, penggunaan media ini juga memunculkan tantangan etika terkait privasi data dan kerahasiaan klien, sehingga konselor harus berhati-hati dalam penerapannya (Anindya et al., 2024).

Kelebihan dan Tantangan Media Konseling

Media konseling merupakan alat bantu yang digunakan untuk memfasilitasi komunikasi serta intervensi dalam proses konseling. Penggunaan media menjadi semakin relevan dalam

praktik konseling modern karena klien memiliki kebutuhan, karakteristik, dan gaya komunikasi yang beragam. Media dapat membantu konselor menyampaikan pesan terapeutik secara lebih efektif, meningkatkan keterlibatan klien, serta memperkaya proses konseling (Nababan, 2023). Namun demikian, selain memberikan banyak manfaat, penggunaan media dalam konseling juga menghadirkan tantangan tertentu, terutama terkait kesiapan konselor, keterbatasan klien, serta aspek etika dan privasi. Oleh karena itu, konselor perlu memahami secara seimbang kelebihan dan tantangan penggunaan media konseling agar dapat memanfaatkannya secara optimal (Anindya et al., 2024).

Kelebihan Media Konseling

Adapun kelebihan dari media konseling yaitu:

1) **Mempermudah Komunikasi Konselor dan Klien**

Salah satu kelebihan utama media konseling adalah membantu memperlancar komunikasi terapeutik. Tidak semua klien mampu mengungkapkan pikiran dan perasaan secara verbal, terutama klien anak-anak, remaja, atau individu dengan hambatan emosional. Media seperti gambar, kartu emosi, atau permainan terapeutik dapat menjadi sarana alternatif untuk mengekspresikan diri sehingga proses konseling menjadi lebih efektif (Faiz et al., 2018).

2) **Meningkatkan Keterlibatan dan Motivasi Klien**

Media konseling membuat proses konseling lebih menarik, interaktif, dan tidak monoton. Hal ini dapat meningkatkan keterlibatan aktif klien dalam sesi konseling. Misalnya, penggunaan video edukasi atau aplikasi digital dapat membantu klien lebih termotivasi dalam memahami masalah dan menjalani proses perubahan. Dengan demikian, media berkontribusi pada keberhasilan konseling karena klien merasa lebih nyaman dan terlibat (Safitri et al., 2025).

3) **Menyesuaikan Konseling dengan Karakteristik Klien**

Setiap klien memiliki gaya belajar dan kebutuhan yang berbeda. Media konseling memungkinkan konselor menyesuaikan pendekatan intervensi dengan karakteristik individu, misalnya:

- anak lebih cocok dengan media bermain,
- remaja lebih responsif terhadap media digital,
- dewasa lebih terbantu dengan bibliotherapy atau modul refleksi.

Penyesuaian ini membuat layanan konseling menjadi lebih personal dan relevan dengan kebutuhan klien (Nababan, 2023).

4) **Mendukung Efektivitas Intervensi Psikologis**

Media konseling juga dapat memperkuat teknik intervensi yang digunakan konselor. Misalnya, media audio untuk relaksasi dapat membantu klien mengurangi kecemasan, sedangkan media visual dapat memperjelas konsep yang sulit dipahami klien. Dengan demikian, media menjadi alat pendukung yang memperkaya proses intervensi psikologis dalam konseling (Faiz et al., 2018).

5) **Memperluas Akses Konseling melalui Teknologi**

Perkembangan konseling online memungkinkan layanan konseling menjangkau klien yang sulit mengakses konseling tatap muka, misalnya karena jarak geografis atau keterbatasan waktu.

Media digital seperti video call dan chat counseling memberikan kemudahan akses, sehingga konseling dapat dilakukan secara fleksibel (Anindya et al., 2024).

Tantangan Media Konseling

a. **Risiko Pelanggaran Kerahasiaan dan Privasi Data**

Salah satu tantangan terbesar dalam penggunaan media, terutama media digital, adalah risiko kebocoran data dan pelanggaran confidentiality. Konselor harus memastikan bahwa platform yang digunakan aman dan informasi klien terlindungi. Privasi data menjadi isu etis yang sangat penting dalam konseling online, sehingga konselor wajib berhati-hati dalam penerapan media berbasis teknologi (Anindya et al., 2024).

b. Keterbatasan Kompetensi Konselor dalam Menggunakan Media

Tidak semua konselor memiliki keterampilan atau kesiapan dalam memanfaatkan media konseling secara optimal. Penggunaan media membutuhkan pelatihan khusus agar konselor mampu memilih media yang sesuai dan mengintegrasikannya dengan teknik konseling yang tepat.

Jika media digunakan tanpa kompetensi yang memadai, konseling dapat kehilangan fokus atau menjadi kurang efektif (Safitri et al., 2025).

c. Ketergantungan Berlebihan pada Media

Media seharusnya menjadi alat bantu, bukan pengganti hubungan terapeutik. Tantangan yang mungkin muncul adalah konselor atau klien menjadi terlalu bergantung pada media sehingga mengurangi kedalaman komunikasi interpersonal dalam sesi konseling.

Hubungan konselor–klien tetap menjadi inti keberhasilan konseling, sehingga media harus digunakan secara proporsional (Faiz et al., 2018).

d. Perbedaan Akses dan Kesiapan Klien

Tidak semua klien memiliki akses yang sama terhadap media tertentu, terutama media digital. Faktor ekonomi, kemampuan teknologi, serta latar budaya dapat memengaruhi efektivitas penggunaan media.

Misalnya, klien di daerah dengan keterbatasan internet akan sulit mengikuti konseling online secara optimal (Anindya et al., 2024).

e. Tantangan Etika dalam Konseling Online

Konseling berbasis media digital menimbulkan dilema etika baru, seperti:

- kesulitan memastikan identitas klien,
- keterbatasan dalam menangani situasi krisis secara langsung,
- potensi gangguan teknis selama sesi,
- batas profesional dalam komunikasi virtual.

Hal ini menuntut konselor untuk memiliki pedoman etika yang kuat dalam penggunaan media modern (Nababan, 2023).

CONCLUSION

Artikel ini menegaskan bahwa keberhasilan layanan konseling tidak hanya ditentukan oleh teknik intervensi, tetapi sangat dipengaruhi oleh integrasi aspek kepribadian, etika, proses konseling, serta penggunaan media sebagai pendukung layanan. Kepribadian konselor seperti empati, autentisitas, stabilitas emosi, dan penerimaan tanpa syarat menjadi fondasi utama dalam membangun relasi terapeutik yang efektif dengan klien. Di sisi lain, karakteristik kepribadian klien, motivasi, gaya coping, serta latar budaya turut menentukan dinamika konseling dan keberhasilan perubahan psikologis. Penerapan prinsip etika konseling, seperti kerahasiaan, otonomi klien, informed consent, keadilan, serta tanggung jawab profesional, menjadi landasan penting untuk menjaga keamanan, martabat, dan kesejahteraan klien dalam setiap layanan. Selain itu, konseling sebagai proses sistematis yang mencakup tahap awal, inti, dan terminasi perlu dijalankan secara terstruktur agar tujuan konseling tercapai secara optimal.

Perkembangan media konseling, baik visual, audio, permainan terapeutik, bibliotherapy, maupun teknologi digital, memberikan peluang besar dalam meningkatkan efektivitas komunikasi dan intervensi, meskipun juga menghadirkan tantangan etis terutama terkait privasi dan kompetensi konselor. Dengan demikian, pemahaman holistik dan integratif terhadap kepribadian, etika, proses, dan media konseling menjadi kunci dalam meningkatkan kualitas layanan konseling profesional di era modern. Ke depan, diperlukan pengembangan penelitian empiris serta inovasi media konseling yang lebih aman dan adaptif agar layanan konseling semakin relevan dengan kebutuhan masyarakat di era digital.

REFERENCES

- Anindya, J., Budiman, N., & Nadhiroh, N. A. (2024). *Etika profesi bimbingan dan konseling: Menghadapi tantangan kerahasiaan dalam layanan konseling online*. Indonesian Journal of Educational Counseling, 8(1), 25–35.
- Bordin, E. S. (1979). *The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance*. [Teori aliansi terapeutik].
- Duff, P., & Bedi, R. (2010). *Working alliance as a predictor of psychotherapy outcome: A meta-analysis*.
- Faiz, A., et al. (2018). Peranan prinsip etika konseling untuk mengoptimalkan hubungan konselor dan konseli. *EFFECT: Jurnal Kajian Konseling*. <https://ejournal.yana.or.id/index.php/effect/article/download/1489/848/5547>
- Fitriani, D., Arifyadi, A., & Hasan, H. (2024). Analisis karakteristik dan kepribadian ideal guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kualitas bimbingan dan konseling di Kota Palu. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Masyarakat*, 7(2), 237–242. <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i2.19834>
- GASearch (IRResearchNet). *Working Alliance – Counseling Process*.
- Harahap, A., Darus, A. R., Pranoto, B., Wahdini, S., Ardiansyah, T., & Sahputra, D. (2022). Analisis kualitas kepribadian konselor pada pelayanan bimbingan dan konseling. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 12110–12120. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.10347>
- Herdi, M. (2020). *Pedagogik untuk mentransformasi kearifan dan aliansi konseling calon konselor*. Universitas Pendidikan Indonesia repository.
- Irawan, T. M. I., Solehuddin, M., Suryahadikusumah, A. R., & Asiedu, A. (2026). *The ethical landscape of guidance and counseling services: Philosophical foundations, implementation, and challenges in the digital era*. Counsenesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling.
- Nababan, N. E. (2023). *Implikasi etika dan kode etik kompetensi konselor sebagai profesional melalui pendekatan literatur sistematis*. Jurnal Profesi Bimbingan dan Konseling.
- Nugroho, M. Y. (2023). Implementasi kompetensi kepribadian konselor dalam menjalin komunikasi terapeutik dengan konseli. *Jurnal Profesi Bimbingan dan Konseling*, 1(1). <https://ejournal.upi.edu/index.php/ProfesiBK/article/view/54062>
- Safitri, A. H., Putri, C. R., Ningsih, K. P., Edith, I. R., & Lestari, W. (2025). *Kode etik profesi bimbingan dan konseling*. At-Tazakki: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Islam dan Humaniora.