

Pendekatan Humanistik-Religius dalam Praktik Bimbingan Konseling Islam di Sekolah

Khairuddin

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Email: khairuddin_fitk@uinsu.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan dan konseling Islam di sekolah, peran guru BK dalam membangun hubungan empatik dan spiritual, serta dampaknya terhadap perilaku, karakter, dan kesehatan mental peserta didik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Informan penelitian terdiri atas guru BK, peserta didik, kepala sekolah, dan pihak terkait yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Uji keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber, teknik, dan waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan humanistik-religius diterapkan melalui integrasi nilai-nilai humanistik seperti empati, penerimaan tanpa syarat, dan komunikasi interpersonal positif dengan nilai-nilai religius Islam dalam proses layanan konseling. Guru BK berperan sebagai fasilitator psikologis dan spiritual yang membantu peserta didik memahami diri, mengembangkan karakter religius, serta meningkatkan kesehatan mental. Pendekatan ini memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku, peningkatan disiplin, kontrol emosi, kesadaran religius, serta kesejahteraan psikologis peserta didik. Meskipun demikian, implementasi pendekatan humanistik-religius masih menghadapi kendala berupa keterbatasan waktu layanan konseling, rendahnya kesadaran peserta didik terhadap layanan BK, serta keterbatasan kompetensi guru BK dalam mengintegrasikan pendekatan psikologis dan spiritual. Oleh karena itu, diperlukan kolaborasi sekolah, orang tua, dan peningkatan kompetensi guru BK agar layanan bimbingan dan konseling Islam dapat berjalan lebih efektif dan relevan dengan tantangan pendidikan modern.

Kata Kunci: Pendekatan Humanistik-Religius, Bimbingan Konseling Islam, Kesehatan Mental, Karakter Religius, Peserta Didik.

ABSTRACT

This study aims to analyze the implementation of a humanistic-religious approach in Islamic guidance and counseling practices in schools, the role of counseling teachers in building empathetic and spiritual relationships, and its impact on students' behavior, character, and mental health. This research employed a qualitative approach with a descriptive research design. Data collection techniques included observation, in-depth interviews, and documentation. Research informants consisted of counseling teachers, students, school principals, and related parties selected through purposive sampling techniques. Data analysis used the Miles and Huberman interactive model, including data reduction, data presentation, and conclusion drawing. Data validity was tested through source, technique, and time triangulation. The findings revealed that the humanistic-religious approach was implemented through the integration of humanistic values such as empathy, unconditional positive regard, and positive interpersonal communication with Islamic religious values in counseling services. Counseling teachers played roles as psychological and spiritual facilitators who assisted students in understanding themselves, developing religious character, and improving mental health. This approach positively affected behavioral changes, discipline improvement, emotional control, religious awareness, and

students' psychological well-being. However, the implementation of the humanistic-religious approach still faced several challenges, including limited counseling service time, low student awareness of counseling services, and limited competence of counseling teachers in integrating psychological and spiritual approaches. Therefore, collaboration among schools, parents, and counseling teachers' competency development is necessary to ensure that Islamic guidance and counseling services become more effective and relevant to the challenges of modern education.

Keywords: Humanistic-Religious Approach, Islamic Guidance And Counseling, Mental Health, Religious Character, Students.

PENDAHULUAN

Perkembangan pendidikan modern pada era digital telah membawa perubahan besar terhadap pola kehidupan peserta didik, baik dalam aspek sosial, psikologis, maupun spiritual. Kemajuan teknologi informasi memberikan kemudahan dalam memperoleh pengetahuan, tetapi di sisi lain juga memunculkan berbagai persoalan moral dan krisis nilai pada kalangan remaja sekolah. Fenomena kecanduan media sosial, cyberbullying, rendahnya kontrol emosi, perilaku agresif, hingga menurunnya kesadaran religius menjadi tantangan serius dalam dunia pendidikan saat ini. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa lembaga pendidikan tidak cukup hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga harus mampu membentuk karakter, kesehatan mental, dan spiritual peserta didik secara holistik. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan yang memadukan nilai-nilai kemanusiaan dan religiusitas menjadi kebutuhan mendesak dalam praktik pendidikan modern.

Pendekatan humanistik dalam pendidikan menempatkan peserta didik sebagai individu yang memiliki potensi, kebebasan, serta kemampuan untuk berkembang secara optimal. Teori humanistik yang dikembangkan oleh Abraham Maslow dan Carl Rogers menekankan pentingnya penghargaan terhadap martabat manusia, empati, aktualisasi diri, dan hubungan interpersonal yang positif dalam proses pembelajaran maupun konseling. Dalam konteks pendidikan, pendekatan humanistik dinilai mampu menciptakan suasana yang lebih demokratis, terbuka, dan menghargai keberagaman karakter peserta didik. Guru atau konselor tidak hanya berperan sebagai pemberi instruksi, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu peserta didik menemukan makna hidup dan mengembangkan potensi dirinya secara sadar. Pendekatan ini relevan diterapkan pada praktik bimbingan dan konseling di sekolah karena dapat membantu peserta didik menghadapi tekanan psikologis dan problematika kehidupan secara lebih sehat dan manusiawi.

Meskipun demikian, pendekatan humanistik yang berkembang dari tradisi psikologi Barat sering kali dianggap belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan spiritual peserta didik Muslim. Pendidikan modern cenderung menempatkan aspek rasional dan individual sebagai pusat perkembangan manusia, sementara dimensi spiritual dan religius belum memperoleh perhatian yang memadai. Padahal dalam perspektif Islam, manusia tidak hanya dipandang sebagai makhluk biologis dan psikologis, tetapi juga sebagai makhluk spiritual yang memiliki hubungan dengan Allah Swt. Oleh sebab itu, pendekatan religius diperlukan sebagai upaya untuk menanamkan nilai-nilai ketauhidan, akhlak mulia, dan kesadaran spiritual dalam kehidupan peserta didik. Integrasi nilai-nilai Islam dalam praktik konseling menjadi penting agar layanan bimbingan dan konseling tidak hanya berfungsi menyelesaikan masalah psikologis, tetapi juga membantu peserta didik mencapai ketenangan jiwa dan keseimbangan hidup berdasarkan ajaran Islam.

Problematika peserta didik di era digital semakin kompleks seiring dengan perubahan pola interaksi sosial dan budaya generasi muda. Peserta didik saat ini menghadapi tantangan berupa paparan informasi tanpa batas, budaya instan, individualisme, serta krisis identitas yang dapat memengaruhi perkembangan mental

dan spiritual mereka. Banyak peserta didik mengalami kecemasan, kehilangan arah hidup, rendahnya motivasi belajar, bahkan mengalami gangguan kesehatan mental akibat tekanan sosial dan penggunaan teknologi yang berlebihan. Dalam kondisi demikian, layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran strategis sebagai sarana pendampingan psikologis dan spiritual bagi peserta didik. Konseling tidak hanya diarahkan pada penyelesaian masalah akademik dan sosial, tetapi juga pada pembentukan karakter religius dan penguatan nilai-nilai moral.

Bimbingan dan konseling Islam hadir sebagai salah satu pendekatan yang relevan dalam menjawab kebutuhan peserta didik pada era modern. Bimbingan konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu berdasarkan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadis untuk membantu peserta didik memahami diri, mengembangkan potensi, serta menyelesaikan masalah kehidupan secara islami. Pendekatan ini menekankan pentingnya keseimbangan antara aspek intelektual, emosional, sosial, dan spiritual dalam perkembangan manusia. Implementasi bimbingan konseling Islam di sekolah dapat menjadi media efektif dalam membentuk karakter religius, meningkatkan kesehatan mental, serta menanamkan nilai-nilai moral pada peserta didik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan religius dalam konseling mampu meningkatkan kesadaran spiritual, mengembangkan sikap positif, dan membantu peserta didik menghadapi tekanan psikologis secara lebih adaptif.

Dalam konteks tersebut, pendekatan humanistik-religius menjadi konsep integratif yang memadukan penghargaan terhadap potensi manusia dengan nilai-nilai spiritual Islam dalam praktik bimbingan dan konseling di sekolah. Pendekatan ini menempatkan peserta didik sebagai individu yang unik dan bermartabat, sekaligus sebagai hamba Allah yang memiliki tanggung jawab moral dan spiritual. Melalui pendekatan humanistik-religius, konselor diharapkan mampu membangun hubungan empatik, memberikan penerimaan tanpa syarat, serta menanamkan nilai-nilai Islami dalam proses konseling. Pendekatan ini diyakini mampu membantu peserta didik mengembangkan kesadaran diri, kesehatan mental, dan kematangan spiritual secara seimbang. Oleh karena itu, penelitian mengenai pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan konseling Islam di sekolah menjadi penting untuk dikaji sebagai upaya pengembangan layanan konseling yang lebih humanis, religius, dan relevan dengan tantangan pendidikan kontemporer.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena praktik bimbingan konseling Islam dengan pendekatan humanistik-religius di lingkungan sekolah. Penelitian kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti memperoleh gambaran secara sistematis mengenai perilaku, pengalaman, interaksi sosial, serta makna yang dibangun oleh subjek penelitian dalam konteks alamiah. Pendekatan ini juga relevan digunakan untuk mengungkap dinamika hubungan antara konselor dan peserta didik dalam proses layanan bimbingan dan konseling Islam di sekolah. Menurut Creswell, penelitian kualitatif berfokus pada eksplorasi dan pemahaman terhadap makna individu atau kelompok terkait suatu permasalahan sosial maupun kemanusiaan (Creswell & Poth, 2022).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Reduksi data dilakukan dengan memilih, memfokuskan, dan menyederhanakan data hasil observasi, wawancara, dan

dokumentasi sesuai fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian naratif agar memudahkan peneliti dalam memahami pola, hubungan, dan makna data yang diperoleh. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi yang dilakukan secara terus-menerus selama proses penelitian berlangsung sehingga menghasilkan temuan yang valid dan mendalam. Model analisis Miles dan Huberman dinilai efektif digunakan dalam penelitian kualitatif karena mampu membantu peneliti memahami fenomena sosial secara sistematis dan komprehensif (Miles et al., 2021).

Uji keabsahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui teknik triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan, seperti guru BK, peserta didik, dan pihak sekolah. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk memastikan konsistensi data penelitian. Sementara itu, triangulasi waktu dilakukan dengan mengulang proses pengumpulan data pada waktu yang berbeda untuk memperoleh data yang lebih stabil dan akurat. Selain triangulasi, peneliti juga menerapkan member check dengan meminta informan memverifikasi hasil wawancara guna memastikan kesesuaian data dengan pengalaman informan. Langkah tersebut dilakukan agar data penelitian memiliki tingkat kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas yang baik dalam penelitian kualitatif (Sugiyono, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi Pendekatan Humanistik-Religius dalam Praktik Bimbingan Konseling Islam di Sekolah

Implementasi pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan dan konseling Islam di sekolah dilakukan melalui pengintegrasian nilai-nilai kemanusiaan dan spiritualitas Islam dalam setiap proses layanan konseling. Pendekatan ini diterapkan dengan menempatkan peserta didik sebagai individu yang memiliki potensi, martabat, dan kebutuhan spiritual yang harus dihargai secara utuh. Guru bimbingan dan konseling berupaya membangun hubungan interpersonal yang empatik, terbuka, dan penuh penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard) kepada peserta didik. Dalam praktiknya, konselor tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah akademik dan perilaku, tetapi juga membantu peserta didik memahami makna hidup, meningkatkan kesadaran diri, serta memperkuat hubungan spiritual dengan Allah Swt. Pendekatan tersebut mencerminkan integrasi teori humanistik Carl Rogers dengan nilai-nilai religius Islam dalam layanan konseling di sekolah (Idati, 2024).

Pelaksanaan pendekatan humanistik-religius diwujudkan melalui berbagai bentuk layanan konseling, seperti konseling individual, konseling kelompok, pembinaan karakter religius, dan kegiatan spiritual keagamaan. Guru BK memberikan ruang dialog yang terbuka kepada peserta didik untuk menyampaikan masalah, kecemasan, maupun konflik pribadi yang mereka alami tanpa adanya tekanan dan penghakiman. Dalam proses konseling, konselor menggunakan pendekatan persuasif dengan memberikan motivasi, nasihat Islami, refleksi diri, serta penguatan nilai-nilai keagamaan melalui ayat Al-Qur'an dan hadis yang relevan dengan kondisi peserta didik. Selain itu, sekolah juga mengintegrasikan kegiatan religius seperti salat berjamaah, kajian keislaman, zikir, dan pembiasaan akhlak Islami sebagai bagian dari penguatan layanan bimbingan konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan tersebut mampu menciptakan suasana konseling yang lebih nyaman, humanis, dan spiritual bagi peserta didik (Humaira & Prasetya, 2022).

Penelitian ini juga menemukan bahwa pendekatan humanistik-religius memberikan dampak positif terhadap perkembangan karakter dan kesehatan mental

peserta didik. Peserta didik menjadi lebih terbuka dalam mengungkapkan masalah, memiliki kemampuan pengendalian emosi yang lebih baik, serta menunjukkan peningkatan kesadaran religius dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan yang menekankan empati dan penghargaan terhadap individu membuat peserta didik merasa diterima dan dihargai sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri serta motivasi belajar mereka. Di sisi lain, integrasi nilai-nilai religius membantu peserta didik memperoleh ketenangan batin, memperkuat spiritualitas, dan membangun perilaku yang lebih positif sesuai ajaran Islam. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa konseling religius mampu meningkatkan self-regulation, self-efficacy, dan karakter religius peserta didik melalui penguatan nilai-nilai spiritual dalam proses konseling (Machmudah et al., 2022).

Dalam praktiknya, guru BK memiliki peran penting sebagai fasilitator sekaligus teladan moral bagi peserta didik. Konselor dituntut memiliki kemampuan komunikasi empatik, pemahaman psikologis, serta kompetensi religius yang memadai agar mampu memberikan layanan konseling secara efektif. Guru BK tidak hanya memberikan solusi terhadap masalah peserta didik, tetapi juga membimbing mereka untuk menemukan makna kehidupan dan tanggung jawab moral berdasarkan nilai-nilai Islam. Sikap konselor yang humanis, sabar, dan religius terbukti mampu membangun hubungan konseling yang lebih efektif dan meningkatkan kepercayaan peserta didik terhadap layanan BK di sekolah. Pendekatan ini memperlihatkan bahwa layanan konseling Islam tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga preventif dan developmental dalam membentuk karakter peserta didik secara holistik (Hasrul, 2022).

Meskipun demikian, penelitian ini menemukan beberapa kendala dalam implementasi pendekatan humanistik-religius di sekolah. Kendala tersebut meliputi keterbatasan waktu layanan konseling, rendahnya kesadaran sebagian peserta didik terhadap pentingnya layanan BK, serta kurangnya kompetensi sebagian guru BK dalam mengintegrasikan pendekatan psikologis dan spiritual secara seimbang. Selain itu, pengaruh lingkungan digital dan media sosial juga menjadi tantangan tersendiri dalam pembinaan karakter peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari seluruh warga sekolah, termasuk kepala sekolah, guru mata pelajaran, dan orang tua dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang kondusif bagi penerapan pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan dan konseling Islam. Dengan demikian, layanan BK Islam di sekolah dapat berfungsi secara optimal dalam membantu peserta didik menghadapi problematika kehidupan modern secara lebih humanis dan religius.

Peran Guru BK dalam Membangun Hubungan Empatik dan Spiritual

Guru bimbingan dan konseling (BK) memiliki peran sentral dalam membangun hubungan empatik dan spiritual dengan peserta didik dalam praktik bimbingan konseling Islam di sekolah. Hubungan empatik dibangun melalui sikap konselor yang terbuka, menghargai, mendengarkan secara aktif, dan memberikan penerimaan tanpa syarat kepada peserta didik. Guru BK berupaya menciptakan suasana konseling yang nyaman dan aman agar peserta didik merasa dihargai serta tidak takut untuk mengungkapkan permasalahan yang mereka hadapi. Sikap empati yang ditunjukkan konselor membuat peserta didik merasa dipahami secara emosional sehingga mampu membangun kepercayaan terhadap layanan konseling. Dalam pendekatan humanistik, empati menjadi unsur utama dalam membangun hubungan interpersonal yang efektif antara konselor dan konseli (Doeka & Banja, 2022).

Guru BK tidak hanya berperan sebagai pemberi solusi terhadap masalah peserta didik, tetapi juga sebagai pendamping psikologis dan spiritual. Dalam praktik konseling Islam, konselor berusaha memahami kondisi emosional peserta didik

dengan pendekatan yang humanis dan religius. Guru BK memberikan motivasi, penguatan mental, serta arahan spiritual melalui nasihat Islami yang bersumber dari Al-Qur'an dan hadis. Bentuk pendekatan spiritual tersebut dilakukan melalui pembiasaan refleksi diri, penguatan ibadah, serta pemberian pemahaman tentang makna sabar, syukur, dan tawakal dalam menghadapi permasalahan hidup. Pendekatan spiritual yang dilakukan guru BK terbukti membantu peserta didik memperoleh ketenangan batin dan meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola emosi secara positif (Cucchi, 2022).

Penelitian ini juga menemukan bahwa hubungan empatik yang dibangun guru BK mampu meningkatkan keterbukaan peserta didik dalam proses konseling. Peserta didik merasa lebih nyaman untuk menceritakan permasalahan pribadi, akademik, sosial, maupun keluarga karena adanya sikap penghargaan dan perhatian yang diberikan oleh konselor. Guru BK menggunakan komunikasi interpersonal yang lembut, persuasif, dan tidak menghakimi sehingga peserta didik merasa diterima sebagai individu yang memiliki potensi untuk berkembang. Dalam perspektif humanistik, hubungan yang hangat dan penuh empati dapat membantu individu mencapai kesadaran diri dan aktualisasi diri secara optimal (Idati, 2024).

Selain membangun hubungan empatik, guru BK juga berperan dalam membentuk spiritualitas peserta didik melalui integrasi nilai-nilai Islam dalam layanan konseling. Guru BK memberikan bimbingan yang tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga pada pembentukan akhlak dan karakter religius peserta didik. Dalam pelaksanaannya, guru BK mengarahkan peserta didik untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt. melalui peningkatan kualitas ibadah, membaca Al-Qur'an, serta membiasakan perilaku yang mencerminkan nilai-nilai Islami dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan spiritual yang dilakukan guru BK mampu meningkatkan kesadaran religius peserta didik, memperbaiki perilaku sosial, dan menumbuhkan sikap tanggung jawab terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitar (Humaira & Prasetya, 2022).

Lebih lanjut, penelitian ini menemukan bahwa keteladanan guru BK menjadi faktor penting dalam membangun hubungan spiritual dengan peserta didik. Sikap santun, sabar, jujur, dan religius yang ditunjukkan guru BK memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan karakter peserta didik. Guru BK dipandang tidak hanya sebagai konselor, tetapi juga sebagai figur teladan yang mampu memberikan inspirasi moral dan spiritual di lingkungan sekolah. Keteladanan tersebut memperkuat efektivitas layanan konseling karena peserta didik lebih mudah menerima arahan dan nasihat yang diberikan oleh konselor. Temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan pendekatan humanistik-religius dalam praktik BK Islam sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonal dan spiritual antara guru BK dan peserta didik (Hasrul, 2022).

Meskipun demikian, terdapat beberapa kendala dalam membangun hubungan empatik dan spiritual di lingkungan sekolah, seperti keterbatasan waktu layanan konseling, jumlah peserta didik yang banyak, serta rendahnya kesadaran sebagian peserta didik terhadap pentingnya layanan BK. Selain itu, pengaruh lingkungan digital dan budaya individualistik juga menjadi tantangan bagi guru BK dalam membangun kedekatan emosional dengan peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan kompetensi guru BK dalam bidang komunikasi empatik, konseling spiritual, dan pemahaman psikologi perkembangan remaja agar layanan konseling Islam di sekolah dapat berjalan lebih efektif dan relevan dengan kebutuhan peserta didik masa kini.

Dampak terhadap Perilaku, Karakter, dan Kesehatan Mental Siswa

Penerapan pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan dan konseling Islam memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku peserta didik di sekolah. Peserta didik yang mengikuti layanan konseling menunjukkan peningkatan kedisiplinan, kemampuan mengendalikan emosi, serta penurunan perilaku menyimpang seperti pelanggaran tata tertib, perilaku agresif, dan kecenderungan perilaku disruptif. Pendekatan humanistik yang menekankan penghargaan terhadap individu dan komunikasi empatik membuat peserta didik merasa diterima dan dihargai sehingga lebih mudah diarahkan dalam proses perubahan perilaku. Selain itu, integrasi nilai-nilai religius dalam layanan konseling membantu peserta didik memahami konsekuensi moral dari setiap tindakan yang dilakukan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Puryanti (2022) yang menyatakan bahwa pendekatan konseling Islam efektif dalam mereduksi perilaku disruptif siswa melalui penguatan nilai moral dan spiritual.

Penelitian ini juga menemukan bahwa pendekatan humanistik-religius berpengaruh signifikan terhadap pembentukan karakter religius peserta didik. Karakter religius tercermin melalui meningkatnya kesadaran beribadah, sikap sopan santun, tanggung jawab, kejujuran, dan kepedulian sosial di lingkungan sekolah. Guru BK memberikan penguatan karakter melalui pembiasaan nilai-nilai Islami dalam proses konseling maupun kegiatan sekolah seperti salat berjamaah, kajian keagamaan, dan refleksi spiritual. Peserta didik menjadi lebih sadar akan pentingnya menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan religius dalam layanan BK juga membantu peserta didik mengembangkan kontrol diri dan kesadaran moral dalam menghadapi pengaruh negatif lingkungan digital. Penelitian Humaira dan Prasetya (2022) menunjukkan bahwa bimbingan konseling Islam memiliki kontribusi penting dalam pembentukan karakter religius siswa melalui penguatan spiritual dan pembinaan akhlak di sekolah.

Dari aspek kesehatan mental, hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan humanistik-religius mampu membantu peserta didik mengurangi kecemasan, stres akademik, dan tekanan emosional yang mereka alami. Hubungan konseling yang empatik membuat peserta didik merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan perasaan dan masalah pribadi mereka. Di sisi lain, penguatan spiritual melalui pendekatan religius membantu peserta didik memperoleh ketenangan batin, optimisme, dan kemampuan coping yang lebih baik dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Peserta didik yang aktif mengikuti layanan konseling Islam menunjukkan peningkatan kesejahteraan psikologis, rasa percaya diri, dan kemampuan regulasi diri yang lebih baik dibandingkan sebelumnya. Temuan ini mendukung penelitian Carles et al. (2023) yang menyatakan bahwa bimbingan konseling Islam mampu meningkatkan mental well-being siswa melalui pendekatan spiritual dan dukungan psikologis yang humanis.

Selain itu, penelitian menemukan bahwa integrasi pendekatan religius dalam konseling kelompok mampu meningkatkan self-efficacy dan self-regulation peserta didik. Pendekatan tersebut dilakukan melalui pemberian motivasi religius, internalisasi nilai kesabaran, tawakal, dan pembentukan pola pikir positif berdasarkan ajaran Islam. Peserta didik menjadi lebih mampu mengontrol perilaku, mengelola emosi, dan meningkatkan motivasi belajar. Pendekatan humanistik-religius juga membantu peserta didik membangun makna hidup yang lebih positif sehingga mampu mengurangi perilaku prokrastinasi dan meningkatkan disiplin belajar. Penelitian Machmudah et al. (2022) membuktikan bahwa konseling kelompok berbasis religius efektif dalam meningkatkan self-efficacy dan self-regulation siswa melalui penguatan spiritual dan nilai-nilai Islam dalam proses konseling.

Lebih lanjut, penelitian ini menunjukkan bahwa kesehatan mental peserta didik tidak hanya dipengaruhi oleh aspek psikologis, tetapi juga oleh kondisi spiritual mereka. Pendekatan humanistik-religius membantu peserta didik membangun keseimbangan antara kebutuhan emosional dan spiritual sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan kehidupan modern. Aktivitas religius seperti doa, zikir, membaca Al-Qur'an, dan refleksi diri terbukti memberikan efek positif terhadap ketenangan jiwa dan stabilitas emosi peserta didik. Dengan demikian, implementasi pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan konseling Islam di sekolah tidak hanya berdampak pada perubahan perilaku dan pembentukan karakter, tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental peserta didik secara holistik.

Kendala dan Solusi dalam Penerapan Pendekatan Humanistik-Religius dalam Praktik BK Islam di Sekolah

Penerapan pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan dan konseling Islam di sekolah menghadapi berbagai kendala, baik yang berasal dari internal sekolah maupun faktor eksternal peserta didik. Salah satu kendala utama adalah keterbatasan waktu layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Guru BK sering kali memiliki jumlah peserta didik binaan yang cukup banyak sehingga proses konseling tidak dapat dilakukan secara intensif dan mendalam kepada seluruh peserta didik. Kondisi tersebut menyebabkan pendekatan humanistik yang menekankan hubungan interpersonal, empati, dan pendampingan individual belum dapat diterapkan secara optimal. Padahal, pendekatan humanistik membutuhkan proses komunikasi yang mendalam agar konselor mampu memahami kondisi psikologis dan spiritual peserta didik secara menyeluruh (Idati, 2024).

Kendala berikutnya adalah rendahnya kesadaran sebagian peserta didik terhadap pentingnya layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Sebagian siswa masih memiliki persepsi bahwa layanan BK hanya diperuntukkan bagi peserta didik yang bermasalah sehingga mereka merasa malu atau takut untuk berkonsultasi dengan guru BK. Akibatnya, peserta didik cenderung menutup diri dan kurang terbuka dalam menyampaikan masalah pribadi maupun sosial yang mereka alami. Selain itu, pengaruh budaya digital dan media sosial juga menyebabkan sebagian peserta didik lebih memilih meluapkan masalah melalui media daring dibandingkan berkomunikasi secara langsung dengan konselor sekolah. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri dalam membangun hubungan empatik dan spiritual antara guru BK dan peserta didik (Wahidin, 2022).

Penelitian ini juga menemukan bahwa kompetensi guru BK dalam mengintegrasikan pendekatan humanistik dan religius masih menjadi kendala dalam implementasi layanan konseling Islam di sekolah. Sebagian guru BK memiliki pemahaman yang baik terkait teori konseling modern, tetapi belum sepenuhnya mampu mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam praktik konseling secara sistematis. Sebaliknya, terdapat pula guru BK yang memahami aspek religius dengan baik, namun masih terbatas dalam penggunaan teknik konseling humanistik yang menekankan empati, active listening, dan unconditional positive regard. Keterbatasan kompetensi tersebut menyebabkan layanan konseling belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan psikologis dan spiritual peserta didik secara seimbang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Cucchi (2022) yang menyatakan bahwa integrasi pendekatan psikologis dan spiritual memerlukan kompetensi multidimensional dari seorang konselor agar proses konseling dapat berjalan efektif dan holistik.

Selain faktor internal sekolah, pengaruh lingkungan sosial dan keluarga juga menjadi kendala dalam penerapan pendekatan humanistik-religius. Sebagian peserta didik berasal dari lingkungan keluarga yang kurang harmonis atau minim penguatan nilai-nilai religius sehingga pembinaan karakter di sekolah sering kali tidak memperoleh dukungan yang optimal dari lingkungan rumah. Di sisi lain, perkembangan teknologi digital dan arus globalisasi juga memberikan pengaruh terhadap perubahan perilaku peserta didik, seperti meningkatnya individualisme, rendahnya kontrol diri, dan menurunnya interaksi sosial secara langsung. Situasi tersebut menyebabkan guru BK harus bekerja lebih keras dalam membangun kesadaran spiritual dan karakter peserta didik di sekolah (Humaira & Prasetya, 2022).

Untuk mengatasi berbagai kendala tersebut, penelitian ini menemukan beberapa solusi yang diterapkan sekolah dalam mendukung implementasi pendekatan humanistik-religius dalam layanan BK Islam. Pertama, sekolah melakukan penguatan program kolaboratif antara guru BK, wali kelas, guru mata pelajaran, dan orang tua peserta didik dalam pembinaan karakter dan kesehatan mental siswa. Kolaborasi tersebut dilakukan melalui komunikasi intensif, kegiatan parenting, dan evaluasi perkembangan peserta didik secara berkala. Kedua, sekolah memberikan pelatihan dan pengembangan kompetensi kepada guru BK terkait pendekatan konseling humanistik, konseling religius, serta teknik konseling berbasis kesehatan mental peserta didik. Peningkatan kompetensi guru BK dinilai penting agar layanan konseling mampu menjawab tantangan perkembangan peserta didik di era digital (Hasrul, 2022).

Solusi lainnya adalah penguatan budaya religius dan humanis di lingkungan sekolah melalui kegiatan pembiasaan spiritual seperti salat berjamaah, kajian keislaman, mentoring keagamaan, dan program literasi moral. Kegiatan tersebut bertujuan membangun lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan psikologis dan spiritual peserta didik secara positif. Selain itu, guru BK juga memanfaatkan media digital secara edukatif sebagai sarana komunikasi dan konseling yang lebih dekat dengan karakter generasi muda saat ini. Pemanfaatan teknologi secara bijak membantu meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam layanan konseling dan memperkuat hubungan interpersonal antara guru BK dan siswa. Dengan demikian, pendekatan humanistik-religius dapat diterapkan secara lebih efektif dan relevan dengan kebutuhan pendidikan kontemporer.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan humanistik-religius dalam praktik bimbingan dan konseling Islam di sekolah memiliki peran penting dalam membantu perkembangan peserta didik secara holistik. Implementasi pendekatan ini dilakukan melalui integrasi nilai-nilai humanistik seperti empati, penerimaan tanpa syarat, penghargaan terhadap individu, dan komunikasi interpersonal yang positif dengan nilai-nilai religius Islam yang berorientasi pada pembentukan akhlak, penguatan spiritual, dan kedekatan kepada Allah Swt. Guru BK berperan sebagai fasilitator psikologis dan spiritual yang membantu peserta didik memahami diri, menyelesaikan masalah, serta mengembangkan karakter religius dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan humanistik-religius memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku, peningkatan karakter religius, penguatan kesehatan mental, serta kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi dan tekanan kehidupan di era digital.

Selain memberikan dampak terhadap perilaku dan kesehatan mental peserta didik, pendekatan humanistik-religius juga memperlihatkan relevansinya dalam pengembangan pendidikan Islam kontemporer. Pendekatan ini mampu menjawab

tantangan pendidikan modern yang tidak hanya berorientasi pada aspek akademik, tetapi juga pada pembentukan moral, spiritual, dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Implementasi pendekatan humanistik-religius dalam layanan BK Islam dapat menjadi alternatif model pendidikan yang lebih humanis, integratif, dan kontekstual sesuai dengan kebutuhan generasi muda saat ini. Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling Islam tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian masalah, tetapi juga sebagai media pembinaan karakter dan penguatan nilai-nilai keislaman dalam lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, D., & Asmita, W. (2022). Konsep dan contoh aplikasi konseling religius dengan pendekatan takziah al-nafs. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 190–197. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i2.1635>
- Carles, E., Hiptraspa, Z., Warsah, I., & Effendi, M. S. (2023). Peningkatan kesejahteraan mental siswa melalui bimbingan konseling Islam. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7(1), 45–60. <https://doi.org/10.29240/jbk.v7i1.6273>
- Chairunnisya, C., Sugiyo, S., & Sutoyo, A. (2022). The effectiveness of Islamic-based Rational Emotive Behavior Therapy group counseling to improve discipline and reduce student's procrastination. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(3), 220–228. <https://doi.org/10.15294/jubk.v11i2.59604>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2022). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (5th ed.). Sage Publications.
- Cucchi, A. (2022). Integrating cognitive behavioural and Islamic principles in psychology and psychotherapy: A narrative review. *Journal of Religion and Health*, 61, 4849–4870. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01576-8>
- Cucchi, A. (2022). Integrating cognitive behavioural and Islamic principles in psychology and psychotherapy: A narrative review. *Journal of Religion and Health*, 61, 4849–4870. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01576-8>
- Doeka, F. Y. A., & Banja, S. (2022). A study of Carl Rogers' humanist approach in interfaith counseling. *Millah: Journal of Religious Studies*, 21(3), 1025–1048. <https://doi.org/10.20885/millah.vol21.iss3.art15>
- Hasrul, H. (2022). Model intervensi konseling religius terhadap peningkatan sikap religius remaja sebagai pelajar pancasila: Suatu kerangka konseptual. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v7i2.6622>
- Humaira, T. F., & Prasetya, Y. (2022). Analisis pengaruh bimbingan konseling Islam terhadap pembentukan karakter religius siswa di sekolah. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(2), 209–222. <https://doi.org/10.29240/jbk.v6i2.4788>
- Idati, A. L. A. F. (2024). Pendekatan eksistensial humanistik dalam konseling Islam. *CONS-IEDU*, 4(1), 156–167. <https://doi.org/10.51192/cons.v4i1.736>
- Ilman, S. Z., & Jannah, N. (2022). Konsep bimbingan dan konseling solution focused brief therapy (SFBT) berbasis Islam. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 20–29. <https://doi.org/10.37216/taujih.v1i1.759>
- Machmudah, S., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2022). The effectiveness of group counseling with a religiously integrated cognitive behavioral therapy approach to improve students' self-efficacy and self-regulation. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(2). <https://doi.org/10.15294/jubk.v11i2.57595>

- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2021). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Puryanti, L. D. (2022). The token economy dalam konseling Islam: Reduksi perilaku disruptif pada siswa. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 1(2), 31–42. <https://doi.org/10.24090/j.assertive.v1i2.7096>
- Rahmat, H., Sugianto, S., Utama, E. P., & Noor, M. A. B. M. (2022). Bimbingan konseling pra nikah sebagai upaya mewujudkan keluarga bahagia dan ideal dalam perspektif humanistik Carl R. Rogers. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 4(1), 45–64. <https://doi.org/10.32332/jbpi.v4i1.4539>
- Saleem, M., Rizvi, T., & Bashir, I. (2022). Muslim students' dispositional mindfulness and mental well-being: The mediating role of core self-evaluation. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.25217/igcj.v5i1.2175>
- Setiawan, D., Rahmah, U. H., Jannah, S. R., & Jaenullah, J. (2022). Pembinaan kesehatan mental peserta didik melalui kegiatan keagamaan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 512–520. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.203>
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kualitatif untuk penelitian yang bersifat: eksploratif, enterpretif, interaktif, dan konstruktif*. Alfabeta.
- Suratno, S., Wantini, W., Suyatno, S., Perawironegoro, D., & Arqam, M. L. (2022). Bullying prevention method in high school with humanistic-religious approach. *Journal of Social Science*, 3(6). <https://doi.org/10.46799/jss.v3i6.475>
- Suratno, S., Wantini, W., Suyatno, S., Perawironegoro, D., & Arqam, M. L. (2022). Bullying prevention method in high school with humanistic-religious approach. *Journal of Social Science*, 3(6), 1543–1552. <https://doi.org/10.46799/jss.v3i6.475>
- Wahidin, W. (2022). Dinamika perkembangan konseling religius. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(Special Ed), 148–168. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i2.60830>
- Wajahtera, A., & Nurjannah, N. (2022). Teknik terapi seni Islami dan perspektif konseling Islam. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 33–50. <https://doi.org/10.29240/jbk.v6i1.3849>
- Yusuf, A. M. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Kencana.