



Ras, Labelling, dan Perilaku Sosial: Implikasi Terhadap Identitas Budaya Dalam Konseling Multibudaya (Studi Literatur)

Nur Kistin Kamalia*, Bakhrudin All Habsy

Universitas Negeri Suarabaya, Indonesia

Email: 25011355030@mhs.unesa.ac.id*, bakhrudinhabsy@unesa.ac.id

Abstract

Keywords:

race; labeling; cultural identity;
multicultural counseling;
discrimination

Indonesia, as the largest archipelagic country in Southeast Asia with more than 17,000 islands, has a diversity of tribes, cultures, religions, and languages, making it a multicultural society that lives side by side in one state system. This research aims to examine the relationship between race, labeling, and social behavior and its implications for the formation of cultural identity in the context of multicultural counseling. The method used is a literature study by analyzing various scientific sources related to the concept of race as a social construct, labeling theory, and the dynamics of social interaction in a multicultural society. Research shows that race functions not solely as a biological category but rather as a social construct that influences individual perceptions, interactions, and identity formation. Labeling processes such as stereotyping, prejudice, stigma, and discrimination have been shown to significantly impact an individual's self-concept, social opportunities, and psychological well-being. In a counseling context, this phenomenon can hinder communication and undermine client trust. Therefore, counselors are required to have multicultural competencies that include self-awareness, understanding of the client's perspective, and culturally sensitive intervention skills.

Kata Kunci:

ras; labelling; identitas budaya;
konseling multibudaya;
diskriminasi

Abstrak

Indonesia sebagai negara kepulauan terbesar di Asia Tenggara dengan lebih dari 17.000 pulau memiliki keragaman suku, budaya, agama, dan bahasa yang menjadikannya sebagai masyarakat multikultural yang hidup berdampingan dalam satu sistem kenegaraan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara ras, labelling, dan perilaku sosial serta implikasinya terhadap pembentukan identitas budaya dalam konteks konseling multibudaya. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan menganalisis berbagai sumber ilmiah terkait konsep ras sebagai konstruksi sosial, teori labelling, serta dinamika interaksi sosial dalam masyarakat multikultural. Hasil kajian menunjukkan bahwa ras tidak hanya berfungsi sebagai kategori biologis, tetapi lebih sebagai konstruksi sosial yang memengaruhi persepsi, interaksi, dan pembentukan identitas individu. Proses labelling seperti stereotip, prasangka, stigma, dan diskriminasi terbukti berdampak signifikan terhadap konsep diri, peluang sosial, dan kesejahteraan psikologis individu. Dalam konteks konseling, fenomena ini dapat menghambat komunikasi dan menurunkan kepercayaan klien. Oleh karena itu, konselor dituntut memiliki kompetensi multikultural yang mencakup kesadaran diri, pemahaman perspektif klien, serta kemampuan intervensi yang sensitif budaya.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di kawasan Asia Tenggara. Negara ini memiliki sekitar 17.508 pulau dengan total luas wilayah mencapai 1.904.569 km². Beberapa pulau utama di Indonesia meliputi Sumatera, Kalimantan, Jawa, Sulawesi, dan Papua (Antara & Yogatari, 2018).

Kondisi geografis Indonesia yang terdiri atas ribuan pulau menjadikannya sebagai negara yang majemuk. Kemajemukan tersebut tercermin dari keberagaman suku, ras, agama, budaya, golongan, serta bahasa yang dimiliki masyarakatnya. Keanekaragaman budaya inilah yang menjadi karakteristik khas bangsa Indonesia dan membedakannya dari negara lain (Akhmad & Nurul, 2019).

Keberagaman yang dimiliki Indonesia menjadikannya sebagai salah satu negara yang dikategorikan sebagai negara multikultural (Dewantara, 2019; Kiranantika, 2022). Istilah multikultural merujuk pada kondisi masyarakat yang tersusun atas berbagai kelompok etnis, suku bangsa, budaya, agama, bahasa, dan latar belakang sosial yang berbeda-beda, namun hidup berdampingan dalam satu kesatuan wilayah dan sistem kenegaraan. Dalam konteks ini, masyarakat multikultural tidak hanya menunjukkan adanya perbedaan, tetapi juga mencerminkan interaksi sosial yang terjadi di antara kelompok-kelompok tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Terbentuknya masyarakat multikultural di Indonesia tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh sejumlah faktor penting. Salah satu faktor utamanya adalah latar belakang historis, yaitu proses panjang sejarah bangsa Indonesia yang melibatkan migrasi, perdagangan, penjajahan, serta percampuran budaya dari berbagai wilayah (Mursal et al., 2025). Selain itu, kondisi geografis Indonesia sebagai negara kepulauan turut memperkuat keberagaman tersebut. Letak wilayah yang terpisah-pisah oleh lautan memungkinkan berkembangnya karakteristik budaya yang khas pada setiap daerah. Faktor lainnya adalah keterbukaan masyarakat Indonesia terhadap masuknya budaya asing, baik melalui hubungan perdagangan, penyebaran agama, maupun perkembangan teknologi dan komunikasi.

Keanekaragaman yang begitu luas ini memberikan dampak yang signifikan terhadap kehidupan individu dalam berbagai aspek (Habsy et al., 2025; Valencya et al., 2025). Dalam kehidupan sehari-hari, individu senantiasa berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki latar belakang berbeda, sehingga keberagaman menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari pengalaman sosial mereka. Lebih jauh lagi, keberagaman tersebut turut memengaruhi proses pembentukan identitas diri seseorang. Identitas individu tidak hanya dibentuk oleh pengalaman personal, tetapi juga oleh keanggotaan dalam kelompok sosial tertentu (Devi & Habsy, 2026; Syahputra et al., 2025).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa ras dan *labelling* memiliki implikasi nyata terhadap perilaku sosial dan pembentukan identitas budaya. Liliweri menegaskan bahwa prasangka dan stereotip antarkelompok budaya dapat memperburuk komunikasi antarbudaya serta memperkuat konflik sosial. Hadi juga menunjukkan bahwa diskriminasi rasial di Indonesia masih terjadi dalam berbagai ranah kehidupan sosial, sehingga memengaruhi rasa aman, penerimaan sosial, dan akses terhadap kesempatan yang setara. Musa, Arthamevia, dan Lesmana mengungkapkan bahwa diskriminasi terhadap etnis Tionghoa di Indonesia merupakan contoh bagaimana pelabelan rasial tidak hanya berdampak secara sosial, tetapi juga memengaruhi hak-hak sipil dan identitas kelompok. Sementara itu, Abduh menunjukkan

bahwa praktik diskriminasi rasial juga muncul dalam dunia olahraga, yang menandakan bahwa stigma rasial masih hidup dalam ruang publik kontemporer. Penelitian Habsy, Rosidin, dan A'yun juga memperlihatkan bahwa *labelling* dan ras memiliki hubungan erat dengan pembentukan identitas budaya individu, khususnya ketika seseorang diposisikan secara sosial berdasarkan persepsi kelompok lain.

Namun demikian, meskipun penelitian tentang diskriminasi rasial, *labelling*, dan identitas budaya telah cukup banyak dilakukan, kajian yang secara khusus menghubungkan ketiga aspek tersebut dalam konteks konseling multibudaya masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian terdahulu membahas ras dan diskriminasi dari perspektif sosial, hukum, atau komunikasi antarbudaya, sedangkan implikasinya terhadap pembentukan identitas budaya dalam relasi konseling belum banyak dielaborasi secara mendalam. Padahal, dalam masyarakat multikultural seperti Indonesia, konselor dituntut untuk memahami bahwa pengalaman klien tidak dapat dilepaskan dari konteks rasial, sosial, dan budaya yang melingkupinya. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang menempatkan ras, *labelling*, dan perilaku sosial sebagai variabel yang saling berkaitan dalam membentuk identitas budaya dan memengaruhi proses konseling.

Salah satu aspek identitas yang cukup menonjol dalam konteks keberagaman adalah ras. Ras menjadi bentuk keberagaman yang relatif mudah dikenali karena berkaitan dengan karakteristik fisik yang tampak secara langsung, seperti warna kulit, bentuk rambut, dan ciri-ciri wajah. Karena sifatnya yang terlihat secara kasatmata, aspek ras sering kali menjadi penanda awal dalam proses kategorisasi sosial. Dengan demikian, keberagaman ras memiliki peran penting dalam dinamika interaksi sosial sekaligus dalam pembentukan persepsi diri dan identitas individu di tengah masyarakat multikultural.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji hubungan antara ras, *labelling*, dan perilaku sosial serta implikasinya terhadap identitas budaya dalam konseling multibudaya. Kajian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman teoretis mengenai pengaruh pelabelan rasial terhadap pembentukan identitas budaya, sekaligus memberikan dasar konseptual bagi pengembangan praktik konseling yang lebih sensitif terhadap keberagaman. Dengan demikian, konselor diharapkan tidak hanya memahami klien sebagai individu, tetapi juga sebagai subjek budaya yang dibentuk oleh pengalaman sosial, prasangka, dan relasi kuasa di masyarakat multikultural.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode **studi literatur (literature review)** dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Data diperoleh dari berbagai sumber ilmiah seperti buku, jurnal nasional, dan laporan penelitian yang relevan dengan topik ras, *labelling*, perilaku sosial, dan konseling multibudaya. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penelusuran database jurnal ilmiah, identifikasi literatur yang relevan, serta klasifikasi konsep dan teori utama yang berkaitan dengan topik penelitian. Selanjutnya, analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data dengan memilih konsep-konsep utama yang sesuai, penyajian data secara tematik, dan penarikan kesimpulan berdasarkan sintesis literatur yang telah dikaji. Pendekatan ini digunakan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena yang diteliti tanpa melakukan penelitian lapangan secara langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Ras

Kata ras berasal dari Bahasa perancis dan Italia Razza yang dapat diartikan sebagai pertama, perbedaan variasi dari penduduk atau pembedaan keberadaan manusia atas dasar tampilan fisik, tipe atau golongan keturunan, pola-pola keturunan, dan semua kelakuan bawaan yang tergolong unik (Liliweri, 2018)

Menurut Gill dan Gillbert (Liliweri, 2018) ras merupakan pengertian biologis yang menjelsakan sekumpulan orang yang dapat dibedakan menurut karakteristik fisik yang dihasilkan melalui proses reproduksi.

Daljoeni (dalam Liliweri, 2018) mengemukakan bahwa ras adalah 1) suatu kategori tertentu dari seseorang, yang bisa superior maupun inferior yang acap kali ditandai oleh karakteristik fisik, seperti warna kulit, tekstur rambut, dan lipatan mata. 2) pengelompokan manusia ke dalam kategori-kategori yang berbeda berdasarkan karakteristik biologis.

Secara umum, ras dipahami sebagai pengelompokan manusia berdasarkan karakteristik fisik tertentu yang dianggap memiliki kesamaan, seperti warna kulit, bentuk rambut, struktur wajah, dan ciri biologis lainnya. Dalam kajian antropologi klasik, ras digunakan sebagai kategori untuk mengklasifikasikan populasi manusia berdasarkan perbedaan fenotipik yang tampak secara lahiriah. Menurut Koentjaraningrat (1990), ras merupakan suatu golongan manusia yang memiliki sejumlah ciri fisik khas yang diturunkan secara biologis. Namun, dalam perkembangan ilmu pengetahuan modern, konsep ras lebih dipahami sebagai konstruksi sosial karena perbedaan biologis antarmanusia sebenarnya sangat kecil dan tidak menunjukkan batas yang tegas (UNESCO, 1950; 1967).

Ras di Indonesia

Dalam konteks Indonesia, pembahasan mengenai ras sering dikaitkan dengan klasifikasi antropologis yang berkembang pada masa kolonial dan awal perkembangan ilmu antropologi fisik. Salah satu tokoh yang banyak dirujuk adalah J.H.C. Kern dan para ahli antropologi Belanda lainnya yang mengkaji penduduk Nusantara berdasarkan ciri fisik. Klasifikasi yang paling umum menyebutkan bahwa penduduk Indonesia termasuk dalam ras Mongoloid, khususnya subras Melayu (Malayan Mongoloid) (Koentjaraningrat, 1990). Kategori ini didasarkan pada karakteristik fisik seperti warna kulit sawo matang, rambut lurus atau bergelombang, serta bentuk mata dan hidung tertentu.

Secara lebih rinci, antropologi klasik membagi ras yang ada di Indonesia ke dalam beberapa kelompok utama, yaitu ras Malayan Mongoloid, ras Melanesoid, ras Asiatic Mongoloid, dan ras Kaukasoid dalam jumlah terbatas (Koentjaraningrat, 1990; Haviland, 1999).

- a. **Ras Malayan Mongoloid** merupakan kelompok terbesar dan mendiami wilayah Indonesia bagian barat dan tengah, seperti Sumatera, Jawa, Kalimantan, Sulawesi, dan sebagian Nusa Tenggara. Kelompok ini sering dikaitkan dengan mayoritas suku bangsa di Indonesia, seperti Jawa, Sunda, Minangkabau, Bugis, dan lainnya.

Secara fisik, ras Malayan Mongoloid umumnya memiliki warna kulit kuning langsung hingga sawo matang, rambut lurus atau sedikit bergelombang dengan warna hitam atau cokelat gelap, serta tekstur rambut yang relatif tebal. Bentuk wajah cenderung oval hingga bulat dengan tulang pipi yang tidak terlalu menonjol. Hidung biasanya berukuran sedang dengan pangkal

hidung tidak terlalu tinggi, serta mata berwarna cokelat gelap. Tinggi badan bervariasi, tetapi secara rata-rata berada pada kategori sedang. Ciri-ciri ini banyak dijadikan dasar klasifikasi dalam antropometri fisik klasik.

- b. **Ras Melanesoid** umumnya dikaitkan dengan penduduk di wilayah Indonesia bagian timur, terutama Papua dan sebagian Kepulauan Maluku.

Menurut Haviland (1999), kelompok Melanesoid umumnya memiliki warna kulit lebih gelap, mulai dari cokelat tua hingga hitam. Ciri khas lainnya adalah rambut keriting atau ikal kecil (frizzy hair) dengan tekstur lebih kasar. Bentuk wajah relatif lebih panjang dengan rahang yang lebih tegas, serta hidung yang cenderung lebih lebar dan pangkal hidung lebih rendah. Bibir pada umumnya lebih tebal dibandingkan kelompok Malayan Mongoloid. Postur tubuh rata-rata lebih tinggi dan berotot, terutama pada kelompok yang tinggal di daerah pedalaman. Ciri-ciri ini menjadi dasar pembeda dalam klasifikasi antropologi fisik lama.

- c. **Ras Asiatic Mongoloid** biasanya merujuk pada kelompok keturunan Tionghoa yang berada di Indonesia. Dalam literatur antropologi klasik, kelompok ini memiliki karakteristik fisik seperti warna kulit relatif lebih terang (kuning pucat hingga kuning langsung), rambut lurus dan hitam pekat, serta bentuk mata dengan lipatan epikantus (lipatan kulit di sudut dalam mata) yang lebih jelas. Wajah cenderung lebih datar dengan tulang pipi yang lebih menonjol dibandingkan Malayan Mongoloid. Hidung relatif kecil hingga sedang dengan pangkal hidung yang tidak terlalu tinggi. Ciri-ciri ini menjadi dasar identifikasi dalam klasifikasi rasial tradisional, meskipun dalam kenyataannya terjadi banyak percampuran (admixture) dengan kelompok lain di Indonesia.
- d. **Ras Kaukasoid**. Meskipun jumlahnya relatif kecil di Indonesia dan umumnya merupakan keturunan bangsa Eropa, Arab, atau India yang datang melalui jalur perdagangan dan kolonialisme. Dalam antropologi fisik klasik, ciri-ciri Kaukasoid meliputi warna kulit yang lebih terang (putih hingga cokelat muda), rambut lurus atau bergelombang dengan variasi warna lebih beragam (hitam, cokelat, hingga pirang pada keturunan Eropa), serta hidung yang relatif lebih mancung dengan pangkal hidung tinggi. Bentuk wajah cenderung lebih sempit dengan dagu yang lebih tegas. Mata memiliki variasi warna lebih luas, meskipun di Indonesia umumnya tetap berwarna gelap karena proses percampuran genetik.

Meskipun deskripsi ciri-ciri tersebut banyak ditemukan dalam buku antropologi klasik dan literatur pendidikan, penting dipahami bahwa dalam perkembangan ilmu genetika modern, batas-batas ras tidak bersifat kaku dan sering kali tumpang tindih. Variasi fisik manusia bersifat kontinu dan dipengaruhi oleh faktor lingkungan, migrasi, serta percampuran antarkelompok selama berabad-abad. Oleh karena itu, klasifikasi ras di Indonesia saat ini lebih relevan dipahami dalam konteks sosial dan historis dibandingkan sebagai kategori biologis yang mutlak.

Labelling

Labeling adalah identitas yang diberikan oleh kelompok kepada individu berdasarkan ciri-ciri yang dianggap minoritas oleh suatu kelompok masyarakat. Labeling cenderung diberikan pada orang yang memiliki penyimpangan perilaku yang tidak sesuai dengan norma di masyarakat. Seseorang yang diberi label akan mengalami perubahan peranan dan cenderung akan berlaku seperti label yang diberikan kepadanya (Laraswati, 2020).

Labeling merupakan suatu teori yang muncul akibat reaksi masyarakat terhadap perilaku seseorang yang dianggap menyimpang. Seseorang yang dianggap menyimpang kemudian dicap atau diberi label oleh lingkungan sosialnya. Teori labeling menjelaskan penyimpangan, terutama ketika perilaku itu sudah sampai pada tahap penyimpangan sekunder (second deviance). Teori ini tidak berusaha untuk menjelaskan mengapa individu-individu tertentu tertarik atau terlibat dalam tindakan menyimpang, tetapi yang lebih ditekankan adalah pada pentingnya definisi-definisi sosial negara yang dihubungkan dengan tekanan-tekanan individu untuk masuk dalam tindakan yang lebih menyimpang.

Teori ini muncul pertama kali pada Ilmu Sosiologi, Howard S. Becker (1963), dianggap sebagai penemu teori penjulukan dengan pernyataan “Moral Enterpreuner” untuk menggambarkan orang yang menyatakan dirinya melanggar peraturan hukum dengan menjadikan diri mereka sebagai kriminal. Perilaku yang melanggar hukum/aturan ini bukanlah yang difokuskan oleh teori penjulukan, melainkan ketika penjulukan tersebut mengenai orang-orang yang tidak bersalah, dituduh dan diperlakukan seolah-olah bersalah. Orang-orang seperti itu disebut dengan “Deviance”. Ketika seseorang telah dianggap menyimpang, maka mereka akan cenderung benar-benar berperilaku menyimpang. Label menyimpang yang diberikan oleh orang lain akan mempengaruhi konsep diri atau self concept dan perilaku orang tersebut sesuai dengan apa yang telah dilabelkan oleh orang lain.

Menurut Jamilah dan Putra (2020), *labelling* merupakan proses pemberian stigma atau cap tertentu kepada seseorang. Dalam *A Handbook for The Study of Mental Health* (dalam Jamilah & Putra, 2020), dijelaskan bahwa label yang dilekatkan kepada individu dapat berkembang menjadi bagian dari identitas dirinya. Label tersebut tidak hanya berfungsi sebagai sebutan, tetapi juga membentuk persepsi mengenai tipe atau karakter individu yang bersangkutan.

Selanjutnya, Nur (2023) menjelaskan bahwa teori konsep diri atau *labelling* yang dikemukakan oleh George Herbert Mead merupakan teori sosiologis yang menekankan bahwa konsep diri individu terbentuk melalui interaksi sosial. Menurut Mead, individu mengembangkan pemahaman tentang dirinya melalui proses interaksi dengan orang lain di lingkungan masyarakat, termasuk melalui proses pemberian label, baik kepada diri sendiri maupun kepada orang lain. Dengan demikian, identitas diri tidak terbentuk secara mandiri, melainkan melalui refleksi sosial atas bagaimana individu dipandang dan diberi makna oleh lingkungannya.

Pemberian label kepada individu dapat memunculkan karakteristik tertentu yang dilekatkan berdasarkan sudut pandang pihak yang memberi label. Label tersebut kemudian memengaruhi cara individu dipersepsikan dalam lingkungan sosialnya. Tidak hanya itu, proses *labelling* juga berkaitan erat dengan munculnya stigma, yaitu penilaian atau stereotip yang berkembang terhadap individu yang telah diberi cap tertentu.

Lebih lanjut, Shifrer (dalam Meilanda, 2020) menyatakan bahwa dampak dari *labelling* negatif dapat memengaruhi ekspektasi individu terhadap dirinya sendiri. Dalam penelitiannya, ditemukan bahwa anak yang menerima label negatif cenderung memiliki harapan pendidikan yang lebih rendah. Artinya, pelabelan negatif tidak hanya berdampak pada citra diri, tetapi juga dapat memengaruhi motivasi, aspirasi, dan pencapaian akademik individu tersebut.

Bentuk-bentuk Labelling terhadap RAS

Bentuk-bentuk *labelling* terhadap ras dapat muncul dalam berbagai konteks sosial, baik secara eksplisit maupun implisit. Dalam perspektif teori pelabelan yang dipengaruhi oleh pemikiran Howard S. Becker dan interaksionisme simbolik dari George Herbert Mead, label rasial terbentuk melalui proses interaksi sosial dan dapat memengaruhi identitas serta posisi sosial individu. Berikut beberapa bentuk *labelling* terhadap ras:

Prasangka

Konsep prasangka (*prejudice*) sangat erat kaitannya dengan *labelling* terhadap ras karena prasangka sering kali menjadi dasar munculnya label sosial yang dilekatkan pada kelompok tertentu. Secara psikologis, prasangka dipahami sebagai sikap atau penilaian negatif (kadang juga positif, tetapi bias) terhadap seseorang semata-mata karena keanggotaannya dalam suatu kelompok sosial. Menurut Gordon Allport dalam *The Nature of Prejudice* (1954), prasangka adalah sikap antipati yang didasarkan pada generalisasi yang salah atau tidak lengkap, yang dapat diarahkan kepada kelompok secara keseluruhan maupun kepada individu sebagai anggota kelompok tersebut. Dalam konteks ras, prasangka muncul ketika individu menilai kelompok ras tertentu berdasarkan asumsi kolektif, bukan berdasarkan pengalaman personal yang objektif.

Stereotip Rasial

Stereotip rasial merupakan bentuk pelabelan sosial yang bekerja melalui proses generalisasi, yaitu mengaitkan karakteristik tertentu kepada seluruh anggota suatu kelompok ras tanpa mempertimbangkan perbedaan individual (Gunawan et al., 2022; Lampe & Anriani, 2016). Dalam perspektif teori pelabelan dari Howard S. Becker, label semacam ini dapat membentuk cara masyarakat memandang individu sekaligus memengaruhi bagaimana individu tersebut diperlakukan dalam interaksi sosial. Ketika suatu ras secara konsisten dikaitkan dengan sifat tertentu—baik positif maupun negatif—maka label tersebut berpotensi menjadi bagian dari identitas sosial yang dilekatkan secara eksternal.

Stereotip yang bersifat negatif, seperti anggapan bahwa ras tertentu “pemalas”, “keras”, atau lebih dekat dengan perilaku kriminal, dapat berkembang menjadi stigma sebagaimana dijelaskan oleh Erving Goffman. Dalam kerangka stigma, atribut rasial yang sebenarnya netral menjadi bermakna negatif karena konstruksi sosial yang berkembang di masyarakat. Akibatnya, individu dari kelompok tersebut dapat mengalami diskriminasi, perlakuan tidak adil, atau ekspektasi rendah dari lingkungan sosialnya, termasuk dalam bidang pendidikan dan pekerjaan. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat memengaruhi peluang sosial serta kesejahteraan psikologis individu.

Di sisi lain, stereotip yang tampak “positif”, seperti anggapan bahwa suatu ras “pintar dalam matematika” atau “pekerja keras”, juga memiliki konsekuensi yang tidak kalah problematis. Meskipun terlihat menguntungkan, stereotip positif tetap membatasi karena menempatkan individu dalam kerangka ekspektasi tertentu. Individu mungkin merasa tertekan untuk memenuhi harapan tersebut, bahkan ketika minat dan kemampuannya berbeda. Situasi ini dapat menimbulkan tekanan psikologis dan menghambat kebebasan individu dalam mengembangkan identitas yang lebih autentik.

Dengan demikian, baik stereotip positif maupun negatif sama-sama menyederhanakan kompleksitas manusia. Stereotip mengabaikan keberagaman karakter, pengalaman, dan potensi yang dimiliki setiap individu dalam kelompok ras tersebut. Alih-alih memahami seseorang

sebagai pribadi yang unik, stereotip mempersempit identitasnya pada satu ciri tertentu yang dilekatkan secara sosial. Oleh karena itu, penting untuk melihat individu melampaui kategori rasial dan menghindari generalisasi yang dapat memperkuat ketidakadilan sosial maupun membatasi perkembangan diri seseorang

Stigma

Ketika prasangka dan pelabelan rasial terus-menerus terjadi, hal tersebut dapat berkembang menjadi stigma, sebagaimana dijelaskan oleh Erving Goffman. Individu yang menjadi sasaran prasangka bukan hanya dinilai secara negatif, tetapi juga mengalami “kerusakan identitas sosial” (*spoiled identity*). Dalam situasi ini, label rasial tidak lagi sekadar opini, melainkan menjadi penanda sosial yang memengaruhi bagaimana individu diperlakukan dalam pendidikan, pekerjaan, maupun relasi sosial.

Stigma merupakan konsekuensi sosial dari prasangka dan stereotip yang telah dilembagakan atau diterima secara luas dalam masyarakat. Dalam pemikiran Erving Goffman, stigma adalah atribut yang mendiskreditkan sehingga individu yang memilikinya dianggap menyimpang dari standar sosial yang berlaku. Dalam konteks ras, stigma muncul ketika stereotip dan prasangka tidak hanya menjadi opini pribadi, tetapi berkembang menjadi identitas sosial yang merugikan dan memengaruhi perlakuan terhadap individu. Stigma menempatkan individu dalam posisi sosial yang lebih rendah dan dapat membatasi akses terhadap kesempatan pendidikan, pekerjaan, maupun penerimaan sosial.

Diskriminasi

Diskriminasi rasial adalah tindakan atau perlakuan yang membedakan, mengecualikan, atau merugikan seseorang atau kelompok berdasarkan ras atau etnisnya, sehingga hak-hak dasar dan kesempatan mereka dalam bidang sosial, ekonomi, pendidikan, maupun politik berkurang atau terbatas.

Diskriminasi rasial adalah perlakuan yang tidak adil terhadap individu atau kelompok berdasarkan identitas ras atau etnis mereka, yang menghambat kesempatan, hak, dan sumber daya yang sama di masyarakat. Diskriminasi ini dapat berbentuk tindakan langsung, kebijakan terselubung, stereotip, hingga praktik institusional yang memperkuat ketidaksetaraan sosial.

Dalam konteks Indonesia, diskriminasi ras sering dikaitkan dengan stereotip sosial dan ulasan historis yang menempatkan kelompok tertentu dalam posisi subordinat, yang tidak hanya berdampak secara sosial tetapi juga secara psikologis. (Hadi, 2020).

Contoh-contoh diskriminasi rasial yang ada di Indonesia, diantaranya:

a) Diskriminasi terhadap orang asli Papua

Penelitian dan laporan Human Rights Watch menyatakan bahwa orang Papua sering menerima hinaan dan perlakuan kasar saat berada di luar wilayah Papua, serta menghadapi akses yang tidak setara terhadap layanan sosial dasar.

Banyak laporan dari organisasi hak asasi menunjukkan bahwa masyarakat asli Papua menghadapi diskriminasi rasial yang meluas, termasuk perlakuan buruk oleh aparat, stereotip negatif, dan infrastruktur yang tidak setara di sektor pendidikan dan kesehatan.

Banyak Papuan mengalami perlakuan yang mereka nilai sebagai rasis, seperti diejek atau diperlakukan berbeda karena ciri fisik mereka yang berbeda dari kelompok lain.

b) Diskriminasi Terhadap Etnis Tionghoa

Sejarah Indonesia mencatat berbagai bentuk diskriminasi terhadap komunitas etnis Tionghoa, termasuk kekerasan fisik, pembatasan partisipasi politik, serta stereotip sosial yang

melekat selama bertahun-tahun. Misalnya, pada era reformasi dan sebelumnya, komunitas Tionghoa pernah menjadi sasaran kekerasan massal dan pengrusakan, seperti kerusuhan Mei 1998 yang menargetkan warga keturunan Tionghoa dan properti mereka secara luas. Meskipun ini bukan laporan resmi dalam sumber tertentu yang kita gunakan, hal tersebut telah didokumentasikan secara luas dalam literatur sejarah Indonesia. Kasus diskriminasi terhadap etnis Tionghoa juga muncul dalam bentuk pembatasan politik dan stereotip hegemoni ekonomi yang memicu kesenjangan sosial.

c) Diskriminasi Rasis di Dunia Olahraga

Dalam konteks olahraga, terutama sepakbola di Indonesia, terdapat laporan akademik yang mencatat tindakan diskriminatif berupa ejekan terhadap pemain atau suporter karena ras, termasuk hinaan terhadap kulit hitam dan istilah yang bersifat menghina secara rasial. Contohnya ketika pelatih dan pemain Belitong FC mengalami perlakuan diskriminatif dari suporter dan pemain cadangan Persikota Tangerang. Insiden ini terjadi pada saat pertemuan antara Belitong FC Persikota Tangerang dalam lanjutan babak 32 besar liga 3 pada hari Rabu, 23 Februari 2022. Pelatih Belitong FC, Ardiles, mengakui mendengar kata-kata berbau rasisme atas dirinya dan anak asuhnya, Rivaldo Wally (Abduh, 2023).

Diskriminasi ini menggambarkan bagaimana rasisme tidak hanya ada di ruang sosial umum, tetapi juga dapat muncul di aktivitas budaya populer seperti olahraga.

Dampak Labelling dalam Konseling

- Misinterpretasi Masalah: Stereotip budaya, seperti menganggap ras tertentu lebih cerdas atau emosional, menyebabkan konselor keliru menafsirkan perilaku atau permasalahan klien.
- Hambatan Komunikasi: Stereotip rasial sering menyebabkan kesalahpahaman, kebingungan, dan konflik dalam komunikasi antara konselor dan klien.
- Penerapan Generalisasi: Konselor mungkin secara tidak sadar menerapkan asumsi kelompok pada individu, sehingga mengabaikan keunikan cerita klien
- Kepercayaan Klien: Stereotip dapat membuat klien merasa tidak dipahami, tidak dihargai, atau bahkan didiskriminasi, yang berakibat pada ketidakpercayaan terhadap konselor.

Peran Konselor dalam Mengatasi Labelling

Konselor memiliki peran yang sangat strategis dalam mendukung proses kemandirian individu dalam menjalani kehidupannya. Oleh karena itu, seorang konselor yang profesional dituntut untuk memiliki pemahaman yang mendalam terhadap konseli atau klien dalam setiap layanan bimbingan dan konseling yang diberikan. Pemahaman tersebut tidak hanya mencakup kesamaan persepsi antara konselor dan konseli, tetapi juga kesadaran akan adanya perbedaan di antara keduanya. Kesadaran terhadap persamaan dan perbedaan ini menjadi landasan penting dalam membangun hubungan yang sehat serta menjaga kualitas interaksi selama proses konseling berlangsung (Utami, 2022)

Selain itu, konselor perlu memiliki sensitivitas dan persepsi yang baik terhadap keberagaman budaya. Sikap empati, penghargaan, serta kemampuan untuk tidak bersikap diskriminatif terhadap latar belakang budaya konseli merupakan kompetensi esensial yang harus dimiliki. Dalam konteks ini, Kartadinata (2011) menegaskan bahwa bimbingan dan konseling pada hakikatnya merupakan suatu perjumpaan budaya, karena proses tersebut melibatkan interaksi antara individu-individu yang memiliki latar belakang sosio-antropologis

yang beragam. Dengan demikian, layanan konseling tidak dapat dipisahkan dari konteks budaya yang melingkupi kehidupan konseli.

Lebih lanjut, empati berperan penting dalam meminimalkan sikap dan perilaku bermusuhan antarkelompok, serta memungkinkan konselor untuk membangun relasi yang lebih positif dengan individu dari berbagai etnis dan subkultur yang berbeda (Litvack-Miller, MacDougall, & Romney, 1997). Melalui empati, konselor dapat meningkatkan kualitas hubungan konseling dan menciptakan lingkungan yang aman serta suportif bagi konseli dalam mengembangkan potensi dirinya.

Ras dan stereotip merupakan tantangan signifikan dalam konseling lintas budaya, di mana gagasan yang terlalu disederhanakan mengenai kelompok ras atau etnis tertentu dapat menghambat komunikasi, menciptakan prasangka, dan mengganggu penilaian rasional terhadap klien (Nabila et al., 2024; Ramadani et al., 2024; Triningtyas, 2019). Konseling lintas budaya menuntut konselor untuk menyadari bias-bias budaya mereka sendiri agar dapat memberikan layanan yang inklusif, adil, dan sensitif terhadap perbedaan.

Kompetensi Konselor Multikultural

Arredondo et al., (1996) mengemukakan ada tiga kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang konselor dalam melaksanakan konseling berbasis multikultural, yaitu (1) kesadaran bias dan nilai budaya yang dimiliki konselor, (2) kesadaran konselor dalam sudut pandang klien, (3) pemahaman intervensi strategi yang sesuai dengan kebudayaan. Tiga aspek ini diuraikan lagi dalam masing-masing aspek yaitu: (1) keyakinan dan sikap, (2) Pengetahuan, dan (3) keahlian.

Asosiasi Psikologi Amerika (APA) mengembangkan enam prinsip dalam panduan konseling multikultural. Prinsip tersebut yaitu:

- a) Pelaksanaan etika psikologis yang perlu ditingkatkan melalui (enhanced by pengetahuan knowledge) tentang perbedaan keyakinan dan praktik dalam lingkungan sosial melalui afiliasi kelompok ras dan etnis serta bagaimana keyakinan tersebut akan mempengaruhi pendidikan, pelatihan, penelitian dan praktik psikologi.
- b) Memahami dan mengenali (understanding and recognizing) pengalaman sosialisasi antar individu berdasarkan etnis dan rasial dapat meningkatkan kualitas pendidikan, pelatihan, praktik, dan penelitian di bidang psikologi;
- c) Mengenali cara pandang masing-masing kelompok ras dan etnis dengan dimensi identitas lainnya (misalnya: jenis kelamin, usia, orientasi seksual, kecacatan, orientasi agama / spiritual, pencapaian / pengalaman pendidikan, dan status sosial ekonomi) meningkatkan pemahaman dan perlakuan terhadap semua orang;
- d) Pengetahuan tentang pendekatan historis yang diturunkan telah melihat perbedaan budaya sebagai defisit dan tidak menghargai identitas sosial tertentu akan dapat membantu psikolog memahami kurang berartinya etnis minoritas dalam profesi dan menegaskan serta menghargai peran etnisitas mengembangkan identitas diri;
- e) Psikolog secara khusus dapat mempromosikan nilai rasial dan keadilan sosial. Hal ini dibantu oleh kesadaran mereka akan dampaknya terhadap orang lain dan pengaruh peran pribadi dan profesional mereka di masyarakat;
- f) Pengetahuan psikolog tentang peran organisasi, termasuk pengusaha dan asosiasi psikologis profesional, adalah sumber potensial praktik perilaku yang mendorong

wacana, pendidikan dan pelatihan, perubahan institusional, penelitian dan kebijakan. Pengembangan yang lebih baik daripada melupakan perbedaan budaya. Psikolog menyadari bahwa organisasi dapat menjadi penjaga gerbang atau agen status quo, daripada pemimpin dalam masyarakat yang berubah sehubungan dengan multikulturalisme

Mengatasi Stereotip dalam Konseling Lintas Budaya

Untuk meminimalisasi dampak stereotip, konselor perlu mengambil langkah-langkah berikut:

1. Meningkatkan Kesadaran Diri: Konselor harus mengenali dan mengakui bias atau prasangka rasial/budaya yang mereka miliki sendiri.
2. Pengembangan Kompetensi Budaya: Konselor perlu terus belajar tentang nilai-nilai, keyakinan, dan norma budaya lain untuk menghindari penilaian cepat.
3. Empati dan Komunikasi Aktif: Mendengarkan secara aktif dan membangun empati dapat membantu memahami perspektif unik klien.
4. Pendidikan dan Pelatihan: Institusi pendidikan dan pelatihan harus menyediakan ruang untuk diskusi keberagaman guna meningkatkan pemahaman budaya

KESIMPULAN

Ras merupakan konstruksi sosial yang berperan dalam membentuk identitas dan interaksi sosial individu. Labelling terhadap ras, seperti prasangka, stereotip, stigma, dan diskriminasi, memiliki dampak signifikan terhadap konsep diri dan peluang sosial individu. Dalam konteks konseling multibudaya, fenomena labelling dapat menghambat proses konseling apabila tidak disikapi dengan tepat. Oleh karena itu, konselor dituntut untuk memiliki kompetensi multikultural yang mencakup kesadaran diri terhadap bias, pemahaman terhadap latar belakang budaya klien, serta kemampuan menerapkan intervensi yang sensitif terhadap keberagaman. Sebagai saran, lembaga pendidikan dan pelatihan konselor perlu mengintegrasikan materi tentang isu ras, *labelling*, dan keberagaman budaya dalam kurikulum secara lebih komprehensif. Selain itu, konselor diharapkan terus mengembangkan kemampuan reflektif dan empatik dalam praktik profesionalnya agar mampu meminimalkan bias serta membangun hubungan konseling yang inklusif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji fenomena ini melalui pendekatan empiris di lapangan agar diperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai dampak *labelling* terhadap identitas budaya dalam praktik konseling.

REFERENSI

- Devi, M. K., & Habsy, B. A. (2026). Pengetahuan dan pemahaman tentang perkembangan identitas psikologi sosial dalam bimbingan dan konseling multibudaya: Studi literatur. *Jurnal Sosial Teknologi*, 6(4), 1321–1331.
- Dewantara, A. W. (2019). Bhinneka Tunggal Ika sebagai model multikulturalisme khas Indonesia. *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR)*, 396–404.
- Gunawan, M. A. P., Harini, Y. N. A., & Yulianeta, Y. (2022). Stereotipe, diskriminasi, segregasi sosial, dan resistensi dalam novel *Ivanna van Dijk* karya Risa Saraswati. *Artikulasi: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 2(1), 61–71.
- Habsy, B. A., Anwar, M. N. P., & Septiani, L. (2025). Perkembangan identitas psikologi sosial dalam konseling multibudaya. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Matematika*, 2(2), 320–329.
- Habsy, B. A., Dira Anindia Ayu Rosidin, & Shofiyyah Qurrotul A'yun. (2025). Labelling dan ras terhadap identitas budaya. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(3).
- Hadi, S. (2020). Racism and ethnic discrimination in Indonesia: A socio-legal perspective. *Journal of Indonesian Social Sciences and Humanities*, 13, 47–64.
- Kholili, M. I. (2018). Peningkatan kualitas pribadi konselor sebagai upaya menyikapi intoleransi budaya di Indonesia. *Jurnal Bikotetik*, 2(1), 73–114.
- Kiranantika, A. (2022). Memahami interseksionalitas dalam keberagaman Indonesia: Tinjauan dalam sosiologi gender. *Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development*, 4(1), 48–55.
- Lampe, I., & Anriani, H. B. (2016). Stereotipe, prasangka dan dinamika antaretnik. *Jurnal Penelitian Pers dan Komunikasi Pembangunan*, 20(1), 19–32.
- Laraswati, S. (2020). Lagab menurut perspektif Al-Qur'an dan relevansinya dengan teori labeling dalam sosiologi.
- Liliweri, A. (2018). *Prasangka, konflik, dan komunikasi antarbudaya*. Jakarta: Kencana.
- Mursal, I. F., Fazlan, T. R. S., Azizah, A., Andjani, A., & Putri, N. (2025). Historiografi migrasi bangsa-bangsa di Asia Tenggara masa peradaban kuno. *Titikala Jurnal*, 1(2), 140–148.
- Musa, M. R., Arthamevia, R. N., & Lesmana, A. B. (2022). Human rights and Pancasila: A case of Tionghoa ethnic discrimination in Indonesia. *Indonesian Journal of Pancasila and Global Constitutionalism*, 1(1), 119–170.
- Nabila, A., Anggraina, Y. A., & Syakinah, T. A. F. (2024). Tantangan konselor dalam konseling lintas budaya. *Jurnal Inovasi Pembelajaran dan Pendidikan Islam (JIPPI)*, 2(2).
- Ramadani, N., Widiyanarti, T., Fauziah, A., Salsabila, R. M., Firmansyah, I., Pratiwi, A., & Sagita, D. N. (2024). Menguraikan tantangan yang disebabkan oleh stereotip budaya dalam komunikasi antarbudaya. *Interaction Communication Studies Journal*, 1(3), 16.
- Syahputra, M. R. A., Efendi, M. Y., & Habsy, B. A. (2025). Perspektif multibudaya dalam bimbingan dan konseling. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Matematika*, 2(2), 292–303.
- Triningtyas, D. A. (2019). *Konseling lintas budaya*. CV. Ae Media Grafika.
- Utami, D. A., Nida, C., & Yulvania, N. (2022). Kualitas pribadi konselor sebagai upaya dalam menyikapi intoleransi budaya. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2).

Valencya, N., Linsetyowati, N. C. C., Arfianti, Y. P., Zuhriyah, S. A., Musyaffa, A. F., & Khusumadewi, A. (2025). Kearifan lokal Hasthalaku sebagai pendekatan konseling multibudaya untuk meningkatkan harmoni sosial. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 747–757.