

PENERAPAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK REFRAMING DALAM MENEMUKAN MAKNA HIDUP BAGI PECANDU NARKOBA PUSAT REHABILITASI NARKOTIKA DHARMA WAHYU INSANI PALEMBANG

Della Adelya¹, Suryati Suryati², Hartika Utami Fitri³

^{1,2,3} Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang
e-mail: dellaadelya1604@mail.com¹, suryati_uin@radenfatah.ac.id², hartika.uf@radenfatah.ac.id³

Jurnal Psiko-Konseling
Vol. No. Th 2023
ISSN 2987-5048

ABSTRACT

This research is entitled "Application of Individual Counseling Using Reframing Techniques in Finding the Meaning of Life of Drug Addicts at the Narcotics Rehabilitation Center Dharma Wahyu Insani Palembang". This research is very useful for drug addicts because drug addicts still do not get or find the meaning of life. Therefore individual counseling is needed with the application of reframing techniques in finding the meaning of life, so that drug addicts can live a meaningful life. This type of research is field research using descriptive qualitative research methods. The subjects in this study were two female clients at the Dharma Wahyu Insani Palembang Narcotics Rehabilitation Center. Data collection techniques used in this study were observation, interviews and documentation. According to Miles and Huberman, in the research data analysis techniques used, there are three types of activities used, namely Data Collection, Data Reduction, Data Display, Conclusion Drawing / Verification. In the research applying individual counseling with reframing techniques carried out through six stages, namely, rationale, perception, describing roles, identifying alternative perceptions, modifying perceptions, and homework or follow-up. After providing individual counseling with reframing techniques, addicts can already find the meaning of their lives, such as having passion, having goals in life

Keywords : : Individual Counseling, Reframing Techniques, The Meaning of Life

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul "Penerapan Konseling Individu Menggunakan Teknik Reframing Dalam Menemukan Makna Hidup Pecandu Narkoba Di Balai Rehabilitasi Narkoba Dharma Wahyu Insani Palembang". Penelitian ini sangat bermanfaat bagi pecandu narkoba karena pecandu narkoba masih belum mendapatkan atau menemukan makna hidup. Oleh karena itu diperlukan konseling individu dengan penerapan teknik reframing dalam menemukan makna hidup, agar pecandu narkoba dapat menjalani kehidupan yang bermakna. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Subyek dalam penelitian ini adalah dua orang klien perempuan di Balai Rehabilitasi Narkoba Dharma Wahyu Insani Palembang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Menurut Miles dan Huberman, dalam teknik analisis data penelitian yang digunakan, ada tiga jenis kegiatan yang digunakan yaitu Pengumpulan Data, Reduksi Data, Penyajian Data, Penarikan Kesimpulan/Verifikasi. Dalam penelitian penerapan konseling individual dengan teknik reframing dilakukan melalui enam tahapan yaitu, rasionalisasi, persepsi, deskripsi peran, identifikasi alternatif persepsi, modifikasi persepsi, dan pekerjaan rumah atau tindak lanjut. Setelah diberikan konseling individu dengan teknik reframing, pecandu sudah dapat menemukan makna hidupnya, seperti memiliki passion, memiliki tujuan hidup.

Kata kunci: konseling individu, teknik reframing, makna hidup

1. Pendahuluan

Permasalahan narkoba tidak ada habisnya di Indonesia, kecenderungan jumlah pemakai narkoba tidak hanya menyasar pada lapisan social tertentu tetapi mencakup semua lapisan masyarakat. Permasalahan narkoba di Indonesia merupakan sesuatu yang bersifat urgen dan kompleks, dibuktikan dengan bertambahnya jumlah penyalahguna atau pecandu narkoba, dampak dari penyalahguna narkoba tidak hanya mengancam kelangsungan masa depan penyalahguna narkoba saja tetapi masa depan, bangsa dan negara tanpa membedakan social, ekonomi, usia, bahkan tingkat Pendidikan. Menurut hasil survei BNN dan PMB-LIPI tahun 2019 angka pravelensi penyalahguna narkoba tingkat nasional berada pada angka 1,80% dari keseluruhan penduduk Indonesia berumur 15 sampai 64 tahun.

Salah satu faktor penyebab seseorang menggunakan narkoba, adanya krisis makna hidup, yang dimana keadaan makna hidup yang kosong dan hampa sehingga menyebabkan perasaan bosan dan sepi, hal inilah yang mendorong seseorang untuk mencari jalan pintas guna mengisi kekosongan atau kehampaan yang dialaminya. Dengan menggunakan narkoba ia terbebas dari kekosongan, kehampaan dan kecemasan yang dialaminya. Makna hidup sendiri merupakan suatu tujuan hidup yang dimiliki seseorang dalam mencapai hidup yang bermakna, seseorang yang tidak mempunyai makna hidup atau tujuan hidup akan menyebabkan ia mengalami kebingungan, ketidak pastina, kehampaan sehingga menyebabkan ketidak bermaknaan dalam hidup.

Proses konseling individu merupakan proses untuk membantu individu tau seseorang dalam mengatasi permasalahan atau hambatan perkembangan pada dirinya, konseling individu proses konseling yang dilakukan melalui wawancara konseling anatar konselor dan klien yang bertujuan untuk mengentaskan permasalahan yang

dialami oleh klien (Gusman Lesmana, S.Pd., 2022).

Menggunakan teknik *reframing* dalam penerepan konseling individu dalam menemukan makna hidup bagi pecandu narkoba, karena mudah untuk dipahami dan diterima. Mochmad Nursalim (2013), Teknik *reframing* dengan mengubah sudut pandang seseorang dalam merespon setiap permasalahan yang dihadapi dapat dengan mudah diterima dan dipahami, sehingga seseorang dapat memaknai kehidupan dengan lebih baik lagi(Suciati et al., 2017).

Dari latar belakang diatas, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik *Reframing* Dalam Menemukan Makna Hidup Bagi Pecandu Narkoba Di Pusat Rehabilitasi Narkotika Dharma Wahyu Insani Palembang

2. Metode

Pendekatan dalam peneltian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *field research*. Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dan teknik analisis data yang digunakan adalah model Miles dan Huberman, yaitu data *collection* (pengumpulan data), reduksi data, penyajian data, verifikasi

3. Hasil dan Pembahasan

Dalam pelaksanaan penelitian ini dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan dalam 2 minggu, dimulai pada tanggal 10 April sampai dengan 22 April 2023. Data yang didapatkan diperoleh melalui metode obsevasi, wawancara, dan dokumentasi, terhadap 2 orang subjek, yang sesuai dengan kriteria yang peneliti tetapkan, yaitu seseorang yang mengalami kehampaan, kurangnya pemahaman terhadap diri sendiri, sulit mengendalikan emosi, sikap negative dalam menghadapi masalah, mudah putus asa, dan tidak memiliki makna hidup, dan merupakan klien di Pusat Rehabilitasi Narkotika Dharma Wahyu Insani Palembang.

Hasil penelitian membuktikan bahwa dalam pelaksanaan konseling individu peneliti dan klien sama-sama berperan aktif dalam proses konseling berlangsung. Pelaksanaan konseling individu dilakukan secara bertahap sesuai dengan tahapan-tahapan konseling. Adapun tahapan tersebut meliputi, tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan terakhir tahap pengakhiran. Dari hasil pelaksanaan konseling individu peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada dua subjek, subjek diminta untuk menyampaikan permasalahan, perasaan, dan pendapat.

Makna hidup pecandu narkoba

Hasil wawancara dengan kedua subjek peneliti dapat menyimpulkan bahwa kedua subjek tidak memiliki makna hidup atau tujuan hidup. Mereka tidak memahami apa yang mereka rasakan, mereka menyadari apa yang mereka lakukan merupakan suatu hal yang salah namun mereka tidak mengetahui apa yang harus mereka lakukan untuk mengubah kekosongan dalam diri mereka, sehingga mereka terus melakukan apa yang sudah mereka lakukan.

Mampu menemukan makna hidup

Hasil pelaksanaan konseling individu dengan teknik *reframing* peneliti menyimpulkan bahwa kedua klien telah mampu menemukan makna hidup mereka masing-masing, subjek menyadari bahwa makna hidup atau tujuan hidup yang baik mampu mengarahkan mereka pada suatu hal yang baik pula. Dan dalam menghadapi masalah dengan sikap yang positif.

Pembahasan

Gambaran makna hidup pecandu narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkotika Dharma Wahyu Insani Palembang

Makna hidup merupakan merupakan hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang (Utami & Setiawati, 2019). Makna hidup sendiri merupakan suatu tujuan hidup yang dimiliki seseorang dalam

mencapai hidup yang bermakna, seseorang yang tidak mempunyai makna hidup atau tujuan hidup akan menyebabkan ia mengalami kebingungan, ketidakpastian, kehampaan sehingga menyebabkan ketidakbermaknaan dalam hidup.

Menurut Utami dan Setiawati (2018), Seorang pecandu yang tidak memiliki makna hidup dapat dilihat dari beberapa faktor diantaranya, pemahaman diri, kehampaan, pemahaman terhadap diri sendiri, kegiatan yang tidak terarah. Makna hidup merupakan sesuatu yang sangat berarti bagi seseorang dengan adanya makna hidup maka hidup atau tujuan seseorang menjadi lebih terarah dan menjadi lebih baik.

Penerapan konseling individu dengan teknik *reframing*

Hasil penerapan konseling individu dengan teknik *reframing* yang telah dilaksanakan dan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan klien, menggambarkan bahwa klien sangat antusias dalam melakukan konseling. Klien menyampaikan bahwa dari pelaksanaan konseling ini klien telah mampu menemukan makna atau tujuan hidupnya, agar menjadi seseorang yang lebih baik lagi. Teknik *reframing* merupakan teknik yang mengubah sudut pandang seseorang terhadap permasalahan atau tingkah laku yang sedang dihadapinya sehingga dapat dipahami dengan mudah oleh klien (Utami Fitri & Kushendar, 2021).

Penerapan konseling individu dengan teknik *reframing* ini berdampak positif bagi kehidupan klien. Dimana dalam pelaksanaan konseling individu ini klien berperan aktif dan mampu bekerja sama dengan baik dengan peneliti, sehingga dalam pelaksanaan dapat berjalan dengan baik. Klien menyadari bahwa makna hidup sangat penting dalam menjalani kehidupan, klien telah menemukan makna atau tujuan hidup kedepan mereka.

4. Simpulan dan Saran

Makna hidup bagi dua pecandu narkoba di Pusat Rehabilitasi Narlotika Dharma Wahyu Insani, telah menemukan makna hidup mereka masing-masing, dari hasil penerepan konseling individu dengan teknik *reframing* melalui beberapa tahapan yang terdapat dalam pelaksanaan teknik *reframing*, klien menyadari betapa penting memiliki makna hidup dalam menjalani kehidupannya. Sebelum dilaksanakan konseling individu dengan teknik *reframing* klien tidak mengetahui makna hidup yang dimilikinya, dan seberapa penting makna hidup dalam kehidupannya. Setelah dilakukan proses konseling klien dapat menemukan makna hidup mereka masing-masing

5. Daftar Pustaka

- Gusman Lesmana, S.Pd., M. P. (2022). *Bimbingan Dan Konseling Belajar*. Jakarta: Kencana.
- Suciati, A. D., Dharmayan, I. W., & Afifatul, S. (2017). Efektivitas Strategi Reframing Dalam Konseling Kelompok Untuk Membantu Mereduksi Rasa Takut Siswa Terhadap Konselor Sekolah. *Triadik*, 16(1), 19–30.
- Utami, D. D., & Setiawati, F. A. (2019). Makna hidup pada mahasiswa rantau: analisis faktor eksploratori skala makna hidup. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 11(1), 29–39. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v11i1.23796>
- Utami Fitri, H., & Kushendar, K. (2021). Konsep Diri Positif Melalui Pemaknaan Hijrah Generasi Milenial Dilihat dari Perspektif Pendekatan Konseling Humanistik. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 3(1), 10–17. <https://doi.org/10.51214/bocp.v3i1.81>