



Literature Review: Perbandingan Pendekatan Humanistik dan Pendekatan Islami Dalam Konseling Individu

Azni¹, Ahmad Saidun², Lindi Dwi Agustin³, Mulianis⁴, Yona Susanti⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: lindidagustin263@gmail.com

Article Info

Article history:

Received December 07, 2025

Revised December 18, 2025

Accepted December 30, 2025

Keywords:

Humanistic Approach, Islamic Approach, Existential Approach

ABSTRACT

Approaches to guidance and counseling have evolved along with the understanding of humans as unique, dignified beings with the potential for growth. This article discusses three main approaches humanistic, Islamic, and existential as the conceptual basis for helping individuals achieve wholeness. The humanistic approach emphasizes self-actualization, freedom, and human values, with the counselor acting as an empathetic and unconditionally accepting facilitator. The Islamic approach is grounded in the concepts of fitrah (natural divinity), tauhid (monotheism), and piety (taqwa), which view humans as both servants and caliphs of Allah on earth. The counseling process is directed toward drawing closer to Allah and discovering the meaning of life according to the guidance of the Qur'an and Sunnah. Meanwhile, the existential approach focuses on the individual's awareness of freedom, responsibility, and the search for meaning in their existence. The integration of these three approaches results in a holistic counseling model considering the psychological, spiritual, and existential dimensions of human existence thus helping individuals achieve balance between personal, social, and spiritual

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



Article Info

Article history:

Received December 07, 2025

Revised December 18, 2025

Accepted December 30, 2025

Keywords:

Pendekatan Humanistik, Pendekatan Islami, Pendekatan Eksistensial

ABSTRACT

Pendekatan dalam bimbingan dan konseling berkembang seiring dengan pemahaman manusia sebagai makhluk yang unik, bermartabat, dan memiliki potensi untuk berkembang. Artikel ini membahas tiga pendekatan utama humanistik, Islami, dan eksistensial sebagai dasar konseptual dalam membantu individu mencapai keutuhan diri. Pendekatan humanistik menekankan aktualisasi diri, kebebasan, dan nilai-nilai kemanusiaan, di mana konselor berperan sebagai fasilitator yang empatik dan menerima tanpa syarat. Pendekatan Islami berpijak pada konsep fitrah, tauhid, dan takwa, yang memandang manusia sebagai hamba sekaligus khalifah Allah di bumi; proses konseling diarahkan untuk mendekatkan diri kepada Allah serta menemukan makna hidup sesuai tuntunan Al-Qur'an dan Sunnah. Sementara itu, pendekatan eksistensial fokus pada kesadaran individu terhadap kebebasan, tanggung jawab, dan pencarian makna dalam keberadaannya. Integrasi ketiga pendekatan ini menghasilkan model konseling yang holistik memperhatikan dimensi psikologis, spiritual, dan eksistensial manusia sehingga mampu membantu individu mencapai keseimbangan antara aspek pribadi, sosial, dan spiritual.



This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Lindi Dwi Agustin
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
Email: lindidagustin263@gmail.com

PENDAHULUAN

Layanan bimbingan dan konseling merupakan bagian yang penting dalam pelaksanaan program pendidikan. Salah satu tujuan utama layanan bimbingan dan konseling adalah membentuk siswa menjadi individu yang berkembang optimal, produktif dan berbudaya. Prinsip bimbingan dan konseling adalah “Guidance for All”, artinya individu memiliki hak yang sama dalam mendapatkan layanan bimbingan dan konseling, siapapun individu itu, dari mana pun individu itu berasal, dan bagaimana pun kondisi individu itu memiliki hak yang sama dalam mendapatkan pelayanan. rendahnya minat yang dimiliki konseli dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satunya adalah persepsi negatif. Seperti yang terjadi di SMAN 1 Mojosari dan SMP Dorowati Surabaya. Konseli menganggap tidak perlu menceritakan masalah kepada konselor, karena takut dimarahi, dan ragu akan kemampuan yang dimiliki oleh konselor. Persepsi merupakan proses memberi makna pada sensasi (apa yang dilihat, didengar, dirasakan, dan dialami) sehingga diperoleh pengetahuan baru sehingga dapat disimpulkan persepsi mengubah sensasi menjadi informasi. (“Admin, 2. SAYYIDA_ARTIKEL (2) (2).Pdf,” n.d.) Fenomena ini menunjukkan bahwa masih banyak peserta didik yang belum memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling secara optimal, sehingga peran konselor belum berjalan efektif dalam mendukung perkembangan siswa.

Bimbingan pribadi menurut Carl Rogers adalah sebuah proses di mana konselor menciptakan kondisi yang memungkinkan klien untuk memahami dirinya sendiri dengan lebih baik dan mencapai pertumbuhan pribadi. Dalam pandangan Rogers setiap individu memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal (Nuary, 2024). (Tahsinia and Hidayat 2025) Pandangan ini sejalan dengan aliran Humanistik muncul karena ketidakpuasan atas teori behaviorisme yang memandang manusia secara mekanistik. Manusia tidak sama dengan hewan maupun benda-benda alam karena manusia memiliki berbagai kelebihan dibanding dengan makhluk lain. Manusia memiliki emosi, minat, harga diri, kemampuan berpikir, persepsi, motivasi, kepribadian yang berbeda-beda. Terkait dengan karakteristik psikologis manusia tersebut, maka pembelajaran dapat disesuaikan dengan karakteristik psikis manusia. (Setiawati, n.d.)

Konseling individu adalah pertemuan antara konselor dan klien secara langsung, di mana terjadi hubungan interpersonal yang hangat dan empatik (rapport), serta berupaya membantu klien mengembangkan potensi diri, memahami diri sendiri, dan memecahkan masalah secara mandiri (Willis, 2010; Wren, 2002). Sebagai contoh fenomena nyata, peneliti menemukan kasus seorang peserta didik di SMP PGRI Wringinanom, Gresik, yang pada 11



Februari 2019 menantang, merokok, dan mencoba menganiaya guru di kelasnya. Guru hanya diam membisu melihat tingkah laku peserta didik tersebut, menunjukkan bahwa hubungan konselor–konseli atau pendampingan belum optimal (Hutagalung, Ernawati, and Deliviana, n.d.) Kondisi ini menegaskan bahwa, meskipun teori humanistik menekankan hubungan empatik dan autentik, dalam praktiknya banyak konselor di sekolah masih kesulitan membangun hubungan terapeutik yang mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk meneliti penerapan prinsip eksistensial-humanistik dalam layanan konseling individu, guna meningkatkan kualitas hubungan konselor–konseli di lingkungan sekolah.

Pada konseling eksistensial-humanistik yang paling diutamakan adalah hubungannya dengan klien. Kualitas dari dua orang yang saling bertatap muka dalam situasi konseling merupakan stimulus terjadinya perubahan-perubahan yang positif. Atau konseling sering juga dikonseptualisasikan sebagai dialog antara individu dengan individu. Namun, proses konseling, apa yang sebenarnya terjadi, atau tidak, selama dan antara sesi, mungkin sama atau lebih penting untuk pertumbuhan, penyembuhan, atau perubahan klien. Proses adalah lebih dari sekedar teknik, atau cara konseling. Ini adalah "sifat hubungan antara berinteraksi individu" dalam hal ini, konselor dan klien. Ini adalah apa yang terjadi dan tidak terjadi di dalam dan antara sesi. (Pratama, Suryati, and Murni, n.d.) Konselor dikatakan telah memahami keadaan dari konseli, apabila konselor sudah mampu dalam mengukur situasi untuk dapat mengetahui waktu yang dirasa tepat dalam menerapkan teknik khusus pada saat kegiatan konseling sedang berlangsung (Syahri, Mudjiran, Sukma & Syahrial, 2022). Proses konseling akan berjalan dengan efektif apabila konselor mampu membangun hubungan dengan konseli. Untuk membangun hubungan dengan konseli, perlunya strategi yang dapat dilakukan untuk terciptanya hubungan positif bagi konselor maupun konseli. Beberapa strategi yang dapat dilakukan ialah dengan melakukan persiapan dalam penerimaan konseli, menggunakan teknik 3M, keterbukaan, penerimaan positif dan kontak mata. Dengan demikian strategi yang dilakukan dapat membantu untuk tercapainya keberhasilan dalam proses pelaksanaan konseling. (Harlina and Sukma 2023) Dengan demikian strategi yang dilakukan dapat membantu untuk tercapainya keberhasilan dalam proses pelaksanaan konseling. Penelitian ini difokuskan pada proses konseling eksistensial-humanistik dalam konteks pendidikan, khususnya pada layanan konseling individu di sekolah. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana konselor membangun hubungan positif dengan konseli sebagai inti dari keberhasilan proses konseling. Dengan demikian, pembahasan dalam penelitian ini dibatasi pada aspek hubungan interpersonal antara konselor dan konseli serta strategi yang digunakan untuk memperkuat kedekatan emosional dalam proses konseling.

Penelitian ini difokuskan pada proses konseling eksistensial-humanistik dalam konteks pendidikan, khususnya pada layanan konseling individu di sekolah. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana konselor membangun hubungan positif dengan konseli sebagai inti dari keberhasilan proses konseling. Dengan demikian, pembahasan dalam penelitian ini dibatasi pada aspek hubungan interpersonal antara konselor dan konseli serta strategi yang digunakan untuk memperkuat kedekatan emosional dalam proses konseling. Meskipun konseling individu menekankan pentingnya hubungan terapeutik yang hangat dan empatik, kenyataannya masih banyak konselor yang mengalami kesulitan dalam membangun rapport secara efektif, terutama dalam konteks pendidikan di Indonesia. Kondisi ini menuntut



penguatan pendekatan eksistensial-humanistik yang berfokus pada kebermaknaan hubungan konselor dan konseli sebagai inti proses terapi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana konselor membangun hubungan terapeutik yang positif dan bermakna dengan konseli melalui penerapan prinsip-prinsip konseling eksistensial-humanistik, serta mengidentifikasi strategi yang dapat memperkuat hubungan tersebut dalam konteks layanan konseling di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pustaka (literature review) yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai perbandingan pendekatan humanistik dan pendekatan Islami dalam konseling individu. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti menelaah, menganalisis, dan menyintesis berbagai literatur yang relevan, sehingga memperoleh gambaran komprehensif mengenai prinsip, teori, dan aplikasi kedua pendekatan tersebut.

Pendekatan humanistik dalam konseling menekankan aktualisasi diri, kesadaran diri, dan pengembangan potensi individu secara optimal, sedangkan pendekatan Islami menekankan nilai-nilai spiritual, etika, dan prinsip-prinsip ajaran Islam dalam membantu klien menghadapi permasalahan pribadi. Dengan menggunakan metode literature review, penelitian ini melakukan telaah kritis terhadap berbagai sumber ilmiah, termasuk buku, artikel jurnal, dan publikasi akademik, untuk membandingkan karakteristik, teknik, dan tujuan dari kedua pendekatan tersebut.

Metode penelitian ini menemukan artikel sebanyak 5450 Artikel dan diidentifikasi terdapat 69 Artikel dari 69 Artikel hanya terdapat 20 Artikel yang berhubungan dengan pembahasan mengenai hubungan humanistic. Metode ini dipilih karena sesuai untuk mengkaji konsep, hubungan humanistic serta hasil penelitian yang telah ada, sehingga dapat memberikan pemahaman yang komprehensif dan mendalam mengenai hubungan humanistic.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil telaah pustaka yang dilakukan melalui metode literature review menunjukkan bahwa dari total 5.450 artikel yang diidentifikasi pada tahap awal pencarian, hanya 69 artikel yang memenuhi kriteria inklusi setelah proses penyaringan berdasarkan judul, abstrak, dan relevansi topik. Dari 69 artikel tersebut, sebanyak 20 artikel ditemukan secara langsung membahas hubungan antara pendekatan humanistik dan pendekatan Islami dalam konteks konseling individu.

Tabel 1. Literature Review

Author/penulis	Tahun	Judul	Jurnal	Hasil
Nisa Amalia Kholifah, Afaf Wafiqoh Nusaibah, Doni Rochim	2022	Humanistic Therapy In Existensial Perspective And Islamic Counseling	Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam	Terapi humanistik dalam perspektif eksistensial dan konseling memiliki hubungan erat, karena keduanya menekankan pemahaman diri untuk menumbuhkan gagasan dan perilaku



				positif. Dalam konseling Islam, terapi humanistik dibimbing konselor dengan berlandaskan Al-Qur'an dan Hadis untuk menyelesaikan permasalahan.
Ata luthfa Af Idati	2024	Pendekatan Eksistensial Humanistic Dalam Konseling Islam	Islamic Guidance and Counseling Journal	Pendekatan eksistensial humanistik menekankan makna hidup, kebebasan, dan tanggung jawab individu, dengan tokoh utama Viktor Frankl dan Abraham Maslow. Pendekatan ini membantu konseli menyadari keberadaannya, terbuka pada potensi diri, menemukan arti hidup, serta memahami kematian sebagai bagian dari eksistensi. Konsep dasarnya bertumpu pada empati, kebebasan memilih, dan kesadaran penuh akan tanggung jawab demi mencapai pengembangan diri yang optimal.
Lutvi Deva Sunita, Risanianti Ningsih, Sri Panca Setyawati	2025	Pendekatan humanistic dalam konseling individu sebagai sarana peningkatan motivasi belajar	Keguruan dan ilmu pendidikan	Integrasi motivasi belajar, konseling individu, dan pendekatan humanistik membantu peserta didik mengatasi hambatan, menumbuhkan motivasi intrinsik, serta membangun kepercayaan diri dan kemandirian. Melalui empati, penerimaan, lingkungan belajar yang suportif, serta kolaborasi guru dan konselor, peserta didik terdorong menetapkan tujuan bermakna dan berkembang optimal secara akademik maupun psikologis.
Vira Pratiwi, Abdur Razzaq, Muhammad Afdoli Ramadoni	2023	Penerapan Konseling Individu Dengan Pendekatan Humanistic Dalam Mengatasi Insecure Pada Korban Bullying	Bimbingan Konseling Flobamora	Penerapan konseling individu ini menggunakan pendekatan humanistik dengan menerapkan teknik client centered. Pendekatan humanistik ini membahas secara mendalam terkait potensi yang ada pada manusia untuk membantu perkembangan yang optimal dan maksimal terkait pada pengambilan keputusan untuk diri sendiri maupun untuk lingkungan. Menurut Abraham Maslow, pendekatan humanistik bertujuan untuk mempelajari potensi dan kemampuan yang dimiliki manusia untuk perkembangan diri manusia secara menyeluruh.
Isak Iskandar,	2025	Analysis Of	Intelek Insan	Dalam perguruan tinggi Islam,



Hanifara Dyasti Rahayu, Yayan Muzaya		Individual Counseling Using Islamic Approach Towards Students Self Confidence	Cendikia	pendekatan Islami membangun kepercayaan diri mahasiswa melalui integrasi aspek psikologis dan spiritual dengan nilai tawakal, ikhlas, sabar, dan syukur. Nilai-nilai ini memperkuat ketahanan, optimisme, serta pengembangan potensi fitrah. Karena penelitian efektivitasnya masih terbatas, kajian kuantitatif deskriptif dengan angket perlu dilakukan untuk melihat hubungan internalisasi nilai Islami dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa BKI
Agung Dwi Febriansyah,Fitra Fajar Rostiawan ,Febri Arianto,Mujidin Mujidin	2025	Perbandingan Strategi Konseling Islam Dengan Psikoterpi Barat:Pendekatan Teoritis Dan Praktis	Bimbingan,Penyuluhan, dan Konseling Islam	Dalam konseling islam dan psikoterapi barat memiliki pendekatan yang unik namun saling melengkapi dalam mendukung kesejahteraan mental,emosional ,dan spiritual
Rehanaisha	2024	Pendekatan Humanistik Dalam Bimbingan Konseling Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa	Ilmu Bimbingan dan Konseling	Pendekatan humanistik efektif meningkatkan percaya diri siswa, selaras dengan tujuan Kurikulum Merdeka dalam pengembangan karakter. Hambatan seperti keterbatasan waktu dapat diatasi melalui pelatihan konselor dan peningkatan kesadaran pentingnya bimbingan konseling di sekolah.
Ummi Kalsum	2024	Kajian Integrasi Interkoneski Eksistensial Humanistik Berlandaskan Al- Quran dalam Bimbingan Dan Konseling Islam pada Masyarakat	Bimbingan Konseling Islam	Humanistik dalam Islam menekankan pembentukan manusia utuh, sadar, bebas, dan bertanggung jawab sesuai nilai Al-Qur'an. Manusia dipandang sebagai makhluk mulia dengan potensi kesempurnaan, sehingga pendidikan humanistik Islam menekankan penerimaan keberagaman, moral, dan etika Qur'ani. Perspektif eksistensial humanistik menjelaskan kebutuhan manusia bertingkat (fisiologis hingga aktualisasi diri). Dalam Islam, kebutuhan ini dipandu oleh nilai kemuliaan dan harga diri manusia sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Isra' [17]:70 bahwa Allah memuliakan keturunan Adam.
Vonda Nabila anidra,sofyan abdi,afra hasna, najwa raras pranoto ,hermawati	2025	Pendekatan humanistik dalam konseling kelompok untuk mengatasi kesepian	Hukum,pendidikan dan sosial humaniora	Melalui hasil pendekatan humanistic dalam konseling kelompok terus dikembangkan dan diterapkan,khususnya dalam mengenai masalah psikososial seperti



artameyvia,najwa,a zahra,mirantrizurai dah		pada gen Z(dewasa awal)		keseharian dikalangan gen z
Awaluddin Tjalla,dwika sukma dewi,tsulistiapoetry hendrawan,zulfa saleh	2022	Implementasi pendekatan humanistic dalam pembelajaran serta penerapannya dalam layanan bimbingan dan konseling di SMA muhammadiyah 11 jakarta	Mahasiswa BK An-nur	Berdasarkan penelitian yang dilakukan pelaksanaan pembelajaran humanistic dalam kurikulum mardeka yang terpusat pada peserta didik layanan BK juga sudah berpusat pada peserta didik
Frengky G.soreh,meise L.magantes ,Rinna Y.kesanda	2024	Layanan konseling individu dengan pendekatan humanistic dalam mengatasi stress academic yang di alami mahasiswa	psikopedia	Layanan konseling individu dengan pendekatan humanistic dapat mengatasi stress akademik yang dialami mahasiswa
Diana rahmasari	2012	Peran filsafat eksistensialisme terhadap terapi eksistensial- humanistik untuk mengatasi prustasi eksistensial	Psikologi uneversitas negri surabaya	Humanistik memiliki orientasi bersama seperti mengakui pentingnya pendekatan dari pribadi ke pribadi menyadari peran dari tanggung jawab terapis,mengakui sifat timbal balik dari hubungan terapioutik
Dewi mahardika,ulin nihaya,hadziq muhibbuddin	2021	Implementasi konsep teori humanistik dalam kesehatan mental pada masa pandemi	Bimbingan konseling islam&kemasyara katan	Implementasi teori humanistik dimasa pandemi covid 19 yaitu situasi yang serba sulit membuat setiap individu dituntut untuk berusaha lebih keras dalam memenuhi kebutuhannya
Wahda oktavia hasanah,fara tiara haziz	2020	Implementasi teori humanistik dalam meningkatkan kesehatan mental	Bimbingan konseling	Dalam penerapan humanistick sila kedua sangatlah berperan penting dimana setiap warga Negara Indonesia harus saling menghormati tanpa membedakan baik dari kekurangan dan kelebihan
M .fuad anwar	2011	Terapi eksistensial humanistik dalam konseling islam	holistik	Eksistensi humanistik dalam konseling islam ,bahwa pada dasarnya di dalam ajaran islam yang terdapat dalam al-quran dan hadist
Dupe latu sukma ayu ,R.deceu berlian purnama ,fitri elia	2022	Eksistensial humanistik dalam perspektif bimbingan konseling islam	Bimbingan konseling pendidikan islam	Tujuan dari konseling eksistensial humanistic adalah untuk membantu klien menyadari sepenuhnya potensi -potensi yang ada di dalam dirinya.kemudian bangunkan pelanggan tanggung jawab atas keputusan mereka
Amina	2024	Systematic literare	Bimbingan	Pendekatan eksistensial humanistik



daulay,netrawati,ye ni karneli,desi trisanti		revisi :pendekatan eksistensial humanistik untuk mencegah kekerasan seksual pada mahasiswa	konseling pendidikan islam	tidak hanya bersifat kontak,melibatkan cumbuan atau penetrasi,tetapi juga nonkontak.fokus utama memberikan rasa pelepasan kepada korban dan membantu mereka menerima diri sendiri serta mencari makna atas kejadian yang mereka alami
Allysha shatifa fitriana	2025	Pentingnya pendekatan konseling humanistik dalam meningkatkan kesejahteraan psikologi siswa	Bimbingan konseling	Pendekatan konseling humanistik memainkan peran krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologi siswa.pendekatan ini berfokus pada aspek-aspek seperti empati ,penerimaan tanpa syarat,dan pemahaman yang mendalam terhadap perasaan serta pengalaman siswa.
Lulu rifki sanjaya,M.zaki fauzan lubis,gusman lesmana	2025	Pendekatan humanistik dalam konseling :meningkatkan keterampilan keterampilan emosional siswa	Keislaman dan kemasyarakatan	Pendekatan humanistik dalam konseling menawarkan kerangka kerja yang kuat untuk meningkatkan keterampilan emosional siswa
Nurdelita anggarini,yenti arsini,wahyuni dazura	2023	Penerapan pendekatan humanistik dengan teknik attending dalam keberlangsungan konseling yang efektif	Ilmiah multidisiplin	Teknik attending dalam pendekatan humanistik membantu membangun hubungan positif konselor-klien dapat lebih memahami diri,menemukan solusi dan mencapai pertumbuhan pribadi serta kesejahteraan emosional

Pembahasan

Terapi humanistik dalam perspektif eksistensial dan konseling memiliki hubungan erat, karena keduanya menekankan pemahaman diri untuk menumbuhkan gagasan dan perilaku positif. Dalam konseling Islam, terapi humanistik dibimbing konselor dengan berlandaskan Al-Qur'an dan Hadis untuk menyelesaikan permasalahan.(Kholifah, Nusaibah, and Rochim 2022) Pendekatan ini membantu konseli menyadari keberadaannya, terbuka pada potensi diri, menemukan arti hidup, serta memahami kematian sebagai bagian dari eksistensi. (LUTHFA AF IDATI 2024) Integrasi motivasi belajar, konseling individu, dan pendekatan humanistik membangun kepercayaan diri dan kemandirian.(Daulay et al. 2024) Melalui empati, penerimaan, lingkungan belajar yang suportif, serta kolaborasi guru dan konselor. Menurut Abraham Maslow, pendekatan humanistik bertujuan untuk mempelajari potensi dan kemampuan yang dimiliki manusia untuk perkembangan diri manusia secara menyeluruh.(Pratiwi, Razzaq, and Ramadoni 2023) Dalam perguruan tinggi Islam, pendekatan Islami membangun kepercayaan diri mahasiswa melalui integrasi aspek



psikologis dan spiritual dengan nilai tawakal, ikhlas, sabar, dan syukur. Nilai-nilai ini memperkuat ketahanan, optimisme, serta pengembangan potensi fitrah.¹

Dalam konseling islam dan psikoterapi barat memiliki pendekatan yang unik namun saling melengkapi dalam mendukung kesejahteraan mental, emosional, dan spiritual. (Febriansyah et al. 2025) Pendekatan humanistik efektif meningkatkan percaya diri siswa, selaras dengan tujuan Kurikulum Merdeka dalam pengembangan karakter.² Humanistik dalam Islam menekankan pembentukan manusia utuh, sadar, bebas, dan bertanggung jawab sesuai nilai Al-Qur'an.³ Manusia dipandang sebagai makhluk mulia dengan potensi kesempurnaan, sehingga pendidikan humanistic. Melalui hasil pendekatan humanistic dalam konseling kelompok terus dikembangkan dan diterapkan, khususnya dalam mengenai masalah psikososial seperti kesepian dikalangan gen z. ⁴Berdasarkan penelitian yang dilakukan pelaksanaan pembelajaran humanistic dalam kurikulum merdeka yang terpusat pada peserta didik ⁵

Layanan BK juga sudah berpusat pada peserta didik. Layanan konseling individu dengan pendekatan humanistic dapat mengatasi stress akademik yang dialami mahasiswa. (Soreh, Mangantes, and Kasenda 2024) Humanistik memiliki orientasi bersama seperti mengakui pentingnya pendekatan dari pribadi ke pribadi menyadari peran dari tanggung jawab terapis, mengakui sifat timbal balik dari hubungan terapeutik. (Rahmasari 2012) Implementasi teori humanistik dimasa pandemi covid 19 yaitu situasi yang serba sulit membuat setiap individu dituntut untuk berusaha lebih keras dalam memenuhi kebutuhannya. (Mahardika, Nihayah, and Muhibbuddin 1970) Dalam penerapan humanistik sila kedua sangatlah berperan penting dimana setiap warga Negara Indonesia harus saling menghormati tanpa membedakan baik dari kekurangan dan kelebihan. (Hasanah and Haziz 2021) Eksistensi humanistik dalam konseling islam, bahwa pada dasarnya di dalam ajaran islam yang terdapat dalam al-quran dan hadist. (Anwar 2011)

Tujuan dari konseling eksistensial humanistic adalah untuk membantu klien menyadari sepenuhnya potensi-potensi yang ada di dalam dirinya. (Ayu, Purnama, and Eliya 2022) kemudian bangunkan pelanggan tanggung jawab atas keputusan mereka.⁶ Pendekatan eksistensial humanistik tidak hanya bersifat kontak, melibatkan cumbuan atau penetrasi, tetapi

¹Isak Iskandar, Hanifara Dyasti Rahayu, Yayan Muzaya, " *Analysis Of Individual Counseling Using Islamic Approach Towards Students Self Confidence*", Inteltek Insan Cendikia, (2025)

² Rehanaisha, "Pendekatan Humanistik Dalam Bimbingan Konseling Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa ", *Ilmu Bimbingan dan Konseling*, (2024)

³ Ummi Kalsum, Kajian Integrasi Interkoneski Eksistensial Humanistik Berlandaskan Al-Quran dalam Bimbingan Dan Konseling Islam pada Masyarakat, " *Bimbingan Konseling Islam*", (2024).

⁴ Vonda Nabila anidra, sofyan abdi, afra hasna, najwa raras pranoto, hermawati artameyvia, najwa, Pendekatan humanistik dalam konseling kelompok untuk mengatasi kesepian pada gen Z (dewasa awal), " *Hukum, pendidikan dan sosial humaniora*", (2025).

⁵ Awaluddin Tjalla, dwika sukma dewi, tsulistiapoetry hendrawan, zulfa saleh, Implementasi pendekatan humanistic dalam pembelajaran serta penerapannya dalam layanan bimbingan dan konseling di SMA muhammadiyah 11 jakarta, " *Mahasiswa BK An-nur*", (2022).

⁶ Amina daulay, netrawati, yeni karneli, desi trisanti, Systematic literare reviu : pendekatan eksistensial humanistik untuk mencegah kekerasan seksual pada mahasiswa, " *Bimbingan konseling pendidikan islam*", (2024)



juga nonkontak.(Daulay et al. 2024) Pendekatan ini berfokus pada aspek-aspek seperti empati ,penerimaan tanpa syarat,dan pemahaman yang mendalam terhadap perasaan serta pengalaman siswa.(Fitriana 2025) Pendekatan humanistik dalam konseling menawarkan kerangka kerja yang kuat untuk meningkatkan keterampilan emosional siswa dan membangun hubungan positif konselor-klien dapat lebih memahami diri,menemukan solusi dan mencapai pertumbuhan pribadi serta kesejahteraan emosional.(Asia, Suryati, and Duku 2022)

Pendekatan humanistik ini membahas secara mendalam terkait potensi yang ada pada manusia untuk membantu perkembangan yang optimal dan maksimal terkait pada pengambilan keputusan untuk diri sendiri maupun untuk lingkungan. Menurut Abraham Maslow, pendekatan humanistik bertujuan untuk mempelajari potensi dan kemampuan yang dimiliki manusia untuk perkembangan diri manusia secara menyeluruh. Humanistik dalam Islam menekankan pembentukan manusia utuh, sadar, bebas, dan bertanggung jawab sesuai nilai Al-Qur'an. pendekatan Islami membangun kepercayaan diri mahasiswa melalui integrasi aspek psikologis dan spiritual dengan nilai tawakal, ikhlas, sabar, dan syukur. Nilai-nilai ini memperkuat ketahanan, optimisme, serta pengembangan potensi fitrah. Karena penelitian efektivitasnya masih terbatas, kajian kuantitatif deskriptif dengan angket perlu dilakukan untuk melihat hubungan internalisasi nilai Islami dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa BKI. Pendekatan eksistensial humanistik menekankan makna hidup, kebebasan, dan tanggung jawab individu, dengan tokoh utama Viktor Frankl dan Abraham Maslow. Pendekatan ini membantu konseli menyadari keberadaannya, terbuka pada potensi diri, menemukan arti hidup, serta memahami kematian sebagai bagian dari eksistensi. Konsep dasarnya bertumpu pada empati, kebebasan memilih, dan kesadaran penuh akan tanggung jawab demi mencapai pengembangan diri yang optimal. Terapi humanistik dalam perspektif eksistensial dan konseling memiliki hubungan erat, karena keduanya menekankan pemahaman diri untuk menumbuhkan gagasan dan perilaku positif. Dalam konseling Islam, terapi humanistik dibimbing konselor dengan berlandaskan Al-Qur'an dan Hadis untuk menyelesaikan permasalahan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan eksistensial-humanistik memiliki peranan signifikan dalam meningkatkan mutu hubungan antara konselor dan konseli dalam layanan konseling individu di sekolah. Model ini menempatkan hubungan interpersonal yang hangat, penuh empati, dan tulus sebagai bagian utama dari proses konseling, sehingga memungkinkan konseli untuk lebih mendalami pemahaman diri, mengoptimalkan potensi, dan membuat keputusan yang bertanggung jawab. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang memandang layanan bimbingan dan konseling dengan cara negatif, seperti keraguan terhadap keterampilan konselor dan ketakutan untuk membicarakan masalah. Ini menunjukkan bahwa kualitas hubungan terapeutik belum mencapai tingkat optimal.

Hasil review dari 5. 450 artikel yang disaring menjadi 69 artikel relevan, yang kemudian dipersempit menjadi 20 artikel utama, menunjukkan bahwa penggabungan pendekatan humanistik dengan pendekatan Islami memberikan pengaruh positif dalam membangun hubungan konseling yang efektif. Pendekatan humanistik fokus pada empati, penerimaan



tanpa syarat, pengembangan diri, dan aktualisasi, sementara pendekatan Islami menekankan nilai-nilai spiritual seperti tawakal, sabar, ikhlas, dan rasa syukur. Kedua pendekatan ini saling melengkapi dalam konteks pengembangan manusia secara keseluruhan—baik secara emosional, psikologis, maupun spiritual—sehingga bisa menjadi landasan yang kuat dalam penyelenggaraan layanan konseling di lingkungan sekolah.

Secara keseluruhan, penelitian ini menekankan bahwa keberhasilan konseling individu tidak hanya bergantung pada teknik yang digunakan, tetapi lebih pada kualitas hubungan interpersonal antara konselor dan konseli. Berbagai strategi seperti teknik 3M, keterbukaan, penerimaan positif, kontak mata, serta kesiapan konselor untuk membangun hubungan awal ternyata sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan konselor dalam aspek humanistik—baik dari segi psikologi modern maupun nilai-nilai Islam—menjadi hal yang sangat dibutuhkan agar layanan konseling di sekolah dapat berfungsi secara efektif dan mampu mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

“Admin, 2. SAYYIDA_ARTIKEL (2) (2).Pdf.” n.d.

Anwar, M Fuad. 2011. “Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Konseling Islam.” M. Fuad Anwar 12 (1): 157.

Asia, Nur, Suryati, and Sumaina Duku. 2022. “AL-IMAN: Jurnal Keislaman Dan Kemasyarakatan.” Jurnal Keislaman Dan Kemasyarakatan 6 (2): 160–82. <http://ejournal.kopertais4.or.id/madura/index.php/aliman/article/view/4441>.

Ayu, Sukma Latu Dupe, Berlian Deceu. R Purnama, and Fitri Eliya. 2022. “Humanistik, Eksistensial Perspektif, Dalam Islam, Konseling.” Dupe Latu Sukma Ayu1 R. Deceu Berlian Purnama2 Fitri Eliya3, 164–74.

Daulay, Aminah, Netrawati Netrawati, Yeni Karneli, and Desi Trisanti. 2024. “Systematic Literature Review: Pendekatan Eksistensial-Humanistik Untuk Mencegah Kekerasan Seksual Pada Mahasiswa.” Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam 5 (1): 92–102. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.98>.

Febriansyah, Agung Dwi, Fitra Fajar Rostiawan, Febri Arianto, and Mujidin Mujidin. 2025. “Comparison of Islamic Counseling Strategies With Western Psychotherapy: Theoretical and Practical Approaches.” Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam 8 (1): 79–100.

Fitriana, Allysha Syatifa. 2025. “Pentingnya Pendekatan Konseling Humanistik Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa” 3 (2): 51–57.

Harlina, Desi, and Dina Sukma. 2023. “Strategi Membina Hubungan Antara Konselor Dengan Konseli Untuk Keberhasilan Pelayanan Konseling Jurnal Generasi Tarbiyah : Jurnal Pendidikan Islam” 2:136–42.



- Hasanah, Wahdah Oktafia, and Fara Tiara Haziz. 2021. "Implementasi Teori Humanistik Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental." *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2 (02): 79–87. <https://doi.org/10.24239/nosipakabelo.v2i02.841>.
- Hutagalung, Utari Sabrina A, Renatha Ernawati, and Evi Deliviana. n.d. "PERKEMBANGAN SOSIAL PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 49 JAKARTA TIMUR."
- Kholifah, Nisa Amalia, Afaf Wafiqoh Nusaibah, and Dony Rochim. 2022. "EKSISTENSIAL DAN KONSELING ISLAM HUMANISTIC THERAPY IN EXISTENTIAL PERSPECTIVE Pendahuluan" 5 (1): 77–90.
- LUTHFA AF IDATI, ATA. 2024. "Pendekatan Eksistensial Humanistik Dalam Konseling Islam." *Cons-Iedu* 4 (1): 156–67. <https://doi.org/10.51192/cons.v4i1.736>.
- Mahardika, Dewi, Ulin Nihayah, and Hadziq Muhibbuddin. 1970. "Implementasi Konsep Teori Humanistik Dalam Kesehatan Mental Pada Masa Pandemi." *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan* 5 (2): 62–76. <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v5i2.10333>.
- Pratama, Ringga Bina, Wawat Suryati, and Sri Murni. n.d. "LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL SISWI BROKEN HOME MELALUI TEKNIK BEHAVIORAL DI SMAN 1 NATAR," 1–8.
- Pratiwi, Vira, Abdur Razzaq, and Muhamad Afdoli Ramadoni. 2023. "Penerapan Konseling Individu Dengan Pendekatan Humanistik Dalam Mengatasi Insecure Pada Korban Bullying." *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora* 1 (3): 153–64. <https://doi.org/10.35508/jbkf.v1i3.12879>.
- Rahmasari, Diana. 2012. "Peran Filsafat Eksistensialisme Terhadap Terapi Eksistensial-Humanistik Untuk Mengatasi Frustasi Eksistensial." *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 2 (2): 141. <https://doi.org/10.26740/jptt.v2n2.p141-148>.
- Setiawati, Farida Agus. n.d. "PENDEKATAN HUMANISTIK DALAM BIMBINGAN," 45–58.
- Soreh, Frengky G., Meisie L. Mangantes, and Rinna Y. Kasenda. 2024. "Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Humanistik Dalam Mengatasi Stres Akademik Yang Dialami Mahasiswa." *Psikopedia* 5 (4): 403–10. <https://doi.org/10.53682/pj.v5i4.11419>.
- Tahsinia, Jurnal, and Ayi Najmul Hidayat. 2025. "TEORI CARL ROGERS PADA BIMBINGAN PRIBADI DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS 2" 6 (1): 104–14.