

Penerapan Konseling Individu Dengan Pendekatan Eksistensial-Humanistik Pada Siswa Smk Negeri 2 Palembang

Itryah¹, Afifah Randa Syawalsa²

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma

Email: itryah@binadarma.ac.id, afifahsyawalsa@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel :

Diterima : Juni 2024

Direvisi : Juli 2024

Disetujui : Agustus 2024

Kata Kunci :

Smk Negeri 2 Palembang, Konseling, Eksistensial- Humanistik

ABSTRAK

SMK Negeri 2 Palembang merupakan salah satu mitra yang terbuka menerima mahasiswa yang ingin melakukan magang/praktik kerja. Siswa pada masa sekolah menengah atas merupakan siswa remaja yang sedang mengalami beberapa kondisi psikis dan psikososial yang beragam, seperti krisis identitas dan lain-lain. Metode dalam pengabdian masyarakat ini yaitu menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk melakukan pendekatan lebih dalam dengan subjek. Hasil pengabdian Penerapan pendekatan Eksistensial-Humanistik pada konseling individu dengan siswa SMK Negeri 2 Palembang bisa dikatakan cocok dengan konsep dan prinsip pendekatan tersebut. Dalam konseling humanistik, konselor memberikan kebebasan kepada konseli untuk memilih keputusannya sendiri, tetap dengan peringatan akan konsekuensinya.

ARTICLE INFO

Article History :

Received: June 2024

Revised: July 2024

Accepted: August 2024

Keywords:

Smk Negeri 2 Palembang Counseling Existential-Humanistic

ABSTRACT

SMK Negeri 2 Palembang is one of the partners that openly accepts students who want to do internships / work practices. Students during the high school period are adolescent students who are experiencing several diverse psychological and psychosocial conditions, such as identity crises and others. The method in this community service is to use descriptive qualitative methods to approach the subject more deeply. The results of the service The application of the Existential-Humanistic approach to individual counseling with students of SMK Negeri 2 Palembang can be said to be in accordance with the concepts and principles of the approach. In humanistic counseling, the counselor gives freedom to the counselee to choose his own decision, still with a warning of the consequences.

1. Pendahuluan

SMK Negeri 2 Palembang merupakan salah satu mitra yang terbuka menerima mahasiswa yang ingin melakukan magang/praktik kerja. Siswa pada masa sekolah menengah atas merupakan siswa remaja yang sedang mengalami beberapa kondisi psikis dan psikososial yang beragam, seperti krisis identitas dan lain-lain.

Melansir pada buku 1001 cara bicara dengan orang tua terbitan dari Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dan Pusat Komunikasi John Hopkins Center for Communication Programs, dipaparkan bahwa di fase awal anak yang mengalami pubertas, ia cenderung akan lebih

tertarik pada situasi saat ini daripada apa yang menanti ke depannya. Perubahan secara psikis selama masa puber memang tidak dapat dielakkan. Untuk itu kita harus mengerti tentang tahapan-tahapannya dan juga cara mengatasinya dengan baik dan benar.

Diluncurkan oleh WHO, informasi tentang perubahan hormonal dan perkembangan neurologis telah mencakup aspek perubahan psikososial dan emosional yang rumit, serta peningkatan kognitif dan intelektual yang penting. Selama masa remaja, yang berlangsung selama dekade kedua kehidupan, individu akan mulai mengembangkan kemampuan penalaran, pemikiran logis, dan keberpihakan moral yang semakin matang. Lebih dari itu, mereka juga akan mampu untuk berpikir secara abstrak dan membuat penilaian yang lebih terencana serta lebih masuk akal.

Selain itu, mereka juga cenderung untuk mempertimbangkan sudut pandang orang lain dan seringkali ingin ikut serta dalam mengatasi masalah-masalah sosial yang dihadapi dalam kehidupan mereka. Sementara itu, remaja tengah mencipta dan mengukuhkan identitas diri mereka.

Dengan meningkatnya kesadaran akan identitas diri, termasuk perkembangan identitas seksual, timbul kekhawatiran tentang pandangan orang lain, terutama dari teman sebaya. Di samping itu, remaja juga menginginkan lebih banyak kemandirian dan tanggung jawab. Mereka semakin menginginkan kendali yang lebih besar atas keputusan, emosi, dan tindakan mereka serta ingin melepaskan diri dari pengaruh orang tua.

Pentingnya pengaruh lingkungan sosial dan budaya terhadap cara remaja mengekspresikan keinginan untuk mencapai otonomi tidak dapat diabaikan. Terutama bagi remaja yang masih dalam tahap perkembangan, mereka menjadi sangat rentan karena mereka mulai menjelajahi dunia di luar lingkungan keluarga. Selama fase ini, mereka secara bertahap mengambil keputusan secara mandiri, termasuk memilih teman bergaul dan pola makan yang mereka anut. Lingkungan sosial dan budaya berperan dalam membentuk proses ini serta memengaruhi cara remaja mengekspresikan kemandirian mereka.

Karenanya, adalah penting bagi para remaja untuk mendapatkan bimbingan dan arahan agar mereka tidak melakukan tindakan impulsif yang dapat berdampak negatif bagi diri mereka maupun orang lain. Salah satu cara yang efektif adalah melalui sesi konseling.

Konseling merupakan sebuah aktivitas yang dilakukan untuk memberikan layanan kepada individu yang membutuhkan bantuan. Aktivitas ini melibatkan komitmen profesional dalam memberikan bantuan kepada individu yang memerlukan sokongan dalam menangani berbagai masalah yang dihadapinya. Tujuan utamanya adalah untuk memberikan pendampingan dan bantuan bagi individu yang mengalami kesulitan.

Konseling adalah metode yang digunakan dalam bidang bimbingan dan melibatkan pemberian dukungan secara individual yang melibatkan pertemuan langsung antara pembimbing (konselor) dan klien (konseli). Lebih dari sekadar "face to face" atau "hubungan empat mata", teknik ini menggerakkan interaksi antara konselor dan konseli melalui wawancara yang mendasar. Fokus utama dari teknik konseling ini adalah untuk membantu mengatasi berbagai permasalahan pribadi (Tohirin, 2007: 296). Sebagai seorang psikolog, konselor mengimplementasikan beragam strategi untuk memberikan bantuan kepada individu dalam mengatasi masalah perilaku, meredakan stres, mengurangi kecemasan, serta menangani hambatan yang terkait dengan gangguan psikologis. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan konseling dengan pendekatan eksistensial humanistik pada siswa di smk negeri 2 palembang.

2. Metode Pelaksanaan

Program ini didesain dalam bentuk pendekatan kualitatif yang bersifat deskriptif, yang menitikberatkan pada analisis proses berpikir untuk mengembangkan konsep sensitivitas terhadap masalah yang dihadapi serta menjelaskan berdasarkan realitas. Menurut Sugiyono (2005), metode kualitatif adalah pendekatan yang digunakan untuk mengamati kondisi alamiah suatu objek, di mana peneliti menjadi instrumen kunci (Gunawan, 2014: 83). Dalam konteks ini, metode deskriptif kualitatif bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih mendalam dengan cara melukiskan, menerangkan, menjelaskan, dan memberikan jawaban secara lebih rinci terhadap permasalahan dengan mempelajari individu, kelompok, atau kejadian tertentu secara komprehensif. Hal ini menjadi relevan dalam mengeksplorasi aspek-aspek kompleks yang berkaitan dengan subjek penelitian.

3. Hasil dan Pembahasan

Sebagai bentuk pengabdian penulis sebagai seorang mahasiswa psikologi, penulis melakukan program konseling individu dengan siswa di SMK Negeri 2 Palembang. Konseling individu juga merupakan program utama penulis dalam program Magang/Praktik Kerja ini.

Penerapan teknik atau pendekatan dalam konseling sangatlah penting bagi seorang konselor yang menjalankan tugasnya secara profesional. Dalam konteks ini, penulis memilih untuk menggunakan Pendekatan Eksistensial-Humanistik untuk melakukan konseling individu. Pendekatan ini dipilih karena memperlakukan pengalaman dan perilaku manusia secara komprehensif, dengan porsi fokus yang cukup besar pada keunikan individu dan self-actualization manusia. Tujuan dari pendekatan eksistensial adalah membantu klien untuk merasakan keberadaannya secara otentik dengan menyadari potensi-potensi yang dimilikinya, serta meyakini bahwa ia memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dan bertindak sesuai dengan potensi yang dimiliki. Pendekatan Eksistensial-Humanistik menganggap manusia sebagai makhluk yang memiliki kendali atas dirinya sendiri, dengan kebebasan untuk memilih di antara berbagai pilihan yang tersedia. Oleh karena manusia pada dasarnya bebas, maka ia pun bertanggung jawab atas jalannya hidup dan takdirnya sendiri. Dalam hal ini, kebebasan tersebut menjadi landasan utama dalam proses konseling.

Penulis melakukan Konseling Individu menggunakan penerapan Eksistensial-Humanistik dengan empat siswa SMK Negeri 2 Palembang. Permasalahan yang mereka utarakan pun berbedabeda. Berikut hasil dari Konseling Individu dengan empat siswa tersebut :

CASE 1

Tabel 1. Identitas Subjek 1

Nama	IZ
Usia	16 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki
Agama	Islam
Domisili	Palembang

Observasi Umum

Penulis melakukan observasi pada saat kegiatan Konseling dilakukan pada hari Kamis tanggal 02 Mei 2024 pada pukul 10:20 di ruang Bimbingan Konseling SMK Negeri 2 Palembang. Saat konseli datang dan menghampiri konselor, ia datang dengan gestur yang agak ragu dan sedikit malu. Konseli menggunakan baju batik seragam. Posisi duduk konseli awalnya juga cukup kaku dengan kedua tangan diletakkan di atas paha nya. Pandangannya saat awal-awal terpaku kearah meja dan tidak

banyak melakukan kontak mata dengan konselor. Walaupun begitu ia tetap memperhatikan apa yang diucapkan oleh konselor dan menjawab pertanyaan dengan jelas.

Observasi Khusus

Selama proses konseling, gestur tubuhnya perlahan-lahan mulai rileks seiring berjalannya waktu. Konseli juga beberapa kali melakukan kontak mata dengan konselor saat menceritakan permasalahan yang sedang ia hadapi. Ia juga menceritakan permasalahannya dengan cukup detail seolah tingkat kepercayaannya terhadap konselor kian meningkat. Suara konseli terdengar jelas, dan penjelasannya pun mudah dipahami oleh konselor. Ia juga sesekali tersenyum dan responsif saat mendengar ucapan ataupun jawaban dari konselor.

Anamnesa

Konseli merupakan seorang laki-laki berusia 16 tahun, anak pertama dari tiga bersaudara. Konseli merupakan siswa kelas 10 teknik permesinan di SMK Negeri 2 Palembang. Adik konseli yang pertama masih duduk dikelas 2 Smp dan yang terakhir masih berusia 4 tahun. Dikarenakan kondisi kedua orangtuanya yang bekerja, ia jadi sering diberi tanggung jawab untuk menjaga adik-adiknya dirumah selagi orangtuanya berada diluar untuk bekerja. Hubungan konseli dengan orangtuanya bisa dibilang ada sedikit kerenggangan, diakibatkan konseli selalu merasa menjadi seorang yang selalu disalahkan atas perbuatan adik-adiknya disaat orangtuanya tidak ada. Dikarenakan ia selalu diberi tanggung jawab untuk menjaga adik-adiknya, ia terkadang jadi tidak memiliki waktu untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru di sekolah. Tetapi hubungan konseli dengan teman sebaya nya bisa dibilang cukup baik, ia memiliki teman-teman yang selalu menghibur dan mengerti dengan kondisi keluarganya. Konseli juga merasa bahwa hal tersebut adalah hal yang patut disyukuri dari temantemannya. Konseli juga merasa bahwa kehadirannya lebih diharga ketika ia bersama dengan teman-temannya dibandingkan dengan keluarganya dirumah.

Diagnosis

Adanya kesenggangan dengan anggota keluarga dirumah dan merasa lebih dihargai ketika bersama teman-teman sebayanya.

CASE 2

Tabel 2. Identitas Subjek 2

Nama	PV
Usia	17 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki
Agama	Islam
Domisili	Palembang

Observasi Umum

Konseling dilakukan pada hari Senin tanggal 06 Mei 2024 pada pukul 13:15 di ruang Bimbingan Konseling SMK Negeri 2 Palembang. Saat konseli datang dan menghampiri konselor, ia datang dengan gestur tubuh yang kaku namun terlihat percaya diri. Konseli menggunakan baju seragam putih abu lengkap dengan atributnya. Ekspresi konseli terlihat datar namun percaya diri. Postur tubuhnya

juga tegap dengan kedua tangan berada diatas meja. Konseli juga selalu melakukan kontak mata dengan konselor.

Observasi Khusus

Selama proses konseling, postur tubuh konseli selalu tegap dengan kedua tangan berada diatas meja. Pandangannya sangat fokus dan tajam, selalu melakukan kontak mata dengan konselor saat berbicara dan memperhatikan ucapan konselor. Walaupun begitu ia juga sesekali tersenyum saat sedang menjelaskan tentang teman-temannya

Anamnesa

Konseli merupakan seorang laki-laki berusia 17 tahun, seorang anak tunggal yang tinggal bersama dengan kakeknya di Palembang, tetapi sekarang ia sudah pisah rumah dengan kakenya dan tinggal sendiri dirumah lain dengan alasan yang tidak diketahui. Konseli merupakan siswa kelas 10 teknik permesinan di SMK Negeri 2 Palembang.

Hubungan interpersonal dengan teman-temannya cukup baik sebelum ia menjadi pengganti ketua kelas di kelas 10 TPM 2. Sejak ia menduduki posisi ketua kelas, ada sedikit kerenggangan pada hubungan pertemanan konseli dengan teman-teman dekatnya dikelas.

Berdasarkan informasi yang didapat dari guru Bimbingan Konseling yang mengajar mata pelajaran Layanan Klasikal di kelas 10 TPM 2, konseli merupakan seorang yang bertanggung jawab dan sangat bisa diandalkan.

Diagnosis

Konseli mengkhawatirkan dan merasa bertanggung jawab atas teman-teman dekatnya di kelas.

CASE 3

Tabel 3. Identitas Subjek 3

Nama	Al
Usia	16 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki
Agama	Islam
Domisili	Palembang

Observasi Umum

Observasi Umum : Konseling dilakukan pada hari Selasa tanggal 07 Mei 2024 pada pukul 10:30 di ruang Bimbingan Konseling SMK Negeri 2 Palembang. A merupakan siswa yang dipanggil oleh salah satu guru Bimbingan Konseling karena masalah bolos kelas, bukan konseli yang datang atas keinginannya sendiri. Saat Konseli menghampiri konselor, gestur tubuhnya terlihat sedikit gusar dan tidak tenang. Pada awalnya terlihat ia menghindari kontak mata dengan konselor. Posisi duduknya bersandar pada kursi dengan kedua tangan berada diatas paha

Observasi Khusus

Pada awal proses konseling, konseli terlihat enggan dan malas untuk menjawab pertanyaan dari konselor. Ia juga selalu menghindari kontak mata dan selalu mengarahkan pandangannya kebawah. Namun, di pertengahan proses konseling ia sudah mulai terbuka untuk bercerita apa yang dirasakannya kepada konselor. Di akhir proses konseling ia juga sempat bercanda dan tertawa.

Anamnesa

Konseli merupakan seorang laki-laki berusia 16 tahun, anak pertama dari dua bersaudara (berdasarkan biodata). Ia tinggal bersama orangtua dan adik perempuannya di rumah. Kedua orangtuannya bekerja sehingga terkadang ia hanya berdua saja dengan adiknya saat pulang sekolah. Konseli termasuk siswa yang dikenal dengan beberapa kebiasaan buruknya di kelas.

Diagnosis

Konseli sering melakukan bolos kelas yang disebabkan oleh pengaruh lingkungan teman sebaya.

CASE 4

Tabel 4. Identitas Subjek 4

Nama	FG
Usia	16 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki
Agama	Islam
Domisili	Palembang

Observasi Umum

Konseling dilakukan pada hari Selasa tanggal 21 Mei 2024 pada pukul 10:00 di ruang Bimbingan Konseling SMK Negeri 2 Palembang. Saat konseli datang menghampiri konselor, ia menyapa dengan sopan sambil tersenyum. Ia mengenakan seragam putih abu-abu rapi dengan atributnya. Postur tubuhnya tegap dan terlihat percaya diri, namun ekspresi wajahnya seolah-olah sedang memikirkan apa yang akan ia sampaikan pada konselor nantinya.

Observasi Khusus

Pada awal proses konseling, konseli masih dengan sikap tenang dan senyumnya saat menjawab pertanyaan-pertanyaan kecil dari konselor. Namun ekspresinya berubah serius saat ia sudah mulai masuk ke topik permasalahannya. Sesekali ia memperlihatkan ekspresi tidak nyamannya saat sedang bercerita. Selama proses konseling, konseli tidak terlalu banyak melakukan kontak mata dengan konselor karena fokus menceritakan permasalahannya.

Anamnesa

Konseli merupakan seorang laki-laki berusia 16 tahun, anak ketiga dari tiga bersaudara (berdasarkan biodata). Ia merupakan salah satu siswa kelas 10 TPM 2. Berdasarkan informasi dari salah satu guru Bimbingan Konseling, F merupakan anak yang tidak terlalu mencolok, tetapi memiliki sifat yang sopan terhadap guru dan orang yang lebih tua darinya.

Diagnosis

Rasa tidak nyaman atas candaan yang berlebihan dari teman-temannya.

Konseling Individu adalah bantuan yang diberikan oleh seorang konselor atau profesional kepada individu atau kelompok yang memiliki masalah. Konseli meminta bantuan konselor ketika menghadapi suatu masalah dan merasa tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, sehingga meminta bantuan orang lain untuk mencari alternatif pemecahan masalah yang dihadapi..

Setiap konselor harus memahami apa saja yang harus diperhatikan dalam melakukan konseling individual. Perlu diingat bahwa penerapan teknik atau pendekatan dapat berbeda antara satu individu dengan individu lainnya tergantung pada situasi dan kebutuhan konseli. Konselor yang baik akan memberikan yang terbaik kepada konseli untuk membantu menyelesaikan masalahnya. Konselor juga harus memiliki beberapa keterampilan yang mendukung keberhasilan pelaksanaan konseling, beberapa keterampilan tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Empati : Kemampuan untuk memahami dan merasakan emosi dari pengalaman konseli. Hal ini sangat penting bagi seorang konselor. Dengan empati, konselor dapat membangun hubungan yang kuat dengan konseli dan membuat konseli merasa didengar dan dimengerti.
- b. Komunikasi : Konselor harus mampu menjalin komunikasi yang baik, baik secara lisan maupun tulisan. Konselor harus dapat menyampaikan informasi dengan jelas, mendengarkan dengan penuh perhatian, dan memahami bahasa verbal dan non-verbal konseli.
- c. Kepekaan Budaya : Konselor harus memiliki kepekaan terhadap budaya dan nilai-nilai. Konselor harus dapat menghormati dan memahami latar belakang budaya konseling.
- d. Kemampuan Analisa : Konselor harus memiliki kemampuan untuk menganalisis situasi dan masalah yang dihadapi konseli. Seorang konselor harus dapat mengidentifikasi berbagai faktor penyebab masalah, melihat pola-pola yang muncul, menyusun strategi yang tepat untuk membantu konseli, dan lain-lain.
- e. Keberpihakan : Konselor harus dapat mempertahankan sikap netral dan objektif dalam membantu konseli. Seorang konselor hendaknya menghormati perspektif dan keputusan konseli tanpa menghakimi dan memojokkan konseli.
- f. Sikap Profesional : Konselor harus menerapkan sikap profesional dengan memegang kode etik yang berlaku. Para konselor wajib memelihara rahasia keterangan atau informasi dari konseli, mempertahankan amanah atau kepercayaan dari konseli, memelihara keutuhan profesional, dan melaksanakan prinsip moral dalam praktek konseling.

Psikologi humanistik adalah pendekatan multidisiplin yang menekankan pada keunikan dan aktualisasi diri individu dalam menghadapi pengalaman dan perilaku manusia. Ada pandangan yang berbeda di kalangan para akademisi terkait dengan psikologi humanistik, ada yang melihatnya sebagai perspektif yang berbeda, sementara yang lain menganggapnya sebagai tambahan dari penekanan tradisional dalam bidang behaviorisme dan psikoanalisis (Misiak dan Sexton, 2005). Pendekatan ini mempertimbangkan pentingnya pemahaman mendalam terhadap sifat manusia serta upaya untuk meningkatkan kualitas hidup individu melalui pemenuhan kebutuhan psikologis dan pencapaian potensi pribadi. Dalam keseluruhan konsepnya, psikologi humanistik menyoroti nilai-nilai kemanusiaan, kebebasan, dan tanggung jawab individu dalam membentuk pengalaman hidup mereka.

Psikologi Humanistik memusatkan perhatian pada aspek keunikan, individualitas, dan humanitas dari setiap individu. Dalam konteks pandangan manusia, Humanisme ditekankan melalui pengamatan yang mendasar bahwa meskipun kita memiliki kesamaan dalam berbagai hal, tiap individu tetap memiliki perbedaan yang mencolok. Konsep utama dalam Psikologi Humanistik adalah keunikan

individu yang diakui sebagai "diri" masing-masing, menyoroti pentingnya pengembangan kepribadian yang autentik. Disiplin ilmu Psikologi Humanistik merupakan salah satu cabang dari psikologi yang memberikan penekanan utama pada pengembangan diri dan keunikan individu, sering kali dikenal sebagai psikologi kekuatan ketiga yang melengkapi pendekatan-pendekatan lainnya seperti Behaviorisme dan Teori Freud. Dengan mempertimbangkan aspek-aspek ini, Psikologi Humanistik memberikan landasan yang kaya untuk memahami kompleksitas setiap individu dalam konteks sosial dan psikologis.

Salah satu tujuan utama dari konseling humanistik adalah untuk memberikan bantuan kepada individu dalam mencapai tingkat otentisitas yang lebih tinggi dalam kehidupan mereka. Konseling ini bertujuan untuk membimbing konseli dalam memahami secara mendalam keyakinan dan nilai-nilai pribadi yang mereka anut. Selain itu, juga bertujuan untuk memperkuat keyakinan tersebut serta membantu konseli dalam membuat keputusan-keputusan yang senantiasa didasarkan pada nilai-nilai tersebut. Diharapkan hal ini akan membawa perubahan positif dalam kehidupan mereka (Sharf, Richard S. 2012:176). Dalam konteks ini, mendorong keaslian menjadi tujuan mendasar dalam konseling humanistik. Melalui proses konseling, konseli diajak untuk mengakui ketidakotentikan dalam kehidupan mereka dan secara progresif menemukan langkah-langkah konkret untuk mengaktualisasikan potensi penuh dari eksistensi mereka. Dengan demikian, konseling humanistik tidak hanya bertujuan pada pemahaman diri, tetapi juga pada pengembangan penuh potensi individu untuk mencapai kehidupan yang lebih otentik dan bermakna.

4. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari kegiatan Magang/Praktik Kerja yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Penerapan pendekatan Eksistensial-Humanistik pada konseling individu dengan siswa SMK Negeri 2 Palembang bisa dikatakan cocok dengan konsep dan prinsip pendekatan tersebut. Dalam konseling humanistik, konselor memberikan kebebasan kepada konseli untuk memilih keputusannya sendiri, tetap dengan peringatan akan konsekuensinya. Konsep memanusiakan manusia dalam pendekatan humanistik ini bisa membuat konseli merasa diterima dan memiliki kebebasan akan pilihan di hidupnya sendiri. Konselor juga menerapkan sikap yang bersahabat dengan konseli sehingga dapat meningkatkan hubungan interpersonal dan kepercayaan konseli terhadap konselor.

5. Daftar Pustaka

- Amalia, R. (2016). Penerapan konseling eksistensial humanistik berbasis nilai budaya minangkabau dalam kesetaraan gender untuk meningkatkan self esteem pada remaja putri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 2(2), 9-16.
- Fitri, Q., Mahmud, A., & Saman, A. (2019). Penerapan Pendekatan Konseling Eksistensial Humanistik untuk Mengurangi Perilaku Hedonis Siswa di SMAN 10 Makassar. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 41-52.
- Hartini, N., & Ariana, A. D. (2016). Psikologi Konseling Perkembangan dan Penerapan Konseling dalam Psikologi. Surabaya.

- Maddinsyah, A., Fauzi, I., & Barsah, A. (2019). Peran Teknologi Dalam Mengembangkan Potensi Diri Bagi Santri Di Yayasan Pembangunan Masyarakat Sejahtera Kelurahan Kedaung Pamulang Tangerang Selatan-Banten. *Jurnal Pengabdian Dharma Laksana*, 1(2), 259-266.
- Ningsih, L. P. A. W., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2014). Penerapan konseling eksistensial humanistik dengan teknik meditasi untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa kelas X Titl 3 SMK Negeri 3 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Pranajaya, S. A., Firdaus, A., & Nurdin, N. (2020). Eksistensial humanistik dalam perspektif bimbingan konseling islam. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 27-41.
- Sa'adah, D. Z. (2020). Konseling Eksistensial Humanistik untuk mengurangi kecemasan terhadap masa depan. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 8(3), 112-118.
- Setiawan, M. A. (2018). Pendekatan-pendekatan Konseling Teori dan Aplikasi. Yogyakarta: PENERBIT DEEPUBLISH
- Sudani, N. K., Suarni, N. K., & Setuti, N. M. (2013). Penerapan konseling eksistensial humanistik teknik pemodelan untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab belajar siswa kelas VIII E SMP Negeri 1 Sukasada. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 1(1).
- Zulfikar, Z., Hariko, R., Muwakhidah, M., & Aritonang, N. (2017). Konseling Humanistik: Sebuah Tinjauan Filosofi. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 3(1).