

## KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI SEMBUH PADA KORBAN PENYALAHGUNAAN NAPZA

Juwita S.<sup>1</sup>, Mulia Marita L. T. <sup>2</sup>, Triono<sup>3</sup>  
Universitas Bina Darma Palembang<sup>1,2,3</sup>  
[05470gmplb@gmail.com](mailto:05470gmplb@gmail.com)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui konseling kelompok dalam meningkatkan motivasi sembuh pada korban penyalahgunaan NAPZA. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Hasil penelitian dilakukan pada 16 residen pengguna NAPZA di Yayasan Mitra Mulia Banyu Asin. Residen yang sedang menjalani rehabilitasi pada umum residen yang pernah melakukan rehab. Ini terjadi akibat mereka tidak memiliki motivasi yang kuat untuk sembuh. Mereka gampang kembali berkumpul dengan lingkungannya. Di riset ini residen diberikan intervensi konseling kelompok. Setelah dilakukan intervensi terhadap residen, ada pengaruh positif konseling kelompok terhadap motivasi pada penyalahgunaan NAPZA. Sehingga mereka memiliki motivasi dan semangat untuk kembali berkumpul dengan keluarga dan kelompok sosialnya. Simpulan penelitian ini menemukan bahwa hubungan antara konseling kelompok menimbulkan motivasi untuk sembuh bagi residen.

**Keywords:** Konseling Kelompok, Motivasi, Penyalahgunaan NAPZA.

### ABSTRACT

The purpose of this study is to find out group counselling in improving motivation to heal in victims of NAPZA abuse. This research uses qualitative methods. The results of the study were carried out on 16 residents of NAPZA users in the Foundation of His Excellency Associates Banyu Asin. A resident undergoing rehabilitation at a public residence that has been undergoin rehabilitation. It's because they don't have a strong motivation to heal. They're easy to get back together with their surroundings. In this research residence was given group counselling intervention. After intervention against the residence, there is a positive influence of group counselling on motivation on the abuse of NAPZA. So they have the motivation and enthusiasm to come back together with their families and their social groups. The conclusion of this study found that the relationship between group counseling motivates the resident to recover.

**Keywords:** Drug Abuse, Group Counselling, Motivation.

## PENDAHULUAN

"Narkoba" adalah singkatan dari kata Narkotika dan "bahan berbahaya". Selain itu "narkoba", Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menambahkan istilah NAPZA, yang merupakan singkatan dari Narkotika, psikotropika, dan zat adiktif. Narkoba adalah bahan kimia yang diperlukan untuk kesehatan. Setelah masuk ke organ tubuh, akan mengubah satu atau lebih fungsinya. Kemudian dengan ketergantungan fisik dan mental pada tubuh, sehingga gangguan fisik dan mental akan terjadi jika zat tersebut dihentikan pengonsumsiannya (Jannah, 2022).

Hasil survei menunjukkan bahwa prevalensi penyalahgunaan narkoba setahun pakai pada tahun 2021 adalah 1,95%, atau 195 dari 10.000 orang usia 15 hingga 64 tahun, memakai narkoba dalam tahun sebelumnya. Sebanding dengan itu, prevalensi pernah pakai adalah 2,57%, atau 257 dari 10.000 orang usia 15 hingga 64 tahun, memakai narkoba. Angka prevalensi setahun pakai lebih rendah dari angka pernah pakai, menunjukkan bahwa kemungkinan sebagian besar penduduk usia 15 hingga 64 tahun memakai narkoba pada tahun sebelumnya. (Irianto, 2022).

Angka prevalensi penyalahgunaan narkoba terus meningkat setiap tahun, seperti yang ditunjukkan oleh peningkatan tahunan angka prevalensi. Antara tahun 2019 dan 2021, prevalensi penyalahgunaan narkoba setahun pakai meningkat sebesar 0,15% dari 1,80% pada tahun 2019 menjadi 1,95% pada tahun 2021. Jumlah absolut penduduk menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam penyalahgunaan narkoba: selama tahun terakhir, sebanyak 243.458 orang dari 3.662.646 orang usia 15-64 tahun menyalahgunakan narkoba, meningkat dari 3.419.188 orang pada tahun 2019.

Sementara itu, angka prevalensi penyalahgunaan narkoba pernah pakai meningkat sebesar 0,17% dari 2,4% pada tahun 2019 menjadi 2,57% pada tahun 2021. Ini adalah peningkatan 292.872 orang dibandingkan dengan jumlah tahun sebelumnya, yaitu 4.534.744 orang. Selain itu, peningkatan prevalensi tersebut menunjukkan peningkatan peredaran narkoba di masyarakat, yang mengakibatkan peningkatan jumlah pemakai narkoba hanya dalam dua tahun. (Irianto, 2022). Demikian dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan jumlah pengguna narkoba di Indonesia.

Tindakan represif yang diambil terhadap individu yang melakukan penyalahgunaan narkoba dikenal sebagai rehabilitasi Narkotika. Rehabilitasi adalah perawatan pasien yang menggunakan narkoba. Tujuan rehabilitasi adalah untuk membantu korban penyalahgunaan narkoba memulihkan atau memperbaiki kemampuan fisik, mental, dan sosial mereka. Rehabilitasi juga digunakan sebagai terapi untuk pecandu narkoba untuk sembuh dari kecanduan mereka, dan membantu korban penyalahgunaan narkoba mengurangi ketergantungan mereka pada narkoba dan memperoleh rasa percaya diri kembali ke lingkungan keluarga dan masyarakat mereka. Residen, atau klien, adalah orang yang tinggal di rumah rehabilitasi dan mengikuti program rehabilitasi.

Bagaimanapun, hak setiap korban penyalahgunaan NAPZA untuk sembuh dan membangun hidup kembali adalah hak mereka. Menurut Rino (2024), penyalahgunaan dianggap sebagai "orang sakit" karena perilaku kecanduan narkoba yang dapat disembuhkan. Orang yang menggunakan NAPZA setelah rehabilitasi masih memiliki kemungkinan untuk kambuh dan menggunakan NAPZA lagi. Perilaku relaps pada penyalahgunaan NAPZA

tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah motivasi (Mardani et al., 2023). Motivasi berperan penting dalam pembentukan perilaku relaps. Dalam hal ini, motivasi dapat membantu individu mengendalikan dan menahan diri untuk tidak menggunakan NAPZA lagi. (Syuhada, 2019)

Residen di yayasan Mitra sejumlah 16 orang, 14 residen merupakan orang yang pernah menjalani rehabilitasi ulang. Dengan demikian mereka sudah melewati rehabilitasi dan dinyatakan layak kembali bergabung dengan lingkungan sosialnya karena telah sembuh. Namun kenyataannya mereka kembali datang ke yayasan mitra untuk menjalani rehabilitasi kembali.

Dari pra konseling kepada 14 residen, didapati hasil bahwa mereka tidak memiliki keyakinan yang kuat untuk berkumpul dengan keluarga. Mereka masih merasa gamang, merasa lingkungannya belum menerima mereka. Lingkungan mereka masih menganggap para residen tersebut tetap sebagai orang yang sakit. Padahal mereka sudah dinyatakan sembuh. Sehingga pada akhirnya mereka terjebak kembali dengan penyalahgunaan narkoba.

Penulis mencoba memberikan bantuan melalui konseling kelompok, melalui konseling ini diharapkan dapat memberikan energi tambahan sesama residen agar mereka merasa sepenanggung. Sehingga pada akhirnya mereka mempunyai kekuatan hati untuk memiliki motivasi untuk sembuh dari penyalahgunaan NAPZA ini.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Pada penelitian ini dilakukan eksperimen terhadap residen yang sedang mengalami rehabilitasi di Yayasan Mitra Mulia Banyu Asin. Para residen merupakan

penyandang penyalahgunaan NAPZA. Jumlah peserta sebanyak 16 orang yang berusia antara 20 sampai dengan 40 tahun. Pelaksanaan konseling dilakukan melalui wawancara, diskusi kelompok serta observasi.

Kegiatan program dilakukan di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin dan dilaksanakan sejak tanggal 15 September sampai dengan 15 Desember 2023. Khusus untuk grup diskusi dilaksanakan pada setiap hari Selasa, Kamis, Sabtu selama pelaksanaan Magang dilakukan. Pelaksanaan program dilakukan tambahan secara individu biasanya setelah selesai kegiatan diskusi kelompok.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah dilakukan intervensi melalui konseling kelompok, dari hasil observasi didapati bahwa para peserta bertambah keyakinan dan memiliki motivasi untuk sembuh. Hal ini terlihat pada waktu dilakukan wawancara mereka sudah berani mengungkapkan apa yang dialami selama ini.

Demikian juga pada pelaksanaan pemberian motivasi melalui nonton bareng, film yang diberikan berupa contoh pengguna yang berhasil sembuh dari pengguna NAPZA (Unu, 2021). Biasanya setelah ini dilanjutkan dengan role play. Pada saat bermain peran semua residen menikmati peran mereka (Aryani, 2022). Mereka terlihat enjoy padahal sebelum dilakukan intervensi berupa konseling kelompok sulit sekali bagi mereka, jangankan untuk bermain peran. Untuk menjawab pertanyaan yang diajukan secara individu mereka mengalami kesulitan.

Dengan kegiatan konseling berupa pemberian motivasi melalui kelompok maupun konseling individu ini memberikan residen rasa keberanian untuk mencurahkan isi hatinya dan residen merasa lega karena sudah

mencurahkan isi hatinya. Residen juga merasakan rasa semangat atau memiliki motivasi untuk sembuh dan segera berkumpul dengan keluarga dan dapat bersosialisasi ke tengah masyarakat.

Kegiatan yang dilaksanakan dalam pemberian motivasi melalui grup diskusi sebagai kegiatan konseling kepada korban penyalahgunaan NAPZA di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin. Pada awalnya pelaksanaan konseling dengan menggunakan grup diskusi ini. Para residen terlihat pasif dan kelihatan mereka tidak punya keberanian untuk memberikan pendapat atau bercerita apa yang mereka rasakan. Pada proses pelaksanaan konseling ini dilakukan pentahapan yaitu:

### **Membangun Kepercayaan**

Dalam penjelasan perkenalan di ceritakan bahwa maksud penulis hadir di tempat rehabilitasi ini dalam rangka praktek lapangan selaku mahasiswa yang tujuan mencoba mempraktekkan ilmu-ilmu yang diperoleh di Universitas tetapi juga ingin membantu para residen agar memiliki semangat untuk segera sembuh atau mempunyai motivasi untuk sembuh dari apa yang diderita mereka. Setelah penulis memperkenalkan diri selanjut masing-masing residen juga memperkenalkan diri mereka secara ringkas. Dengan cara membuat bola kertas yang terbuat dari satu kertas yang dibuat menyerupai bola. Tahap pertama penulis menyebutkan nama, status, agama, pekerjaan dan alamat serta hobby. Selanjutnya bola dilemparkan ke residen, residen yang menerima ini akan melakukan perkenalan diri seperti yang dicontoh oleh penulis. Kemudian setelah memperkenalkan diri secara singkat lalu residen yang memegang bola melempar bola ke residen lainnya secara bergilir. Siapa yang menerima akan memperkenalkan dirinya.

Dalam pelaksanaan rehabilitasi, kepercayaan antara residen dengan konselor merupakan suatu keharusan, juga tak kalah penting kepercayaan sesama residen. Dimana mereka akan saling sharing pendapat ketika mereka pada konseling kelompok (Nasution, 2022). Pengalaman rehabilitasi digambarkan sebagai proses membangun yang kompleks oleh sesama residen dalam rehabilitasi (Anttila, 2021).

### **Membuat kelompok konseling**

Setelah dirasakan adanya kepercayaan diantara peserta dilakukan grup diskusi atau nama lainnya kelompok konseling. Untuk meyakinkan residen hal pertama yang dilakukan adalah penulis atau konselor menceritakan pengalaman pribadi pada masa silam dimana penulis juga merasakan apa yang mereka rasakan karena penulis juga pernah menjadi seperti mereka. Bercerita atau story telling ini memancing peserta untuk ikut menceritakan pengalamannya karena residen merasa bahwa penulis memberikan best practice kepada residen. Masing-masing residen menceritakan mulai dari pertama kali terjebak dengan penggunaan NAPZA, bagaimana mereka menggunakannya, didapat dari mana barang yang dipakai hingga pada akhirnya mereka berkumpul di tempat rehabilitasi ini (Hariyadi et al., 2022)

Setelah beberapa kali konseling melalui diskusi grup dilakukan, akhirnya timbul kepercayaan dari residen. Sehingga terbuka pikiran dan hati mereka bahwa kegiatan ini dirasa baik oleh mereka. Tiap residen memberikan pengalamannya dan dari pengalaman yang diceritakan konselor menyimpulkan untuk diambil contoh baik (Delima et al., 2023). Pada setiap akhir grup diskusi dilakukan selalu

penulis selaku pembantu konselor memberikan motivasi untuk diberikan kepada residen dalam grup konseling sesuai dengan jadwal grup diskusi. Pemberian motivasi diharapkan menimbulkan semangat kepada residen untuk sembuh seperti sedia kala (Samara, 2022). Diharapkan dengan pemberian motivasi ini mereka tidak ragu-ragu untuk kembali kekeluargaan mereka.

### **Inside konseling**

Pada tahap kelompok konseling, dikarenakan grup diskusi telah dilaksanakan beberapa kali sehingga timbul keberanian untuk berbicara dan mau bercerita tentang apa yang mereka alami (Hartanto et al., 2023). Diantara residen ada yang mengalami progress yang lebih baik. Nah kepada residen ini diberikan kesempatan untuk memberikan penjelasan bagaimana ia berada posisi ini. Mengalami kemajuan dalam proses rehabilitasi. Sehingga diharapkan residen lain dapat mendapat informasi agar mempunyai progress yang baik dalam proses rehabilitasi (Trisnawati, 2022). Sehingga pada akhirnya setiap residen segera sembuh dan tidak mengulang kembali apa yang mereka lakukan yaitu sebagai pengguna NAPZA

### **SIMPULAN**

Dengan kegiatan konseling berupa pemberian motivasi melalui kelompok maupun konseling individu ini memberikan residen rasa keberanian untuk mencurahkan isi hatinya dan residen merasa lega karena sudah mencurahkan isi hatinya. Residen juga merasakan rasa semangat atau memiliki motivasi untuk sembuh dan segera berkumpul dengan keluarga dan dapat bersosialisasi ke tengah masyarakat.

Berdasarkan observasi yang dilakukan selama masa Praktik Kerja Lapangan dapat disimpulkan bahwa program-program yang dilakukan mahasiswa Praktik Kerja Lapangan merupakan kegiatan yang menciptakan motivasi bagi residen untuk segera sembuh. Residen sangat gembira, senang dan antusias mengikuti semua kegiatan yang dilakukan oleh tim PKL Universitas Bina Darma Palembang. Warga berharap akan ada kegiatan PKL lagi tahun depan dari mahasiswa Universitas Bina Darma Palembang.

Dengan sharing pendapat yang dilakukan pada grup diskusi dapat membantu residen merubah mind set mereka, yang didapat dari pengalaman pribadi. Juga adanya pemahaman tentang merubah mind set ini melalui inside konseling melalui cerita pribadi dan pemberian motivasi oleh konselor.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aeni, N., Irfan, I., K. F. A. (2021). The Effectiveness of the Group Counseling Towards Motivation to Heal in Initiates in Drug Abuse Case. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*. 6(1). 30-37. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/icon/article/download/12331/7305/54092>
- Anttila, M. R., Söderlund, A., & Sjögren, T. (2021). Patients' Experiences of the Complex Trust-Building Process within Digital Cardiac Rehabilitation. *Plos One*, 16(3 March), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247982>
- Aryani, L. N. A. (2022). Metode Rehabilitasi Gangguan Penggunaan NAPZA. *Kesehatan Jiwa Detokisifikasi Tahap Rehabilitasi*, 19(7), 1–30. <https://simdos.unud.ac.id/uploads/>

- [file\\_penelitian\\_1\\_dir/034ffac6dbc\\_a391e8390d2cf8e188342.pdf](http://file_penelitian_1_dir/034ffac6dbc_a391e8390d2cf8e188342.pdf)
- Asmawati, A., Mahendika, D., Ikhlas, A., Putri, A. M., Vanchapo, A. R., Amri, N. (2023). Efektifitas Rehabilitasi Rawat Jalan terhadap Kualitas Hidup Pengguna Narkotika. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*. 7(1). 175-182.  
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>
- Delima, D., Mudjiran, M., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2023). Model Bimbingan Konseling pada Kasus Narkotika. *Menara Ilmu*, 17(2), 23–31.  
<https://doi.org/10.31869/mi.v17i2.4578>
- Guntara, Y., Rohmat, R. S. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok terhadap Motivasi Berhenti Memakai Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif. *IKTISYAF: Jurnal Ilmu Dakwah dan Tasawuf*. 2(2). 17-30.  
<https://jurnal.stidsirnarasa.ac.id/index.php/iktisyaf/article/download/17/16>
- Hariyadi, S., Sugiharto, D. Y. P., & Sutoyo, A. (2022). Bimbingan Kelompok Teknik Biblio-Counseling Berbasis Cerita Rakyat untuk Mengembangkan Kecerdasan Intrapersonal Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 7.  
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/4613%0A>  
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view?path=>
- Hartanto, D., Fauzia, M., Azhari, I., & ... (2023). Do Guidance and Counseling Teacher Know About Students Mental Health Problems? A Qualitative Study. (*E-Journal*), 10(2), 171–182.
- <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/19137>
- Irianto, A., Imron, M., Sulistyorini, D., Marliani, S. N., Thoha, M., Wahyono, A., Siburian, R., Setiawan, B., Asiatim D. (2022). *Survei Penyalahgunaan Narkotika Tahun 2021*. In Pusat Penelitian, Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia. Jakarta
- Jannah, F. (2022). Self-Control pada Pasien Pecandu Narkotika. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 10(3). 664–675.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54534/43375>
- Mardani, A., A., & Fakhri, N. (2023). The Effectiveness of Reality Therapy in Reducing the Potential for Relapse in Class IIA Sungguminasa Narcotics Prison Inmates. *Journal of Correctional Issues*, 6(1), 85–94.  
<https://doi.org/10.52472/jci.v6i1.235>
- Nasution, F. Z., Aritonang, S. R. (2022). Meningkatkan Kepercayaan Diri pecandu NAPZA pada Peserta Panti Rehabilitasi Narkotika Kamal Sibolangit. *Jurnal Inovasi Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 135-146.  
<https://www.stmikpontianak.ac.id/ojs/index.php/judimas/article/download/1431/844>
- Rachman, E. S. (2021). Penanggulangan Penyalahgunaan Narkotika oleh Anak melalui Bimbingan Konseling. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*. 3(2). 146-176.  
<https://ejournal.metrouniv.ac.id/index.php/JBPI/article/download/3239/2480>

- Rizqiana, N. F., Asfia, D. A., Ladesvita, F. (2023). Layanan Konseling Bagi Korban Penyalahgunaan Narkoba pada Generasi Muda. *JBN: Jurnal Bela Negara UPN Veteran Jakarta*. 1(1). 53-63. <https://ejournal.upnvj.ac.id/jbn/article/view/5220>
- Samara, G. A., & Wuryaningsih, C. E. (2022). Motivasi Sembuh pada Anak Jalanan Korban Penyalahgunaan NAPZA (Studi Kualitatif di Yayasan Balarenik). Perilaku dan Promosi Kesehatan. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 4(1), 8. <https://doi.org/10.47034/ppk.v4i1.5799>
- Saputra, M. R., MArtunis, M., Khairiah, K. (2019). Strategi Konseling bagi Korban Penyalahgunaan Narkoba (Suatu Penelitian Kajian Literatur). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. 4(4). 88-94. <https://jim.usk.ac.id/pbk/article/download/13759/6061>
- Syuhada, I. (2019). Faktor Internal Motivasi, Coping, Mood dan Relaps pada Kasus Pecandu Narkoba. *Jurnal kedokteran*, 4(1), 628-633. <http://dx.doi.org/10.36679/kedokteran.v4i1.49>
- Trisnawati, N. W. (2022). Peran Konseling terhadap Efektifitas Rehabilitasi Penyalahgunaan Narkotika di Badan Narkotika Nasional (BNN) Kabupaten Gianyar. *Jurnal Hukum Saraswati (JHS)*, 04, 203–213. <https://ejournal.unmas.ac.id/index.php/JHS/article/view/5945>
- Unu, L. M., & Yulahap, A. (2021). Kajian Faktor Dominan pada Residivis Penyalahgunaan Narkotika di Lembaga Pemasarakatan Narkotika Kelas II A Doyo Jayapura. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Papua (JPMP)*, 2(1), 31–43. <https://ejournal.uncen.ac.id/index.php/jpmp/article/view/1579>