

# Kompetensi Kaunselor Dalam Kesehatan Mental (*Counselor Competency in Mental Health*)

Liley Afzani Saidi<sup>1\*</sup>, Zarina Kassim<sup>1</sup>, Siti Nurhafizah Saleeza Ramli<sup>1</sup>, Nur Haffiza Rahaman<sup>1</sup>, Wan Su Emi Yusnita Wan Yusuf<sup>1</sup>, Rayyan Cheong Tian Ming Abdullah<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Jabatan Pengurusan, Universiti Pertahanan Nasional Malaysia (UPNM), Malaysia

\*Pengarang Koresponden: [liley.afzani@upnm.edu.my](mailto:liley.afzani@upnm.edu.my)

Accepted: 15 February 2022 | Published: 1 March 2022

DOI: <https://doi.org/10.55057/jdpd.2022.4.1.12>

---

**Abstrak:** Artikel ini membincangkan secara terperinci mengenai komponen-komponen berkenaan dengan kompetensi kaunselor dalam isu kesihatan mental yang melibatkan kemahiran, pengetahuan dan etika yang perlu dipraktikkan oleh seorang kaunselor kesihatan mental. Penulis juga membincangkan aspek berkaitan kerangka konsep kesihatan mental terutamanya melihat kepada Kerangka Kerja Piramid World Health Organization (WHO) dalam menerangkan gabungan perkhidmatan serta intervensi di peringkat komuniti dan profesional. Selain itu, penulis membincangkan mengenai 10 bidang kemahiran utama dalam meningkatkan kompetensi kaunselor kesihatan mental, peranan Kod Etika Kaunselor serta fungsi Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs (CACREP) yang menjadi badan yang mempromosikan kecekapan profesional kaunseling dan pengamal berkaitan melalui pembangunan piawaian penyediaan; galakan kecemerlangan dalam pembangunan program; dan akreditasi penyediaan profesional perkhidmatan kaunseling.

**Kata Kunci:** Kompetensi, kaunselor, kesihatan mental

**Abstract:** This article discusses in detail the components concerning counselor competence in mental health issues involving the skills, knowledge, and ethics that need to be practiced by a mental health counselor. The authors also discuss aspects related to the mental health conceptual framework especially looking at the World Health Organization (WHO) Pyramid Framework in describing the combination of services as well as community and professional level interventions. In addition, the authors discuss 10 key skill areas in enhancing the competence of mental health counselors, the role of the Counselor Code of Ethics as well as the function of the Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs (CACREP) which is a body that promotes the professional competence of counseling and related practitioners through the development of preparation standards. ; encouragement of excellence in program development; and accreditation of professional provision of counseling services.

**Keywords:** Competency, counselor, mental health

---

## 1. Pengenalan

Kompetensi merujuk kepada konsep kecekapan seseorang individu dalam melaksanakan tugas dan tanggungjawab yang diberikan berdasarkan kepada kemahiran dan pengetahuan yang perlu dimiliki dalam sesuatu bidang (Kamus Dewan Bahasa Edisi Kempat, 2010). Konsep

kompetensi kaunselor pula merujuk kepada pembentukan kepada prinsip-prinsip yang menentukan kepada tingkah laku yang beretika serta amalan terbaik demi kemenjadian seorang kaunselor (Hadijah Johari & Abu Bakar Abdullah, 2021). Menurut Kod Etika Lembaga Kaunselor (2011) menjelaskan bahawa kaunselor mesti berlatih dalam persekitaran yang tidak diskriminasi, dalam lingkungan profesional dan kecekapan peribadi serta mengikut Kod Etika Lembaga Kaunselor yang telah ditetapkan.

Merujuk kepada Akta Kaunselor 1998 (Akta 580), kaunselor adalah seorang yang mengadakan perkhidmatan kaunseling bagi suatu fee yang ditetapkan atau apa-apa balasan lainnya manakala kaunselor berdaftar ditafsirkan sebagai seseorang yang didaftarkan di bawah seksyen 11, Akta Kaunselor 1998. Umumnya di Malaysia, Lembaga Kaunselor Malaysia (LKM) merupakan badan berkanun di bawah Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga dan Masyarakat (KPWKM) yang menyelia serta memantau profesionalisme kaunselor-kaunselor di Malaysia dengan memastikan setiap kaunselor yang ingin menjalankan amalan kaunseling mempunyai status sebagai Kaunselor Berdaftar (KB) dan Perakuan Amalan (PA) dengan LKM. Sehubungan itu, pelbagai proses dan fasa yang perlu dilalui oleh seorang kaunselor bagi menjadikan mereka sebagai individu yang profesional dalam bidang kaunseling termasuk dari segi pendidikan awal di peringkat pengajian tinggi serta badan profesional di peringkat LKM.

Dalam konteks perkembangan bidang kaunseling secara umumnya, perkhidmatan kaunseling dilihat begitu signifikan di peringkat pendidikan iaitu di peringkat sekolah hingga peringkat organisasi serta perkembangan diri. Namun, pada tahun 1990, kaunselor dilihat sebagai salah satu agen membantu menyebarkan maklumat berkenaan kesihatan mental kepada masyarakat (Cowger, Hinkle, DeRidder & Erk, 1991). Berdasarkan kepada AMHCA's iaitu Standard for Clinical Mental Health Counseling (1999), kaunselor yang terlibat dengan bidang kesihatan mental harus mempunyai kelayakan minimum 60 jam kerja kursus termasuk 48 jam asas kurikulum dan 12 jam kaunseling kesihatan mental, termasuk praktikal dan amali. Secara keseluruhannya mereka harus melengkapkan 3,000 jam menyelia pelajar dalam bidang klinikal melibatkan tempoh masa dua tahun.

Kini, kaunselor dalam konteks kesihatan mental mempunyai peranan yang signifikan terutamanya melibatkan isu-isu berkaitan penyakit mental serta kecelaruan mental. Walaupun bidang klinikal psikologi mempunyai kepakaran yang lebih tinggi dalam menangani isu penyakit mental namun dari segi kemampuan kaunselor menjalankan intervensi serta advokasi memberi impak kepada kesejahteraan mental masyarakat. Peranan utama kaunselor apabila menjalankan sesi kaunseling kesihatan mental secara umumnya melibatkan rawatan dan pengurusan terhadap klien, mengendalikan sesi temubuat, membuat diagnosis dan perancangan perawatan terhadap klien (Linda Seligman, 2004). Selain itu, kaunselor yang terlibat dalam kesihatan mental perlu memiliki kemahiran dalam melaksanakan ujian dan analisis, menyediakan maklumat tambahan kepada individu yang memerlukan selain harus menjalankan ujian personaliti, menilai minat, simptom dan lain-lain keperluan dalam kesihatan mental. Sehubungan itu, kaunselor harus mempunyai latihan yang mencukup terutama melibatkan pendekatan teknik yang digunakan untuk membantu klien dalam perkembangan diri, sosial, emosi, keluarga dan persekitaran mereka (Brown, 2002).

## **2. Kerangka konsep Kesihatan Mental**

Kesihatan mental merujuk kepada keadaan kesejahteraan fizikal, mental dan sosial yang lengkap dan bukan semata-mata ketiadaan penyakit atau kelemahan (WHO, 2001). Namun definisi kesihatan mental telah dikemaskini oleh World Health Organization dengan

menjelaskan konsep kesihatan mental merangkumi keadaan kesejahteraan di mana individu menyedari kebolehannya sendiri, boleh mengatasi tekanan hidup yang normal, boleh bekerja dengan produktif dan membuahkan hasil, serta mampu memberi sumbangan kepada masyarakat.

Terdapat pelbagai pandangan mengenai komponen kesihatan mental dan menurut Petar War (1994) terdapat lima komponen dalam kesihatan mental meliputi kecekapan, kebebasan, kesejahteraan efektif, aspirasi dan kefungisian sendiri. Namun kajian selepas itu mendapati bahawa konsep kesejahteraan afektif mempunyai hubungan yang sangat signifikan dalam menjelaskan masalah kesihatan mental. Bagi mengukur tahap kesejahteraan afektif, terdapat beberapa prinsip dalam kesejahteraan afektif iaitu kemurungan, rasa tidak puas hati, curiga, kegairahan, kepuasan, dan rasa selesa

Namun dalam membantu individu dan kelompok, World Health Organization (2006) telah menjelaskan mengenai kerangka kerja dalam isu berkaitan kesihatan mental yang melibatkan pelbagai pihak termasuk masyarakat dan orang awam. Merujuk kepada rajah 1 yang dikeluarkan oleh pihak WHO, terdapat lima pihak yang berkepentingan dalam membantu aspek kesihatan mental melibatkan penjagaan diri dan pelaksanaan intervensi. Penjagaan diri merujuk kepada pengurusan diri dengan sokongan daripada penjaga untuk mencegah dan mengatasi penyakit mental. Penjagaan komuniti tidak formal merujuk kepada sokongan yang diberikan oleh pakar perubatan tradisional, pekerja kesihatan bukan pakar atau pekerja kesihatan awam, profesional dari sektor lain, organisasi masyarakat sivil, sistem keluarga dan individu.

Apabila keperluan penjagaan tidak dapat dipenuhi pada tahap ini, kemasukan ke dalam sistem kesihatan formal hendaklah melalui psikotrik yang mengenal pasti pesakit pada peringkat awal dan merujuk individu yang mengalami penyakit mental yang teruk kepada penjagaan pakar dan menguruskan mereka yang stabil atau mempunyai simptom yang ringan hingga sederhana. Orang yang mengalami masalah kesihatan mental yang teruk mungkin memerlukan penjagaan pesakit luar khusus, yang termasuk klinikal kaunselor kesihatan mental, perkhidmatan pemulihan, pasukan krisis mudah alih, perkhidmatan kediaman yang diselia dan penjagaan di rumah. Apabila individu mempunyai masalah penyakit mental yang teruk dan tidak dapat diselesaikan dalam komuniti, penjagaan pesakit dalam khusus mungkin diperlukan, sama ada di wad psikiatri di hospital am atau hospital psikiatri. Hanya minoriti kecil orang, yang memerlukan penjagaan intensiti tinggi jangka panjang, harus mempunyai akses kepada perkhidmatan pesakit dalam jangka panjang dan pakar



Rajah 1: Rangka Kerja Piramid WHO Menerangkan Gabungan Bagi Perkhidmatan Untuk Kesihatan Mental

### 3. Komponen Kompetensi Kaunselor Kesihatan Mental

Kaunselor mempunyai tanggungjawab profesional dalam menjalankan tugas sebelum, semasa dan selepas menjalankan sesi kaunseling bersama klien. Merujuk kepada Hutapea dan Thoha (2008) dan Elizabeth Reynolds (2015) menjelaskan bahawa kaunselor yang mempunyai kompetensi mempunyai tiga komponen utama melibatkan pengetahuan berkaitan cara kerja yang perlu dilakukan, kemahiran dan aspek keterampilan yang meliputi perkara teknikal dan teknikal manakala yang terakhir adalah melibatkan sikap kaunselor yang sentiasa berusaha, konsisten serta mempunyai kecerdasan emosi yang baik.

Walaupun dari konteks kecekapan dan kamahiran berkait secara langsung dengan pengetahuan. Seorang kaunselor harus tahu mengenai limitasi dan keupayaan diri dalam melaksanakan tugas dan tanggungjawab. Sebarang keputusan yang dibuat sepanjang proses sesi kaunseling bersama dengan klien melibatkan satu bentuk proses yang dinamik yang memerlukan kaunselor mengetahui perkara atau isu semasa yang berlaku. Oleh itu, dalam perbincangan melibatkan isu kesihatan mental, kaunselor harus memahami, mempelajari serta meningkatkan ilmu pengetahuan mengenai kesihatan mental terutamanya dari aspek klinikal dan juga perkembangan psikologi individu. Sexton (1995) menjelaskan bahawa kaunselor yang terlibat dengan kesihatan mental perlu mempunyai kemahiran dan pengetahuan berdasarkan 10 bidang utama iaitu;

#### a. Orentasi profesional, Etika dan Identiti

Perbincangan dalam bidang ini merangkumi pengetahuan kepada sejarah dan falsafah profesion kaunseling serta memahami peranan dan fungsi profesionalisme dalam kaunseling. Selain itu, kaunselor perlu mempunyai kemahiran dan pengetahuan dalam literasi komputer dan kompetensi dalam pengetahuan teknologi serta pengetahuan mengenai standard etika profesion kaunseling meliputi garis panduan yang sah.

### **b. Sosial dan Asas Budaya**

Kaunselor mempunyai kemahiran dalam teori kaunseling multibudaya dan perkembangan identiti yang mana proses tersebut memberi kesan kepada latar belakang status kesihatan mental individu. Kaunselor harus memahami trend kepelbagaian budaya serta boleh berkerjasama dengan secara efektif dalam membantu perkembangan diri klien secara holistik. Selain itu, kaunselor perlu mempunyai kesedaran bahawa terdapat perubahan sosial, komuniti yang memberi kesan kepada perkembangan psikologi individu.

### **c. Perkembang Dan Pembangunan Manusia**

Memahami teori dan perinsip individu secara normal dan perkembangan keluarga dalam mempengaruhi kitaran hayat psikologi individu. Kaunselor harus memahami teori pembelajaran dan perkembang kognitif selain memahami perkembangan seksual dan tingkah laku.

### **d. Gaya Hidup dan Perkembangan Kerjaya**

Kaunselor harus memahami perubahan cara kerja dalam masyarakat termasuk hubungan yang berkait antara kerja dan keluarga. Kaunselor harus menguasai teori dalam perkembangan kerjaya dan proses membuat keputusan. Selain itu, kaunselor perlu mengetahui sumber dalam perkembangan kerjaya, pekerjaan, pendidikan, pasaran kerja serta mengetahui sumber yang perlu diperolehi dalam perkembangan kerjaya semasa.

### **e. Teori Kaunseling dan Hubungan Menolong**

Kaunselor berpengetahuan dalam memahami kerangka kerja yang dilaksanakan serta boleh mengaplikasikan teknik terapeutic terhadap klien sepanjang proses kaunseling. Kaunselor memahami kemahiran kaunseling, intervensi yang dilaksanakan serta mampu meletakkan matlamat kaunseling, menilai keberkesanan kaunseling serta menamatkan proses kaunseling yang dijalankan bersama klien.

### **f. Kaunseling Kelompok**

Memahami prinsip asas dalam melaksanakan sesi kaunseling kelompok terutama konsep asas pembinaan kelompok kaunseling. Kaunselor juga mahir berkaitan teori dan strategi dalam melaksanakan kaunseling kelompok. Kaunselor berpengetahuan dalam meneroka kekuatan kelemahan serta limitasi dalam kaunseling kelompok. Selain itu, kaunselor perlu mempunyai pengetahuan dalam gaya kepimpinan kelompok dan kepimpinan yang efektif dalam mengendalikan kelompok.

### **g. Penilaian dan Pengukuhan**

Kaunselor berkemahiran dalam melaksanakan temubual, pemerhatian tingkah laku dan status kesihatan mental klien. Kaunselor juga harus peka terhadap bila dan bagaimana untuk merujuk klien kepada pakar rujuk yang lain yang mana kes yang dikendalikan tersebut bukan dari bidang atau kemahiran kaunselor tersebut.

### **h. Kajian dan Penilaian Program**

Kesedaran kaunselor berkaitan kepentingan, manfaat serta cabaran dalam melaksanakan kajian. Kaunselor juga harus mempunyai pemahaman tentang bidang yang berkaitan dalam kaunseling serta mempunyai pengetahuan bagaimana melaksanakan kajian, penilaian berkenaan program dan aktiviti yang terdapat dalam bidang kaunseling.

### **i. Diagnos dan psikopathologi**

Mempunyai pengetahuan tentang *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM). Kaunselor juga harus mempunyai asas dalam *neurophysiology* serta mampu menguna

dan menerangkan secara umum atau spesifik inventori psikologi bagi proses diagnos kepada klien.

### j. Psikoterapi

Berkemampuan dalam merangka plan rawatan secara efektif kepada klien serta mempunyai pengetahuan dalam teori dan teknik untuk diaplikasikan kepada individu, kelompok, keluarga dengan tujuan untuk meningkatkan kefungsiian individu.

Berdasarkan kepada 10 bidang kompetensi kaunselor dalam kesihatan mental yang dibincangkan diatas, terdapat tiga penambahan bidang kompetensi yang dipelkenalkan oleh Linda Seligman (2004) bagi mengukuhkan kompetensi kaunselor kesihatan mental meliputi; (i) keseimbangan emosi dan kesedaran sendiri; (ii) gaya komunikasi dan; (iii) latihan, penyeliaan dan kemahiran pengurusan. Berdasarkan tiga komponen tersebut memberikan gambaran bahawa komponen kompetensi kaunselor mencakupi pelbagai aspek meliputi kemahiran, pengetahuan, serta analisis sendiri yang memerlukan kaunselor sentiasa peka terhadap perubahan yang berlaku di sekeliling.

Merujuk kepada Kod Etika Kaunselor (2011) menjelaskan bahawa kaunselor harus mempunyai hasrat dan juga niat untuk berkomunikasi secara terbuka, jujur dan tepat apabila berhadapan dengan klien, masyarakat atau golongan profesional yang lain dalam usaha meningkatkan tahap kompetensi kaunselor. Terdapat lapan jenis kompetensi profesional yang telah digariskan dalam Kod Etika Kaunselor (2011) dan *Code of Ethic* (American Counseling Association (2014)). Siti Noorjannah (2020) menjelaskan penyediaan kod etika kaunselor di Malaysia merujuk pada *Code of Ethics* (American Counseling Association) dan berikut adalah menunjukkan persamaan kod etika tersebut dalam jadual 1.

**Jadual 1: Kod Etika Kaunselor Di Malaysia Dan *Code of Ethics* (American Counseling Association**

<b>Kod Etika Kaunselor Lembaga Kaunselor Malaysia (2012)</b>	<b><i>Code Of Ethics</i> (American Counseling Association (2014)).</b>	<b>Isu Etika</b>
C.2. Kompetensi profesional C.2.a. Sempadan kompetensi C.2.b Bidang kepakaran baru C.2.f Pendidikan berterusan C.2.g. Ketidakupayaan C.2.h. Ketidakmampuan kaunselor atau penamatan praktis	<b>Section A</b> <i>The Counseling Relationship</i> • 4 <b>Section B</b> <i>Confidentiality and Privacy</i> • 6 <b>Section C</b> <i>Professional Responsibility</i> • 8 <b>Section D</b> <i>Relationships With Other Professionals</i> • 10 <b>Section E</b> <i>Evaluation, Assessment, and Interpretation</i> • 11 <b>Section F</b> <i>Supervision, Training, and Teaching</i> • 12 <b>Section G</b> <i>Research and Publication</i> • 15 <b>Section H</b> <i>Distance Counseling, Technology, and social media</i> • 17 <b>Section I</b> <i>Resolving Ethical Issues</i> • 18 <i>Glossary of Term</i>	<b>Isu Kecekapan dan latihan kaunseling</b> i. berkaitan kepakaran bidang baharu (tentang kemurahan hati / beneficence kaunselor dengan klien.  <b>Isu pendidikan berterusan</b> ii. Sejauhmanakah sambung belajar ini mampu meningkatkan kecekapan/ kompetensi? <b>Isu layak untuk perkerjaan</b> iii. Kelayakan pegawai psikologi menangani isu berkaitan kaunseling



Berdasarkan senarai maklumat yang tersenari dalam Kod Etika Lembaga Kaunselor jelas memperincikan bahawa secara umumnya kompetensi kaunselor merangkumi pelbagai perkara asas melibatkan aspek kepakaran, keberkesanan, obligasi, konsep pendidikan secara berterusan, kekangan melibatkan ketidakupayaan kaunselor serta penamatan proses sesi kaunseling. Walaupun kaunselor di Malaysia mempunyai garis panduan berkaitan etika dan profesion kaunseling, namun perbincangan mengenai kompetensi kaunselor dalam mengendalikan isu berkaitan kesihatan mental masih mempunyai jurang yang sangat luas.

#### 4. Pengukuhan Kompetensi Kaunselor

Terdapat pelbagai pandangan sarjana mengenai pengukuhan kompetensi kaunselor. Menurut Elizabeth Welfel (2015) salah satu komponen yang perlu diberikan perhatian oleh kaunselor dalam mengekalkan tahap kompetensi terutama melibatkan kesihatan mental adalah dengan memantau status keadaan emosi diri serta tahap tekanan yang diterima dalam melaksanakan proses intervensi bersama klien. Secara umumnya kaunselor yang mampu mengekalkan tahap kompetensi yang baik terutama dalam konteks kaunseling kesihatan mental perlu peka terhadap lima dimensi utama iaitu;

- i. Faktor yang mempengaruhi keberkesanan sesi kaunseling yang dijalankan
- ii. Faktor yang mempengaruhi keberkesanan kaunselor
- iii. Faktor personaliti, sumber dan persekitaran yang mempengaruhi klien.
- iv. Rawatan dan intervensi yang sesuai selepas proses diagnosis
- v. Keseimbangan proses terapeutik dalam sesi kaunseling.

Menurut Norcross (1994), kompetensi dan kemampuan kaunselor dalam bidang kesihatan mental turut dipengaruhi oleh maklumbalas, pendidikan, kesedaran emosi, pengalaman, kawalan tindakbalas, kebebasan diri dalam aspek sosial dan mampu menguruskan sesuatu perkara yg diluar jangka. Namun menurut *Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs* (CACREP) iaitu satu badan yang mempromosikan kecekapan profesional kaunseling dan pengamal berkaitan melalui pembangunan piawaian penyediaan; galakan kecemerlangan dalam pembangunan program; dan akreditasi penyediaan profesional. Program menjelaskan bahawa elemen kaunseling kesihatan mental klinikal perlu digabungkan. Oleh itu, setiap kaunselor yang berada dalam bidang ini harus mempunyai jumlah jam kredit sebanyak 60 jam merangkumi kerja kursus teras dan pengalaman yang berkaitan dengan (a) orientasi profesional dan amalan etika, (b) kepelbagaian sosial dan budaya, (c) manusia pertumbuhan dan perkembangan, (d) pembangunan kerjaya, (e) perhubungan membantu, (f) kerja kumpulan, (g) penilaian, dan (h) penyelidikan dan penilaian program. Selain itu, pelajar melengkapkan sekurang-kurangnya 100 jam praktikum dan 600 jam latihan dalam persekitaran kaunseling yang diselia rapi dan menunjukkan pencapaian pengetahuan, kemahiran, dan amalan yang diperlukan untuk berjaya sebagai kaunselor kesihatan mental dalam enam bidang utama: (a) asas; (b) kaunseling, pencegahan, dan intervensi; (c) kepelbagaian dan advokasi; (d) penilaian; (e) penyelidikan dan penilaian; dan (f) diagnosis.

Sehubungan dengan itu, piawaian CACREP (2009) yang telah dikemaskini memberi perubahan ketara dalam menyediakan infomasi kepada penyediaan kaunselor yang mahir dalam bidang kesihatan mental. Antara teras yang diberikan perhatian termasuklah kepelbagaian dan kaunseling advokasi; piawaian untuk menyediakan dan bertindak balas terhadap krisis, bencana dan trauma; peningkatan integrasi kesejahteraan, pembangunan optimum dan daya tahan; dan meningkatkan perhatian terhadap akauntabiliti dan penggunaan penyelidikan.

Selain itu, program yang konsisten dengan Piawaian CACREP (2009) termasuk kajian yang memberikan pemahaman tentang konteks budaya hubungan, isu dan trend dalam masyarakat berbilang budaya. Secara khusus, kurikulum ini termasuk;

- a. Aliran pelbagai budaya dan pluralistik, termasuk ciri dan kebimbangan dalam kalangan pelbagai kumpulan di peringkat kebangsaan dan antarabangsa;
- b. Sikap, kepercayaan, pemahaman, dan pengalaman akulturatif, termasuk aktiviti pembelajaran pengalaman khusus yang direka untuk memupuk pemahaman pelajar tentang diri sendiri dan klien dari pelbagai budaya;
- c. Teori kaunseling pelbagai budaya, pembangunan identiti, dan keadilan sosial;
- d. Strategi individu, pasangan, keluarga, kumpulan dan komuniti untuk bekerja dengan dan menyokong populasi yang pelbagai, termasuk kecekapan berbilang budaya;
- e. Peranan kaunselor dalam membangunkan kesedaran sendiri budaya, mempromosikan budaya keadilan sosial, advokasi dan penyelesaian konflik, dan tingkah laku lain yang disokong oleh budaya yang menggalakkan kesejahteraan dan pertumbuhan manusia yang optimum spiritual, fikiran, atau jasad; dan
- f. Peranan kaunselor dalam menghapuskan berat sebelah, prasangka, dan proses penindasan dan diskriminasi yang disengajakan dan tidak disengajakan.

## 5. Penutup

Membentuk kompetensi kaunselor dalam isu kesihatan mental merupakan satu cabaran kepada kaunselor serta badan yang menyelia profesion kaunseling. Asasnya kaunselor harus memahami teori, konsep, dan cara mengaplikasikan sesi kaunseling dalam isu yang berkaitan dengan kesihatan mental. Ilmu pengetahuan, kemahiran dan juga disiplin harus diterapkan bagi membantu kaunselor dalam mengaplikasikan sesi kaunseling yang terbaik terhadap klien. Selain itu, sebagai kaunselor yang bertanggungjawab mengendalikan sesi kaunseling kesihatan mental, kesedaran mengenai komponen-komponen penting dalam kompetensi seorang kaunselor kesihatan mental juga perlu diberikan perhatian. Mereka seharusnya peka dan cakna mengenai perubahan yang berlaku terhadap diri klien, persekitaran serta limitasi yang berada dalam diri kaunselor. Penggunaan teknik seperti refleksi diri amat digalakan bagi membantu kaunselor terus mempunyai kesedaran sendiri dalam mengenalpasti limitasi yang dihadapi sekaligus membantu dalam meningkatkan lagi pengetahuan dan kemahiran sedia ada.

## Rujukan

- American Mental Health Counselors Association. (2015). *Clinical mental health counselors*. The Advocate, 38, 2.
- Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs. (2015). CACREP standards.
- Cowger, E. L., Hinkle, J. S., DeRidder, L. M., & Erk, R. R. (1991). CACREP community counseling programs: Present status and implications for the future. *Journal of Mental Health Counseling*, 13(2), 172–186.
- Dewan Bahasa dan Pustaka. (2010). *Kamus Dewan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Hutapea, P. dan Thoha, N. 2008. *Kompetensi Plus*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Johari, H., & Abdullah, A. (2021). Tanggungjawab Profesional: Kompetensi Profesional Dalam Kalangan Kaunselor Di Malaysia. *International Journal of Social Science Research*, 3(4), 201-209.



- Jorm, A. F., Korten, A. E., Jacomb, P. A., Christensen, H., Rodgers, B., & Pollitt, P. (1997). "Mental health literacy": a survey of the public's ability to recognize mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *The Medical Journal of Australia*, 166(4), 182–186.
- Lembaga Kaunselor Malaysia. (2011). *Kod Etika Kaunselor*. Kuala Lumpur: Penerbit Lembaga Kaunselor.
- Lembaga Penyelidikan Undang-Undang. (2013). *Akta Kaunselor 1998 (Akta 580) dan Peraturan-Peraturan*. Selangor: International Law Book Services.
- positively forward*. New York, NY: Avon Books.
- Prochaska, J. O., Norcross, J. C., & DiClemente, C. C. (1994). *Changing for good: A revolutionary six-stage program for overcoming bad habits and moving your life*.
- Seligman, L. (2004). *Diagnosis and Treatment Planning in Counseling*. Springer US.
- Welfel, E. R. (2015). *Ethics in counseling and psychotherapy: Standards, Research, And Emerging Issues*.
- World Health Organization. (2012). *Data and statistics*.