

ANALISIS EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DALAM REHABILITASI KLIEN KECANDUAN NARKOBA

Miftahul Rahmah¹, Imam Rifai², fadila³, Syamsul Rizal⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Curup

E-mail: Miftahulrahmah155@gmail.com¹, imamr5268@gmail.com²,
unifadila@gmail.com³, syamsulrizal@iaincurup.ac.id⁴

Abstract

In an effort to address the problem of drug addiction, individual counseling services play a very important role. This service enables counselors to provide direct, face-to-face, and personalized assistance to clients, thereby creating a deep and trusting relationship (rapport). Individual counseling aims to help clients understand themselves, identify their problems, and develop self-regulation and self-control skills in order to overcome addiction and prevent relapse. This journal employs a literature study approach. The findings indicate that individual counseling plays a crucial role in the recovery process of drug addiction. Through a personal and structured approach, this counseling helps build a trusting relationship between the counselor and the client, allowing the client to feel comfortable opening up and addressing their addiction-related problems. The counseling process includes stages of assessment, problem identification, therapy, evaluation, and commitment reinforcement, all of which are designed to support changes in negative behaviors and thought patterns. The factors causing narcotics addiction are highly complex, involving internal aspects such as personality, psychological conditions, and family environment, as well as external factors such as social influences and the easy accessibility of drugs. Therefore, effective individual counseling must be able to accommodate these various factors in a holistic manner. Individual counseling services have been proven effective in the rehabilitation process of clients with drug addiction. Through a personal approach, emotional support, identification of underlying problems, development of coping skills, and periodic monitoring, individual counseling provides a strong foundation for clients to achieve sustainable recovery.

Keywords: *Individual Counseling, Rehabilitation, Drug Addiction.*

Abstrak

Dalam upaya mengatasi permasalahan kecanduan narkoba, layanan konseling individual memainkan peran yang sangat penting. Layanan ini memungkinkan konselor memberikan bantuan secara tatap muka dan personal kepada klien, sehingga tercipta hubungan yang mendalam dan penuh kepercayaan (rapport). Konseling individual bertujuan membantu klien memahami diri, mengidentifikasi masalah, serta mengembangkan kemampuan regulasi diri dan kontrol diri agar mampu mengatasi kecanduan dan mencegah kekambuhan. Jurnal ini merupakan jenis jurnal studi literatur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Konseling individual memiliki peran yang sangat penting dalam proses pemulihan

kecanduan narkoba. Melalui pendekatan yang personal dan terstruktur, konseling ini membantu membangun hubungan kepercayaan antara konselor dan klien, sehingga klien merasa nyaman untuk membuka diri dan mengatasi masalah kecanduannya. Proses konseling meliputi tahap asesmen, identifikasi masalah, terapi, evaluasi, dan penguatan komitmen yang semuanya dirancang untuk mendukung perubahan perilaku dan pola pikir negatif. Faktor penyebab kecanduan narkoba sangat kompleks, melibatkan aspek internal seperti kepribadian, kondisi psikologis, dan lingkungan keluarga, serta faktor eksternal seperti pengaruh sosial dan kemudahan akses narkoba. Oleh karena itu, konseling individual yang efektif harus mampu mengakomodasi berbagai faktor tersebut secara holistik. Layanan konseling individual terbukti efektif dalam proses rehabilitasi klien kecanduan narkoba. Melalui pendekatan yang personal, dukungan emosional, identifikasi masalah yang mendasari, pengembangan keterampilan coping, dan monitoring berkala, konseling individual memberikan fondasi yang kuat bagi klien untuk mencapai pemulihan yang

Kata Kunci: Konseling Individual, Rehabilitasi , Kecanduan Narkoba

A. Pendahuluan

Permasalahan penyalahgunaan narkoba terus menunjukkan peningkatan yang mengkhawatirkan di Indonesia. Data menunjukkan bahwa tingkat penggunaan narkoba mengalami peningkatan signifikan dari 1,80% pada tahun 2020 menjadi 2,40% pada tahun 2021. Lebih mengkhawatirkan lagi, survei menunjukkan terdapat sekitar 4,7 juta pengguna narkoba di Indonesia, di mana 70% di antaranya adalah pekerja dan 22% adalah pelajar . Angka-angka ini mencerminkan betapa seriusnya dampak penyalahgunaan narkoba terhadap produktivitas dan masa depan bangsa. Negara Indonesia di era modern saat ini tidak hanya menjadi sebuah Negara transit, akan tetapi sebagai negara yang cukup dikenal sebagai pemasar narkoba yang potensial bahkan saat ini Indonesia dianggap sebagai salah satu produsen

terbesar. Tentu dapatlah dibayangkan dampak dari penyalahgunaan narkoba tidak saja berdampak terhadap pribadi, tetapi memiliki dampak yang cukup negatif terhadap warga masyarakat terutama generasi muda (Adi, 2009).

Pecandu dijelaskan juga dalam UU tentang Narkotika No. 35 Tahun 2009 Pasal 1 yaitu orang yang menggunakan atau menyalahgunakan narkoba dan dalam keadaan ketergantungan pada narkoba baik secara fisik maupun psikis (UURI, 2009). Sedangkan narkoba merupakan singkatan dari narkoba dan obat/bahan berbahaya (Wijayanti, 2016). Pecandu narkoba berarti orang yang menggunakan atau menyalahgunakan narkoba dan obat/bahan berbahaya sehingga menimbulkan ketergantungan pada fisik maupun psikisnya (Yundani, 2018).

Hukum penggunaan narkoba dalam pandangan islam sebenarnya telah dijelaskan sejak lama. Tepatnya pada 10 Februari 1976, Majelis Ulama Indonesia (MUI) mengeluarkan fatwa bahwa menggunakan dan menyalahgunakan narkoba hukumnya bersifat haram. Keputusan tersebut tentu didasari atas dalil-dalil agama yang bersumber dari Al-qur'an dan hadist. Menurut ulama, narkoba adalah sesuatu yang bersifat mukhoddrot (mematikan rasa) dan mufattitrot (membuat lemah). Selain itu, narkoba juga merusak kesehatan jasmani, mengganggu mental bahkan mengancam nyawa (Fadlail & Hadori, 2019). Maka itu, hukum penggunaan narkoba diharamkan dalam islam. AL-Qur'an surah ALMaidah ayat 90

Artinya: *"Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan. Sesungguhnya syaitan itu bermaksud hendak menimbulkan permusuhan dan kebencian di antara kamu lantaran (meminum) khamar dan berjudi itu, dan menghalangi kamu dari mengingat Allah dan sembahyang maka berhentilah kamu (dari mengerjakan pekerjaan itu)."*

Peredaran narkoba yang marak menjadikan bentuk ketakutan yang sangat besar dirasakan masyarakat, oleh karena peredarannya masuk ke lingkungan tempat tinggal mereka,

bahkan terhadap orang miskin pun dengan mudah menikmati narkotika. Begitu ketagihan barulah pengedar akan menjerat seseorang agar candu, serta akibatnya terhadap pecandu narkotika yang tidak mampu untuk membeli akan melakukan upaya apa saja, misalnya mencuri, merampok, bahkan menghabisi nyawa orang lain (Makarao et al., 2003).

Narkotika di artikan sebagai zat atau obat yang berasal dari tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan dampak terhadap penurunan atau perubahan kesadaran, menghilangkan nyeri dan menimbulkan ketergantungan, yang dibedakan dalam bentuk golongan (Hamzah, 2009). Soedjono Dirdjosisworo, berpendapat bahwa penyalahgunaan narkotika adalah bentuk kejahatan berat sekaligus merupakan penyebab yang dapat menimbulkan berbagai bentuk kejahatan. Adapun mengenai pola atau tahap pemakaian narkoba sehingga terjadinya ketergantungan adalah mulai coba-coba, situasional, habituasi, serta ketergantungan (Imron, 2018). Ketergantungan, kecanduan atau adiksi disebut penyakit yang dapat dijelaskan gejalanya yang khas yang berulang kali kambuh (relapse) dan berlangsung progresif, artinya makin memburuk jika tidak ditolong dan dirawat dengan baik. Ketergantungan dapat menyebabkan timbulnya gejala putus zat apabila pemakaiannya dihentikan atau dikurangi dosisnya. Itulah antara lain yang menyebabkan

pecandu narkoba tidak mampu menghentikan pemakaiannya (Fatimah & Umuri, 2014).

Hukum penggunaan narkoba dalam pandangan islam sebenarnya telah dijelaskan sejak lama. Tepatnya pada 10 Februari 1976, Majelis Ulama Indonesia (MUI) mengeluarkan fatwa bahwa menggunakan dan menyalahgunakan narkoba hukumnya bersifat haram. Keputusan tersebut tentu didasari atas dalil-dalil agama yang bersumber dari Al-qur'an dan hadist. Menurut ulama, narkoba adalah sesuatu yang bersifat mukhodditot (mematikan rasa) dan mufattitot (membuat lemah). Selain itu, narkoba juga merusak kesehatan jasmani, mengganggu mental bahkan mengancam nyawa (Fadlail & Hadori, 2019). Maka itu, hukum penggunaan narkoba diharamkan dalam islam. AL-Qur'an surah ALMaidah ayat 90.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ
وَالْأَزْوَاجُ رَجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya: *"Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan. Sesungguhnya syaitan itu bermaksud hendak menimbulkan permusuhan dan kebencian di antara kamu lantaran (meminum) khamar dan berjudi itu, dan menghalangi kamu dari mengingat Allah dan sembahyang*

maka berhentilah kamu (dari mengerjakan pekerjaan itu)."

Ayat tersebut memberikan perintah bagi kaum mukmin agar menjauhi perbuatan-perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT. Larangan Allah SWT disebutkan bagi orang-orang yang beriman bahwa minuman keras, dalam jenis apapun, baik sedikit atau banyak, berjudi serta berkorban untuk berhala merupakan perbuatan keji karena itu masuk kedalam perbuatan setan. Maka sebagai orang beriman hendaklah jauhilah perbuatan tersebut dalam kehidupan pribadi serta kehidupan sosial dengan peraturan yang tegas dan hukuman yang berat agar kamu beruntung dan sejahtera lahir batin dalam kehidupan dunia dan terhindar dari azab Allah di akhirat, bahwa sesuatu hal yang akan merugikan diri sendiri dan juga orang lain maka hukumnya haram sama halnya dengan penggunaan narkoba (Washiyah, 2020).

Peredaran narkoba yang marak menjadikan bentuk ketakutan yang sangat besar dirasakan masyarakat, oleh karena peredarannya masuk ke lingkungan tempat tinggal mereka, bahkan terhadap orang miskin pun dengan mudah menikmati narkoba. Begitu ketagihan barulah pengedar akan menjerat seseorang agar candu, serta akibatnya terhadap pecandu narkoba yang tidak mampu untuk membeli akan melakukan upaya apa saja, misalnya mencuri, merampok, bahkan menghabisi nyawa orang lain (Makarao et al., 2023).

Dalam upaya mengatasi permasalahan kecanduan narkoba, layanan konseling individual memainkan peran yang sangat penting. Layanan ini memungkinkan konselor memberikan bantuan secara tatap muka dan personal kepada klien, sehingga tercipta hubungan yang mendalam dan penuh kepercayaan (rapport). Konseling individual bertujuan membantu klien memahami diri, mengidentifikasi masalah, serta mengembangkan kemampuan regulasi diri dan kontrol diri agar mampu mengatasi kecanduan dan mencegah kekambuhan.

Konseling individual mempunyai makna spesifik yaitu pertemuan antara konselor dengan klien secara individual atau perorangan, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya (Willis, 2017). Konseling individual adalah konseling yang dilakukan oleh konselor terhadap individu, sebagai suatu hubungan yang bersifat bantuan antara konselor dan klien, yaitu dukungan psikologis dan sosial yang bermakna bagi kehidupannya (Martono & Joewana, 2006).

Pendekatan konseling individual sering disebut psikoterapi nondirective yaitu suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara

ideal self (diri konseli yang ideal) dengan actual self (diri konseli sesuai kenyataan yang sebenarnya) (Willis, 2013). Tujuan utama konseling individual adalah membantu klien dalam mengentaskan masalah yang dihadapinya dan menjadikan klien dapat berdiri sendiri, tidak bergantung pada orang lain atau tergantung pada konselor (Hanum et al., 2015).

Menurut Sofyan Willis tujuan konseling adalah agar klien mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya. Satu hal yang penting lagi dari tujuan konseling adalah meningkatkan keimanan dan ketakwaan klien. Sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual-sosialemosional, dan moral-religius (Hartono & Soedarmadji, 2012). fungsi konseling individual adalah dimana konselor dapat memberikan pemahaman kepada klien tentang permasalahan yang di hadapinya, ketika klien sudah memahami maka permasalahan tersebut dapat dientaskan dan dicegah serta klien dapat memelihara dan mengembangkan potensi agar tetap dalam keadaan baik dan lebih baik lagi (Corey, 2013).

Melalui konseling individual, klien diharapkan dapat terampil mencegah atau menghadapi masalah, belajar bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain, serta menerima/menyesuaikan diri terhadap persoalan yang tidak dapat diubah. Konseling terhadap penyalahgunaan

narkoba juga meliputi fakta tentang penyalahgunaan narkoba dan dampak buruknya, mengakui masalah penyalahgunaan narkoba pada dirinya, serta menyadari perlunya hidup bebas tanpa narkoba (Martono & Joewana, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh M. Ade Setiawan, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, yang berjudul "Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Dalam Layanan Konseling Terhadap Korban Penyalahgunaan Narkoba Di House of Serenity Bandar Lampung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan cognitive behavior therapy sangat cocok digunakan untuk masalah adiksi bagi residen yang ada di rumah rehabilitasi House of Serenity (Setyawan, 2019). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Destiana, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, yang berjudul "Peran Konselor Dalam Meningkatkan Motivasi Untuk Pemulihan Klien Ketergantungan Napza (Narkotika, Psikotropika, Zat Adiktif) Di Rumah Rehabilitasi House of Serenity (HOS) Bandar Lampung". Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konselor memiliki peran sebagai konsultan, fasilitator, motivator, dan pemimpin melalui layanan dan rehabilitasi sosial yang

diberikan terhadap klien sehingga klien termotivasi (Destiyana, 2019).

Berdasarkan kompleksitas permasalahan di atas, penelitian mengenai efektivitas layanan konseling individual dalam rehabilitasi klien kecanduan narkoba menjadi sangat penting. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang peran dan efektivitas konseling individual dalam proses rehabilitasi, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan program rehabilitasi narkoba.

B. Metode Penelitian

Jurnal ini merupakan jenis jurnal studi literatur yang mencari referensi terhadap teori terkait serta kasus dan permasalahan yang ditemukan. Studi literatur merupakan suatu rangkuman tertulis yang mencakup artikel dari jurnal, buku, dan dokumen lainnya yang mendefinisikan efektivitas konseling individual dalam proses rehabilitasi. Tahapan metode studi literatur juga melibatkan serangkaian langkah sistematis untuk mengumpulkan, mengevaluasi, dan mensintesis informasi dari berbagai sumber literatur yang relevan. Metode studi literatur digunakan untuk mengumpulkan data dan sumber yang berkaitan dengan topik penelitian yang diteliti. Data yang terkumpul akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Metode analisis deskriptif dimaksudkan untuk mendeskripsikan fakta-fakta yang

dikumpulkan serta memberikan penjelasan dan pemahaman terhadap fakta-fakta tersebut.

Studi Literatur merupakan suatu metode untuk mencari referensi berupa teori-teori yang relevan dengan permasalahan yang ditemukan. Referensi ini dapat bersumber dari artikel ilmiah jurnal, buku-buku, laporan penelitian, skripsi, dan situs internet terpercaya yang sesuai dengan topik penelitian. Menurut Nuryana & Utari (2023) studi literatur merupakan suatu metode menyelesaikan persoalan dengan menelusuri sumber-sumber tulisan yang pernah dibuat sebelumnya. Sumber-sumber yang didapat dijadikan sebagai bahan Studi Literatur dan disusun menurut kaidah penulisan ilmiah. Ada beberapa metode yang dapat dilakukan untuk melakukan Studi Literatur, seperti mengupas (*criticize*), membandingkan (*compare*), meringkas (*summarize*), dan mengumpulkan (*synthesize*) suatu literatur (Nuryana et al., 2019).

C. Hasil & Pembahasan

Hasil

Faktor penyebab kecanduan narkoba

Menurut Rismanda & Ginting, (2018). Kejahatan atau kriminalitas merupakan bagian dari masalah manusia dalam kehidupan bermasyarakat sehari-hari. Kejahatan yang dilakukan oleh seseorang tidak luput dari adanya faktor-faktor yang menjadi pendorong pelaku untuk melakukan suatu kejahatan. Salah satu

kejahatan yang saat ini menarik perhatian masyarakat dan banyak terjadi di Indonesia adalah tindak pidana penyalahgunaan narkoba. Banyaknya narkoba jenis baru yang masuk di negara Indonesia juga menjadi salah satu faktor penyebab meningkatnya kasus kejahatan narkoba di Indonesia (Rismanda & Ginting, 2018).

Faktor penyebab kecanduan narkoba menurut berbagai jurnal ilmiah dapat diklasifikasikan menjadi beberapa kelompok utama:

1. Faktor Internal (Diri)

a. Kepribadian

Kepribadian seseorang dapat mempengaruhi kerentanannya terhadap kecanduan narkoba. Individu dengan kepribadian yang labil, mudah terpengaruh, atau memiliki konsep diri negatif dan harga diri rendah cenderung lebih rentan terhadap penyalahgunaan narkoba.

1) Impulsivitas: Individu yang memiliki sifat impulsif sering kali bertindak tanpa mempertimbangkan konsekuensi. Mereka mungkin mencoba narkoba sebagai bentuk pelarian atau untuk merasakan sensasi baru, yang dapat berujung pada kecanduan.

2) Kecenderungan untuk mencari pengakuan: Beberapa orang dengan kepribadian yang kurang stabil mungkin mencari pengakuan atau penerimaan dari lingkungan sosial mereka. Penggunaan narkoba bisa

menjadi cara untuk mendapatkan perhatian atau status di kalangan teman sebaya.

- 3) Perubahan Emosional: Kepribadian yang labil sering kali disertai dengan perubahan suasana hati yang ekstrem. Narkoba dapat digunakan sebagai cara untuk mengatasi atau melarikan diri dari perasaan negatif, yang pada akhirnya dapat memperkuat pola kecanduan.

b. Motivasi dan Rasa Ingin Tahu

Keinginan mencoba karena penasaran, mencari kebahagiaan, atau pelampiasan masalah emosional dan psikologis sering menjadi pemicu awal. Motivasi dan rasa ingin tahu juga merupakan faktor penting yang dapat mendorong seseorang untuk mencoba narkoba:

- 1) Keinginan untuk Bereksperimen: Banyak remaja dan dewasa muda merasa terdorong untuk mencoba narkoba karena rasa penasaran. Mereka ingin mengetahui bagaimana rasanya menggunakan narkoba, meskipun mereka menyadari risiko yang ada. Rasa ingin tahu ini sering kali menjadi langkah awal menuju kecanduan.
- 2) Mencari Kebahagiaan: Beberapa individu menggunakan narkoba sebagai cara untuk mencari kebahagiaan atau pelarian dari masalah emosional dan psikologis. Narkoba dapat memberikan efek euforia yang sementara, yang membuat pengguna merasa lebih baik dalam jangka pendek, meskipun efek tersebut bersifat

sementara dan dapat menyebabkan ketergantungan.

- 3) Pelampiasan Masalah: Ketika menghadapi stres, tekanan, atau masalah emosional, beberapa orang mungkin merasa bahwa menggunakan narkoba adalah cara untuk mengatasi perasaan tersebut. Ini dapat menciptakan siklus di mana penggunaan narkoba menjadi cara utama untuk mengatasi masalah, yang pada akhirnya mengarah pada kecanduan.

c. Gangguan Mental

Kondisi seperti depresi, kecemasan, dan stres mendorong seseorang menggunakan narkotika sebagai pelarian sementara. Gangguan mental sering kali berperan sebagai faktor pemicu yang signifikan dalam perkembangan kecanduan narkoba. Individu yang mengalami kondisi seperti depresi, kecemasan, atau gangguan bipolar cenderung menggunakan narkoba sebagai cara untuk mengatasi atau melarikan diri dari gejala yang mereka alami.

- 1) Self-Medication: Banyak orang dengan gangguan mental menggunakan narkoba untuk meredakan gejala yang menyakitkan, seperti rasa cemas atau depresi. Penggunaan narkoba dapat memberikan efek sementara yang menenangkan atau mengalihkan perhatian dari masalah yang dihadapi, sehingga menciptakan pola ketergantungan.
- 2) Perubahan Kimia Otak: Gangguan mental dapat mempengaruhi

keseimbangan kimia otak, termasuk produksi neurotransmitter seperti dopamin. Narkoba sering kali memanipulasi sistem penghargaan otak dengan meningkatkan kadar dopamin, yang dapat memperkuat perilaku penggunaan narkoba sebagai cara untuk merasakan kebahagiaan atau kepuasan.

- 3) Risiko Tinggi: Individu dengan gangguan mental memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan kecanduan karena mereka mungkin lebih rentan terhadap stres dan tekanan emosional, yang dapat mendorong mereka untuk mencari pelarian melalui penggunaan narkoba.

d. Hubungan Keluarga

Keluarga yang tidak harmonis (broken home), kurang perhatian, komunikasi buruk, dan rasa kesepian dapat memicu kecanduan. Dinamika dalam hubungan keluarga juga dapat berkontribusi pada risiko kecanduan narkoba. Lingkungan keluarga yang tidak sehat atau disfungsi dapat menciptakan kondisi yang mendukung perilaku penyalahgunaan narkoba.

- 1) Keluarga yang Tidak Harmonis: Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang mengalami konflik, kekerasan, atau ketidakstabilan emosional sering kali merasa tidak aman dan terabaikan. Rasa kesepian dan ketidakpuasan emosional ini dapat mendorong mereka untuk mencari pelarian melalui narkoba.

- 2) Kurangnya Dukungan Emosional: Keluarga yang tidak memberikan perhatian atau dukungan emosional yang cukup dapat membuat individu merasa terisolasi. Dalam upaya untuk mengatasi perasaan tersebut, mereka mungkin beralih ke narkoba sebagai cara untuk mengatasi kesedihan atau kekosongan yang mereka rasakan.

- 3) Pengaruh Teman Sebaya: Dalam banyak kasus, individu yang berasal dari keluarga yang tidak harmonis mungkin lebih rentan untuk terpengaruh oleh teman sebaya yang juga menggunakan narkoba. Keluarga yang tidak mampu memberikan bimbingan dan nilai-nilai positif dapat meningkatkan kemungkinan individu terlibat dalam perilaku berisiko.

2. Faktor Eksternal (Lingkungan)

a. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku individu, termasuk dalam hal penyalahgunaan narkoba.

- 1) Pengaruh Teman Sebaya: Individu, terutama remaja, sangat dipengaruhi oleh teman-teman mereka. Jika seseorang berada dalam kelompok sosial di mana penggunaan narkoba dianggap normal atau bahkan diharapkan, mereka lebih cenderung untuk mencoba dan akhirnya menjadi pecandu. Lingkungan yang mendukung perilaku negatif ini dapat menciptakan tekanan sosial

yang kuat untuk berpartisipasi dalam penggunaan narkoba.

2) **Normalisasi Penyalahgunaan:** Ketika penyalahgunaan narkoba menjadi hal yang umum dalam suatu komunitas atau kelompok, individu yang berada di dalamnya mungkin mulai melihat penggunaan narkoba sebagai perilaku yang dapat diterima. Hal ini dapat mengurangi stigma dan meningkatkan kemungkinan seseorang untuk mencoba narkoba.

3) **Kurangnya Dukungan Sosial:** Lingkungan sosial yang tidak mendukung, seperti kurangnya perhatian dari keluarga atau teman, dapat membuat individu merasa terisolasi. Dalam keadaan ini, mereka mungkin mencari pelarian melalui narkoba, yang dapat memberikan rasa nyaman sementara dari masalah emosional yang mereka hadapi.

b. **Kemudahan Akses dan Ketersediaan Narkotika**
Kemudahan akses dan ketersediaan narkotika juga merupakan faktor kunci yang dapat meningkatkan risiko kecanduan.

1) **Peredaran Narkoba yang Luas:** Di banyak daerah, narkotika dapat dengan mudah diakses, baik melalui jaringan pengedar maupun di tempat-tempat tertentu. Ketika narkoba tersedia secara luas, individu yang mungkin sebelumnya tidak tertarik untuk mencobanya menjadi lebih mungkin untuk melakukannya

2) **Faktor Ekonomi:** Dalam beberapa kasus, harga narkoba yang terjangkau dapat memudahkan individu untuk mengaksesnya. Jika seseorang memiliki sumber daya finansial yang cukup, mereka mungkin merasa lebih mampu untuk membeli narkoba, yang meningkatkan kemungkinan penyalahgunaan

3) **Kurangnya Penegakan Hukum:** Di beberapa wilayah, lemahnya penegakan hukum terhadap peredaran narkoba dapat menyebabkan ketersediaan yang lebih tinggi. Ketika individu merasa bahwa mereka tidak akan menghadapi konsekuensi hukum yang serius, mereka mungkin lebih cenderung untuk mencoba dan menggunakan narkoba.

c. **Pengaruh Media**

Media memiliki peran yang signifikan dalam membentuk pandangan dan perilaku masyarakat, termasuk dalam hal penyalahgunaan narkoba.

1) **Normalisasi Penggunaan Narkoba:** Dalam banyak film, acara televisi, dan musik, penggunaan narkoba sering kali digambarkan sebagai sesuatu yang glamor atau menyenangkan. Representasi ini dapat menciptakan persepsi bahwa menggunakan narkoba adalah hal yang biasa atau bahkan diinginkan, sehingga mendorong individu, terutama remaja, untuk mencoba narkoba.

2) Pengaruh Selebriti: Ketika selebriti atau tokoh publik yang diidolakan menggunakan atau mengakui penggunaan narkoba, hal ini dapat memberikan legitimasi kepada perilaku tersebut. Penggemar mungkin merasa terdorong untuk meniru tindakan idolanya, berpikir bahwa mereka juga akan mendapatkan status atau popularitas yang sama.

3) Kurangnya Edukasi tentang Bahaya Narkoba: Media sering kali tidak memberikan informasi yang cukup tentang risiko dan konsekuensi dari penggunaan narkoba. Ketika informasi tentang bahaya narkoba tidak disampaikan secara jelas, individu mungkin tidak sepenuhnya menyadari risiko yang mereka hadapi, sehingga lebih cenderung untuk mencoba narkoba.

d. Kurangnya Pendidikan dan Kesadaran

Pendidikan dan kesadaran yang rendah tentang narkoba dan dampaknya dapat meningkatkan risiko kecanduan.

1) Minimnya Pengetahuan: Banyak individu, terutama remaja, tidak memiliki pemahaman yang memadai tentang apa itu narkoba, efeknya, dan konsekuensi jangka panjang dari penggunaannya. Tanpa pendidikan yang memadai, mereka mungkin tidak menyadari bahwa penggunaan narkoba dapat menyebabkan kecanduan dan masalah kesehatan serius.

2) Kurangnya Program Pencegahan: Di beberapa daerah, program pendidikan tentang narkoba mungkin tidak tersedia atau tidak efektif. Tanpa adanya program yang mendidik masyarakat tentang bahaya narkoba dan cara menghindarinya, individu mungkin tidak memiliki alat atau pengetahuan yang diperlukan untuk membuat keputusan yang bijak.

3) Sikap Terhadap Narkoba: Kurangnya kesadaran tentang dampak negatif narkoba dapat menciptakan sikap yang permisif terhadap penggunaannya. Jika masyarakat tidak menganggap penyalahgunaan narkoba sebagai masalah serius, individu mungkin merasa lebih bebas untuk mencoba narkoba tanpa mempertimbangkan risiko yang ada.

Prosedur pelaksanaan Konseling Individual Dalam Proses Pemulihan Kecanduan Narkoba

Menurut Brammer proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi para peserta konseling tersebut (konselor dan klien). Secara umum proses konseling dibagi atas tiga tahapan (Willis, 2013).

1. Tahap Awal

a. Konselor menyapa dan memperkenalkan diri kepada klien untuk membangun hubungan kepercayaan (rapport) agar klien merasa nyaman dan terbuka.

- b. Melakukan asesmen awal dengan menggali informasi terkait riwayat penggunaan narkoba dan permasalahan klien menggunakan alat seperti Addiction Severity Index (ASI) dan Drug Abuse Screening Test (DAST).
 - c. Menjelaskan tujuan konseling dan membuat kontrak konseling bersama klien.
 - d. Menanyakan kesiapan klien untuk mengikuti proses konseling
2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)
- a. Konselor dan klien membahas dan mendalami permasalahan yang dihadapi sesuai dengan kontrak.
 - b. Memberikan terapi, sering menggunakan pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) atau Motivational Interviewing (MI).
 - c. Membantu klien memahami diri, mengidentifikasi masalah, dan mencari solusi bersama.
 - d. Konselor mendukung klien dalam mengambil keputusan yang sehat dan mempertimbangkan konsekuensi
3. Tahap Akhir
- a. Melakukan evaluasi hasil konseling dan perkembangan klien.
 - b. Memperkuat komitmen klien untuk menaati rencana pemulihan.
 - c. Menutup sesi konseling dengan memberikan dukungan agar klien dapat mempertahankan perubahan positif yang telah dicapai
- Pendekatan ini menekankan hubungan emosional yang kuat antara konselor dan klien, keterbukaan, serta penggunaan teknik terapi yang

terstruktur untuk membantu pecandu narkoba dalam proses pemulihan secara efektif. Ringkasnya, prosedur konseling individual pada pecandu narkoba meliputi membangun hubungan kepercayaan, asesmen, terapi dan diskusi masalah, pengambilan keputusan, serta evaluasi dan penutup, dengan metode yang disesuaikan untuk mendukung pemulihan klien secara menyeluruh

Langkah-langkah dalam proses konseling individu untuk pecandu narkoba secara umum meliputi:

a. Membangun Hubungan Kepercayaan (Rapport)

Konselor menyapa dan memperkenalkan diri untuk menciptakan suasana nyaman dan membangun kepercayaan agar klien terbuka dan jujur

b. Assessment (Penilaian Awal)

Menggali informasi terkait riwayat penggunaan narkoba dan masalah yang dihadapi klien melalui wawancara dan alat asesmen seperti Addiction Severity Index (ASI), Drug Abuse Screening Test (DAST), dan lainnya

c. Mengidentifikasi Masalah Inti

Bersama klien, konselor mengenali dan menjelaskan inti permasalahan yang menyebabkan kecanduan, serta menelusuri latar belakangnya.

d. Menjelaskan Tujuan dan Membuat Kontrak Konseling

Konselor menjelaskan tujuan konseling dan membuat kesepakatan (kontrak) bersama klien mengenai

proses dan komitmen yang harus dijalani.

e. Pelaksanaan Konseling (Tahap Kerja)

Konselor dan klien mendiskusikan masalah secara mendalam, menggunakan teknik seperti Cognitive Behavioral Therapy (CBT) atau Motivational Interviewing (MI) untuk membantu klien memahami diri, mencari solusi, dan mengambil keputusan yang sehat

f. Evaluasi dan Penutupan

Konselor meminta klien mengevaluasi proses konseling, menguatkan komitmen untuk perubahan, dan menutup sesi dengan dukungan agar klien dapat mempertahankan hasil pemulihan.

Peran Konseling Individual Dalam Proses Pemulihan Kecanduan Narkoba

Peran konseling individual dalam proses pemulihan kecanduan narkoba sangat krusial dan multifaset, berfokus pada pemberian dukungan psikologis, penguatan mental, serta pembentukan kesadaran dan keterampilan klien untuk mengatasi ketergantungan.

1. Membangun Hubungan Kepercayaan dan Dukungan Emosional

Konseling individual menyediakan ruang aman yang memungkinkan pecandu narkoba untuk terbuka dan jujur mengenai masalahnya. Hubungan konselor-klien yang hangat dan suportif ini penting untuk mengurangi rasa

kejenuhan dan isolasi yang sering dialami klien selama proses pemulihan.

Salah satu peran utama konseling individual adalah membangun hubungan kepercayaan antara konselor dan klien. Hubungan ini sangat penting karena:

a. Rasa Aman: Klien perlu merasa aman dan nyaman untuk berbagi pengalaman, perasaan, dan tantangan yang mereka hadapi. Ketika konselor menciptakan lingkungan yang mendukung, klien lebih cenderung terbuka tentang masalah mereka, termasuk pengalaman kecanduan dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku mereka.

b. Dukungan Emosional: Konselor berfungsi sebagai sumber dukungan emosional yang penting bagi klien. Dalam proses pemulihan, klien sering kali mengalami berbagai emosi, termasuk rasa malu, kesedihan, dan kecemasan. Konselor yang empatik dapat membantu klien mengatasi perasaan ini, memberikan dorongan, dan membantu mereka merasa tidak sendirian dalam perjuangan mereka.

c. Motivasi untuk Berubah: Dengan membangun hubungan yang kuat, konselor dapat memotivasi klien untuk berkomitmen pada proses pemulihan. Ketika klien merasa didukung dan dipahami, mereka lebih mungkin untuk mengambil langkah-langkah positif menuju perubahan dan pemulihan.

2. Asesmen dan Identifikasi Masalah Spesifik

Konselor melakukan asesmen mendalam untuk memahami tingkat kecanduan, kondisi psikologis, serta faktor penyebab yang melatarbelakangi penyalahgunaan narkoba. Hal ini memungkinkan intervensi yang tepat sasaran dan personalisasi terapi.

Konseling individual juga berperan penting dalam melakukan asesmen dan identifikasi masalah spesifik yang dihadapi klien:

- a. Pengumpulan Informasi: Konselor melakukan asesmen menyeluruh untuk memahami latar belakang klien, termasuk riwayat penggunaan narkoba, kondisi mental, dan faktor sosial yang mungkin berkontribusi pada kecanduan. Proses ini membantu konselor mendapatkan gambaran yang jelas tentang situasi klien.
- b. Identifikasi Masalah yang Mendasari: Melalui dialog dan teknik asesmen, konselor dapat membantu klien mengidentifikasi masalah spesifik yang mungkin tidak mereka sadari sebelumnya. Ini bisa mencakup trauma masa lalu, masalah kesehatan mental, atau tekanan sosial yang memicu penggunaan narkoba.
- c. Pengembangan Rencana Pemulihan: Setelah masalah diidentifikasi, konselor dapat bekerja sama dengan klien untuk mengembangkan rencana pemulihan yang sesuai. Rencana ini

akan mencakup strategi untuk mengatasi masalah yang mendasari, serta langkah-langkah konkret untuk menghindari kekambuhan.

3. Pemberian Terapi dan Pendampingan Psikologis

Melalui teknik seperti Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Motivational Interviewing, konseling individual membantu klien mengubah pola pikir dan perilaku negatif, meningkatkan motivasi untuk berhenti, dan mengembangkan strategi koping yang sehat.

Konseling individual berfungsi sebagai salah satu bentuk terapi yang sangat penting dalam proses pemulihan kecanduan narkoba. Dalam konteks ini, konselor memberikan dukungan psikologis yang diperlukan untuk membantu klien mengatasi kecanduan mereka.

- a. Terapi Kognitif-Perilaku (CBT): Salah satu pendekatan yang sering digunakan dalam konseling adalah terapi kognitif-perilaku. Melalui CBT, konselor membantu klien mengenali pola pikir negatif dan perilaku yang berkontribusi pada kecanduan. Dengan mengganti pola pikir tersebut dengan cara berpikir yang lebih positif dan konstruktif, klien dapat mengembangkan strategi untuk mengatasi dorongan untuk menggunakan narkoba.
- b. Pendampingan Emosional: Konselor berperan sebagai pendengar yang empatik, memberikan ruang bagi klien untuk mengekspresikan

perasaan dan pengalaman mereka. Pendampingan ini sangat penting, karena banyak klien merasa terisolasi dan tidak dipahami. Dengan adanya dukungan emosional, klien dapat merasa lebih kuat dan termotivasi untuk melanjutkan proses pemulihan.

- c. Pendidikan tentang Kecanduan: Konselor juga memberikan informasi yang diperlukan tentang kecanduan, termasuk efek jangka panjang dari penggunaan narkoba dan cara-cara untuk menghindari kekambuhan. Pengetahuan ini membantu klien memahami situasi mereka dengan lebih baik dan membuat keputusan yang lebih baik dalam hidup mereka.
4. Penguatan Mental dan Pencegahan Kekambuhan

Konselor berperan sebagai motivator dan pembimbing yang mendukung klien dalam mengatasi hambatan fisik, emosional, dan sosial selama rehabilitasi. Pendampingan ini penting untuk mencegah frustrasi, depresi, dan potensi kekambuhan.

Konseling individual juga berperan penting dalam penguatan mental klien dan pencegahan kekambuhan.

- a. Pengembangan Keterampilan Koping: Dalam sesi konseling, klien diajarkan keterampilan koping yang efektif untuk mengatasi stres dan tekanan yang mungkin muncul selama proses pemulihan. Keterampilan ini mencakup teknik relaksasi, manajemen emosi, dan cara-cara untuk menghadapi situasi

berisiko yang dapat memicu keinginan untuk menggunakan narkoba.

- b. Identifikasi Pemicu: Konselor membantu klien mengidentifikasi pemicu yang dapat menyebabkan kekambuhan, seperti situasi sosial tertentu, stres, atau emosi negatif. Dengan mengenali pemicu ini, klien dapat mengembangkan rencana untuk menghindari atau mengatasi situasi tersebut, sehingga mengurangi risiko kekambuhan.
- c. Dukungan Berkelanjutan: Konseling individual tidak hanya berfokus pada pemulihan jangka pendek, tetapi juga pada dukungan berkelanjutan. Konselor dapat membantu klien merencanakan langkah-langkah untuk menjaga kesehatan mental dan emosional mereka setelah menyelesaikan program rehabilitasi. Ini termasuk mengarahkan klien untuk bergabung dengan kelompok dukungan atau program pemulihan lainnya.

5. Evaluasi dan Monitoring Perkembangan

Konseling individual juga berfungsi sebagai sarana evaluasi berkala untuk menilai kemajuan klien dan melakukan penyesuaian terapi jika diperlukan, termasuk pemantauan hasil tes narkoba sebagai indikator keberhasilan pemulihan.

Konseling individual memiliki peran yang sangat penting dalam evaluasi dan monitoring perkembangan klien selama proses pemulihan kecanduan narkoba. Berikut

adalah penjelasan mengenai peran tersebut:

a. Evaluasi Perkembangan

1) Pengukuran Kemajuan: Konselor secara berkala melakukan evaluasi untuk mengukur kemajuan klien dalam proses pemulihan. Ini mencakup penilaian terhadap perubahan perilaku, pengurangan penggunaan narkoba, dan peningkatan dalam aspek kehidupan lainnya, seperti hubungan sosial dan kesehatan mental. Dengan melakukan evaluasi ini, konselor dapat menentukan apakah strategi yang diterapkan efektif atau perlu disesuaikan.

2) Identifikasi Masalah Baru: Selama proses pemulihan, klien mungkin menghadapi tantangan baru atau masalah yang sebelumnya tidak teridentifikasi. Konselor berperan dalam mengidentifikasi masalah-masalah ini melalui diskusi terbuka dan refleksi bersama klien. Dengan memahami masalah baru yang muncul, konselor dapat membantu klien mengembangkan rencana tindakan yang lebih baik.

b. Monitoring Perkembangan

1) Sesi Konseling Rutin: Konselor melakukan sesi konseling secara rutin untuk memantau perkembangan klien. Dalam sesi ini, konselor dapat mendiskusikan kemajuan klien, tantangan yang dihadapi, dan strategi yang telah diterapkan. Monitoring yang konsisten membantu klien tetap fokus pada tujuan pemulihan

mereka dan memberikan kesempatan untuk melakukan penyesuaian jika diperlukan.

2) Dukungan Berkelanjutan: Monitoring juga mencakup memberikan dukungan berkelanjutan kepada klien. Konselor dapat membantu klien mengatasi stres dan tekanan yang mungkin muncul selama proses pemulihan. Dengan memberikan dukungan emosional dan praktis, konselor membantu klien merasa lebih terhubung dan termotivasi untuk terus berjuang.

3) Pencegahan Kekambuhan: Melalui evaluasi dan monitoring, konselor dapat membantu klien mengidentifikasi pemicu yang dapat menyebabkan kekambuhan. Dengan memahami situasi atau emosi yang berisiko, klien dapat mengembangkan strategi untuk menghindari atau mengatasi pemicu tersebut, sehingga mengurangi kemungkinan kekambuhan.

Efektivitas Layanan Konseling Individual Dalam Proses Rehabilitasi Klien Kecanduan Narkoba

Konseling individual terbukti efektif meningkatkan regulasi diri pecandu narkoba, yaitu kemampuan mereka mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan perilaku sehingga mampu menghindari penggunaan narkoba kembali. Studi di Badan Narkotika Nasional Kota Pekanbaru menunjukkan peningkatan skor regulasi diri signifikan setelah konseling individual diberikan.

Melalui konseling individual, klien dapat lebih memahami faktor pemicu kecanduan, pola pikir negatif, dan mengembangkan strategi pengendalian diri. Pendekatan ini memberikan lingkungan aman dan terpercaya bagi klien untuk eksplorasi masalah secara mendalam.

Metode PCT dalam konseling individual efektif karena menyesuaikan dengan kebutuhan unik setiap individu, memungkinkan klien membahas masalah tanpa penghakiman dan mengembangkan perilaku positif serta kemandirian. Konseling individual berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri klien, yaitu keyakinan diri untuk mengatasi godaan narkoba, sehingga mengurangi risiko relapse pasca rehabilitasi. Konseling yang terstruktur dengan tujuan jelas dan strategi komunikasi yang baik antara konselor dan klien mendukung keberhasilan proses rehabilitasi, sebagaimana diterapkan di Badan Narkotika Nasional Provinsi Lampung (Simarmata & Malik, 2022).

Layanan konseling individual memainkan peran yang sangat penting dalam proses rehabilitasi klien kecanduan narkoba. Efektivitas layanan ini dapat dilihat dari beberapa aspek kunci yang berkontribusi pada pemulihan klien.

1. Pendekatan Terapeutik yang Personalisasi

Konseling individual memungkinkan pendekatan yang lebih personal dan spesifik untuk setiap klien. Setiap individu memiliki latar

belakang, pengalaman, dan masalah yang unik terkait kecanduan mereka. Dengan konseling individual, konselor dapat menyesuaikan teknik dan strategi yang digunakan berdasarkan kebutuhan spesifik klien. Ini mencakup penggunaan terapi kognitif-perilaku, terapi perilaku dialektis, atau pendekatan lain yang sesuai dengan kondisi mental dan emosional klien.

2. Dukungan Emosional dan Psikologis

Konseling individual memberikan dukungan emosional yang sangat dibutuhkan oleh klien selama proses pemulihan. Banyak klien yang mengalami rasa malu, kesedihan, dan kecemasan terkait dengan kecanduan mereka. Konselor berperan sebagai pendengar yang empatik, membantu klien untuk mengekspresikan perasaan mereka dan memberikan dukungan yang diperlukan untuk mengatasi tantangan emosional. Dukungan ini dapat meningkatkan rasa percaya diri klien dan membantu mereka merasa lebih termotivasi untuk melanjutkan proses pemulihan.

3. Identifikasi dan Penanganan Masalah yang Mendasari

Salah satu aspek penting dari konseling individual adalah kemampuannya untuk membantu klien mengidentifikasi masalah yang mendasari kecanduan mereka. Banyak klien mungkin menggunakan narkoba sebagai cara untuk mengatasi masalah emosional, trauma, atau stres. Melalui sesi konseling, konselor dapat membantu klien mengeksplorasi dan memahami faktor-faktor ini, serta

mengembangkan strategi untuk mengatasi masalah tersebut secara lebih sehat.

4. Pengembangan Keterampilan Koping

Konseling individual juga berfokus pada pengembangan keterampilan koping yang efektif. Klien diajarkan cara-cara untuk mengatasi stres, mengelola emosi, dan menghadapi situasi berisiko yang dapat memicu kekambuhan. Dengan keterampilan ini, klien menjadi lebih siap untuk menghadapi tantangan yang mungkin muncul selama proses pemulihan, sehingga mengurangi risiko kekambuhan.

5. Monitoring dan Evaluasi Berkala

Konseling individual memungkinkan adanya monitoring dan evaluasi berkala terhadap kemajuan klien. Konselor dapat menilai apakah strategi yang diterapkan efektif dan melakukan penyesuaian jika diperlukan. Proses evaluasi ini membantu klien untuk tetap fokus pada tujuan pemulihan mereka dan memberikan kesempatan untuk merayakan pencapaian kecil yang dapat meningkatkan motivasi.

6. Dukungan Berkelanjutan

Setelah menyelesaikan program rehabilitasi, konseling individual dapat terus memberikan dukungan berkelanjutan bagi klien. Ini penting untuk memastikan bahwa klien tetap pada jalur pemulihan dan memiliki akses ke sumber daya yang diperlukan untuk menjaga kesehatan mental dan emosional mereka. Dukungan

berkelanjutan ini dapat membantu mencegah kekambuhan dan memastikan bahwa klien dapat membangun kehidupan yang lebih sehat dan produktif.

Pembahasan

Peran konseling individual dalam proses pemulihan kecanduan narkoba sangat krusial dan multifaset, berfokus pada pemberian dukungan psikologis, penguatan mental, serta pembentukan kesadaran dan keterampilan klien untuk mengatasi ketergantungan. Melalui teknik seperti Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dan Motivational Interviewing, konseling individual membantu klien mengubah pola pikir dan perilaku negatif, meningkatkan motivasi untuk berhenti, dan mengembangkan strategi koping yang sehat. Konseling individual berfungsi sebagai salah satu bentuk terapi yang sangat penting dalam proses pemulihan kecanduan narkoba. Dalam konteks ini, konselor memberikan dukungan psikologis yang diperlukan untuk membantu klien mengatasi kecanduan mereka.

Konseling individual terbukti efektif meningkatkan regulasi diri pecandu narkoba, yaitu kemampuan mereka mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan perilaku sehingga mampu menghindari penggunaan narkoba kembali. Studi di Badan Narkotika Nasional Kota Pekanbaru menunjukkan peningkatan skor regulasi diri signifikan setelah konseling individual diberikan.

Melalui konseling individual, klien dapat lebih memahami faktor pemicu kecanduan, pola pikir negatif, dan mengembangkan strategi pengendalian diri. Pendekatan ini memberikan lingkungan aman dan terpercaya bagi klien untuk eksplorasi masalah secara mendalam.

Metode PCT dalam konseling individual efektif karena menyesuaikan dengan kebutuhan unik setiap individu, memungkinkan klien membahas masalah tanpa penghakiman dan mengembangkan perilaku positif serta kemandirian. Konseling individual berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri klien, yaitu keyakinan diri untuk mengatasi godaan narkoba, sehingga mengurangi risiko relapse pasca rehabilitasi. Konseling yang terstruktur dengan tujuan jelas dan strategi komunikasi yang baik antara konselor dan klien mendukung keberhasilan proses rehabilitasi, sebagaimana diterapkan di Badan Narkotika Nasional Provinsi Lampung

Layanan konseling individual merupakan pendekatan yang penting dalam proses rehabilitasi pecandu narkoba. Dalam konteks ini, konseling individual berfungsi untuk membantu klien memahami akar masalah kecanduannya, menggali faktor pemicu (trigger), dan mengembangkan strategi coping yang sehat. Teori konseling seperti pendekatan kognitif-behavioral (CBT) sangat relevan diterapkan, karena fokus pada restrukturisasi pola pikir negatif dan membentuk perilaku baru yang lebih adaptif. Selain itu,

hubungan yang bersifat pribadi dan rahasia antara konselor dan klien membantu menciptakan rasa aman dan kepercayaan, yang menjadi landasan utama dalam proses pemulihan kecanduan (Rahmat, 2021).

Efektivitas layanan konseling individual dalam rehabilitasi juga dapat dianalisis dari beberapa indikator, seperti tingkat kepatuhan klien terhadap program, penurunan frekuensi penggunaan zat, peningkatan kontrol diri, dan keberhasilan klien dalam membangun relasi sosial yang sehat. Teori perubahan perilaku dari Prochaska dan DiClemente, seperti "Transtheoretical Model of Change", menjelaskan bahwa keberhasilan pemulihan klien bergantung pada tahapan kesiapan individu dalam berubah (precontemplation, contemplation, preparation, action, dan maintenance). Oleh karena itu, konselor perlu menyesuaikan pendekatan dan teknik intervensi sesuai dengan tahapan tersebut untuk mencapai efektivitas yang optimal (NIDA, 2018).

penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno (2017) berjudul *Efektivitas Layanan Konseling Individu dalam Proses Rehabilitasi Klien Pecandu Narkoba di Panti Rehabilitasi Yayasan Harapan Bunda Jakarta* menunjukkan bahwa pendekatan konseling individual secara signifikan membantu proses penyadaran dan pengendalian diri klien pecandu narkoba. Melalui sesi konseling rutin, klien mendapatkan ruang aman untuk mengungkapkan

emosi, menata kembali tujuan hidup, serta meningkatkan motivasi untuk berhenti menggunakan narkoba. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, dan menyimpulkan bahwa hubungan empatik konselor-klien menjadi kunci utama keberhasilan program rehabilitasi (Sutrisno, 2017).

Sementara itu, Fitriani & Abdullah (2022) dalam penelitiannya yang berjudul *Pendekatan Konseling Individual Berbasis Terapi Kognitif-Perilaku dalam Pemulihan Klien Narkoba di Lembaga Rehabilitasi Provinsi Riau* menemukan bahwa integrasi antara konseling individual dan terapi kognitif-perilaku (CBT) dapat mempercepat proses pemulihan dan mengurangi risiko kekambuhan. Studi ini menekankan pentingnya restrukturisasi pola pikir negatif serta latihan penguatan perilaku sehat dalam sesi konseling. Hasil penelitian memperlihatkan peningkatan signifikan dalam aspek kesadaran diri, kontrol emosi, dan kemampuan mengambil keputusan yang lebih sehat pasca menjalani 8 sesi konseling. Penelitian ini merekomendasikan penguatan peran konselor sebagai agen perubahan di pusat-pusat rehabilitasi (Fitriani & Abdullah, 2022).

D. Kesimpulan

Konseling individual memiliki peran yang sangat penting dalam proses pemulihan kecanduan narkoba. Melalui pendekatan yang personal dan terstruktur, konseling ini membantu

membangun hubungan kepercayaan antara konselor dan klien, sehingga klien merasa nyaman untuk membuka diri dan mengatasi masalah kecanduannya. Proses konseling meliputi tahap asesmen, identifikasi masalah, terapi, evaluasi, dan penguatan komitmen yang semuanya dirancang untuk mendukung perubahan perilaku dan pola pikir negatif.

Faktor penyebab kecanduan narkoba sangat kompleks, melibatkan aspek internal seperti kepribadian, kondisi psikologis, dan lingkungan keluarga, serta faktor eksternal seperti pengaruh sosial dan kemudahan akses narkoba. Oleh karena itu, konseling individual yang efektif harus mampu mengakomodasi berbagai faktor tersebut secara holistik.

Layanan konseling individual terbukti efektif dalam proses rehabilitasi klien kecanduan narkoba. Melalui pendekatan yang personal, dukungan emosional, identifikasi masalah yang mendasari, pengembangan keterampilan koping, dan monitoring berkala, konseling individual memberikan fondasi yang kuat bagi klien untuk mencapai pemulihan yang

Daftar Pustaka

Adi, K. (2009). *Kebijakan kriminal dalam penanggulangan tindak pidana narkoba oleh anak*. UMM Press.

- Corey, G. (2013). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*. Refika Aditama.
- Fadlail, A., & Hadori, M. (2019). Penanganan pecandu narkoba. *Maddah: Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*, 1(2), 68–81. <https://doi.org/10.31538/maddah.v1i2.260>
- Fatimah, S. F., & Umuri, M. T. (2014). Faktor-faktor penyebab kenakalan remaja di Desa Kemadang Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. *Citizenship: Jurnal Pancasila dan Kewarganegaraan*, 4(1), 87–96.
- Hamzah, A. (2009). *Kejahatan narkoba dan psikotropika*. Sinar Grafika.
- Hartono, & Soedarmadji, B. (2012). *Psikologi konseling*. Prenadamedia Group.
- Imron, I. F. (2018). *Fenomena sosial*. LPPM Institut Agama Islam Ibrahimy Genteng Banyuwangi.
- Makarao, M. T., Suhasril, & Zakky, M. A. S. (2003). *Tindak pidana narkoba*. Ghalia Indonesia.
- Martono, L. H., & Joewana, S. (2006). *Pencegahan dan penanggulangan penyalahgunaan narkoba berbasis sekolah*. Balai Pustaka.
- Nuryana, A., Pawito, P., & Utari, P. (2019). Pengantar metode penelitian kepada suatu pengertian yang mendalam mengenai konsep fenomenologi. *Ensains Journal*, 2(1), 19–24. <https://doi.org/10.31848/ensains.v2i1.148>
- Rismanda, C., & Ginting, R. (2018). Faktor-faktor penyebab tindak pidana penyalahgunaan narkoba di Kota Surakarta. *Recidive: Jurnal Hukum Pidana dan Penanggulangan Kejahatan*, 6(2), 227–243.
- Setiawan, M. A. (2019). *Pendekatan cognitive behavior therapy dalam layanan konseling terhadap korban penyalahgunaan narkoba di House of Serenity Bandar Lampung* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung).
- Simarmata, T. H., & Malik. (2022). Efektivitas konseling klien rawat jalan di Badan Narkotika Nasional Provinsi Lampung. *JPAP: Jurnal Politik, Administrasi Publik*, 2(1).
- Willis, S. S. (2013). *Konseling individual: Teori dan praktek*. Alfabeta.
- Willis, S. S. (2017). *Konseling individual: Teori dan praktek*. Alfabeta.
- Wijayanti, D. (2016). *Revolusi mental: Stop penyalahgunaan narkoba*. Indoliterasi.
- Washiyah. (2020). *Peran konselor adiksi dalam menangani pecandu narkoba di Yayasan Kelompok Peduli Penyalahgunaan Narkotika dan Obat-Obatan Terlarang (YKP2N) Makassar*.
- Yundani, Y. C. (2018). *Meningkatkan self-control pecandu narkoba dengan teknik role playing* (Tesis,

- Universitas Pendidikan
Indonesia).
- Undang-Undang Republik Indonesia
Nomor 35 Tahun 2009 tentang
Narkotika.
- Destiyana, T. (2019). *Peran konselor
dalam meningkatkan motivasi
untuk pemulihan klien
ketergantungan napza di Rumah
Rehabilitasi House of Serenity
Bandar Lampung* (Skripsi,
Universitas Islam Negeri Raden
Intan Lampung).
- Hanum, M., Prayitno, & Nirwana, H.
(2015). Efektivitas layanan
konseling perorangan
meningkatkan kemandirian siswa
dalam menyelesaikan masalah
belajar. *Jurnal Konseling dan
Pendidikan*, 4(3), 164–170.