

# KONSELING TERHADAP PENGGUNA NARKOBA UNTUK MENINGKATKAN WELL BEING PADA RESIDEN DI YAYASAN MITRA MULIA BANYUASIN

Desy Arisandy<sup>1</sup>, Fitria Wulandari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>) Program Studi psikologi, Fakultas Sosial Humaniora , Universitas Bina Darma  
e-mail: fitriawulandari270@gmail.com

## Abstrak

Program rehabilitasi narkoba merupakan serangkaian upaya yang terkoordinasi dan terpadu, terdiri atas upaya-upaya medik, bimbingan mental (konseling), psikososial, keagamaan, pendidikan dan latihan vokasional untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, kemandirian dan menolong diri sendiri serta mencapai kemampuan fungsional sesuai dengan potensi yang dimiliki, baik fisik, mental, sosial dan ekonomi, metode yang digunakan yaitu dengan melakukan konseling, konseling merupakan pendekatan konseling yang bersifat sistematis dengan tujuan untuk membantu individu untuk memulihkan kondisi psikis klien dalam menghadapi permasalahan pada potensi individu yang menyangkut keberlangsungan hidupnya di masa depan. dapat dikatakan bahwa konseling yang digunakan cukup efektif dan efisien untuk menyembuhkan para residen yang ketergantungan penggunaan narkoba, dimana hal tersebut dapat dilihat dari tingkat *subjective* residen mayoritas memiliki tingkat *subjective wellbeing* yang tinggi, yang berarti bahwa para residen dapat merasakan kepuasan hidup yang tinggi dan lebih banyak mengalami emosi yang positif dibandingkan emosi negatif.

**Kata kunci:** Konseling, Narkoba, Well Being, Mitra Mulia

## Abstract

The drug rehabilitation program is a series of coordinated and integrated efforts, consisting of medical, mental guidance (counseling), psychosocial, religious, educational and vocational training efforts to improve self-adjustment, independence and self-help and achieve functional abilities in accordance with their potential, both physical, mental, social and economic, the method used is by doing counseling, counseling is a systematic counseling approach with the aim of helping individuals to restore the client's psychological condition in dealing with problems in individual potential regarding their future survival. It can be said that the counseling used is quite effective and efficient to cure residents who are dependent on drug use, where it can be seen from the subjective level of the majority of residents having a high level of subjective wellbeing, which means that residents can feel high life satisfaction and experience more positive emotions than negative emotions.

**Keywords:** Konseling, Narkoba, Well Being, Mitra Mulia

## PENDAHULUAN

Program rehabilitasi narkoba merupakan serangkaian upaya yang terkoordinasi dan terpadu, terdiri atas upaya-upaya medik, bimbingan mental (konseling), psikososial, keagamaan, pendidikan dan latihan vokasional untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, kemandirian dan menolong diri sendiri serta mencapai kemampuan fungsional sesuai dengan potensi yang dimiliki, baik fisik, mental, sosial dan ekonomi.

Konseling sebagai proses rehabilitasi merupakan pendekatan konseling yang bersifat sistematis dengan tujuan untuk membantu individu untuk memulihkan kondisi psikis klien dalam menghadapi permasalahan pada potensi individu yang menyangkut keberlangsungan hidupnya di masa depan. Selain itu, konseling dapat membantu individu untuk membantu dirinya (Razak, 2022).

Penggunaan layanan konseling sebagai proses rehabilitasi merupakan suatu proses pengaplikasian konseling dalam membantu klien untuk meningkatkan perkembangan kognitif individu dalam mencapai tujuan personalnya agar dapat menjadi pribadi yang mandiri melalui *setting* konseling (Suteja, 2020).

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya, menyediakan situasi belajar. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya

sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, demi untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang. (Tolbert,2004).

Dalam melaksanakan kegiatan bimbingan konseling, konselor bimbingan konseling harus berpanduan pada program konseling yang telah disusun. Program pelayanan konseling merupakan serangkaian kegiatan yang diselenggarakan sebagai pedoman dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling dalam periode tertentu. Proses bimbingan dan konseling yang dilakukan membutuhkan teknik yang tidak mudah. Diperlukan pembiasaan terhadap macam-macam teknik yang ada, supaya konselor mahir dalam melakukan praktiknya.

Di samping itu keberanian dalam mempraktekkan macam-macam teknik yang ada, supaya ada pengalaman dari berbagai teknik. Selain konselor, residen juga harus paham tentang prosedur dalam bimbingan dan konseling. Setiap konselor yang melakukan konseling dengan menggunakan teknik-teknik yang sudah ada diharapkan agar mereka mampu untuk membantudan memberikan saran-saran serta motivasi kepada residen, sehingga residen itu mampu untuk berfikir bahwa apa yang telah dilakukannya adalah salah dan ia ingin berubah ke yang lebih baik lagi dan tidak menggunakan narkoba lagi karena mereka sadar bahwa narkoba lebih banyak efek buruknya dari pada manfaatnya.

Konseling individu salah satu kegiatan rehabilitasi yang harus konselor ikuti dengan tujuan para residen ini terbuka dengan permasalahan internalnya, sehingga konselor bisa membantu dan memfasilitasi untuk diselesaikan, dan juga sebagai bahan untuk terapi lanjutan yang sesuai dengan kebutuhan residen agar meningkatkan rasa percaya diri lagi dan membuat merasa bahagia atau kesejahteraan dalam hidupnya nanti/*Well- Being*.

*Well-being* pada dasarnya termasuk salah satu dari layanan bimbingan dan konseling yakni memberikan bantuan kepada siswa agar mencapai kehidupan yang bermakna dan berbahagia baik secara personal maupun sosial (Yusuf, 2009). Artinya, muara dari pemberian bantuan dari layanan konseling adalah pencapaian potensi yang optimal dalam setiap fase perkembangan agar individu dapat Bahagia dan Sejahtera dalam hidupnya. Perasaan Bahagia, menyenangkan, serta memuaskan hal yang diberikan dari *psychological well-being*

Tujuan pengabdian ini yaitu untuk membantu pecandu narkoba dalam mendapatkan dan meningkatkan *psychological well-being* Di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin.

## METODE

Metode yang digunakan yaitu dengan melakukan konseling, konseling merupakan pendekatan konseling yang bersifat sistematis dengan tujuan untuk membantu individu untuk memulihkan kondisi psikis klien dalam menghadapi permasalahan pada potensi individu yang menyangkut keberlangsungan hidupnya di masa depan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelayanan konseling masih terbagi menjadi beberapa jenis antara lain layanan konseling individual, konseling kelompok, bimbingan kelompok. Konseling bertujuan untuk menolong residen yang sedang dalam kesulitan dan bantuan ini bersifat profesional, namun biasanya konseling digunakan untuk menyembuhkan residen yang mengalami gangguan yang relatif ringan, jika dibandingkan dengan residen yang menjalani terapi. Konseling dapat berupa bantuan berupa bimbingan, suportif, situasional, penyelesaian masalah yang masih disadari atau normal.

pemberian layanan konseling ditujukan kepada residen baik dibidang kesehatan, individu ataupun masyarakat, Pemberian konseling yang ditujukan kepada para residen umumnya berupa wawancara dan penyuluhan tentang ilmu-ilmu keagamaan, pemberian konseling juga memiliki dasar yang sangat jelas dalam menunjukkan pentingnya dilakukan suatu pemberian layanan konseling kepada para residen secara lebih mendalam. Meningkatkan pengetahuan para residen tentang mensejahterakan diri sendiri *well being* yang baik dilakukan dan tidak merugikan diri sendiri atau orang sekitarnya dan berdampak terhadap kondisi kesehatan mentalnya. Untuk saat ini standar pemberian layanan konseling sudah cukup memadai dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh para residen di Yayasan mitra mulia Banyuasin.



Gambar.1 Pelaksanaan Konseling

Setelah dampak konseling yang telah dilakukan ada residen berinisial Mr. X diperoleh temuan dan simpulan penelitian bahwa Mr. x yang mengikuti rehabilitas di Yayasan Mitra Mulia BanyuAsin memiliki tingkat *subjective wellbeing* yang tinggi. Hal ini terlihat keceriaan dan kebahagiaan dari raut wajahnya serta pada wawancara didapati ada keyakinan dari Mr. X untuk lebih mandiri dan sanggup menghadapi tantangan kehidupan setelah keluar dari yayasan dan tidak mau kembali lagi.

Berdasarkan analisis dari observasi dan konseling dapat disimpulkan bahwa kondisi *psychological well-being* pada salah satu residen Mr. X yang dialami dalam penelitian ini muncul penerimaan diri yang baik, memiliki hubungan positif yang baik dengan orang lain, memiliki cara dalam penguasaan lingkungan di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin, sehingga Mr. X mampu menciptakan keadaan yang sesuai dengan kondisi jiwanya, dan Mr. X memiliki tujuan hidup untuk memperbaiki kehidupannya agar menjadi lebih baik dan merasa jera tidak ingin kembali untuk mengulangi kesalahan yang sama dan mengalami pertumbuhan pribadi menjadi lebih baik lagi Kemudian faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada residen yaitu karena beberapa hal pertama karena adanya dukungan sosial dari lingkungan seperti keluarga dan teman-teman residen. Sedangkan menurut Mr. X kedua faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* yaitu karena Mr. X mempunyai niatan dari dalam diri untuk menjadi lebih baik lagi karena berorientasi terhadap kejadian masa lalu yang dialaminya.

Sebelum memahami tentang kesejahteraan psikologis, terlebih dahulu perlu diketahui tentang pengertian kata "sejahtera" dan "kesejahteraan" itu sendiri. Kata "sejahtera" dalam kamus besar Bahasa Indonesia berarti aman sentosa dan makmur, selamat (lepas dari segala macam gangguan, kesukaran, dan sebagainya). Sementara "kesejahteraan" berarti sejahtera, aman, selamat, tentram, kesenangan hidup, makmur, dan sebagainya.

Pengertian "sejahtera" menurut Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat yaitu suatu kondisi masyarakat yang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya. Kebutuhan tersebut berupa kecukupan dan mutu pangan, sandang, papan, kesehatan, pendidikan, lapangan pekerjaan dan kebutuhan dasar lainnya seperti lingkungan yang bersih, aman, dan nyaman. Juga terpenuhinya hak asasi dan partisipasi serta terwujudnya masyarakat dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Kesejahteraan juga bisa dibedakan menjadi lahiriyah atau fisik dan batiniah. Namun, mengukur kesejahteraan, terutama kesejahteraan batin atau spiritual, bukanlah hal yang mudah. Kesejahteraan yang bersifat lahir yang biasa dikenal dengan kesejahteraan ekonomi lebih mudah diukur daripada kesejahteraan batin. Ukuran kesejahteraan lebih kompleks dari kemiskinan. Kesejahteraan harus dapat memenuhi fisik, psikologis, sosial, dan kerohanian.

Konsep PWB (*Psychological Well Being*) diperkenalkan oleh Bernice Neugarten pada tahun 1961, PWB diartikan sebagai kondisi psikologis yang dicapai pada saat seseorang berada pada usia lanjut (Bernice Neugarten:1961).<sup>4</sup> Kohman menyebut *Well Being* sebagai pengalaman yang membuat hidup bahagia. Ryff Singer menggali PWB dalam konteks aplikasi kehidupan dan memberikan batasan istilah, tidak hanya pencapaian kebahagiaan tetapi juga sebagai tujuan yang mengarah kepada kesempurnaan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasili dan Canning (dikutip oleh Lauer & Lauer, 2000), dengan responden dari Inggris, California, dan Australia, ditemukan bahwa hal utama dari *well-being* adalah kualitas dari hubungan sosial antar individu. *Well-being* menurut Ryff dan Singer (1996), adalah suatu

konsep yang terbentuk dari berbagai pengalaman dan fungsi-fungsi individu sebagai manusia yang utuh. *Psychological well-being* tidak hanya merujuk pada kesehatan mental yang bersifat negatif saja, akan tetapi juga merujuk kepada bagaimana seorang individu mampu mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal, sebagaimana individu yang berfungsi baik secara fisik, emosional maupun psikologis (Ryff, 1995).

Berdasarkan dari hasil program konseling terhadap pengguna narkoba untuk meningkatkan *well-being* pada residen di yayasan mitra mulia banyuasin Sumatera Selatan tahun 2023 maka dapat dilakukan

pembahasan sebagai berikut Menunjukkan ada peningkatan *subjective well-being* pada salah satu residen yang berinisial Mr. X yang ada di Yayasan Mitra Mulia memiliki Tingkat *subjective well-being* yang tinggi, yang menandakan bahwa residen di Yayasan Mitra Mulia dapat merasakan kepuasan hasil dari penilaian kehidupannya, seperti kepuasan hidup, perasaan pemenuhan, rasa kepuasan, dan lebih besarnya merasakan emosi positif seperti senang, bahagia, bangga, dan syukur, artinya residen memaknai berbagai kegiatan dalam kehidupannya dengan emosi positif dari pada emosi negatif.

Sejalan menurut Lucas dan Diener (2009), bahwa individu yang memiliki tingkat *subjective wellbeing* yang tinggi, apabila individu merasa puas dengan kondisi hidupnya, sering merasakan emosi positif, dan jarang merasakan emosi negatif (Lucas, R. E., & Diener, 2019).

Metode terapi akibat ketergantungan narkoba yang diterapkan pada residen dengan menggunakan metode religius dan konseling dimana metode pendekatan religius dengan cara pengobatan tanpa obat-obatan medis, namun dengan mengembalikan residen ke jalan yang religius (Mukri et al., 2015).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dikatakan bahwa metode konseling yang digunakan cukup efektif dan efisien untuk menyembuhkan para residen yang ketergantungan penggunaan narkoba, dimana hal tersebut dapat dilihat dari tingkat *subjective* residen mayoritas memiliki tingkat *subjective wellbeing* yang tinggi, yang berarti bahwa para residen dapat merasakan kepuasan hidup yang tinggi dan lebih banyak mengalami emosi yang positif dibandingkan emosi negatif.

## SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling yang dilakukan kepada residen cukup efisien dan efektif untuk menyembuhkan residen yang ketergantungan terhadap narkoba dan napza, terlihat dari *subjective* residen memiliki Tingkat *subjective well being* yang tinggi setelah diberikan konseling.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Yayasan mitra mulia telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengimplementasikan ilmu dari bangku kuliah kepada pecandu narkoba untuk kesembuhan mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Suardi, A. R., & Widiarso, W. (2023, April). Memetakan Pengalaman Pengguna dengan Menggunakan User Experience Questionnaire (UEQ). In *MDP Student Conference* (Vol. 2, No. 1, pp. 590-595).
- Agoes, D. (2003). Psikologi Perkembangan Dewasa Muda. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annu. Rev. Psychol*, 54, 403-425.
- Fauzi, A. A., & Zakayiyya, F. (2023). Gambaran Subjective Well-being Pada Anak Bina Penyalahgunaan Narkoba di Pondok Remaja Inabah Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya. 7(2), 149–156.
- Harris. (2020). Gambaran School Well-Being pada Peserta Didik Program Kelas Akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(3), 13–20.
- Hawari, D. (2004). Al Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa. Yogyakarta: A Touch Insano. (2004). Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Ciputat Press.
- Lewis, B. (2007). The happiness revolution. New york: Alive and Halthy Institute Press.
- Lianawati, A. (2017). Implementasi Keterampilan Konseling dalam Layanan Konseling Individual. *Indonesian Counselor Association Journal*, 3, 190–195.
- Lucas, R. E., & Diener, E. (2019). Personality and subjective wellbeing. *The science of wellbeing: The collected works of Ed Diener*. Springer.
- Maswandhani Destriando, & Agus Suriadi. (2022). Kiat-Kiat Menumbuhkan Rasa Penerimaan Diri Resident Narkoba Dengan Bimbingan Konseling Melalui Metode TC. *ABDISOSHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 12–17.
- Mukri, S. G., Rosyadi, A. R., Saefuddin, D. (2015). Metode pendidikan islam dalam penanggulangan penyalahgunaan narkoba bagi remaja di Pondok Remaja Inabah Suryalaya Tasikmalaya. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 34–40.