

PENDEKATAN KONSELING HUMANISTIC DALAM MENANGANI SISWA INROVERT

**Meyra Irene Gabriela Pinontoan, Renatha Ernawati, Gideon Rael, Jeni
Nuriani, Michella Elisabeth Supit, Hanna Meiliyani Nababan**

Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Kristen Indonesia

gabrielairenemey@gmail.com¹, renatha_silitonga@yahoo.co.id²,
gideonrael@gmail.com³, nurainijeni01@gmail.com⁴,
michellaelisabeth@gmail.com⁵, hannameiliyani@gmail.com⁶,

ABSTRACT

In understanding and expressing themselves, introverted students sometimes find it difficult to do so. So when problems arise, introverted students tend to withdraw and prefer to keep their emotions to themselves. Therefore, the role of guidance and counseling teachers is very influential in increasing the confidence of introverted students in trusting others. The humanistic counseling approach emphasizes the importance of comprehensive understanding of the individual. Through humanistic counseling, particularly with the principles of empathy, authenticity (congruence), and unconditional positive regard, guidance counselors can help students improve their self-confidence and interpersonal communication. The purpose of this article is to enable guidance counselors to help introverted students who find it difficult to share their personal concerns by using a humanistic counseling approach.

Keyword : Humanistic counseling, Introverts, Communication, Reserved Students

ABSTRAK

Dalam memahami dan mengekspresikan diri, terkadang siswa introvert sulit untuk melakukannya. Sehingga ketika terdapat masalah, siswa introvert memiliki kecenderungan dalam menutup diri dan lebih memilih memendam emosi dalam dirinya. Oleh karena itu, peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) sangat berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa introvert dalam menaruh kepercayaan kepada orang. Pendekatan konseling humanistic menekankan pentingnya pemahaman individu secara menyeluruh. Melalui konseling humanistic, khususnya dengan prinsip empati, keaslian (kongruensi), dan penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard), guru BK dapat membantu siswa dalam meningkatkan rasa percaya diri serta komunikasi interpersonal. Tujuan dari artikel ini adalah untuk memungkinkan guru BK dalam membantu siswa introvert yang sulit bercerita keluhan pribadinya dengan menggunakan pendekatan konseling humanistic.

Kata kunci : Konseling humanistic, Introvert, Komunikasi, Siswa Tertutup.

PENDAHULUAN

Kepribadian merupakan sifat yang khas pada individu sehingga individu memiliki pikiran, perasaan, dan tindakan (Khairani & Sulastri, 2022). Dalam mengenali kepribadian individu, cukup sulit untuk membangun komunikasi dengan siswa yang memilih untuk berdiam diri dan menyendiri. Seseorang yang memiliki kecenderungan dalam menutup diri tidak berarti bahwa mereka sulit untuk menceritakan semua keadaan yang sedang mereka lalui. Pada teori kepribadian Sigmund Freud, perilaku individu dapat terlihat dan tercermin dari pengalaman masa awal (orientasi) dikehidupannya terhadap dunia. Secara sederhana, kepribadian individu dibedakan menjadi dua yaitu kepribadian ekstrovert dan introvert. Menurut Rosida & Astuti, (2015), kepribadian introvert merupakan perilaku individu yang cenderung tidak mengandalkan aktivitas fisik sehingga kepribadian introvert lebih sering menyendiri. Subtinanda & Yuliana (2023) berpendapat bahwa seseorang dengan kepribadian introvert pada umumnya cenderung memiliki sifat yang tertutup, pasif, kurang mudah bergaul, tenang. Sejalan dengan pendapat tersebut, kami berpendapat bahwa kepribadian introvert cenderung lebih senang mendengarkan orang yang bercerita sehingga dirinya tidak dapat terbuka kepada orang lain. (Griffiths, 2013) mengatakan bahwa banyak remaja yang mengikuti terapi humanistik karena rasa malu yang menimbulkan kesulitan dalam bercerita.

Siswa introvert cenderung menutup diri dan sulit terbuka karena rasa malu. Hal ini menimbulkan tantangan dalam proses konseling karena komunikasi dan keterbukaan merupakan aspek terpenting dalam hubungan

konselor dan konseli. Pendekatan konseling humanistik sangat diperlukan dalam situasi seperti ini sehingga dalam proses konseling dapat tercipta suasana aman, penerimaan sepenuhnya, serta menghargai individu. Pendekatan humanistik merupakan aliran psikologi yang memandang manusia sebagai makhluk unik, bebas, dan mempunyai potensi untuk berkembang. Hal ini menekankan pada sifat kemanusiaan yang diterapkan dalam proses belajar mengajar (Holisah, 2022), pengalaman subjektif, kebebasan dalam memilih, serta tanggung jawab individu. Salah satu pendiri psikologi humanistik adalah Abraham Maslow. Beliau merupakan pendiri psikologi yang berpikir bahwa individu bertindak dengan cara yang memungkinkan mereka untuk mengenali diri yang terbaik (Habsy et al., 2023). Pendekatan humanistik menjadi salah satu strategi dalam membangun hubungan baik antara konselor dan konseli yang didalamnya menekankan empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian dalam hubungan konseling. Pada teori *Hierarchy of Needs*, kebutuhan tingkat rendah perlu terpenuhi sebelum kebutuhan tingkat tinggi memengaruhi perilaku individu. Teori hirarki kebutuhan Abraham Maslow, perlu diterapkan dalam bidang pendidikan sebagai peningkat sumber daya manusia. Mujib & Suyadi (2020), berpendapat bahwa siswa akan termotivasi untuk mencapai potensi melalui hubungan sosial yang baik.

Konseling humanistik mampu membantu peserta didik dalam memahami dirinya (Khairani & Sulastri, 2022). Dengan melakukan konseling humanistik, peserta didik akan diberikan pemahaman bagaimana memahami potensi dirinya, menerima dirinya, bersikap dan berperilaku yang sesuai dengan dirinya dan lingkungan, sehingga

peserta didik dapat menonjolkan perilaku, sikap hingga berbicara yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mengevaluasi berbagai artikel penelitian yang relevan sehingga menjadi landasan dalam menjawab pertanyaan penelitian yang dirumuskan oleh penulis. Menurut Creswell dalam (Valencia et al., 2022), Systematic Literature Review (SLR) merupakan proses meneliti secara literatur dari sebuah ringkasan secara tertulis dengan data yang diambil dari artikel jurnal, buku, serta dokumen yang

dapat memberikan gambaran terkait informasi sebuah penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Dalam penulisan pada artikel in, pengumpulan data dilakukan dengan metode studi literature. Proses perolehan data yang dilakukan oleh penulis menggunakan perangkat digital dengan menggunakan artikel jurnal. Setelah semua data terkmpul, penulis melakukan analisis antara setiap data yang ada. Setiap data yang diperoleh oleh penulis dibuat dengan data seperti berikut.

Table 1.
PENDEKATAN KONSELING *HUMANISTIC* DALAM MENANGANI SISWA *INROVERT*

Judul	Negara	Bahasa	Tujuan Penelitian	Jenis Penelitian	Metode Pengumpulan data	Populasi & Jumlah	Hasil
<i>Impactful Learning Environments: A Humanistic Approach to Fostering Adolescents' Postindustrial Social Skills</i> (Leach, 2022)	USA	Inggris	Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengembangkan keterampilan sosial-emosional remaja di lingkungan belajar humanistik karena perkembangan holistik remaja menjadi utama dalam mengembangkan sosial emosional remaja. Selain itu, studi ini dilakukan di sekolah perkotaan guna mengontrol dan menstandarisasi hal yang bertentangan dengan persepektif humanistik	Kuantitatif	Analisis Induktif dan Observasi	345	Pengembangan keterampilan sosial-emosional dipengaruhi dari beberapa faktor yaitu hubungan pribadi guru dengan siswa, dan komunitas yang dapat mengembangkan kolaborasi, keramahan, komunikasi dan karakter remaja.

<i>Studi of Humanistic Education : Concerns, Implication and Application</i> Treve, M. (2021).	Thailand	Inggris	Membahas implikasi dan penerapan pendidikan humanistik	Studi Literatur	Analisis Literatur	25	
<i>Hierarchy of Human Needs: A Humanistic Psychology Approach of Abraham Maslow</i> (Mustofa, 2022)	Indonesia	Inggris	Tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisis teori hirarki kebutuhan maslow berdasarkan perseptif psikologi humanistik.	Studi literatur	Deskriptif analitis (Tinjauan literatur)	18	Hasil menunjukkan bahwa manusia memiliki tahapan untuk mencapai puncak keberadaan yang saling terkait satu sama lain.
<i>Humanistic Counseling and Student Learning Motivation</i> (Kustinah et al., 2022)	Indonesia	Inggris	Mengidentifikasi masalah dan upaya untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMPN 11 Cirebon dengan metode konseling humanistik.	Kualitatif	Analisis Deskriptif	51	Penerapan metode konseling humanistik telah dilakukan. Namun, pelaksanaannya belum sepenuhnya terlaksana karena guru bimbingan dan konseling perlu mengintegrasikan beberapa pendekatan, seperti humanistik, behavioristik, dan psikoanalitik, agar hasilnya lebih efektif.
<i>Investigating the Effect of the Humanistic Approach on Student-Teacher Interaction in EFL Classroom: Case Study Second Year LMD Students of English at the University of Guelma</i> (MENIDJEL Haithem, 2024)	Algeria	Inggris	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penggunaan pendekatan ramah dan personal dalam kelas Bahasa Inggris, yang disebut Pendekatan Humanistik.	Kuantitatif	Penyebaran Kuesioner	147	Hasil dari penelitian menunjukan bahwa guru dan siswa memiliki sifat yang positif dalam penerapan pendekatan humanistik dan menganggap pendekatan ini sebagai elemen penting dalam meningkatkan proses pembelajaran dan interaksi.
<i>Humanistic Therapy for Young People: Client-Perceived</i>	UK	Inggris	Mengidentifikasi beberapa aspek terapi humanistik bagi remaja berusia 13-16 tahun, selain itu,	Kualitatif	Analisis Tematik	50	Hasil langsung terapi adalah peningkatan wawasan dan perasaan terbebas dari beban;

<i>Helpful Aspects, Hindering Aspects, and Processes of Change.</i> (Cooper et al., 2025)			tujuan dari penelitian ini yaitu menguji metode baru untuk mengidentifikasi proses perubahan yang dirasakan.				sedangkan hasil jangka panjang meliputi hubungan yang lebih baik, penurunan gangguan emosional, perbaikan di sekolah, dan strategi coping yang lebih baik.
<i>The Impact of Extroversion and Introversion on EFL Students' Second Language Acquisition</i> (Thach, 2025)	Vietnam	Inggris	mengidentifikasi perbedaan antara ciri kepribadian pembelajar bahasa dan menganalisis dampak ciri kepribadian (Ekstrovert dan Introversi) terhadap akuisisi bahasa kedua siswa EFL.	Kuantitatif	Pembagian kuesioner	73	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan Bahasa Inggris tahun pertama memiliki dua tipe kepribadian umum dalam proses SLA, dan kepribadian ini secara signifikan mempengaruhi proses SLA mereka. Pelajar ekstrovert cenderung lebih mampu menguasai bahasa kedua dengan baik, terutama dalam hal keterampilan berbicara. Sedangkan sulit untuk mengetahui apakah pembelajar introvert dapat menguasai bahasa kedua dengan baik atau tidak, sebagian besar waktu, kecepatan belajar mereka seringkali lebih lambat daripada pembelajar ekstrovert. Translated with DeepL.com (free version)
Analisis Perkembangan Kepribadian Sosial Emosional Anak yang Memiliki Karakter Introvert dan Conduct Disord (Alam, 2025)	Indonesia	Indonesia	Tujuan dari penelitian ini adalah memberikan pemahaman menyeluruh tentang tantangan dan strategi adaptasi sosial pada anak introvert, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kepribadian dan gangguan emosi-	Kualitatif	Studi literatur sistematis (Tinjauan Pustaka)	22	Hasil penelitian menunjukkan bahwa emosi sebagai respon subjektif individu mulai berkembang pada anak usia dini, dengan variasi frekuensi, intensitas, dan ekspresi emosi. Gangguan perilaku (CD) ditandai dengan perilaku maladaptif yang konsisten, tidak proporsional, dan gangguan fungsi adaptasi sosial, serta karakteristik impulsif

			perilaku pada anak.				dan disregulasi emosi.
<i>Analysis Of the Application of Person-Centered Counseling in Guidance and Counseling Services at School.</i> (Barida et al., 2022)	Indonesia	Inggris	memberikan gambaran yang lebih kuat tentang nilai-nilai manusia dan pendekatan mutualitas yang akan digunakan dalam berbagai konteks selain psikoterapi dan konseling.	Kualitatif	Studi literatur	28	Hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk benar-benar mencapai hasil yang efektif dari pelaksanaan konseling yang berpusat pada pribadi, sikap utama yang perlu dimiliki konselor adalah konformitas, pemahaman positif tanpa syarat, dan pemahaman yang empatik.
<i>Analysis of student support activities at school in terms of extroverted and introverted personalities</i> (Anita et al., 2023)	Indonesia	Inggris	Untuk menganalisis siswa yang memiliki kepribadian ekstrovert dan introvert di dunia pendidikan	Kualitatif deskriptif	Analisis data	152	Berdasarkan hasil penelitian, 38 orang dikategorikan sebagai ekstrovert dan 14 orang sebagai siswa introvert. Siswa introvert cenderung lebih tenang dan pendiam, serta lebih suka menjadi pendengar daripada pembicara. Di sisi lain, siswa ekstrovert lebih aktif, bertanggung jawab, dan cenderung tidak konsisten.
<i>A COMPARATIVE RESEARCH BETWEEN EXTROVERT AND INTROVERT PERSONALITY ON SPEAKING ACHIEVEMENT</i> (Ahmar, 2021)	Indonesia	Inggris	Menyelidiki apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa introvert dan ekstrovert dalam pencapaian berbicara mereka di Cambridge School of English.	Kuantitatif	Pengumpulan data (Kuesioner)	23	Hasil item diinterpretasikan menggunakan skor E dalam Inventaris Kepribadian Eysenck. Berdasarkan pengukuran kepribadian Inventaris Kepribadian Eysenck, jika responden mendapatkan skor E 0-12, mereka dikategorikan sebagai introvert, dan jika responden mendapatkan skor E 13-24, mereka dikategorikan sebagai ekstrovert.
<i>A Study on the Distinction</i>	Indonesia	Inggris	menganalisis kemampuan berbahasa Inggris antara siswa	Kualitatif	Data dan wawancara	35	Adanya temuan bahwa siswa ekstrovert memiliki kemampuan lebih

<i>Between Extrovert vs Introvert in Learning English</i> (F. M. Hayati, 2021)			introvert dan ekstrovert.				dalam berbicara bahasa inggris dari pada siswa introvert.
<i>The Effects of Humanistic Teaching on the Performance Lag Address Program for Orphaned Adolescent and Vulnerable Learners in Secondary Schools in Chimanimani District in Manicaland Province</i> (Chidhumo et al., 2024)	Zimbabwe	Inggris	menelaah dan menganalisis pengaruh penerapan strategi pembelajaran humanistik yang digunakan di sekolah dalam upaya mengurangi kesenjangan prestasi belajar pada peserta didik yang mengikuti Program Performance Lag Address (PLAP) di Zimbabwe.	Kualitatif	Pengumpulan data	50	menunjukkan bahwa banyak anak dan remaja rentan yang tertinggal di sekolah terus mengalami kesepian, rasa rendah diri, stress, kecemasan, harga diri rendah, kurangnya konsentrasi di kelas, dan emosi negatif lainnya yang mengganggu kemampuan mereka untuk secara efektif mengasimilasi dan mengakomodasi materi pembelajaran di lingkungan belajar mereka
<i>Humanistic Counseling and Student Learning Motivation</i> (Kustinah et al., 2022)	Indonesia	Inggris	Mengidentifikasi masalah dan upaya untuk meningkatkan motivasi belajar siswa	Kualitatif	pendekatan deskriptif	51	Guru tidak hanya dapat mengandalkan satu metode, tetapi perlu mengintegrasikan metode humanistik, behavioristik, dan psikoanalitik. Beberapa masalah motivasi siswa di MTSN 11 Cirebon antara lain kurangnya aktivitas siswa di kelas, siswa masih enggan terhadap guru, krisis kepercayaan diri, tidak mengumpulkan tugas, dan sebagainya.
<i>Humanistic Learning Theory in Counselor Education</i> (Purswell, 2019)	Amerika Utara	Inggris	menjelaskan bagaimana teori pembelajaran humanistik dapat diterapkan dalam praktik pendidikan konselor saat ini.	Kualitatif	Deskriptif analitis (Tinjauan literatur)	35	CITs' dapat digunakan oleh konselor untuk mengenali diri konseli
peran guru BK dalam menumbuhkan kepercayaan diri pada	Indonesia	Indonesia	Bertujuan untuk mengkaji peran guru BK dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa introvert	Kualitatif	Analisis deskriptif	Siswa Introvert di SMPN 13 Desa Padang	Penelitian ini menemukan bahwa siswa introvert di SMP 13 Kaur lebih suka menyendiri di kelas saat istirahat

siswa yang introvert di SMPN 13 Desa Padang panjang kabupaten kaur (Anggreni, 2023)						Panjang Kabupaten Kaur	karena merasa lebih aman dan nyaman.
Penerapan Bimbingan Konseling terhadap Siswa Introvert internasional di Sekolah Dasar Zuhdi&Perdana () (Lestari, 2021)	Indonesia	Indonesia	bertujuan untuk membantu siswa mencapai perkembangan yang lebih optimal, dengan potensi yang penuh terhadap mereka. Pelaksanaan bimbingan konseling merupakan salah satu tanggung jawab antar stakeholder di sekolah yaitu konselor, kepala sekolah, dan guru.	Kualitatif	penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif.	3	Hasil dari penelitian ini adalah layanan bimbingan dan konseling berperan dalam membentuk dan membantu proses berkembangnya karakter siswa.
Pandangan dan respon teman sebaya terhadap siswa berkarakter introvert Selvia, Irman (2024)	Indonesia	Indonesia	Mengetahui peran teman sebaya dalam pembentukan karakter siswa	Kualitatif	Analisis Deskriptif	20	Penerimaan teman sebaya introvert dikalangan anak sekolah kurang baik dalam kelompok sosial.
Pentingnya peran bimbingan konseling dan peran guru agama dalam penyelesaian masalah peserta didik di SMP 7 Palembang (Gantada et al., 2023)	Indonesia	Indonesia	Untuk mengetahui peran bimbingan dan konseling dan peran agama dalam penyelesaian masalah.	Kualitatif	Kepustakaan	30	Bimbingan dan konseling memiliki peran signifikan dalam membantu siswa dalam mengatasi masalah
peran guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan self confidence siswa dalam aspek berani	Indonesia	Indonesia	Untuk mengetahui perencanaan BK dan untuk mengetahui peran guru BK dalam mengembangkan self confidence siswa	kualitatif	Analisis Deskriptif	28	Guru BK telah menyiapkan program perencanaan dan berperan dalam membangun kepercayaan diri siswa

mengungkap kan pendapat (R. Hayati & Herdin, 2025)							
--	--	--	--	--	--	--	--

PEMBAHASAN

Siswa merupakan pribadi merdeka yang mempunyai ciri khusus yang berbeda beda pada setiap orang. Hal ini terlihat dalam diri individu siswa dan melekat dalam dirinya yang disebut dengan kepribadian. Ini adalah ciri mendasar yang membedakan setiap individu siswa. Kepribadian adalah penggabungan anatar sikap, perasaan, dan juga konsep diri seseorang. Salah satu kepribadian yang unik adalah introvert, ini adalah konsep kepribadian yang dikembangkan oleh Carl Gustave Jung. Dalam teorinya, Jung menyatakan bahwa kepribadian introvert adalah seseorang yang cenderung pendiam dan berorientasi pada dirinya sendiri (Sulastri, 2025).

Kepribadian introvert bukanlah orang orang yang menggunakan energi mereka untuk aktivitas yang menguras energi, seperti melakukan aktivitas di tempat ramai atau bersama banyak orang. Hal itu akan membuat mereka terkuras dalam energinya, tetapi sebaliknya, introvert menggunakan energi mereka untuk hal yang berfokus ke dalam dirinya. Sehingga, cenderung menggunakan energi untuk menyendiri dan menjauhi kerumunan. Hal ini tentunya berdampak pada kehidupan sosial dan pribadi siswa. Berdasarkan data dari hasil yang diperoleh oleh penulis, masih ditemukan adanya siswa introvert yang mengalami kesulitan dalam lingkungan pergaulan mereka. Sikap mereka yang cenderung pendiam dan

lebih suka menyendiri membuat lingkungan sosial mereka terganggu, seperti dijauhi dalam lingkungan pertemanan. Hal ini tentu akan menjadi hambatan bagi siswa dalam hubungan sosial sebagai pengembangan bagi diri individu(Saputri et al., 2024). Pada dasarnya hambatan yang dialami oleh siswa introvert bukanlah keinginan mereka. Untuk membahas hambatan tersebut, tentunya akan lebih mudah dipahami apabila mengetahui penyebab introvert. Pada dasarnya introvert dapat disebabkan karena faktor keturunan dan juga faktor lingkungan sosial. Pribadi siswa yang sejak kecil dibatasi ruang kebebasannya akan memiliki rasa takut untuk terbuka, dan takut berhadapan dengan orang lain. Hal ini akan membuat siswa menjadi lebih pendiam dan cenderung menghindari orang lain.

keadaan siswa yang memiliki kecenderungan pendiam akan membuat siswa lain di lingkup pergaulan siswa introvert emnjadi kesulitan dalam berkomunikasi. Siswa introvert sering dianggap anti sosial, tetapi kenyataannya ini berbeda dengan anti sosial. Siswa introvert yang dijauhi oleh teman temannya membuat dirinya terabaikan. Bagi Sebagian orang bukanlah hal yang mudah untuk dapat bergual dengan siswa introvert. Disini peran dari seorang guru bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan untuk mendampingi siswa introvert. Kondisi introvert yang kurang terbuka dengan orang lain membuatnya sulit untuk diajak berkomunikasi. Dengan pendekatan yang tidak menyudutkan dan

tetap mengutamakan hakekat manusia, pendekatan humanistik dapat digunakan oleh guru bimbingan dan konseling. Humanistik pada hakekatnya adalah dasar dan keseluruhan daripada pribadi manusia. Manusia tidak hanya tentang fisiknya saja, tetapi juga tentang perasaan, kognitif, dan spikososialnya. Pendekatan humanistik membantu guru bimbingan dan konseling dalam memahami kebutuhan dasar individu, dengan demikian guru bimbingan dan konseling tidak menghakimi. Dalam pandangan humanistik semua manusia mempunyai kebutuhan yang sama (Mujib & Suyadi, 2020).

Dalam perannya sebagai guru bimbingan dan konseling, pendekatan humanistik dapat digunakan dalam menangani siswa introvert. Guru bimbingan dan konseling berperan dalam memahami siswa melalui proses konseling. Hal lain dari sisi humanistik adalah menganggap bahwa manusia beragama dan keberagaman itu layak untuk dihargai, serta manusia berhak untuk menjalani kehidupannya sesuai dengan hakekatnya (Pranajaya et al., 2020). Guru bimbingan dan konseling berperan aktif dalam berkomunikasi dengan siswa introvert dalam proses konseling. Sebagai seorang konselor, guru harus bisa menghargai setiap ciri dan aspek yang ada pada siswa. Dengan adanya penerimaan dari guru bimbingan dan konseling terhadap siswa introvert, siswa tidak akan merasa terhakimi dan akan merasa diterima oleh lingkungan sekitarnya. Dengan adanya perasaan diterima dan tidak dihakimi, siswa introvert akan terpenuhi kebutuhannya berdasarkan hirarki kebutuhan Maslow. Dengan terpenuhinya kebutuhan tersebut, siswa akan dapat lebih terbuka dan dapat mengembangkan kemampuan dirinya lebih optimal.

Dengan demikian, pendekatan humanistik berperan dalam memahami siswa introvert sebagai esensi manusia yang hidup dengan hak dan tanggung jawab sebagai individu. Pendekatan humanistik guru bimbingan dan konseling hadir sebagai bentuk penerimaan bagi siswa introvert dalam kehidupannya. Oleh sebab itu, konseling humanistik sangat membantu siswa introvert dalam memahami diri, serta pengembangan potensi diri dalam lingkungan pergaulannya.

KESIMPULAN

Setiap siswa memiliki keunikan dalam kepribadiannya, termasuk mereka yang berkepribadian introvert. Siswa dengan tipe kepribadian ini biasanya lebih tenang, suka menyendiri, dan berfokus pada dunia dalam pikirannya. Walaupun sering dianggap susah untuk bergaul atau anti sosial, sebenarnya mereka hanya membutuhkan suasana yang nyaman untuk mengekspresikan dirinya. Namun, kecenderungan ini sering kali menyebabkan mereka mengalami hambatan dalam berinteraksi di lingkungan sekolah.

Untuk itu, guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa introvert agar dapat beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Dengan menggunakan pendekatan humanistik, guru dapat memahami siswa secara menyeluruh tanpa memberikan penilaian negatif, serta menghargai perbedaan yang dimiliki setiap individu. Melalui penerimaan dan pendampingan yang empati, siswa introvert akan merasa lebih diterima dan aman, sehingga mereka dapat mengembangkan potensi diri, menjadi lebih terbuka, dan berinteraksi dengan

lingkungan sekitarnya dengan lebih percaya diri.

SARAN

Melalui hasil pembahasan tentang penerapan pendekatan konseling humanistik pada siswa introvert, diharapkan guru Bimbingan dan Konseling dapat lebih memahami keunikan setiap siswa, terutama mereka yang memiliki sifat pendiam dan tertutup. Guru BK perlu terus mengasah kemampuan untuk bersikap empatik, menerima tanpa penilaian, serta berkomunikasi dengan cara yang menenangkan agar siswa introvert merasa dihargai dan nyaman untuk terbuka. Sekolah juga sebaiknya menciptakan suasana belajar yang mendukung dan menghargai perbedaan karakter, sehingga siswa introvert dapat berkembang dengan lebih percaya diri. Bagi peneliti berikutnya, disarankan untuk memperluas kajian mengenai efektivitas pendekatan humanistik dengan mengaitkannya pada metode atau jenjang pendidikan yang berbeda agar hasil penelitian semakin kaya dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmar, I. N. (2021). A comparative research between extrovert and introvert personality on speaking achievement. *Dialectical Literature and Educational Journal*, 6(1), 36–43.
- Alam, D. R. M. (2025). Analisis Perkembangan Kepribadian Sosial Emosional Anak Yang Memiliki Karakter Introvert dan Conduct Disord: Penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 1549–1556.
- Anggreni, M. (2023). Peran Guru BK dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri pada Siswa Yang Introvert di SMPN 13 Desa Padang Panjang Kabupaten Kaur. *DAWUH: Islamic Communication Journal*, 4(3), 93–101.
- Anita, S., Damayanti, S., Sari, R. I., Munawaroh, R., & Jailani, M. (2023). Analysis of student support activities at school in terms of extroverted and introverted personalities. *International Journal of Education and Teaching Zone*, 2(3), 401–411.
- Barida, M., Titing, H., Ramli, M., Radjah, C. L., Krisphianti, Y. D., & Awaliyan, A. Z. B. (2022). Analysis Of the Application of Person-Centered Counseling in Guidance and Counseling Services at School. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 9(2), 187–202.
- Chidhumo, V., Thondhlana, P., & Mtetwa, T. B. (2024). The Effects of Humanistic Teaching on the Performance Lag Address Program for Orphaned Adolescent and Vulnerable Learners in Secondary Schools in Chimanimani District in Manicaland Province. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 8(3s), 1902–1912.
- Cooper, M., Smith, S., Sumner, A. L., Eilenberg, J., Childs-Fegredo, J., Kelly, S., Subramanian, P., Holmes, J., Barkham, M., & Bower, P. (2025). Humanistic therapy for young people: Client-perceived

- helpful aspects, hindering aspects, and processes of change. *Journal of Child and Family Studies*, 34(3), 686–705.
- Gantada, I., Indrajaya, B. S., Wandira, R. A., Yanti, F., Widyawati, W., & Winarti, S. (2023). PENTINGNYA PERAN BIMBINGAN KONSELING DAN PERAN GURU AGAMA DALAM PENYELESAIAN MASALAH PESERTA DIDIK DI SMP 7 PALEMBANG. *Jurnal Multidisipliner Kapalamada*, 2(04), 363–374.
- Griffiths, G. (2013). Helpful and unhelpful factors in school-based counselling: clients' perspectives. *Lutterworth: British Association for Counselling and Psychotherapy*.
- Habsy, B. A., Oktafiani, F., Salsabila, D. M., & Zahro, C. I. (2023). Teori Humanistik dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(2), 12.
- Hayati, F. M. (2021). A Study on the distinction between extrovert vs introvert in learning English. *English Education: Jurnal Tadris Bahasa Inggris*, 14(2), 352–365.
- Hayati, R., & Herdin, H. (2025). PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGEMBANGKAN SELF CONFIDENCE SISWA DALAM ASPEK BERANI MENGUNGKAPKAN PENDAPAT. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(1), 62–75.
- Holisah, H. (2022). Implementasi Pendekatan Humanis dalam meningkatkan Self Confident Pada Kemampuan Literasi Siswa. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 1440–1448.
- Khairani, B. N. C., & Sulastri, N. M. (2022). Pengaruh Layanan Konseling Humanistik Terhadap Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI IPS-4 Di SMA Negeri 7 Mataram. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2).
- Kustinah, E., Kambali, K., & Lama'atushabakh, M. (2022). Humanistic Counseling and Student Learning Motivation. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*, 1(2), 31–39.
- Leach, N. (2022). Impactful learning environments: A humanistic approach to fostering adolescents' postindustrial social skills. *Journal of Humanistic Psychology*, 62(3), 377–396.
- Lestari, R. D. (2021). IMPLEMENTASI LAYANAN PENEMPATAN DAN PENYALURAN DALAM MEMBANTU MENYALURKAN BAKAT SISWA INTROVERT SEMASA COVID-19 DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 5 TAPUNG. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU.
- MENIDJEL Haithem, Z. S. (2024). *Investigating the Effect of the Humanistic Approach on Student-Teacher Interaction in EFL Classroom*.
- Mujib, Z., & Suyadi, S. (2020). Teori Humanistik dan Implikasi dalam Pembelajaran PAI di SMA Sains Alquran Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 11–23.
- Mustofa, A. Z. (2022). Hierarchy of human needs: a humanistic psychology approach of Abraham

- Maslow. *Kawanua International Journal of Multicultural Studies*, 3(2), 30–35.
- 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.
- Purswell, K. E. (2019). Humanistic Learning Theory in Counselor Education. *Professional Counselor*, 9(4), 358–368.
- Rosida, E. R., & Astuti, T. P. (2015). Perbedaan penerimaan teman sebaya ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert. *Jurnal Empati*, 4(1), 77–81.
- Saputri, R. E., Ramadani, A. N., Fitriadi, C. A., & Waluyo, S. A. (2024). Pengaruh Kepribadian Siswa Introvert terhadap Keberhasilan Belajar di SDN Cipondoh 04. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(1), 10.
- Selvia, M., & Irman, I. (2024). Pandangan dan Respon Teman Sebaya Terhadap Siswa Berkarakter Introvert. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(2), 418–425.
- Sigit Sanyata. (2019). Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik Dalam Konseling. *Jurnal Paradigma*, 7(14), 1–11.
- Subtinanda, A., & Yuliana, N. (2023). Kepribadian ekstrovert dan introvert dalam konteks komunikasi antarpribadi mahasiswa ilmu komunikasi UNTIRTA. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 1(2), 15.
- Sulastri, N. M. (2025). Identifikasi Tipe Kepribadian Seseorang Ditinjau Dari Teori Carl Jung. *Journal of Mandalika Literature*, 6(1), 387–391.
- Thach, N. M. L. (2025). The Impact of Extroversion and Introversion on EFL Students' Second Language Acquisition. *International Journal of Language Instruction*, 4(2), 80–93.
- Treve, M. (2021). Study of humanistic education: Concerns, implications, and applications. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(11), 6303–6310.
- Valencia, C., Wijaya, J. A., Meiden, C., Bisnis, I., & Kian, K. (2022). Studi Literatur: Analisis Pengaruh Laporan Arus Kas terhadap Kinerja Keuangan Menggunakan Metode Systematic Literature Review (SLR). *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 7484â.