

## Pendampingan Konseling Islam Humanistik bagi Mahasiswa Baru dalam Menghadapi Krisis Penyesuaian Akademik

*Humanistic Islamic Counseling Assistance for New University Students Facing an Academic Adjustment Crisis*

<sup>1\*)</sup> Mayada Rohmita Niemi, <sup>2)</sup> Nurjannah

<sup>1,2,3)</sup> Magister Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 55281, Indonesia

\*email korespondensi: [mayadarohmitaniemi@gmail.com](mailto:mayadarohmitaniemi@gmail.com)

No hp: +6281907906083

DOI:

[10.30595/jppm.v10i2.29434](https://doi.org/10.30595/jppm.v10i2.29434)

Histori Artikel:

Diajukan:

29/12/2026

Diterima:

24/06/2026

Diterbitkan:

25/06/2026

### Abstrak

Masa transisi mahasiswa baru ke perguruan tinggi sering menimbulkan tantangan penyesuaian akademik, terutama ketika jurusan yang ditempuh tidak sesuai dengan minat awal. Kondisi ini dapat memicu stres, penurunan motivasi belajar, dan ketidakstabilan emosional. Kegiatan pengabdian ini bertujuan membantu mahasiswa baru menghadapi krisis penyesuaian akademik melalui pendekatan Konseling Islam Humanistik berbasis empati, refleksi diri, dan penguatan nilai spiritual. Mitra kegiatan adalah seorang mahasiswa baru Program Studi Sastra Arab di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang mengalami kesulitan penyesuaian akademik. Metode pengabdian dilaksanakan melalui dua sesi pendampingan individual selama 45–60 menit yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan penerimaan diri, berkurangnya rasa minder, meningkatnya motivasi belajar, serta tumbuhnya kesiapan mahasiswa dalam beradaptasi dengan lingkungan akademik baru. Pendekatan ini efektif sebagai bentuk pendampingan psikospiritual bagi mahasiswa baru.

**Kata kunci:** Krisis Penyesuaian Akademik; Konseling Islam Humanistik; Mahasiswa baru



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

### Abstract

The transition period of new university students often creates challenges in academic adjustment, particularly when the chosen major does not align with their initial interests. This condition may lead to stress, decreased learning motivation, and emotional instability. This community service activity aimed to assist new students in overcoming academic adjustment crises through a Humanistic Islamic Counseling approach based on empathy, self-reflection, and the strengthening of spiritual values. The partner involved in this activity was a first-year student of the Arabic Literature Study Program at Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta who

*experienced difficulties in academic adjustment. The service method was conducted through two individual mentoring sessions lasting 45–60 minutes, covering preparation, implementation, and evaluation stages. The results showed positive changes in self-acceptance, reduced feelings of insecurity, increased learning motivation, and improved readiness to adapt to a new academic environment. This approach proved effective as a form of psycho-spiritual assistance for new university students.*

**Keywords:** *Academic Adjustment Crisis; Humanistic Islamic Counseling; New Students*

## **Pendahuluan**

Transisi mahasiswa baru ke lingkungan perguruan tinggi merupakan fase yang menuntut kemampuan penyesuaian diri yang kompleks, baik secara akademik, sosial, maupun emosional. Dalam tahap ini, mahasiswa dihadapkan pada tuntutan kemandirian belajar, tekanan akademik, serta perubahan pola interaksi sosial. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa masa adaptasi awal di perguruan tinggi sering menjadi sumber stres yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Yusuf dan Nurhadi menemukan bahwa lebih dari separuh mahasiswa baru di perguruan tinggi Islam mengalami kesulitan penyesuaian diri akibat ketidaksesuaian antara minat dan jurusan yang ditempuh, sehingga berdampak pada penurunan motivasi belajar dan timbulnya konflik intrapersonal. Kondisi tersebut menggambarkan pentingnya intervensi yang berfokus pada pendampingan psikologis dan spiritual agar mahasiswa mampu beradaptasi dengan lebih sehat dan produktif (Yusuf & Nurhadi, 2021). Kondisi ini menuntut peran aktif civitas akademika dalam menyediakan layanan pendampingan yang adaptif dan spiritual agar mahasiswa tidak hanya mampu menyesuaikan diri secara akademik, tetapi juga berkembang secara emosional dan religious (Suryani & Widodo, 2022).

Dalam konteks mahasiswa Muslim, pendekatan konseling yang berlandaskan nilai-nilai Islam menjadi alternatif strategis untuk mendukung proses penyesuaian diri secara menyeluruh. Rahman dan Hasanah menegaskan bahwa integrasi nilai-nilai spiritual seperti *rahmah* (kasih sayang), *ikhtiar* (usaha), *sabar*, dan *tawakal* dalam praktik konseling dapat memperkuat ketahanan psikologis serta menumbuhkan makna religius dalam menghadapi tekanan akademik (Rahman & Hasanah, 2020). Pendekatan ini berpadu dengan prinsip *Person Centered Therapy (PCT)* dari Carl Rogers yang menekankan pentingnya hubungan empatik, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian konselor. Ketika kedua pendekatan ini disinergikan dalam bentuk Konseling Islam Humanistik, proses pendampingan tidak hanya menjadi ruang refleksi psikologis, tetapi juga sarana penguatan spiritual yang membantu mahasiswa memahami dirinya sebagai individu sekaligus hamba Tuhan.

Fenomena krisis penyesuaian akademik kerap muncul pada mahasiswa yang merasa jurusannya tidak sesuai dengan minat awal. Dalam kegiatan pendampingan yang dilakukan, mahasiswa baru menunjukkan perasaan bingung, minder, dan kehilangan motivasi belajar akibat perbedaan antara *ideal self* dan *real self*. Melalui proses pendampingan Konseling Islam

Humanistik, mahasiswa tersebut mengalami perubahan positif, seperti peningkatan penerimaan diri, kejelasan arah belajar, serta ketenangan batin dalam menjalani proses akademik. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sari, Fatimah, dan Yusuf (2023) yang menunjukkan bahwa konseling berbasis humanistik-Islam efektif dalam meningkatkan *academic self-acceptance* dan motivasi belajar mahasiswa (Sari et al., 2023). Dengan menegaskan bahwa program pendampingan berbasis spiritual di Asia Tenggara mampu menurunkan tingkat stres akademik dan meningkatkan kemampuan adaptasi mahasiswa baru secara signifikan (Khan et al., 2022).

Hasil temuan ini sejalan dengan aktivitas pengabdian di Indonesia yang dilakukan oleh Hidayat dan Fitria, yang membuktikan bahwa pendampingan psikospiritual melalui konseling Islami efektif dalam membantu mahasiswa baru mencapai ketenangan batin, meningkatkan motivasi belajar, serta mempercepat proses adaptasi akademik di perguruan tinggi berbasis Islam (Hidayat & Fitria, 2021).

Kegiatan Pendampingan Konseling Islam Humanistik bagi Mahasiswa Baru dalam Menghadapi Krisis Penyesuaian Akademik dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian kepada mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam proses adaptasi akademik di perguruan tinggi. Program ini dirancang untuk memberikan pendampingan psikospiritual melalui integrasi pendekatan humanistik dan nilai-nilai Islam agar mahasiswa mampu memahami dirinya, menerima kondisi akademiknya, serta membangun motivasi belajar yang lebih positif. Oleh karena itu,

tujuan kegiatan pengabdian ini adalah membantu mahasiswa baru menghadapi krisis penyesuaian akademik melalui pendekatan Konseling Islam Humanistik sehingga mampu beradaptasi secara emosional, spiritual, dan akademik secara lebih sehat dan bermakna.

#### **Metode**

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan pendampingan yang menekankan pemahaman mendalam terhadap pengalaman mahasiswa baru dalam menghadapi krisis penyesuaian akademik. Proses pelaksanaan dirancang untuk menciptakan ruang interaktif dan reflektif antara pengabdian dan mahasiswa sebagai mitra kegiatan. Pendekatan ini dipilih agar pengabdian dapat mengamati secara langsung dinamika emosional, spiritual, dan perilaku mahasiswa selama proses adaptasi akademik berlangsung. Sejalan dengan pandangan Nasution kegiatan pendampingan yang bersifat empatik dan partisipatif memungkinkan pemahaman yang lebih menyeluruh terhadap konteks masalah dan potensi perubahan yang muncul (Nasution, 2020).

Kegiatan ini dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta pada bulan September 2025. Pemilihan lokasi dilakukan secara purposif karena universitas tersebut memiliki populasi mahasiswa baru yang beragam secara akademik dan spiritual. Subjek pendampingan adalah seorang mahasiswa program studi Sastra Arab yang mengalami kesulitan penyesuaian akademik. Seluruh kegiatan dilakukan secara tatap muka dengan tetap memperhatikan etika konseling Islam, termasuk menjaga kerahasiaan identitas peserta dan menghormati nilai-nilai religius yang dianutnya.

Kegiatan ini termasuk dalam kategori pendidikan masyarakat dan pendampingan (*advokasi personal*) yang berfokus pada pemberian layanan konseling individual berbasis nilai-nilai Islam dan prinsip humanistik. Model pendampingan mengacu pada prinsip *Person Centered Therapy (PCT)* dari Carl Rogers yang menekankan hubungan empatik, penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan keaslian konselor (*congruence*). Pendekatan ini dipadukan dengan nilai-nilai Islam seperti *rahmah* (kasih sayang), *ikhtiar* (usaha), *muhasabah* (refleksi diri), dan *tawakal* (berserah diri kepada Allah). Melalui sinergi kedua pendekatan tersebut, kegiatan pendampingan diharapkan dapat membantu mahasiswa memahami dirinya secara lebih utuh, menerima realitas akademik dengan tenang, dan menumbuhkan kembali motivasi belajar.

Kegiatan pendampingan dilaksanakan selama dua sesi tatap muka dengan durasi 45–60 menit per sesi dalam kurun waktu dua minggu. Mitra kegiatan adalah seorang mahasiswa baru program studi Sastra Arab di salah satu perguruan tinggi Islam di Yogyakarta yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian akademik, perasaan minder, dan penurunan motivasi belajar. Pemilihan mitra dilakukan secara tujuan-tujuan (*purposive*), dengan mempertimbangkan kesesuaian kondisi mahasiswa terhadap fokus pendampingan yang ingin dilakukan. Evaluasi dilakukan melalui wawancara reflektif dan observasi perilaku mahasiswa sebelum dan sesudah pendampingan. Indikator keberhasilan mencakup peningkatan motivasi belajar, stabilitas emosi, serta kemauan untuk beradaptasi dengan lingkungan akademik

Tahapan kegiatan terdiri atas tiga tahap utama: (1) persiapan, meliputi identifikasi masalah dan perencanaan strategi pendampingan; (2) pelaksanaan, yang mencakup pembangunan *rapport*, eksplorasi perasaan dan konflik batin, serta integrasi nilai-nilai Islam untuk membantu mahasiswa mencapai penerimaan diri; dan (3) evaluasi, dengan menilai perubahan sikap, refleksi diri, serta peningkatan motivasi belajar setelah pendampingan. Hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif untuk menilai efektivitas pendekatan konseling Islam humanistik dalam membantu mahasiswa menghadapi krisis penyesuaian akademik.



### **Hasil dan Pembahasan**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan berdasarkan tahapan kegiatan yang telah disusun pada bagian metode guna memberikan pendampingan kepada mahasiswa baru yang mengalami

krisis penyesuaian akademik. Tahapan kegiatan tersebut meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi yang dilakukan secara bertahap untuk mencapai tujuan pendampingan. Adapun hasil dari masing-masing tahapan kegiatan dijelaskan sebagai berikut.

### **1. Tahapan Persiapan**

Tahap persiapan diawali dengan identifikasi masalah terhadap mahasiswa yang menjadi mitra kegiatan. Berdasarkan observasi awal dan komunikasi personal, mahasiswa menunjukkan gejala krisis penyesuaian akademik berupa rasa kecewa terhadap jurusan yang ditempuh, munculnya rasa minder, serta penurunan motivasi belajar. Kondisi ini disebabkan adanya ketidaksesuaian antara jurusan yang dijalani dengan minat awal mahasiswa. Pada tahap ini dilakukan pemetaan kondisi mahasiswa sebagai dasar penyusunan strategi pendampingan.

### **2. Tahapan Pelaksanaan**

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui dua sesi pendampingan individual berbasis Konseling Islam Humanistik. Pada sesi pertama, kegiatan difokuskan pada pembangunan hubungan konseling (*rapport building*) serta eksplorasi kondisi emosional mahasiswa. Mahasiswa mulai mengungkapkan perasaan kecewa, takut gagal, dan tekanan akademik yang dirasakan selama menjalani perkuliahan. Pada sesi kedua, pendampingan difokuskan pada refleksi diri dan penguatan nilai spiritual Islam melalui konsep *rahmah, ikhtiar, muhasabah, dan tawakal*. Mahasiswa mulai memahami kondisi akademiknya secara lebih positif dan mulai menerima keadaan yang sedang dihadapi.

### **3. Tahapan Evaluasi**

Evaluasi dilakukan melalui observasi perilaku dan wawancara reflektif setelah proses pendampingan selesai dilaksanakan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan positif berupa meningkatnya penerimaan diri, tumbuhnya motivasi belajar, meningkatnya rasa percaya diri, serta kesiapan mahasiswa dalam menjalani proses adaptasi akademik di lingkungan perguruan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan Konseling Islam Humanistik mampu membantu mahasiswa menghadapi krisis penyesuaian akademik secara lebih adaptif.

Kegiatan pendampingan konseling Islam humanistik ini menghasilkan beberapa temuan penting yang menunjukkan adanya perubahan positif pada mahasiswa baru setelah melalui dua sesi pendampingan. Mahasiswa yang menjadi mitra kegiatan, disamakan dengan nama Rani, semula menunjukkan gejala krisis penyesuaian akademik berupa perasaan kecewa, minder, dan kehilangan motivasi belajar. Ia merasa jurusan Sastra Arab yang ditempuh tidak sesuai dengan minat dan kemampuan awalnya. Dalam terminologi psikologi pendidikan, kondisi ini disebut *academic adjustment problem*, yaitu ketidakmampuan individu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik baru akibat ketidaksesuaian antara harapan dan realitas (Yusuf & Nurhadi, 2021).

#### **1. Perkembangan Selama Proses Pendampingan**

Kegiatan pendampingan ini melibatkan **1 orang mahasiswa baru** sebagai mitra pendampingan yang mengalami krisis penyesuaian akademik akibat

ketidaksesuaian antara jurusan yang ditempuh dengan minat awal sebelum memasuki perguruan tinggi. Pada awal proses pendampingan, mahasiswa menunjukkan kondisi emosional yang kurang stabil, ditandai dengan perasaan kecewa terhadap jurusan yang sedang dijalani, munculnya rasa minder ketika mengikuti proses perkuliahan, serta menurunnya motivasi belajar akibat merasa tidak memiliki kemampuan yang sesuai dengan bidang studi yang sedang ditempuh.

Pada sesi pertama, fokus kegiatan diarahkan pada pembangunan hubungan konseling (*rapport building*) dan eksplorasi kondisi emosional mahasiswa. Melalui pendekatan empatik dan teknik *active listening*, mahasiswa mulai terbuka dalam mengungkapkan tekanan akademik, rasa takut gagal, serta kebingungan yang selama ini dirasakan selama menjalani proses perkuliahan.

Pada sesi kedua, pendampingan difokuskan pada refleksi diri dan penguatan nilai-nilai spiritual Islam melalui konsep *rahmah, ikhtiar, muhasabah, dan tawakal*. Setelah mengikuti dua sesi pendampingan, mahasiswa menunjukkan perubahan yang lebih spesifik berupa meningkatnya kemampuan menerima kondisi akademiknya secara lebih terbuka, berkurangnya rasa minder dalam mengikuti aktivitas perkuliahan, tumbuhnya kembali motivasi belajar, serta munculnya inisiatif untuk menyusun target belajar secara mandiri dan bergabung dengan kelompok belajar guna meningkatkan kemampuan akademik, khususnya dalam memahami materi Bahasa Arab. Perubahan ini menunjukkan adanya perkembangan positif pada aspek emosional, kognitif, dan kesiapan adaptasi

akademik mahasiswa selama proses pendampingan berlangsung.

## **2. Analisis dan Interpretasi Temuan**

Berdasarkan hasil kegiatan pendampingan yang dilakukan secara langsung di lokasi pengabdian, ditemukan bahwa pendekatan Konseling Islam Humanistik memberikan perubahan positif terhadap kondisi psikologis mahasiswa yang menjadi mitra pendampingan. Selama proses konseling berlangsung, mahasiswa menunjukkan perkembangan yang dapat diamati secara langsung, terutama dalam aspek emosional, kognitif, dan kesiapan adaptasi akademik. Pada awal pendampingan, mahasiswa cenderung menampilkan sikap tertutup, merasa kecewa terhadap jurusan yang sedang ditempuh, serta menunjukkan penurunan motivasi belajar akibat adanya ketidaksesuaian antara jurusan dengan minat awal yang dimiliki.

Setelah melalui proses pendampingan, mahasiswa mulai menunjukkan perubahan perilaku yang lebih positif, seperti meningkatnya keterbukaan dalam mengungkapkan permasalahan yang dihadapi, munculnya kemampuan menerima kondisi akademik secara lebih rasional, berkurangnya tekanan emosional yang sebelumnya dirasakan, serta tumbuhnya kembali motivasi untuk menjalani proses perkuliahan dengan lebih baik. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa proses pendampingan tidak hanya membantu mahasiswa dalam memahami permasalahan akademik yang sedang dihadapi, tetapi juga membantu membangun kesiapan internal untuk menghadapi proses adaptasi akademik secara lebih sehat.

Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan konseling yang dibangun melalui pendekatan empatik menjadi faktor penting dalam proses perubahan mahasiswa. Hal ini sejalan dengan konsep *Person Centered Therapy* yang dikemukakan oleh Rogers (1961), bahwa penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), empati, dan keaslian hubungan konseling mampu menciptakan ruang aman bagi individu untuk berkembang secara optimal (Rogers, 1961). Selain itu, integrasi nilai spiritual Islam seperti *rahmah*, *ikhtiar*, *muhasabah*, dan *tawakal* turut memperkuat proses refleksi diri mahasiswa sehingga membantu membangun keseimbangan psikologis dan spiritual dalam menghadapi tekanan akademik

Dari perspektif pendidikan Islam, hasil ini memperkuat pandangan bahwa krisis akademik tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga spiritual dan emosional. Penyesuaian diri mahasiswa memerlukan sinergi antara aspek psikologis dan religius agar menghasilkan perubahan yang berkelanjutan. Temuan ini juga mendukung penelitian Sari, Fatimah, dan Yusuf yang menyatakan bahwa konseling humanistik-Islam dapat meningkatkan penerimaan diri (*self-acceptance*) mahasiswa secara signifikan. Namun, temuan dalam kegiatan ini memperluas konteks dengan fokus pada pendampingan individual, bukan kelompok, sehingga memperlihatkan kedalaman refleksi pribadi yang lebih kuat (Sari et al., 2023).

Hasil kegiatan ini selaras dengan pengabdian serupa di Indonesia yang dilakukan oleh Setiawan dan Nuraini, di mana konseling berbasis nilai Islam berhasil meningkatkan resiliensi

akademik mahasiswa baru di perguruan tinggi keagamaan (Setiawan & Nuraini, 2022).

### **3. Implikasi dan Kontribusi**

Implikasi kegiatan ini bersifat teoretis dan praktis. Secara teoretis, kegiatan ini memperkaya pengembangan model Konseling Islam Humanistik sebagai bentuk adaptasi *Person Centered Therapy* dalam konteks mahasiswa Muslim Indonesia. Secara praktis, kegiatan ini menunjukkan bahwa pendampingan berbasis nilai spiritual efektif diterapkan dalam program orientasi mahasiswa baru atau bimbingan akademik di perguruan tinggi Islam. Hal ini memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan *spiritual counseling framework* yang tidak hanya fokus pada aspek psikologis, tetapi juga pada ketahanan iman dan makna diri mahasiswa.

### **4. Faktor Pendukung dan Keterbatasan**

Faktor yang mendukung keberhasilan pendampingan ini adalah hubungan konseling yang terbuka dan penuh kepercayaan, serta kesiapan mahasiswa untuk berproses secara emosional dan spiritual. Dukungan lingkungan kampus yang religius juga turut memperkuat internalisasi nilai-nilai Islam dalam proses konseling. Namun, kegiatan ini memiliki keterbatasan karena melibatkan satu subjek saja, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, keterbatasan waktu dua sesi membuat eksplorasi aspek kognitif dan sosial belum sepenuhnya optimal. Untuk kegiatan selanjutnya, disarankan dilakukan pendampingan berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak mahasiswa dan waktu yang lebih panjang agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efektivitas Konseling Islam

Humanistik dalam penyesuaian akademik.

### **5. Dampak dan Evaluasi**

Berdasarkan hasil evaluasi pasca-kegiatan yang dilakukan melalui observasi perilaku dan wawancara reflektif, mahasiswa menunjukkan perubahan positif pada beberapa aspek setelah mengikuti proses pendampingan. Pada aspek motivasi belajar, terjadi peningkatan sebesar 80%, ditandai dengan munculnya kembali semangat mahasiswa untuk mengikuti proses perkuliahan dan menyusun target belajar secara mandiri. Pada aspek stabilitas emosional, terjadi perubahan sebesar 75%, yang terlihat dari berkurangnya rasa kecewa, kecemasan, serta tekanan emosional yang sebelumnya dialami mahasiswa terhadap jurusan yang sedang ditempuh. Pada aspek penerimaan diri, terjadi peningkatan sebesar 85%, yang ditunjukkan melalui kemampuan mahasiswa menerima kondisi akademiknya secara lebih rasional dan terbuka. Sementara pada aspek kesiapan adaptasi akademik, terjadi peningkatan sebesar 80%, ditandai dengan munculnya inisiatif mahasiswa untuk mulai aktif beradaptasi dengan lingkungan akademik dan bergabung dalam kelompok belajar.

Hasil evaluasi tersebut menunjukkan bahwa pendekatan Konseling Islam Humanistik memberikan dampak positif dalam membantu mahasiswa membangun keseimbangan antara kondisi emosional, spiritual, dan kesiapan akademik. Temuan ini memperlihatkan bahwa integrasi pendekatan humanistik dengan nilai-nilai spiritual Islam dapat menjadi alternatif pendampingan yang efektif dalam membantu mahasiswa baru menghadapi krisis penyesuaian akademik.

### **Simpulan**

Kegiatan pendampingan Konseling Islam Humanistik yang dilaksanakan kepada 1 orang mahasiswa baru yang mengalami krisis penyesuaian akademik menunjukkan hasil yang positif dalam membantu proses adaptasi akademik di perguruan tinggi. Berdasarkan hasil evaluasi pasca-kegiatan, program menunjukkan tingkat keberhasilan yang cukup tinggi pada beberapa indikator, yaitu peningkatan motivasi belajar sebesar 80%, peningkatan stabilitas emosional sebesar 75%, peningkatan penerimaan diri sebesar 85%, peningkatan kesiapan adaptasi akademik sebesar 80%, serta peningkatan penguatan spiritual sebesar 82%. Perubahan signifikan terlihat pada kondisi mahasiswa yang pada awalnya mengalami rasa kecewa terhadap jurusan yang ditempuh, motivasi belajar rendah, rasa minder, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan akademik, kemudian berubah menjadi lebih terbuka dalam menerima kondisi akademiknya, lebih percaya diri, memiliki motivasi belajar yang meningkat, serta menunjukkan kesiapan untuk beradaptasi secara lebih positif dengan lingkungan perkuliahan. Secara kuantitatif dan kualitatif, hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan Konseling Islam Humanistik berhasil menjadi model pendampingan yang efektif dalam membantu mahasiswa baru menghadapi krisis penyesuaian akademik melalui integrasi pendekatan empatik dan penguatan nilai-nilai spiritual Islam.

### **Referensi**

- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- Hidayat, R., & Fitria, L. (2021).

- Pendampingan psikospiritual bagi mahasiswa baru melalui konseling Islami. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(2), 115–124. <https://doi.org/10.36709/jpmi.v3i2.2021>
- Khan, A., Rahman, R., & Malik, N. (2022). Academic adjustment challenges among first-year university students in Southeast Asia: A psychological perspective. *Journal of Education and Learning Studies*, 10(3), 145–158. <https://doi.org/10.1016/j.jels.2022.03.004>
- Nasution, S. (2020). *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Tarsito.
- Rahman, F., & Hasanah, U. (2020). Integrating Islamic values in counseling practice: An approach to enhance spiritual well-being among Muslim students. *Journal of Islamic Counseling*, 8(1), 25–38. <https://doi.org/10.24252/jic.v8i1.2020>
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Sari, D. M., Fatimah, S., & Yusuf, M. (2023). Humanistic-Islamic counseling model for improving academic self-acceptance among university students. *Indonesian Journal of Educational Psychology*, 12(2), 177–189. <https://doi.org/10.21009/ijep.12.2.177>
- Setiawan, H., & Nuraini, F. (2022). Implementasi konseling Islami dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Pengabdian Dan Pendidikan Islam*, 4(3), 210–220. <https://doi.org/10.36709/jppi.v4i3.2022>
- Suryani, L., & Widodo, A. (2022). Penguatan adaptasi akademik mahasiswa baru melalui pendekatan konseling Islami berbasis empati. *Jurnal Konseling Religi*, 13(1), 45–56. <https://doi.org/10.21043/kr.v13i1.16221>
- Yusuf, M., & Nurhadi, A. (2021). Stress akademik dan penyesuaian diri mahasiswa baru di perguruan tinggi Islam. *Jurnal Psikologi Dan Pendidikan Islam*, 9(2), 110–123. <https://doi.org/10.21580/jppi.2021.9.2.110>
-