

Pentingnya Pendekatan Konseling Humanistik dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa

Allysha Syatifa Fitriana

Universitas Singaperbangsa Karawang

e-mail: allyshasyatifaf@gmail.com

Article Info

Article history:

Received 03-07-2025

Revised 21-07-2025

Accepted 19-08-2025

Keyword:

Kesejahteraan psikologis,
Konseling humanistik,
Pendekatan konseling.

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji peran penting pendekatan konseling humanistik dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah. Konseling humanistik, yang menekankan empati, penerimaan tanpa syarat, dan pemahaman mendalam terhadap pengalaman siswa, bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan emosional dan psikologis mereka. Melalui pendekatan ini, siswa diberdayakan untuk mengatasi tantangan pribadi serta mengembangkan potensi mereka dalam aspek akademik dan sosial. Penelitian ini juga mengeksplorasi tantangan yang dihadapi dalam penerapan pendekatan ini, seperti kurangnya pemahaman di kalangan konselor sekolah mengenai penerapan teknik humanistik, serta stigma yang masih melekat pada layanan konseling. Untuk mengatasi hal ini, penelitian ini menyoroti pentingnya pelatihan tambahan bagi konselor dan guru serta kolaborasi yang erat antara konselor, guru, orang tua, dan siswa dalam menjalankan program konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan konseling humanistik yang tepat dapat memberikan dampak positif, tidak hanya dalam meningkatkan kualitas pendidikan tetapi juga dalam meningkatkan motivasi belajar dan membantu siswa mengatasi kesulitan sosial dan emosional. Dengan demikian, pendekatan ini memiliki potensi besar dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa di lingkungan sekolah.



©2023 Authors. Published by Sabajaya Publisher. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Kesejahteraan psikologis siswa merupakan elemen fundamental yang mendukung kesuksesan mereka dalam berbagai aspek kehidupan, baik akademik maupun non-akademik. Lingkungan sekolah sering menjadi tempat di mana siswa menghadapi berbagai tekanan, seperti tuntutan akademik, konflik sosial, serta permasalahan yang berasal dari dinamika keluarga. Menurut Sari & Fitri (2022), tekanan-tekanan ini dapat menghambat perkembangan mental siswa jika tidak ditangani secara tepat. Pendekatan konseling humanistik menjadi salah satu strategi yang efektif untuk membantu siswa menghadapi tantangan tersebut. Pendekatan ini berfokus pada penghargaan terhadap potensi individu serta perlakuan yang memperlakukan siswa sebagai pribadi unik yang mampu berkembang secara positif (Indah et al., 2023). Dengan menitikberatkan pada empati, penerimaan tanpa syarat, dan pemahaman yang mendalam terhadap sudut pandang siswa, konselor mampu menciptakan lingkungan yang mendukung siswa dalam mengatasi permasalahan mereka sekaligus mengembangkan potensi diri secara optimal (Kurniasari, 2021).

Sumber penelitian lebih lanjut juga menunjukkan bahwa layanan konseling berbasis humanistik tidak hanya efektif untuk membantu siswa mengatasi masalah pribadi, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan. Penelitian oleh Fadhilah dan Rachmawati (2023) menemukan bahwa konseling individu dengan pendekatan humanistik dapat mengurangi kecemasan yang dialami siswa akibat konflik interpersonal di lingkungan sekolah. Selain itu, konseling kelompok dengan pendekatan serupa telah terbukti mendorong siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial dan asertivitas (Wahyuni, 2023). Namun, meskipun pendekatan ini memberikan manfaat yang signifikan, ada berbagai hambatan dalam penerapannya. Misalnya, keterbatasan pelatihan bagi konselor dan minimnya pemahaman siswa mengenai pentingnya layanan konseling sering kali menjadi kendala

dalam implementasi yang efektif. Edukasi dan pelatihan lanjutan diperlukan untuk mendukung konselor dalam mengadopsi pendekatan humanistik secara optimal, sekaligus menghilangkan stigma terkait kesehatan mental di kalangan siswa (Nurjanah et al., 2022).

Pendekatan konseling humanistik didasarkan pada prinsip penghormatan terhadap potensi individu, di mana siswa dipandang sebagai pribadi yang unik dengan kemampuan untuk berkembang secara positif menurut Rogers dalam Indah (2023). Dalam pendekatan ini, siswa ditempatkan sebagai subjek utama yang memiliki hak untuk mendapatkan perhatian, empati, dan dukungan tanpa syarat dari konselor. Pendekatan humanistik menekankan pentingnya hubungan konselor dan siswa yang didasari pada kepercayaan dan penghargaan, dengan fokus untuk memahami perspektif unik siswa dan membangun suasana yang mendukung pertumbuhan mereka secara emosional dan psikologis. Melalui pendekatan ini, siswa tidak hanya merasakan kenyamanan dalam berbagi masalah, tetapi juga mendapatkan kepercayaan diri untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Konseling berbasis humanistik mengintegrasikan aspek penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), empati mendalam (*empathic understanding*), dan autentisitas konselor dalam interaksi mereka. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk mengeksplorasi perasaan dan pikiran mereka secara terbuka, sehingga dapat mengembangkan potensi diri dengan optimal (Kurniasari, 2021).

Pendekatan humanistik memberikan kesempatan bagi siswa untuk berperan aktif dalam proses pembelajaran dan perkembangan pribadi mereka. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Tjalla et.al. (2022) mengungkapkan bahwa penggunaan teknik humanistik dalam bimbingan kelompok dapat memberikan pengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa. Pendekatan yang mengutamakan empati, pemahaman, dan penerimaan terhadap individu membantu menciptakan lingkungan yang mendukung, sehingga siswa merasa dihargai dan didengar. Hal ini dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa, yang pada akhirnya mendorong mereka untuk lebih bersemangat dan termotivasi dalam belajar.

Pentingnya aspek pemberian perhatian penuh terhadap kebutuhan emosional dan psikologis siswa juga turut berperan dalam penguatan motivasi ini. Dengan memperoleh dukungan dari konselor yang bersikap empatik, siswa tidak hanya merasa bahwa perasaan dan pengalaman mereka diterima tanpa penilaian, tetapi mereka juga merasa lebih dihargai sebagai individu dengan potensi unik. Proses ini dapat membantu membangun rasa aman dan kepercayaan diri, yang merupakan pondasi untuk meraih keberhasilan akademik dan sosial. Penerapan pendekatan humanistik berpotensi memperkaya pengalaman belajar siswa dengan menciptakan ikatan emosional yang lebih kuat antara siswa, guru, dan konselor. Penelitian lebih lanjut dapat menjajaki bagaimana penerapan teknik ini dapat diterjemahkan dalam program-program bimbingan kelompok dan bagaimana hal ini memberikan dampak jangka panjang pada perkembangan siswa dalam berbagai aspek kehidupan mereka.

Namun, penerapan pendekatan humanistik dalam konseling di sekolah menghadapi berbagai kendala. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya pemahaman mendalam dan keterampilan teknis para konselor dalam mengimplementasikan pendekatan ini. Menurut Nurjanah et al. (2022), pelatihan bagi konselor untuk memahami konsep inti dan teknik dalam konseling humanistik masih sangat terbatas. Hal ini mengakibatkan banyak konselor kesulitan untuk menjalankan layanan konseling yang benar-benar mendukung kebutuhan psikologis siswa. Selain itu, keterbatasan waktu dan banyaknya siswa yang membutuhkan perhatian konselor menjadi tantangan yang tidak kalah signifikan. Seorang konselor di lingkungan sekolah sering kali harus menangani banyak siswa, sehingga sulit memberikan perhatian individual yang optimal bagi setiap siswa (Wahyuni, 2023). Dalam situasi ini, pendekatan humanistik yang memerlukan waktu dan kedekatan emosional yang intensif sering kali sulit diterapkan secara maksimal.

Untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut, diperlukan langkah strategis seperti peningkatan pelatihan konselor, alokasi sumber daya manusia yang lebih memadai, serta pengurangan stigma terhadap layanan konseling di kalangan siswa dan masyarakat sekolah. Dengan demikian, manfaat dari pendekatan humanistik dapat dioptimalkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Di sisi lain, banyak siswa tidak sepenuhnya memahami manfaat dari layanan konseling atau bahkan merasa enggan untuk menggunakannya. Hal ini sering kali disebabkan oleh stigma negatif yang masih melekat terhadap isu-isu kesehatan mental di masyarakat. Stigma ini menciptakan kekhawatiran di kalangan siswa bahwa menggunakan layanan konseling dapat dianggap sebagai tanda kelemahan atau ketidakmampuan untuk mengelola masalah sendiri. Padahal, layanan konseling dengan pendekatan humanistik menawarkan suasana yang aman, nyaman, dan mendukung, memungkinkan siswa untuk

berbicara secara terbuka mengenai perasaan, pikiran, atau masalah yang mereka hadapi (Indah et al., 2023).

Pendekatan humanistik, yang berpusat pada kebutuhan individu, menyediakan ruang di mana siswa merasa dihargai tanpa syarat dan diterima apa adanya. Dengan pendekatan ini, siswa mendapatkan dukungan yang tidak hanya membantu mereka mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi, tetapi juga mendorong mereka untuk menemukan potensi diri dan jalan keluar yang positif (Kurniasari, 2021). Untuk mengoptimalkan manfaat pendekatan ini, diperlukan serangkaian strategi yang terarah guna mengatasi berbagai kendala yang ada. Salah satu langkah penting adalah memberikan edukasi kepada siswa, orang tua, dan guru tentang pentingnya layanan konseling dalam mendukung kesehatan mental dan emosional. Edukasi ini dapat membantu mengurangi stigma yang ada dan meningkatkan kesadaran bahwa mencari bantuan adalah langkah proaktif untuk menjaga kesejahteraan psikologis.

Selain itu, pengintegrasian layanan konseling ke dalam kegiatan sekolah secara lebih sistematis dapat menciptakan budaya yang mendukung kesejahteraan mental. Misalnya, sekolah dapat mengadakan sesi grup konseling untuk seluruh siswa sebagai bagian dari kurikulum, sehingga layanan ini terasa sebagai hal yang biasa dan tidak menimbulkan rasa malu atau ragu bagi siswa yang membutuhkan (Fadhilah & Rachmawati, 2023). Penguatan kapasitas konselor melalui pelatihan yang komprehensif juga menjadi prioritas, agar mereka mampu menjalankan pendekatan humanistik secara efektif. Hal ini termasuk meningkatkan kemampuan konselor dalam menciptakan hubungan empati, memberikan penerimaan tanpa syarat, serta menggunakan teknik komunikasi yang mendukung keterbukaan siswa. Dengan kombinasi langkah-langkah strategis tersebut, pendekatan konseling humanistik dapat diterapkan secara optimal untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan pendekatan konseling humanistik dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa melalui metode literature review. Metode ini dipilih dengan pertimbangan bahwa konseling humanistik dapat memberikan wawasan yang mendalam terkait hubungan antar siswa dan konselor, serta dampaknya terhadap pengembangan emosional dan psikologis siswa. Dengan menganalisis berbagai literatur yang relevan, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas dan komprehensif mengenai penerapan konseling humanistik dalam konteks sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pentingnya pendekatan konseling humanistik dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa dengan menggunakan metode *literature review*. Fokus pencarian literatur diarahkan pada publikasi yang terbit antara tahun 2020 hingga 2025, untuk memastikan relevansi dan keaktualannya dalam menghadapi tantangan dan perubahan di dunia pendidikan saat ini. Proses pengumpulan data ini dilakukan secara sistematis dan terukur, mengumpulkan informasi dari berbagai bentuk materi seperti buku, karya penelitian terkait, artikel jurnal, catatan dokumentasi, dan referensi lainnya yang berkaitan dengan topik yang sedang dianalisis. Kemudian, data yang terkumpul diproses dan dianalisis dengan menggunakan teknik tertentu untuk menarik kesimpulan yang dapat membantu memecahkan masalah yang dihadapi, seperti meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa melalui pendekatan konseling humanistik.

Literatur yang ditemukan diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang ketat, yaitu penelitian yang membahas penerapan pendekatan konseling humanistik di pendidikan dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Peneliti memilih literatur dengan bukti empiris yang kuat untuk mendapatkan analisis mendalam. Fokus penelitian ini adalah mengidentifikasi teknik-teknik dalam konseling humanistik, seperti penerimaan tanpa syarat, empati konselor, dan hubungan positif yang mendukung kesehatan mental siswa. Selain itu, penelitian juga mengeksplorasi tantangan dalam penerapan konseling humanistik, seperti keterbatasan waktu konselor dan stigma yang dapat menghalangi siswa untuk memanfaatkan layanan.

Dengan menyatukan hasil-hasil temuan dari berbagai penelitian terbaru, artikel ini mengusulkan bahwa pendekatan konseling humanistik berperan vital dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, baik dalam hal pengelolaan perasaan, penyelesaian masalah sosial, maupun pencapaian perkembangan diri yang optimal. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya meminimalkan tantangan yang ada, seperti keterbatasan waktu dan stigma terhadap konseling, agar

pendekatan konseling humanistik dapat diimplementasikan secara lebih efektif dalam membantu siswa mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana pendekatan konseling humanistik dapat berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan, ditemukan bahwa pendekatan ini memiliki peranan yang krusial dalam menunjang kesejahteraan psikologis siswa melalui berbagai mekanisme, mulai dari pembentukan kepercayaan diri hingga peningkatan hubungan sosial. Salah satu temuan yang menonjol dari penelitian ini adalah bahwa penerapan pendekatan humanistik dalam program bimbingan konseling memiliki dampak yang signifikan dalam peningkatan keterampilan emosional dan sosial siswa. Bimbingan yang mengutamakan penghargaan terhadap individu dan pendekatan empatik dapat membantu siswa lebih baik dalam mengelola emosi mereka dan membangun hubungan sosial yang sehat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa konseling berbasis humanistik efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi masalah emosional, berinteraksi dengan teman sebaya, dan mengembangkan keterampilan coping dalam menghadapi tantangan yang ada (Alwina, 2023). Melalui penerapan pendekatan ini, siswa mendapatkan ruang yang aman untuk mengekspresikan diri tanpa takut dihakimi, sehingga dapat mengembangkan potensi mereka secara optimal dalam konteks sosial dan pribadi. Penelitian ini menegaskan pentingnya mendukung siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial yang baik dan keseimbangan emosional yang sehat sebagai bagian dari upaya mereka untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini et al. (2024) menunjukkan bahwa penerapan pendekatan humanistik dalam bimbingan kelompok berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa. Dalam studi mereka, ditemukan bahwa siswa yang berpartisipasi dalam program bimbingan kelompok yang menggunakan pendekatan ini cenderung memiliki minat yang lebih besar terhadap pelajaran, serta semangat yang lebih tinggi untuk mencapai tujuan akademik mereka. Hal ini diharapkan dapat mengurangi hambatan-hambatan psikologis yang sering kali mengganggu proses belajar, seperti rasa cemas atau rendah diri, yang pada akhirnya meningkatkan keterlibatan dan kinerja akademik siswa (Anggraini et al., 2024). Pendekatan yang memberikan perhatian penuh kepada kebutuhan emosional siswa dan mendorong mereka untuk berbicara tentang perasaan serta tantangan yang mereka hadapi terbukti efektif dalam memupuk motivasi intrinsik, sehingga siswa dapat melihat pembelajaran sebagai hal yang bermanfaat dan menyenangkan. Melalui pendekatan humanistik, siswa tidak hanya merasa dihargai, tetapi juga diberdayakan untuk lebih percaya pada kemampuan diri mereka. Seiring dengan peningkatan rasa percaya diri ini, siswa menunjukkan kemauan yang lebih kuat untuk mengikuti proses pembelajaran secara aktif, dan lebih termotivasi untuk mengatasi kesulitan yang mereka temui dalam studi akademik mereka (Anggraini et al., 2024). Dengan demikian, penerapan pendekatan konseling humanistik dalam pendidikan diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam memfasilitasi perkembangan akademik yang lebih positif dan berkelanjutan bagi siswa.

Pendekatan konseling humanistik tidak hanya berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, tetapi juga memberikan dampak yang signifikan terhadap motivasi belajar mereka. Sebagaimana dibuktikan dalam penelitian oleh Pratiwi et al. (2023), pendekatan ini dapat membantu siswa merasakan penerimaan tanpa syarat, yang pada gilirannya meningkatkan rasa percaya diri dan memotivasi mereka untuk lebih aktif dalam kegiatan akademik. Dengan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, siswa merasa lebih dihargai dan lebih siap untuk menghadapi tantangan belajar tanpa rasa takut akan penilaian atau penolakan. Peningkatan rasa aman dan kepercayaan diri ini menjadi faktor utama yang mengarahkan siswa pada peningkatan motivasi belajar dan pencapaian akademik yang lebih baik (Pratiwi et al., 2023).

Selain itu, konseling humanistik memiliki peran penting dalam membantu siswa mengatasi masalah psikologis yang mereka hadapi, seperti perasaan tidak aman yang sering dialami oleh korban bullying. Pendekatan ini, yang berfokus pada pemahaman empatik terhadap kondisi siswa, memungkinkan konselor untuk lebih efektif dalam mendukung siswa korban bullying. Dengan menggunakan teknik konseling yang berbasis pada empati, penerimaan, dan penghargaan terhadap potensi individu, siswa diajak untuk mengatasi perasaan rendah diri dan ketidakamanan yang mereka rasakan. Hasilnya, pendekatan ini tidak hanya memperbaiki kesejahteraan psikologis siswa yang

bersangkutan, tetapi juga mendukung perkembangan emosional dan sosial yang lebih baik, yang pada gilirannya akan mempengaruhi motivasi belajar mereka (Pratiwi et al., 2023). Pendekatan humanistik dalam konseling memiliki kontribusi besar dalam menciptakan keseimbangan antara kebutuhan emosional dan akademik siswa. Dengan dukungan yang bersifat holistik, siswa mendapatkan kesempatan untuk berkembang dalam suasana yang mendukung baik secara psikologis maupun akademis.

Meskipun pendekatan konseling humanistik terbukti memiliki berbagai manfaat penting, penerapannya di lingkungan sekolah tidak terlepas dari sejumlah tantangan yang perlu diatasi. Salah satu hambatan utama adalah masih terbatasnya pemahaman dan pelatihan konselor sekolah mengenai implementasi pendekatan humanistik dalam praktik sehari-hari. Pendekatan ini memerlukan keterampilan empatik yang mendalam serta kemampuan untuk menciptakan hubungan yang mendukung, namun tidak semua konselor memiliki pelatihan khusus yang memadai untuk menguasai teknik-teknik ini secara efektif. Selain itu, tantangan lainnya terkait dengan keterbatasan waktu yang dimiliki konselor untuk memberikan perhatian optimal kepada siswa. Dalam banyak kasus, rasio jumlah siswa yang sangat besar dibandingkan dengan jumlah konselor yang terbatas menjadi kendala serius. Dalam konteks tersebut, banyak siswa yang mungkin tidak mendapatkan layanan bimbingan konseling secara penuh, yang menghambat keberhasilan pendekatan humanistik dalam mendukung kesejahteraan mereka.

Selain tantangan tersebut, masalah sosial lain yang menghalangi efektivitas konseling humanistik adalah stigma negatif yang masih melekat pada isu kesehatan mental di kalangan siswa. Banyak siswa merasa enggan untuk memanfaatkan layanan konseling karena kekhawatiran terhadap penilaian sosial atau dianggap sebagai “tidak normal”. Hal ini terutama disebabkan oleh kurangnya pemahaman yang mendalam tentang pentingnya konseling dalam meningkatkan kesehatan mental mereka. Padahal, dengan pendekatan humanistik yang menekankan penerimaan tanpa syarat dan empati, siswa dapat merasa lebih aman untuk membuka diri dan membicarakan masalah yang sedang dihadapi, yang secara langsung berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis mereka. Berdasarkan tantangan-tantangan ini, strategi untuk mengatasi kendala dalam penerapan pendekatan konseling humanistik sangatlah penting. Salah satu langkah yang dapat diambil adalah memberikan pelatihan berkelanjutan untuk konselor sekolah mengenai keterampilan dasar dalam pendekatan humanistik, serta menambah jumlah konselor agar bisa lebih responsif terhadap kebutuhan siswa. Pemberdayaan siswa melalui edukasi mengenai pentingnya layanan konseling dan pengurangan stigma terhadap kesehatan mental juga menjadi kunci untuk memperluas dampak positif dari pendekatan ini dalam pengelolaan kesejahteraan psikologis di sekolah.

Untuk mengatasi berbagai tantangan dalam penerapan pendekatan konseling humanistik, diperlukan langkah-langkah strategis yang terencana. Salah satunya adalah dengan meningkatkan kualitas pelatihan dan pemahaman konselor sekolah terkait dengan pendekatan humanistik. Hal ini akan mempermudah konselor untuk mengimplementasikan teknik-teknik yang efektif dalam membantu siswa mengatasi permasalahan psikologis mereka. Lebih lanjut, penting untuk mengurangi stigma terkait layanan konseling yang sering kali membuat siswa enggan mencari bantuan. Pendekatan komunikasi yang lebih terbuka dan penyuluhan tentang pentingnya kesehatan mental di sekolah dapat menjadi cara yang efektif untuk menumbuhkan kesadaran akan manfaat layanan konseling. Selain itu, kolaborasi yang intens antara konselor, guru, orang tua, serta pihak-pihak terkait lainnya sangat krusial. Kerjasama ini akan memastikan bahwa setiap aspek perkembangan siswa, baik emosional, sosial, maupun akademik, dapat diperhatikan secara menyeluruh. Penglibatan orang tua dalam proses konseling dapat memperkuat dukungan bagi siswa, terutama dalam mengatasi masalah yang mungkin berakar dari lingkungan keluarga.

Dengan langkah-langkah tersebut, penerapan pendekatan konseling humanistik bisa lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Pendekatan ini mampu memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan potensi diri dalam lingkungan yang penuh empati dan penerimaan. Oleh karena itu, jika tantangan-tantangan yang ada dapat diatasi dengan bijaksana, pendekatan humanistik dapat menjadi alat yang sangat efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa secara holistik dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, pendekatan konseling humanistik memainkan peran krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Pendekatan ini berfokus pada aspek-aspek seperti empati, penerimaan tanpa syarat, dan pemahaman yang mendalam terhadap perasaan serta pengalaman siswa, yang dapat menciptakan atmosfer yang mendukung perkembangan emosional dan psikologis mereka. Dengan dukungan emosional yang tepat, pendekatan ini dapat mendorong siswa untuk lebih termotivasi dalam belajar dan meraih potensi akademik mereka. Namun, beberapa tantangan, seperti kurangnya pemahaman tentang pendekatan humanistik di kalangan konselor dan adanya stigma terhadap konseling, masih menjadi penghalang. Oleh karena itu, peningkatan pelatihan bagi konselor dan guru mengenai teknik humanistik sangat dibutuhkan. Selain itu, penting untuk memastikan terjalinnya kolaborasi yang baik antara konselor, guru, orang tua, dan siswa agar pendekatan ini dapat berhasil diterapkan. Dengan penerapan yang tepat, bimbingan kelompok berbasis teknik humanistik dapat lebih efektif dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial, mengatasi masalah akademik, dan meraih prestasi dalam pendidikan mereka. Pendekatan humanistik dalam bimbingan kelompok tidak hanya mengutamakan pengembangan akademik siswa, tetapi juga fokus pada kemajuan pribadi mereka secara keseluruhan. Diharapkan, dengan penerapan teknik ini, kualitas pendidikan dapat meningkat, motivasi belajar siswa bertambah, dan mereka bisa berkembang secara lebih holistik. Pendekatan ini pada akhirnya akan menjadi alat yang efektif untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa dan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan serta perkembangan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, G., Asfahani, A., & Abdurahman, A. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa pada Masa Pasca Pandemi: The Influence of Social Support on the Psychological Well-being of Students in the Post-Pandemic Period. *Ijlap: Indonesian Journal of Education, Language, and Psychology*, 1(1), 11-19.
- Alwina, S. (2023). Peran bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah dasar. *Jurnal Sintaksis*, 5(1), 18-25.
- Anggraini, P. G., Hasibuan, U. M., Salsabila, A., & Harahap, I. T. A. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Humanistik dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 1241-1246.
- Azmii, Shihghatallah Muhammad & Santosa, Hardi. (2023). *Studi Literatur tentang Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Profetik dalam Mengembangkan Kesejahteraan Psikologis*. Dalam Seminar Antarbangsa "Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius".
- Fadhilah, R., & Rachmawati, E. (2023). Humanistic Approach in Individual Counseling for Reducing Anxiety in Students. *Journal of Educational Guidance and Counseling*, 18(1), 45-55.
- Fathurahman, A., Santosa, D., Rudiana, K. Q., & Rahmansyah, S. (2024). Literature Review: Pendekatan, Strategi Dan Teknik Bimbingan Konseling Terhadap Psikis Mahasiswa. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 3(3), 975-987.
- Idati, A. L. A. (2024). Pendekatan Eksistensial Humanistik Dalam Konseling Islam. *Cons-Iedu*, 4(1), 156-167.
- Indah, R., Hadi, T., & Safitri, S. (2023). Application of Humanistic Counseling to Enhance Students' Well-being. *Journal of School Psychology*, 20(2), 75-89.
- Karnangsyah, E., & Prasetya, A. T. (2020). Efektivitas Konseling Individual dengan Pendekatan Psikoanalisis Klasik dalam Meningkatkan Resilensi Akademik Siswa Bertipe Kepribadian Sensing dan Feeling. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 147-157.
- Kurniasari, D. (2021). The Role of Empathy and Acceptance in Humanistic Counseling in Schools. *International Journal of Psychological Counseling*, 12(4), 123-132.
- Marfuah, S. (2024). Peran Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa melalui Pendekatan Humanistik. *PENA: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 1(01), 22-28.
- Nurjanah, W., Santoso, Y., & Harahap, D. (2022). Barriers and Strategies in Implementing Humanistic Counseling in Schools. *Indonesian Journal of Educational Research and Review*, 25(3), 87-98.

- Praekanata, I. W. I., Yuliastini, N. K. S., Zagoto, S. F. L., Dharmayanti, P. A., & Suarni, N. K. (2024). *Inovasi Konseling Berbasis Pendekatan Holistik: Integrasi Teori, Model, dan Teknik untuk Mendukung Kesejahteraan Siswa*. Nilacakra.
- Pratiwi, P. C., Mahanani, F. K., Budiningsih, T. E., Efrilianda, D. A., Rahmawati, D. A., Rahma, C. A. S., ... & Ivana, A. F. (2021). Mental Health Corner: Membangun Kesadaran Masyarakat terhadap Pentingnya Kesejahteraan Psikologis bagi Penyintas Intimate Partner Violence di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 4, 395-406.
- Pratiwi, V., Razzaq, A., & Ramadoni, M. A. (2023). Penerapan Konseling Individu dengan Pendekatan Humanistik dalam Mengatasi Insecure pada Korban Bullying. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(3).
- Tamamiyah, L. (2023). Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(8), 804-812.
- Wahyuni, S. (2023). Group Counseling with Humanistic Approach: Building Assertiveness and Social Skills. *Asian Journal of School Counseling*, 15(1), 33-47.