

**KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN
SELF MANAGEMENT BAGI KONSELI
PENYALAHGUNAAN NARKOBA DI REHABILITASI
KUNCI YOGYAKARTA**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Guna Memenuhi Sebagai Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Strata Satu

Disusun Oleh:

Mahida Zahra

NIM 16220067

Pembimbing:

A.Said Hasan Basri. S.Psi., M.Si.

NIP: 19750427 200801 1 008

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2020



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-324/Un.02/DD/PP.00.9/03/2020

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN SELF MANAGEMENT
BAGI KONSELI PENYALAHGUNAAN NARKOBA DI REHABILITASI KUNCI
YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MAHIDA ZAHRA
Nomor Induk Mahasiswa : 16220067
Telah diujikan pada : Kamis, 12 Maret 2020
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 3ee4ebf874b5e



Penguji I
Slamet, S.Ag, M.Si
SIGNED

Valid ID: 5ee4d56b1c82



Penguji II
Dr. Irsyadunnas, M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 5ee4dc8b372ef

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Yogyakarta, 12 Maret 2020
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.
SIGNED

Valid ID: 5ee5ad6b199b4



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856
Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Tempat

Assalamu 'alaikum wr.wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan persetujuan dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Mahida Zahra

NIM : 16220067

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* Konseli
Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut dapat segera dimunaqsyahkan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 27 November 2019

Mengetahui

Ketua Prodi BKI

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP19750427 200801 1 008

Pembimbing Skripsi

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP 19750427 200801 1 008

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Mahida Zahra
NIM : 16220067
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi peneliti yang berjudul: **Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta** adalah hasil karya pribadi yang tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka peneliti siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 22 November 2019

Yang Menyatakan,



Mahida Zahra

NIM: 16220067

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mahida Zahra

NIM : 16220067

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas Pemakaian Jilbab dalam ijazah Stata satu saya. Seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesungguhan dan kesadaran Ridho Allah SWT.

Yogyakarta, 27 November 2019

Yang Menyatakan

METERAI
TEMPEL

E 8E3AHF155815080

6000
ENAM RIBU RUPIAH

Mahida Zahra

16220067

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

Atas Nikmat dan Karunia Allah SWT

Karya ini peneliti persembahkan kepada:

Kedua orang tua Drs. Slamet Wiyono dan Umi Kalsum

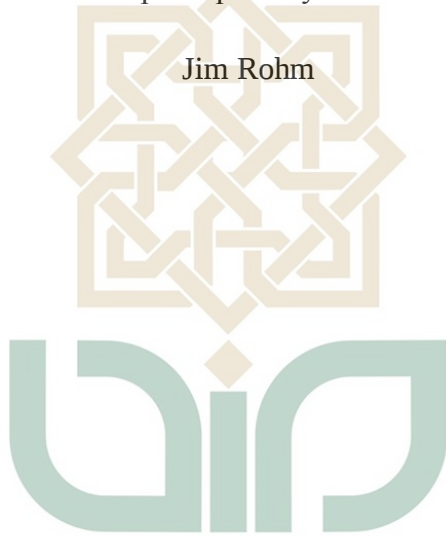


STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Disiplin adalah jembatan antara cita-cita dan
pencapaiannya”¹

Jim Rohm



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

1

<https://www.google.com/search?q=motto+terkait+manajemen+diri&safe,>
21 November 2019

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan petunjuk-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta”.

Sholawat serta salam peneliti sanjungkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW serta kepada keluarga, sahabat, tabi'in serta para pengikutnya. Atas izin Allah SWT serta bantuan baik secara spiritual maupun materil dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr.Phil. Sahiron Syamsuddin, M.A. selaku Plt Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta stafnya.
2. Ibu Dr. Nurjannah, M.Si. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi beserta seluruh dosen dan

para stafnya yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan.

3. Bapak A. Said Hasan Basri, S Psi., M.Si. selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam sekaligus sebagai Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahnya serta ilmunya kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
4. Bapak Drs. Muhammad Hafiun, M.Pd. selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama peneliti menempuh Pendidikan di UIN Sunan Kalijaga.
5. Segenap Bapak Ibu Dosen khususnya Bimbingan Konseling Islam dan Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
6. Seluruh Dosen, Staf dan Karyawan TU di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
7. Bruder Mike selaku Pimpinan Rehabilitasi Kunci Yogyakarta beserta Mas Fery, Mas Bagas, Mas, Sony, Mas Sunu selaku staf di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta yang telah berkenan membimbing serta memberikan berbagai informasi dalam penyusunan skripsi ini.

8. Om Muhammad Widodo, Tante Ika beserta Mba Nonik. Terimakasih telah memberikan semangat moril maupun spiritual.
9. Keluarga besar Eyang Hasan Ilyas, Bani Abdurrahman, Eyang Wito sekalian (alm), Eyang Syakur (alm) dan seluruh saudara yang tidak dapat peneliti ucapkan satu persatu untuk do'a dan dukungan selama ini.
10. KH. Agus Mushoffa Izzudin dan Hj. Siti Alfiah selaku pengasuh Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Demangan yang telah selalu mendukung, memotivasi, dan mendo'akan.
11. Sahabat sedari kecil Hesti qomah dan Aestiteka Dieff Gumelar yang sudah menjadi bahu kedua serta penyemangat setiap waktu dan terimakasih untuk setiap kebahagiaan di setiap waktu bersamanya.
12. Keluarga besar sahabat-sahabat TK Islamiyah, MTsN Geneng dan MA AL-Mujanddadiyyah terimakasih untuk dorongan dan alarmnya. Semoga kita mampu menjaga tali silaturahmi hingga nanti.
13. Inayatul Latifah, Iqmarul Ma'rifah kedua kakak tercinta Umi Fauziyah dan Nela Syarah Vikrati terimakasih sudah menjadi Sahabat diwaktu suka dan maupun duka menjadi motivator dan pengingat di setiap waktunya.

14. Keluarga besar sahabat-sahabati Korp Batara PMII Rayon Pondok Syahadat, kalian mengajarkan banyak arti persaudaraan, terimakasih untuk setiap pengalaman dan semangatnya.
15. Keluarga besar Taekwondo Dojang UIN Suka, Leb Bki, Senat Mahasiswa Fakultas Dakwah dan PMII Rayon Pondok Syahadat terimakasih sudah memberikan banyak pembelajaran dan pengalaman yang sangat luar biasa bagi peneliti.
16. Keluarga besar Orda Formawi, Ikpm Jatim, Jatimfes. Terimakasih sudah memberikan arti kata “sedulur” yang bermakna bukan hanya sebagai tulisan namun wujud nyata.
17. Risa Aprianti, Haniah Dwi Agustina, Elsa Wandira Ardiamukti, Okti Inayatur Rohmah, Lily Awanda Faidatin. Terimakasih sudah menjadi sahabat baik yang mendengarkan keluh kesah dan memotivasi setiap waktunya.
18. Teman-teman PPL beserta teman-teman Residen yang masih menjalani rehab di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta. terimakasih untuk semua pembelajaran dan semangatnya.
19. Teman-teman KKN kelompok 169 desa Ngoro-oro Gunung Kidul tercinta, Irfan Hamdani Ratomi, Romie

Setiawan, Muh Rafi, Fina Rudati, Rasyidatul Ulya dan Mega Putri Akbar. Terimakasih sudah menjadi bagian dari kenangan terindah. Semoga kita tetap menjadi saudara dan menjaga tali persaudaraan.

20. Teman-teman BKI Angkatan 2016 Tercinta. Terimakasih untuk pengalaman tiga tahun lebih ini yang tidak mampu peneliti sebutkan satu persatu Namanya.

Atas semua dukungan dan bantuan yang telah diberikan kepada peneliti semoga menjadi amal baik dan ilmu dalam skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi semuanya meskipun peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga rahmat dan hidayah-Nya selalu mengalir kepada setiap hamba-hamba-Nya. Aamiin Yaa Rabbal Aalaamiin.

Yogyakarta, 22 November 2019

Peneliti

Mahida Zahra

NIM. 16220067

ABSTRAK

MAHIDA ZAHRA (16220067), Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Self Management Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta: Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh maraknya kasus penyalahgunaan narkoba sehingga muncul keprihatinan terkait kasus tersebut, yang ternyata sulit untuk ditangani mungkin tidak semua aspek dalam membantu mengurangi masalah tersebut kurang terbidik secara sempurna, maka melalui *self management* inilah menjadi alternatif salah satu solusi bagi penyalahgunaan narkoba yang masih menjalani masa pemulihan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan mendeskripsikan mengenai keadaan *self management* para konseli penyalahgunaan narkoba serta tahapan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta.

Penelitian ini tergolong penelitian lapangan dengan subjek penelitian enam konseli penyalahgunaan narkoba yang memiliki *self management* yang rendah serta dua orang staf yang memberikan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self management*. Pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif.

Hasil penelitian dari tahapan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta yang terdapat tiga tahapan yaitu tahapan awal, tahapan kegiatan dan tahapan akhir.

Kata kunci: Konseling Kelompok, Self Management, Konseli Penyalahgunaan Narkoba.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PENGESAHAN SKRIPSI	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	v
PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK.....	xiii
DAFTAR ISI	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah	11
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	12
F. Tinjauan Pustaka	12
G. Kerangka Teori	18
H. Metode Penelitian	48

BAB II	GAMBARAN UMUM KONSELI PENYALAHGUNAAN NARKOBA DI REHABILITASI KUNCI YOGYAKARTA	59
	A. Rehabilitasi Kunci Yogyakarta	59
	B. Kondisi Konseli Saat Ini	65
	C. Staf yang Menangani Konseli	73
	D. Layanan Konseling Kelompok di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta	83
BAB III	TAHAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN <i>SELF</i> <i>MANAGEMENT</i> KONSELI PENYALAHGUNAAN NARKOBA DI REHABILITASI KUNCI YOGYAKARTA	87
	A. Tahapan Awal	90
	B. Tahapan Kegiatan.....	95
	C. Tahapan Penutup	101
BAB IV	PENUTUP.....	107
	A. Kesimpulan.....	107
	B. Saran.....	107
	C. Penutup	109
	DAFTAR PUSTAKA	110
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penelitian skripsi ini berjudul “Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta. Maka untuk menghindari kesalahpahaman peneliti perlu memberikan penjelasan istilah-istilah yang terkandung dalam judul tersebut, yaitu sebagai berikut:

1. Konseling Kelompok

Konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada individu-individu untuk memecahkan masalah kehidupannya dengan cara wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan individu-individu yang dihadapinya.²

Kelompok merupakan sarana atau media penghubung bagi individu-individu yang tergabung di dalamnya, yang memungkinkan dapat berbagi pengalaman, pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan.³

²Bimo Walgito, *bimbingan + konseling (studi & karier)*, (Yogyakarta: C.V ANDI, 2010), hlm. 8.

³ Rasimin, Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2018), hlm. 4.

Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.⁴

Berdasarkan uraian di atas, konseling kelompok yang dimaksud dalam penelitian ini adalah upaya bantuan yang diberikan oleh konselor (seseorang yang sudah terlatih) kepada beberapa konseli yang sudah tergabung dalam sebuah kumpulan atau bisa disebut dengan kelompok guna untuk membantu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.

2. Self Management Konseli Penyalahgunaan Narkoba

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *Self* atau diri mempunyai arti yaitu orang seorang (terpisah dari yang lain).⁵ Sedangkan kata

⁴ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 9.

⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia Online, <https://kbbi.web.id/diri.html> di akses tanggal 4 Maret 2019

management diambil dari kata Bahasa Inggris yaitu “*manage*” yang berarti mengurus, mengelola, mengendalikan, mengusahakan, memimpin.⁶

Self management adalah suatu proses di mana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.⁷ Jadi dalam proses konseling walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, tetapi konselilah yang memegang penuh kontrol kendalinya.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) arti konseli adalah orang yang membutuhkan nasihat (arahan).⁸ Sedangkan penyalahgunaan narkoba adalah suatu pemakaian *nonmedical* atau *illegal* barang terlarang yaitu dinamakan narkoba (narkotika dan obat-obatan adaptif), dapat merusak kesehatan dan kehidupan produktif manusia pemakaiannya.⁹

⁶ Endin Nasrudin, *Psikologi Manajemen*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), hlm. 21.

⁷ Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata-Indeks, 2013), hlm. 149.

⁸ Kamus Besar Bahasa Indonesia Online, <https://kbbi.web.id/Konseli.html> di akses tanggal 9 Februari 2019

Berdasarkan pengertian di atas adapun yang dimaksud dengan *Self Management* Konseli Penyalahgunaan Narkoba dalam penelitian ini adalah salah satu bentuk pengelolaan diri/pengarahan diri sendiri yang dilakukan oleh konseli terhadap perubahan tingkah lakunya sendiri akibat dari penyalahgunaan narkoba/pemakaian narkoba secara berkala.

3. Rehabilitasi Kunci Yogyakarta

Rehabilitasi adalah sebuah kegiatan ataupun proses untuk membantu para penderita yang mempunyai penyakit serius atau cacat yang memerlukan pengobatan medis untuk mencapai kemampuan fisik psikologis, dan sosial yang maksimal.¹⁰ Sedangkan rehabilitasi kunci Yogyakarta merupakan salah satu tempat rehabilitasi swasta yang menangani kaum remaja laki-laki dan perempuan pecandu narkoba/alkohol. Beralamatkan: Nandan, Sariharjo-Ngaglik, Sleman, Yogyakarta.

⁹ Sofyan S. Willis, *Remaja dan Masalahnya (Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja seperti Narkotika Free Sex dan pemecahannya)*, (Bandung : Alfa beta, 2010), hlm. 156.

¹⁰ David Arnot, dkk , *Pustaka Kesehatan Populer Pengobatan Praktis: perawatan Alternatif dan Tradisional*, Volume 7. (Jakarta : Pt Bhuna Ilmu Populer, 2009), hlm. 180.

Berdasarkan beberapa penegasan judul istilah di atas, maka yang dimaksud dengan judul “Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta” yaitu: upaya yang dilakukan oleh konselor (seseorang yang sudah terlatih) kepada beberapa konseli (seseorang yang membutuhkan bantuann) untuk menangani keadaan *self management* terhadap perubahan tingkah lakunya sendiri akibat dari penyalahgunaan narkoba melalui konseling kelompok di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta. Fokus penelitiannya adalah: Konseli penyalahgunaan narkoba mampu mengelola diri/mengatur dirinya sendiri terhadap perubahan tingkah laku, melalui konseling kelompok yang ada di rehabilitasi kunci Yogyakarta.

B. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial yang artinya tidak bisa hidup sendiri selalu membutuhkan manusia lain, dalam kehidupan kesehariannya manusia sangat lekat kaitannya dengan lingkungan. Di sini lingkungan mempunyai peran yang besar dalam membentuk karakter dan tingkah laku. Sehingga perubahan manusia itu bisa terjadi oleh beberapa faktor, faktor *internal* (yang ada di

dalam dirinya) dan faktor *external* (yang ada di luar dari dirinya) misalnya lingkungan. Dengan adanya lingkungan seorang individu dapat mengeksplor serta menemukan apa yang menjadi keinginannya.

Selain itu dalam berjalannya waktu manusia hidup akan menemukan hambatan atau masalah dalam hidupnya, sehingga akan bekerja keras untuk menemukan jalan keluar dari setiap masalah yang dihadapinya, di sinilah berfungsinya media kelompok itu digunakan, dengan modal *sharing* bersama serta masing-masing individunya juga bercerita satu sama lain mengenai masalah yang dihadapi masing-masing maka pintu resolusi/jawaban terbuka semakin lebar, pada saat kegiatan seperti ini di dalam sebuah diskusi kelompok akan menemukan banyak sudut pandang yang dipakai, tidak heran dalam kegiatan tersebut banyak menemukan saran, kritik maupun masukan. Dalam keilmuan bimbingan dan konseling banyak dijelaskan mengenai arti dari keduanya yang artinya sama-sama bantuan yang diberikan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu (konseli) secara langsung atau *face to face*, salah satu ciri yang membedakan yaitu: bimbingan lebih bersifat

preventif, sedangkan pada konseling lebih bersifat kuratif.¹¹

Lingkungan buruk memberi dampak yang beragam salah satunya seperti kasus penyalahgunaan narkoba, salah satu faktor penyebab dari penyalahgunaan narkoba adalah coba-coba, pergaulan dengan teman serta lingkungan yang tidak baik dapat juga memicu seseorang menjadi pemakai narkoba.¹² Faktor dalam diri juga sangat berpengaruh apalagi dengan *self management* (manajemen diri), apabila individu mempunyai *self management* yang bagus pasti dirinya mampu untuk memfilter mana yang baik dan mana yang buruk untuk dirinya serta mampu membentengi diri agar tidak ikut terjerumus ke dalam lembah kesesatan. Setiap keputusan yang akan diambil serta yang berhak memutuskan juga dirinya sendiri, faktor luar seperti teman ataupun lingkungan juga sangat berpengaruh terhadap seorang individu apabila kontrol dirinya rendah maka akan sangat rentan untuk terbawa ombak. Maka dari itu pentingnya untuk meningkatkan *self management* terlebih untuk konseli penyalahgunaan narkoba. Di mana hal itu

¹¹ Abror Sodik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015), hlm.5.

¹² Wawancara, Konselor kunci Bapak Agus, Tanggal 02 Februari 2019 pukul 9-11.

bertujuan untuk memejemen dirinya sendiri, agar tidak kembali pada arus pergaulan bebas.

Kecanduan narkoba akan menyebabkan pecandu mengalami ketergantungan, sehingga pada saat pecandu berhenti menggunakan narkoba maka akan muncul adanya *craving*, yaitu perasaan ingin kembali menggunakan narkoba. Keinginan untuk sembuh 100% tetapi perasaan ingin kembali menggunakan narkoba 75% sehingga kemungkinan sembuh hanya 25%. *Craving* tersebut dapat muncul pada mantan pengguna narkoba karena adanya perbedaan sistem saraf otak yang ada pada diri pengguna narkoba yang berbeda dengan seseorang pada umumnya yang tidak menggunakan narkoba, pada dasarnya narkoba dapat merusak otak serta merubah struktur dan cara kerjanya tidak hanya fisik namun juga mental, sosial dan juga spiritual, mantan pengguna narkoba harus mampu melawan *craving* yang terjadi pada dirinya salah satunya dengan memperbaiki *self management* yang ada pada dirinya.¹³

Salah satu proses untuk menangani penyalahgunaan narkoba di Yogyakarta sudah ada beberapa tempat rehabilitasi salah satunya yaitu

¹³ Wawancara, Konselor kunci Bapak Agus, Tanggal 02 Februari 2019 pukul 9-11.

rehabilitasi Kunci yang beralamat Nandan, Sariharjo, Nandan, Sinduadi, Ngaglik Sleman, Derah Istimewa Yogyakarta, menariknya dari rehabilitasi ini yaitu terdapat pada aturan yang digunakan, Rehabilitasi Kunci ini terbilang lebih bebas dan santai dalam artian lain setelah konseli penyalahgunaan narkoba melalui beberapa tahap masuk, setelah prosesnya selesai konseli dibiarkan bebas di dalam lingkungan rehab tujuannya adalah agar mampu adaptasi secara langsung dengan lingkungan serta dapat memunculkan kesadaran diri misalnya mulai menumbuhkan sikap *self management* yang bagus serta sikap tanggung jawab melalui pembagian jadwal piket ataupun membersihkan kamarnya sendiri, selain hal itu, para konseli masih diperbolehkan untuk tetap melanjutkan sekolah maupun kuliah dan juga izinkan untuk keluar asal izin dan keterangan jelas, sejauh ini belum ada kejadian yang mengatakan ada konseli yang melarikan diri dari tempat Rehabilitasi Kunci Yogyakarta. Hal tersebut mampu terlaksana dengan baik karena adanya penanaman sistem kepercayaan yang tinggi yang diajarkan semenjak konseli diterima di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta, kepercayaan itu di tumbuhkan mulai dari antar konseli hingga konseli dengan staf. Selain beberapa hal mendukung tersebut jika dibandingkan dengan tempat

rehab lainnya maka akan jauh berbeda. Mas Sony selaku staf yang dulu berada di BNN Purwokerto menjelaskan bahwasannya tempat rehabilitasi pada umumnya lebih ketat, temboknya berdinding tebal serta menjulang tinggi serta kecilnya ruang keluar masuk bagi residen, bahkan apabila ada kunjungsn perlu proses terlebih dahulu terlebih untuk konseli yang baru memerlukan waktu sekitar dua mingguan baru boleh untuk dijenguk sanak sodara.¹⁴

Berdasarkan Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menyatakan bahwa pengguna narkoba di Yogyakarta menempati peringkat pertama di Indonesia, tercatat 2,6% dari 3,6% juta penduduk DIY di antaranya adalah pengguna dan kebanyakan para pengguna narkoba adalah pelajar dan mahasiswa.¹⁵ Melihat dari angka tersebut dapat disimpulkan bahwasannya sudah banyak jumlah korban penyalahgunaan narkoba, sehingga menimbulkan keprihatinan tersendiri karena banyaknya para pengguna narkoba yang ternyata juga sulit untuk ditangani.

¹⁴ Wawancara dengan Mas Sony selaku staf dan konselor di Rehabilitasi kunci Yogyakarta 20 Oktober 2019.

¹⁵ BNNP DIY, *Tribun Jogja, Cegah Narkoba Sebelum Terlambat!*, Minggu 22 Oktober 2017 pukul 09:12

Mungkin semua aspek dalam membantu mengurangi masalah tersebut kurang terbidik secara sempurna, maka melalui *self management* inilah menjadi salah satu solusi bagi penyalahgunaan narkoba agar nantinya setelah selesai menjalani masa pemulihan lebih mampu lagi untuk memajemen diri sehingga tidak lagi terjerumus dalam lubang yang sama.

Adapun permasalahan tentang *self management* pada konseli, maka peneliti ingin mengkaji lebih jauh dan mengangkat penelitian ini dengan judul “Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan *Self Management* Bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

Bagaimana tahapan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* bagi konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi Kunci Yogyakarta?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui serta mendeskripsikan tahapan konseling kelompok untuk meningkatkan *self management* bagi konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi Kunci Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Secara teoritik, untuk memberikan kontribusi serta dapat menambah wawasan dalam ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Bimbingan Konseling Islam, mengenai tentang konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* bagi konseli penyalahgunaan narkoba.
2. Secara praktis, untuk menjadi bahan referensi dan juga refleksi tambahan yang belum didapatkan ketika di bangku perkuliahan, serta bagi rehabilitasi kunci Yogyakarta diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi tambahan untuk meningkatkan *self management* bagi konseli penyalahgunaan narkoba.

F. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan pengetahuan penulis sudah banyak yang meneliti tentang penyalahgunaan narkoba, namun sampai saat ini belum menemukan karya ilmiah yang

berbentuk skripsi yang membahas tentang “Konseling Kelompok dalam meningkatkan *self management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta”, tetapi penulis menemukan skripsi yang relevan, antara lain:

1. Skripsi Nur Sarah Khoiratunnisaa yang berjudul “*Manajemen Diri Pada Mahasiswi Berprestasi Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Satu Mahasiswa D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)*”. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif yang dilakukan secara langsung terhadap obyek yang diteliti. Subyek penelitian ini yaitu: a) Alin Prisnasari, b) keluarga Alin Prisnasari, c) teman kuliah dan teman kerja Alin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran manajemen diri subyek adalah subyek mampu mengatur kegiatannya dengan membuat jadwal serta subyek mensugesti dirinya dalam mengendalikan keinginan dan juga mengkondisikan tenaga.¹⁶

Perbedaan dengan skripsi peneliti terletak pada teknik, serta obyek yang digunakan dalam penelitian, penelitian di atas hanya fokus memaparkan

¹⁶ Nur Sarah Khoiratunnisaa, “*Manajemen Diri Pada Mahasiswi Berprestasi Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Satu Mahasiswa D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)*”, Skripsi (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga 2016)

tentang Manajemen Diri Pada Mahasiswi Berprestasi Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Satu Mahasiswa D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada) sedangkan skripsi peneliti membahas tentang Konseling Kelompok dalam meningkatkan *self managament* bagi konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi kunci Yogyakarta.

2. Jurnal Liliza Agustin yang berjudul “*Konseling Kelompok Berbasis Teknik Self-Management Tazkiyatun Nafsi : Suatu Intervensi Psikologi dalam Peningkatan Self-Direction In Learning Siswa*” metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen, dengan desain yang digunakan adalah *one group pretest-post test* pada sekelompok subyek. Subyek penelitian meliputi 5 siswa SMPIT Luqmanul Hakim yang memiliki *self-direction* yang rendah. Hasil penelitian ini menyimpulkan: a) memperoleh modul konseling kelompok *Teknik self-management nafsi* untuk meningkatkan *self direction in learning* siswa S MPIT Luqmanul Hakim, b) hasil uji coba uji coba modul menunjukkan modul konseling kelompok berbasis *teknik self-management tazkiyatun nafsi* terbukti *efektif* dalam meningkatkan *self-direction in learning*, c) hasil *feedback* penelitian dan observasi

yang dilakukan terhadap rancangan modul mendapatkan nilai positif, sehingga layak untuk dijadikan sebagai modul dalam meningkatkan *self-direction in learning* siswa.¹⁷

Perbedaan dengan skripsi peneliti terletak pada metode penelitian yang digunakan serta objek penelitian yang digunakan. Jurnal di atas membahas tentang Konseling Kelompok Berbasis Teknik *Self-Management Tazkiyatun Nafsi: Suatu Intervensi Psikologi dalam Peningkatan Self-Direction In Learning Siswa*. Sedangkan skripsi peneliti membahas tentang Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta.

3. Jurnal Eza Mahendra yang berjudul “*Penerapan Konseling Kelompok Strategi Self-Management untuk Membantu Siswa Memanfaatkan Waktu Luang dengan Kegiatan Positif (Belajar) Kelas IX di MTSN Purwoasri*” metode penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperiment design* dengan rancangan penelitian

¹⁷ Jurnal Liliza Agustin “*Konseling Kelompok Berbasis Teknik Self-Management Tazkiyatun Nafsi : Suatu Intervensi Psikologi dalam Peningkatan Self-Direction In Learning Siswa*” Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Volume 13 Nomor 1 Juni 2017.

pre-test post-test one group design, Alat ukur yang digunakan berupa angket pemanfaatan waktu luang terdiri dari 50 *item*. Penentuan subyek menggunakan teknik *nonrandom sampling* yang menggunakan *purposive sample*, dan memperoleh subjek 8 siswa kelas IX A MTsN Purwoasri yang teridentifikasi memiliki skor kemampuan memanfaatkan waktu luang paling rendah. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan menggunakan uji tanda. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa ada perbedaan skor kemampuan pemanfaatan waktu luang sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok strategi *self management* berdasarkan perhitungan yang dilakukan diperoleh rata-rata *pre-test* 87,62 rata-rata *post-test* 103 dan selisih antara rata-rata *pre-test* dan rata-rata *post-test* sebesar 15,38 dengan demikian H_0 dan H_a diterima dengan begitu bahwa konseling kelompok strategi *Self Management* dapat meningkatkan kemampuan pemanfaatan waktu luang dengan kegiatan positif (belajar) di MTsN Purwoasri.¹⁸

¹⁸ Eza Mahendra “Penerapan Konseling Kelompok Strategi *Self-Management* untuk Membantu Siswa Memanfaatkan Waktu Luang dengan Kegiatan Positif (Belajar) Kelas IX di MTsN Purwoasri” Jurnal Bk, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya.2016.

Perbedaan dengan skripsi peneliti terdapat pada objek penelitian serta metode penelitian yang digunakan. Jurnal di atas membahas tentang Penerapan Konseling Kelompok *Strategi Self-Management* untuk Membantu Siswa Memanfaatkan Waktu Luang dengan Kegiatan Positif (Belajar) Kelas IX di MTSN Purwoasri. Sedangkan skripsi peneliti membahas tentang Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta.

Ketiga Tinjauan Pustaka yang telah diuraikan di atas, belum ada yang spesifik atau khusus membahas mengenai judul Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Self Management* bagi Konseli Penyalahgunaan Narkoba, terutama ditinjau dari sudut pandang kondisi *self management* pada konseli penyalahgunaan narkoba serta tahapan-tahapan yang ada pada konseling kelompok. Oleh karena itu, penelitian ini sangat berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya baik dari segi metode penelitian maupun subyeknya.

G. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok ialah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli, yang bertemu dengan 1-2 konselor dalam suatu kelompok. Hal ini bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhan yang bersifat preventif sekaligus penyembuhan. Konseli dalam konseling kelompok pada dasarnya adalah individu-individu normal yang memiliki berbagai kepedulian dan persoalan, yang tidak memerlukan perubahan kepribadian dalam penanganannya, konseli dalam konseling kelompok dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.¹⁹

Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk

¹⁹ Rasimin, Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2018), hlm.6.

memfasilitasi perkembangan individu atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama. Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu dalam arti, bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.²⁰

Memperhatikan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok ialah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok yang terdiri dari 4-8 konseli dengan 1-2 konselor guna untuk mengatasi masalah yang dihadapi secara bersama-sama serta memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat preventif sekaligus penyembuhan.

²⁰ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta), hlm.8-9.

b. Nilai-nilai Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok ada nilai-nilai yang dijadikan pedoman untuk proses konseling, nilai-nilai itu sebagai berikut:

- 1) Individu dapat mengeksplorasi, dengan dikuatkan kelompok pendukung, kebutuhan perkembangan dan penyesuaian diri mereka, kekhawatiran mereka dan problem-problem mereka, Kelompok bisa menyediakan lingkup sosial realistik yang di dalamnya konseli dapat berinteraksi dengan rekan sebaya, yang tidak hanya memiliki pemahaman yang mirip tentang problem atau kekhawatiran yang dibawa konseli ke kelompok, namun juga di berbagai kasus, menghadapi problem yang sama. Konseling kelompok dapat menyediakan rasa aman bagi anggota-anggota kelompok yang perlu berinteraksi secara spontan dan bebas, serta bersedia mengambil resiko sehingga mendorong peluang bagi pemenuhan kebutuhan setiap anggotanya berdasarkan sumber daya yang dimiliki masing-masing. Fakta menunjukkan kalau individu akan jauh

lebih terbuka kepada problem dan merasa butuh penyelesaiannya jika berbagi dengan orang lain juga memiliki pengalaman yang serupa, bersama-sama lebih termotivasi untuk berubah dari kondisi-kondisi tersebut.

- 2) Konseling kelompok bisa memberikan konseli peluang untuk mendapatkan pemahaman mendalam atas perasaan dan perilakunya sendiri. Ketika konseli memperoleh pemahaman baru tentang perilaku dan perasaan dari interaksi dengan anggota-anggota kelompok konseling, pembentukan konsep diri bisa terpengaruh sedemikian rupa. Karena pengaruh konsep diri penting bagi penyesuaian sosial pribadi serta perepsi pengambilan keputusan karier, maka peluang untuk membawa perubahan positif konsep diri melalui pemahaman-pemahaman baru yang diberikan melalui pengalaman konseling kelompok merupakan keuntungan yang tidak ternilai harganya.
- 3) Konseling kelompok menyediakan bagi konseli peluang untuk mengembangkan hubungan positif dan alamiah dengan orang

lain. Interaksi-interaksi pribadi yang berlangsung di dalam struktur konseling kelompok menyediakan sebuah peluang sempurna dan berkelanjutan bagi anggota-anggota kelompok untuk bereksperimen dan belajar mengatur hubungan-hubungan antarpribadi. Hal ini mencakup pengembangan dan kepekaan terhadap kebutuhan perasaan orang lain. Hal ini juga menyediakan kesempatan bagi anggota-anggota untuk belajar tentang pengaruh perilakunya bagi orang lain, melalui proses konseling kelompok dan interaksinya dari berbagai pengalaman konseli dapat belajar memodifikasi pola perilaku terdahulu dan mencari perilaku baru yang lebih tepat dalam situasi-situasi tertentu yang memerlukan keterampilan hubungan antarpribadi lebih baik.

- 4) Konseling kelompok menawarkan peluang bagi konseli untuk belajar bertanggung jawab atas dirinya dan orang lain. Menjadi anggota pada konseling kelompok mengasumsikan tanggung jawab. Bahkan

ketika klien menunjukkan kecenderungan awal menghindari tanggung jawab terhadap perilakunya sendiri, menolak kontribusi di dalam interaksi kelompok teknik-teknik penghindaran ini akan sirna seiring berkembangnya interaksi kelompok dan ditetapkannya tujuan kelompok.²¹

Memperhatikan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa nilai-nilai konseling kelompok ada (empat) yaitu: (1) Individu dapat mengeksplorasi, (2) memberikan pemahaman terhadap individu mengenai perilakunya sendiri, (3) menyediakan peluang bagi individu untuk mengembangkan hubungan positif dengan orang lain, (4) mampu menawarkan peluang bagi individu untuk belajar tanggung jawab.

c. Fungsi, Tujuan dan Manfaat Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki dua fungsi, yaitu: fungsi layanan kuratif yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami

²¹ Robert L. Gibson dan Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2011), hlm.284-286.

individu, serta fungsi preventif yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan.²²

Tujuan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan secara teoretis dan tujuan operasional. Tujuan teoritis berkaitan dengan tujuan secara umum dicapai melalui proses konseling, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan anggota dan masalah yang dihadapi anggota. Tujuan-tujuan tersebut diupayakan melalui proses dalam konseling kelompok, pemberi dorongan (*supportive*) dan pemahaman melalui redukatif (*insight-reeducative*) sebagai pendekatan yang digunakan konseling. Konseling kelompok berfokus pada pemberi bantuan kepada anggota dalam melakukan perubahan, melalui perhatian pada perkembangan dan penyesuaian sehari-harinya. Misalnya, modifikasi tingkah laku,

²² Rasimin, Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2018), hlm. 8.

pengembangan keterampilan hubungan personal, nilai, sikap, atau membuat keputusan karier.²³

Wiener dan Latipun mengatakan bahwa interaksi kelompok memiliki pengaruh positif untuk kehidupan individual karena kelompok dapat dijadikan sebagai media terapeutik. Menurutnya interaksi kelompok dapat meningkatkan pemahaman diri dan baik untuk perubahan tingkah laku individual. Selain itu terdapat berbagai keuntungan memanfaatkan kelompok sebagai proses belajar dan upaya membantu konseli dalam pemecahan masalahnya. Namun berbagai keuntungan tidak selalu diperolehnya, tergantung kepada ketepatan pemberian respon kemampuan konselor mengelola kelompok, kesediaan konseli mengikuti proses konseling kelompok, kepercayaan konseli kepada seluruh pihak yang terlibat dalam proses konseling.²⁴

²³ Rasimin, Muhammad Hamdi, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2018), hlm. 8-11.

²⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang:UMM Press, 2001), hlm.120.

Berdasarkan Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi dari konseling kelompok meliputi dua hal yaitu: fungsi layanan kuratif dan fungsi layanan preventif. Sedangkan tujuan konseling kelompok di bagi menjadi dua yaitu: tujuan secara teoritis yang berkaitan dengan tujuan umum dan tujuan operasional yang disesuaikan dengan harapan anggota dan masalah yang dihadapi anggota. Dan manfaat dari konseling kelompok yaitu dapat meningkatkan pemahaman diri dan baik untuk perubahan tingkah laku individual.

d. Tahapan dalam Konseling Kelompok

Konseling kelompok sebagai salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling, di dalam pelaksanaannya melalui tahapan-tahapan kegiatan, berikut uraiannya:

1) Tahap Pembentukan Kelompok

Pada tahap ini mulai pembentukan struktur kelompok, mengeksplorasi harapan anggota, anggota mulai belajar fungsi kelompok sekaligus mulai menegaskan tujuan kelompok. Setiap anggota kelompok mulai mengenalkan dirinya dan menjelaskan

tujuan dan harapannya. Kelompok mulai membangun norma untuk mengontrol aturan-aturan kelompok dan menyadari makna kelompok untuk mencapai tujuan. Peran konselor pada tahap ini membantu menegaskan tujuan. Pada tahap ini anggota diajak untuk bertanggung jawab terhadap kelompok, terlibat dalam proses kelompok, mendorong konseli agar berpartisipasi sehingga keuntungan akan diperoleh.²⁵

2) Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan, makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah menjelaskan kegiatan yang

²⁵ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta), hlm. 136-137.

akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya, meningkatkan keikutsertaan anggota. Peranan pemimpin kelompok, menerima suasana yang ada secara sadar dan terbuka tidak mempergunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaan, mendorong dibahasnya suasana perasaan membuka diri sebagai contoh dan penuh empati. Pada tahap ini suasana kelompok mulai terbentuk dan dinamika kelompok sudah mulai tumbuh, karakteristik tahap transisi ditandai perasaan khawatir, *defence* (bertahan) dan berbagi bentuk perlawanan.

Dengan begitu tahap peralihan merupakan tahap persiapan yang sesungguhnya untuk menghadapi kegiatan konseling kelompok, tahap ini merupakan tahap untuk memenuhi semua persyaratan psikologis yang mesti dimiliki oleh semua anggota kelompok.²⁶

²⁶ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta), hlm. 157-158.

3) Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan bertujuan membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas, dalam tahap ini pemimpin kelompok mengumumkan suatu masalah atau topik tanya jawab yang akan dicarikan solusinya, dalam tahap ini konseli belajar materi-materi baru, diskusi dengan baik tentang berbagai topik personal, dan kerja terapeutik. Tahap pertengahan merupakan tahap inti dari kegiatan kelompok serta mendapatkan alokasi waktu yang terbesar dalam keseluruhan kegiatan kelompok.

Pada tahap ini saatnya anggota berpartisipasi untuk menyadari bahwa merekalah yang bertanggung jawab atas kehidupan mereka jadi harus didorong untuk mengambil keputusan sendiri mengenai masalah yang dihadapi untuk digali dalam kelompok dan belajar bagaimana menjadi bagian kelompok yang integral sekaligus memahami kepribadiannya sendiri dan menyaring umpan balik yang diterima dan

membuat keputusan sendiri apa yang akan dilakukan.²⁷

4) Tahap Penutupan

Tahap ini merupakan tahap penutupan ini pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, mengemukakan perasaan dan harapan.²⁸

5) Evaluasi Kelompok

Evaluasi dapat memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan secara terus menerus pada konselor dan juga bagi anggota kelompok. Oleh karena itu, fasilitator atau pemimpin kelompok memiliki tanggung jawab untuk menilai dan mengevaluasi efektifitas diri atau kelompoknya secara berkesinambungan.²⁹

²⁷ *Ibid.* hlm. 160-161.

²⁸ M. Edi Kurnanto, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta), hlm. 173.

²⁹ *Ibid.*, hlm. 179.

6) Sesi Tindak Lanjut

Kegiatan akhir dari konseling kelompok adalah *postgroup* yang berupa *follow up* (tindak lanjut). *Follow up* dapat dilaksanakan secara kelompok maupun secara individu. Pada kegiatan tindak lanjut ini para anggota kelompok dapat membicarakan tentang upaya-upaya yang telah di tempuh. Mereka dapat melaporkan tentang kesulitan-kesulitan yang mereka temui, berbagai sukacita dan keberhasilan dalam kelompok.³⁰

Bahwasanya dalam konseling kelompok ada enam tahap yaitu: tahap pembentukan kelompok, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap penutup, evaluasi kelompok dan sesi tindak lanjut. Tahapan konseling kelompok ini akan digunakan peneliti sebagai dasar penelitian sebagaimana yang telah dijelaskan di rumusan masalah.

³⁰ *Ibid.*, hlm. 186.

e. Dimensi dalam Konseling Kelompok

Dimensi di sini diartikan sebagai unsur-unsur yang mempengaruhi kualitas konseling kelompok sebagai sebuah layanan konseling. Berikut uraiannya:

1) Iklim Kelompok

Konseling kelompok melibatkan banyak individu, di mana setiap individu mempunyai kesukaan, kebiasaannya masing-masing, maka seorang konselor (pemimpin) harus mampu menciptakan iklim kelompok yang menyenangkan.

2) Interaksi

Konseling kelompok interaksi sangat berperan penting dalam menentukan keberhasilan proses dan hasil, ada beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas interaksi yang terjadi dalam proses konseling yaitu: *skill* dari konselor, ukuran kelompok yang dibentuk oleh konselor, keaktifan anggota untuk terlibat secara suka rela dalam proses konseling kelompok.

3) Keterlibatan

Apabila menginginkan hasil yang maksimal maka konselor wajib dapat melibatkan konseli secara total, yaitu hadir segenap fisik dan jiwanya.

4) Kohesi

Kohesivitas dalam kelompok menggambarkan ikatan bersama yang terjadi antaranggota dalam sebuah kelompok agar mereka dapat mempertahankan komitmen yang telah disepakati bersama.

5) Produktivitas

Produktivitas kelompok dalam konseling menggambarkan sejauh mana kelompok dapat mencapai tujuan dan sasaran bersama.³¹

Berdasarkan uraian di atas ada (lima) dimensi dalam konseling kelompok yaitu: iklim kelompok, interaksi, keterlibatan, kohesi dan produktivitas

2. Tinjauan Tentang *Self Management*

a. Pengertian *Self Management*

Self management adalah suatu proses di mana konseli mengarahkan tingkah laku mereka

³¹ *ibid.*, hlm. 91-100.

sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi. Konseli harus aktif menggerakkan variabel internal, eksternal, untuk melakukan perubahan yang diinginkan. Walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, konselilah yang mengontrol pelaksanaan strategi ini. Dalam menggunakan prosedur *self management*. Konseli mengarahkan usaha perubahan dengan mengubah aspek-aspek lingkungannya atau dengan mengatur konsekuensi.³²

Self management atau pengaturan diri adalah kemampuan dalam diri seseorang untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu.³³

Self Management atau manajemen diri berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi,

³² Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata-Indeks, 2013), hlm. 149.

³³ Hermansyah Amir, Jurnal, *Korelasi Pengaruh Faktor Efikasi Diri Dan manajemen Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Universitas Bengkulu*, 4 Juli 2016, Volume 10, hlm 337.

mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.³⁴

Dengan memperhatikan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *Self Management* adalah kemampuan dalam diri seseorang untuk memunculkan, memonitor sendiri atas perilaku, mengatur semua unsur pribadi serta mengendalikan dan mengembangkan diri untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Management*

Lingkungan sekitar menjadi faktor terbentuknya *self management*. Seperti terbentuknya pola pikir, perbuatan dan pengalaman yang terbentuk dari lingkungan yang ditempati. Segala pola pikir maupun perbuatan yang muncul akan menentukan bagaimana kemampuan *self management* itu terbentuk.³⁵

³⁴ The Liang Gie, *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000), hlm. 77

³⁵ Ahmad Abdul Jawwad, *Manajemen Diri*, (Bandung: Savei Generation, 2007), hlm. 35.

Faktor lain yang mempengaruhi *self management* menurut Pedler dan Boydell dalam Makhfud yaitu meliputi:

1) Kesehatan (*Health*)

Kondisi fisik maupun psikis mempengaruhi seseorang dalam mengarahkan aktivitas kehidupan. Kesehatan fisik menjadi modal utama bagi seorang individu untuk melakukan aktivitas, sedangkan kesehatan psikis menciptakan kondisi mental yang stabil. Kondisi kesehatan individu yang baik akan mewujudkan keseimbangan pada diri individu, sehingga mempermudah individu dalam melakukan penyesuaian diri. Oleh karena itu untuk mencapai kesehatan pikiran dibutuhkan keseimbangan antara perasaan dan emosi.

2) Keterampilan/ keahlian (*Skill*)

Keterampilan atau keahlian yang dimiliki seorang individu menggambarkan kualitas individu. Seberapa jauh individu menyusun rencana kehidupannya, seberapa jauh kesadaran individu akan hal ini menentukan seberapa jauh individu menyusun rencana kehidupannya. Individu dapat

memutuskan untuk menjadi orang yang memiliki beberapa keahlian sekaligus atau menjadi orang yang memiliki satu keahlian di bidang tertentu. Pilihan tertentu yang dilakukan oleh individu selanjutnya akan mempengaruhi cara individu untuk mewujudkan tujuan tersebut.

3) Aktivitas (*Action*)

Aktivitas di sini adalah seberapa jauh individu mampu menyelesaikan aktivitas dalam hidupnya dengan baik, misalnya seberapa jauh kemampuannya untuk membuat keputusan dan mengambil inisiatif. Individu yang mampu mengembangkan aktivitas hidupnya adalah individu yang memiliki kepekaan terhadap berbagai alternatif atau cara pandang dan memiliki imajinasi moral yang tinggi, sehingga keputusan aktivitasnya mempertimbangan dua hal sekaligus yaitu memberikan manfaat pada dirinya dan bagi orang lain.

4) Identitas Diri (*Self Identity*)

Identitas diri merupakan suatu hal yang sangat penting bagi individu di dalam

kehidupannya karena menyangkut gambaran khas yang dimilikinya. Dalam pengertian yang lebih khusus, identitas diri ini disebut dengan konsep diri. Seberapa jauh pengetahuan, pemahaman, dan penilaian individu terhadap keadaan dirinya akan mempengaruhi caranya bertindak.³⁶

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* yaitu: Lingkungan sekitar yang mampu membentuk pola pikir, perbuatan dan pengalaman. Adapun faktor lain yaitu: kesehatan (*healt*), keterampilan/ keahlian (*skill*), aktivitas (*action*) dan identitas diri (*self identity*).

c. Cara Meningkatkan Self Management

Krug, dalam Douglass E.M & Douglass N.D,³⁷ mengemukakan apabila seseorang ingin memiliki *self management* yang baik harus meliputi:

³⁶ Makhfud, *Hubungan Antara Manajemen Diri dengan Prokratinasi Akademik Pada Siswa Aktivis Bem Ian Sunan Ampel Surabaya*, (Skripsi: Tidak diterbitkan, 2011), hlm. 31.

³⁷ Douglass, E.M & Douglass, N.D., *Manage your Time, Manage Your Work, Manage your Self*, (New York: Amacom, 1980).

1) Kehangatan (*warmth*)

Kehangatan individu harus ditumbuhkan/dimunculkan, individu yang memiliki kehangatan yang tinggi biasanya akan mudah dalam berhubungan dengan orang lain, mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.

2) Kecerdasan (*intelligence*)

Merangsang kecerdasanya berkembang dengan baik kecerdasan yang dimaksud di sini bukan hanya persoalan akademis melainkan kemampuan menyelesaikan masalah sosial.

3) Keberanian (*boldness*)

Melatih keberaniannya individu yang memiliki keberanian tinggi mampu mengambil keputusan dengan cepat, meskipun belum tentu benar. Ciri lainnya adalah enerjik dan tidak suka mengisolasi diri.

4) Kestabilan Emosi (*emotional stability*)

Orang yang memiliki kestabilan emosi yang tinggi jarang mengalami kecemasan.

5) Ketajaman Berfikir (*shrewdness*)

Ciri orang yang berpikiran tajam adalah mampu mengatasi masalahnya serta dapat berunding.

6) Rasa Aman (*security*)

Individu yang memiliki rasa aman tidak mudah untuk putus asa, serta tidak suka untuk menyendiri.

7) Disiplin (*discipline*)

Individu yang memiliki disiplin yang tinggi biasanya dapat mengontrol diri.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan apabila seseorang ingin memiliki *self management* yang baik yaitu: kehangatan (*warmth*), kecerdasan (*intelligence*), keberanian (*boldness*), kestabilan emosi (*emotional stability*), ketajaman berfikir (*shrewdness*), rasa aman (*security*), serta disiplin (*discipline*).

d. Aspek-aspek Self Management

Berikut aspek-aspek yang dikemukakan oleh The Liang Gie³⁸ yang meliputi manajemen diri yaitu:

³⁸ The Liang Gie, *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000), hlm. 77

1) Pendorongan Diri (*self motivation*)

Merupakan dorongan batin yang timbul dari dalam diri individu, sehingga menimbulkan rangsangan untuk melaksanakan berbagai kegiatan demi mencapai tujuan yang telah ditentukan.

2) Penyusunan Diri (*self organization*)

Pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda dan sumber daya lainya dalam kegiatan individu sehingga tercapai efesiensi pribadi (perbandingan terbaik antara setiap kegiatan hidup pribadi individu dengan hasil yang diinginkan).

3) Pengendalian Diri (*self control*)

Pengendalian diri merupakan perbuatan individu dalam membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat, mengikis keseganan dan mengerahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan di dalam mencapai tujuan yang diinginkan.

4) Pengembangan Diri (*self devolepment*)

Merupakan perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal yang mencakup: kecerdasan, pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan dan kesehatan diri.

Berdasarkan penjabaran di atas maka dapat disimpulkan adanya (empat) aspek *self management* yaitu: pendorongan diri (*self motivation*), penyusunan diri (*self organization*), pengendalian diri (*self control*) dan pengembangan diri (*self devolepment*).

e. Ciri-ciri Self Management

Ciri-ciri seseorang mempunyai *self management* yang baik antara lain sebagai berikut:

- 1) Kemampuan melakukan kontrol perilaku yang ditandai dengan mampu mengatasi, mencegah dan menjauhi situasi yang tidak diinginkan, ledakan emosi dan frustrasi.
- 2) Kemampuan untuk menunda kepuasan yang sifatnya sementara agar lebih mendapatkan sesuatu yang lebih berharga atau yang lebih diterima oleh lingkungan.

- 3) Kemampuan melakukan antisipasi terhadap peristiwa secara objektif
- 4) Kemampuan melakukan penafsiran dan penilaian terhadap kejadian dari segi nilai positif.
- 5) Kemampuan melakukan control terhadap keputusan yang diambil berdasarkan konsekuensi minimum.³⁹

Kemampuan mengontrol segala hal yang telah disebutkan di atas menandakan seseorang memiliki *self management* yang baik. Orang yang memiliki *self management* yang rendah cenderung terbawa dalam situasi yang sulit begitu pula sebaliknya. Ciri-ciri *self management* ini akan digunakan peneliti sebagai dasar penelitian sebagaimana yang telah dijelaskan pada rumusan masalah.

3. Tinjauan tentang konseli Penyalahgunaan Narkoba

Penyalahgunaan narkoba adalah suatu pemakaian *nonmedical* atau *illegal* barang haram yang dinamakan narkoba (narkotika dan obat-obatan

³⁹ Christine Wilding & Aileen Milne, *Cognitive Cognitif cognitif behavior therapy therapy therapy Therapy*, (Jakarta: Indeks, 2013) hlm. 179.

adaptif) yang dapat merusak kesehatan dan kehidupan yang produktif manusia pemakaiannya.⁴⁰

Penyalahgunaan Narkoba adalah kondisi yang dapat dikatakan sebagai suatu gangguan jiwa, sehingga pengguna/penderita tidak lagi mampu memfungsikan diri secara wajar dalam masyarakat bahkan akan mengarah pada perilaku *maladaptif* (kecemasan/ketakutan berlebihan).⁴¹

Beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa penyalahgunaan narkoba adalah suatu kondisi di mana penggunaanya ketergantungan dengan narkoba sehingga dapat menyebabkan gangguan fisik dan mental sehingga kehidupan yang dijalani tidak produktif lagi.

a. Kondisi Psikologis Penyalahgunaan Narkoba

Kondisi psikologis yang terjadi yaitu: lamban bekerja, ceroboh bekerja, sering tegang dan gelisah, hilang kepercayaan diri, apatis, penghayal, penuh curiga, *agitative*, menjadi

⁴⁰ Sofyan S. Willis, *Remaja dan Masalahnya (Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja seperti Narkotika Free Sex dan pemecahannya)*, (Bandung: Alfa beta, 2010), hlm. 156.

⁴¹ Jimmy Simangunsong, E-Jurnal, *Penyalahgunaan Narkoba di kalangan Remaja (studi kasus pada Badan Narkotika Nasional Kota Tanjungpinang)*, 2015.hlm. 19.

ganas dan tingkah laku yang brutal, sulit berkonsentrasi, perasaan kesal dan tertekan, cenderung menyakiti diri, gangguan mental, anti-sosial dan asusila, dikucilkan oleh lingkungan, serta masa depan suram.⁴²

Berdasarkan pernyataan di atas dapat diambil kesimpulan yaitu: seseorang individu yang telah menjadi pemakai narkoba maka kondisi psikologisnya tidak lagi normal seperti halnya pada saat para individu tersebut belum mengenal narkoba,

**b. Pandangan Islam tentang Self Management
Konseli Penyalahgunaan Narkoba**

Islam dengan tegas mengharamkan sesuatu yang memabukkan seperti khamar dan ganja.⁴³ Hal ini disebutkan dalam Al-Qur'an

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

⁴² Sumarlin Adam, *Dampak Narkotika pada Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, Jurnal Ung ,Dosen Komunikasi Penyiaran Islam IAIN Sunan Amai Gorontalo.2012.

⁴³ Departemen Agama Islam RI, *Penanggulangan Penyalahgunaan Narkotika Dipandang Dari Sudut Agama Islam*, (Yogyakarta: Kemenag, 2012), hlm. 45.

Surat Al- A'Raf ayat 157 yang berbunyi :

الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ
مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ
بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ
وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ
وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ ۚ فَالَّذِينَ آمَنُوا بِهِ
وَعَزَّزُوا وَنَصَرُوهُ وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنْزِلَ مَعَهُ ۖ
أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Artinya: “(Yaitu) orang-orang yang mengikut Rasul, Nabi yang ummi yang (namanya) mereka dapati tertulis di dalam Taurat dan Injil yang ada di sisi mereka, yang menyuruh mereka mengerjakan yang ma'ruf dan melarang mereka dari mengerjakan yang mungkar dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk dan membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka. Maka orang-orang yang beriman kepadanya, memuliakannya, menolongnya dan mengikuti cahaya yang terang yang diturunkan kepadanya (Al Quran), mereka itulah orang-orang yang beruntung”.⁴⁴

Ayat di atas menunjukkan akan larangan mengerjakan perkara yang mungkar dan

⁴⁴ Al- A'Raf (7): 157

mengharamkan merusak diri sendiri, bahkan telah dijelaskan pula apabila mengikuti cahaya terang yang telah diturunkan kepadanya yaitu (Al-Qur'an) mereka itulah orang-orang yang beruntung.

Hadits Ummu Salamah berbunyi yang artinya:

“Rasulullah SAW melarang dari setiap barang yang memabukkan dan yang melemahkan akal dan badan”.

Berdasarkan Al-Qur'an dan Al-Hadits di atas sudah jelas mengenai penggunaan narkoba merupakan perbuatan yang mungkar serta perbuatan yang haram karena merusak diri dengan cara memabukkan serta melemahkan akal dan badan.

Ciri-ciri pemabuk dan dampak dzat yang memabukkan yang dijelaskan di atas, menunjukkan bahwa resikonya bisa mempengaruhi integritas diri sehingga, mempengaruhi manajemen dirinya. Oleh sebab itu Nabi mengajarkan agar umat Islam tidak terjerumus ke dalam perbuatan yang keji dan munkar. Sehingga kajian yang terkait dengan narkoba itu penting untuk dipelajari serta kajian

tentang narkoba ini menjadi bagian dari konseling Rehabilitasi.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan dengan menggunakan pendekatan kualitatif yaitu penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa data tertulis atau lisan dari perilaku orang yang diamati.⁴⁵ Metode ini dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan atau melukiskan keadaan subyek atau obyek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak.⁴⁶

2. Sumber data

Sumber data dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu berupa sumber data primer dan sumber data sekunder:

a) Data Primer

Data primer diperoleh dari narasumber pertama, Teknik pengumpulan datanya

⁴⁵ Lexy J Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Rosdakarya, 1994), hlm. 3.

⁴⁶ Suharsini Arikuntoro, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT. Bina Aksara, 1989), hlm. 169.

menggunakan metode wawancara dan observasi mengetahui keadaan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba serta untuk mengetahui tahapan konseling kelompok yang diberikan oleh konselor adiksi di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta.

b) Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari data pendukung seperti buku bacaan dokumen, brosur atau tulisan yang masih berkaitan dengan tema penelitian.

3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian menunjuk pada individu maupun kelompok yang dijadikan sasaran mengenai kasus yang diteliti dan berkaitan dengan tema peneliti. Teknik menentukan subjek menggunakan *purposive* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu,⁴⁷ kriteria subjek konseli dalam penelitian ini adalah konseli yang paling sulit melakukan *self management*, sedangkan kriteria subjek konselor adalah yang melaksanakan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management*

⁴⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 85

adapun yang dijadikan subyek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Konseli Penyalahgunaan Narkoba

Konseli penyalahgunaan narkoba, menjalankan peran sebagai seseorang yang sedang menjalani terapi rehabilitasi akibat penyalahgunaan narkoba, Sebagai sumber informasi di rehabilitasi kunci Yogyakarta. Di sana ada lima belas orang konseli yang sedang menjalani rehab, namun peneliti hanya mengambil enam konseli dengan alasan keenam konseli tersebut termasuk paling sulit untuk *self management* hal ini berdasarkan keterangan wawancara bersama staf, yaitu: keenam konseli yang termasuk sering melanggar aturan Rehabilitasi, yang sering sukar mendengarkan masukan dari staf, dan yang sering tidak menjalankan hukuman. Alasan dengan menggunakan kriteria ini menurut peneliti sangat layak jadi subjek penelitian. Konseli tersebut berinisial: 1) NK, 2) WY, 3) DT, 4) FD, 5) MO, 6) MK

b. Konselor Adiksi

Konselor Adiksi yaitu, konselor yang bertugas untuk menangani konseli penyalahgunaan narkoba, dinamakan adiksi karena konselor ini khusus menangani konseli yang kecanduan atau ketergantungan dengan obat-obatan terlarang yang dapat merusak fisik maupun psikisnya. Dalam hal ini peneliti hanya mengambil dua konselor adiksi dari empat konselor dengan alasan konselor tersebut adalah konselor yang memberikan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan self management, sedangkan yang lain tidak, namun akan menjadi pelengkap. Konselor tersebut bernama: Mas Fery dan Mas Sony.

4. Metode Pengumpulan Data

a. Metode Observasi

Secara Bahasa observasi berarti memperhatikan dengan penuh perhatian seseorang atau sesuatu, memperhatikan dengan penuh perhatian berarti mengamati tentang apa yang terjadi.⁴⁸ Metode observasi yang digunakan yaitu non partisipan, yaitu pengamatan yang dilakukan

⁴⁸ *Ibid.*, hlm. 211.

peneliti dengan mengambil jarak atau menjauhkan diri dari keterlibatan peneliti dalam aktivitas subjek yang diamati.⁴⁹ Jadi peneliti tidak ikut secara langsung ketika melaksanakan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba.

Penggunaan metode observasi ini adalah untuk mengetahui tahapan-tahapan konseling kelompok yang diberikan oleh konselor adiksi. Metode ini juga digunakan untuk mengetahui kondisi *self management* konseli penyalahgunaan narkoba yang ada di Rehabilitasi kunci Yogyakarta.

b. Metode Wawancara

Metode pengumpulan data melalui wawancara dalam penelitian kualitatif umumnya dimaksudkan untuk mendalami dan lebih mendalami suatu kejadian atau kegiatan subyek penelitian.⁵⁰

⁴⁹ Komaruddin dkk, *Kamus Istilah Karya Tulis Ilmiah*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hlm. 164.

⁵⁰ Uhar Suharsaputra, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*, (Bandung: Refika Aditama, 2012), hlm. 211.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode wawancara terstruktur, dimana pertanyaan sudah disiapkan dan disusun rapi dalam bentuk *interview guide*.⁵¹ Daftar *interview guide* akan diserahkan kepada pihak-pihak terkait secara langsung mengenai konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba.

Data yang diperoleh dari wawancara ini dengan tanya jawab secara lisan dan tatap muka langsung antara peneliti dengan konselor adiksi serta konseli penyalahgunaan narkoba yang menjadi subjek yaitu konseli yang memiliki ciri-ciri: konseli yang sudah menjalani rehabilitasi lebih dari tiga tahun serta memiliki masalah *self management* dan mengikuti konseling kelompok.

Wawancara tersebut untuk mendapatkan data tentang tahapan-tahapan konseling kelompok yang dilakukan konselor adiksi serta digunakan untuk mengetahui kondisi *self management* konseli penyalahgunaan narkoba yang ada di Rehabilitasi kunci Yogyakarta.

⁵¹ *Ibid.*, hlm. 212.

c. Metode Dokumentasi

Dokumen merupakan rekaman kejadian masa lalu yang ditulis atau dicetak, dapat berupa catatan anekdot, surat, buku harian, dan dokumen-dokumen. Dokumen dapat juga menghasilkan informasi yang melatarbelakangi suatu kejadian atau aktivitas tertentu.⁵²

Metode dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data mengenai dokumen-dokumen yang dianggap penting, seperti gambaran umum lokasi Rehabilitasi serta data penting yang berkaitan tentang subjek.

5. Keabsahan Data

Metode yang digunakan dalam menguji keabsahan data penelitian ini menggunakan teknik triangulasi yang merupakan teknik pemeriksaan data dengan memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan dan perbandingan data tersebut. Dalam penelitian ini digunakan triangulasi data yaitu memanfaatkan sesuatu yang lain dengan membandingkan dan mengecek baik derajat kepercayaan suatu informasi hasil data yang

⁵²*Ibid.*, hlm. 215.

diperoleh.⁵³ Untuk kepentingan ini dilakukan dengan cara membandingkan data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang berkaitan dengan penelitian.

Di sini peneliti juga menggunakan triangulasi sumber yaitu membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda dalam metode kualitatif.⁵⁴ Data penelitian triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan hasil pengumpulan data dari subjek yaitu membandingkan data dari subjek melalui penyajian pertanyaan yang sama pada subjek berbeda yaitu dua konselor adiksi (Mas Fery dan Mas Sony) dan keenam konseli penyalahgunaan narkoba (yang berinisial: NK, WY, DT, FD, MO, MK).

6. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penulisan ini adalah dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu setelah ada data yang berkaitan dengan penelitian, selanjutnya disusun dan

⁵³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosadakarya, 2007), hlm. 248-329.

⁵⁴ *Ibid.*, hlm. 330.

diklarifikasikan dengan menggunakan data-data yang diperoleh untuk menggambarkan jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.⁵⁵

Berikut langkah-langkah analisis data yang ditempuh penulis dalam menyelesaikan penelitian:

a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan penulis ada tiga cara yaitu, pertama dengan observasi secara langsung yang terkait dengan penelitian. Pengamatan yang dilakukan penulis mengenai keadaan lingkungan rehabilitasi. Kedua melalui wawancara kepada subyek penelitian yaitu konseli penyalahgunaan rehabilitasi kunci, konselor rehabilitasi kunci, konselor sebaya rehabilitasi kunci dan ahli rehabilitasi kunci. Yang ketiga yaitu melalui dokumentasi, penulis memperoleh data dalam bentuk dokumen dan arsip yang dibutuhkan dalam penelitian.

b. Reduksi Data

Reduksi data yaitu penyederhanaan dan pemusatan perhatian pada hal yang menguatkan data yang diperoleh dari lapangan.⁵⁶ Reduksi data

⁵⁵ Kasiran, *Metode Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, (Malang: UIN-Maliki Press, 2010), hlm. 250.

yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu dengan memilah-milah data hasil dari observasi, wawancara dan dokumentasi untuk selanjutnya diambil data yang pokok dan penting. Dari hasil observasi cara penyederhanaan yang dilakukan penulis adalah dengan cara menulis semua yang ada di lingkungan rehabilitasi kunci lalu data tersebut diambil dan diolah sesuai kebutuhan dengan tema penelitian.

Hasil wawancara langkah yang dilakukan peneliti untuk penyederhanaan data yaitu dengan mengelompokkan informasi-informasi yang berkaitan dengan peneliti yang nantinya diperoleh dari wawancara dengan konseli penyalahgunaan narkoba dan konselor adiksi di rehabilitasi kunci.

Hasil dari dokumentasi peneliti dalam melakukan penyederhanaan data, yakni dengan memaparkan informasi yang berkaitan dengan penelitian mengenai gambaran tentang rehabilitasi kunci.

c. Penyajian Data

Penyajian data adalah seperangkat informasi yang terorganisasi dalam bentuk uraian

⁵⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 247

singkat, bagan, sehingga dalam menarik kesimpulan tetap terfokus pada ruang lingkup penelitian.⁵⁷

Peneliti menyajikan data dalam bentuk teks yang bersifat narasi, dalam menjelaskan informasi mengenai data dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi yang dilakukan peneliti.

d. Penarikan Kesimpulan

Proses penarikan kesimpulan dalam analisis data dengan cara pencarian makna dari data yang berhasil dikumpulkan dengan melibatkan pembahasan penulis.⁵⁸ Penarikan kesimpulan bertujuan untuk menjawab apa yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

⁵⁷ *Ibid.*, hlm. 250.

⁵⁸ *Ibid.*, hlm. 253.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian tentang pelaksanaan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi Kunci Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa: Konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi Kunci Yogyakarta terdiri dari beberapa tahapan, yaitu: tahapan awal, tahapan kegiatan, dan tahapan akhir. Ciri khas dari tahap awal yaitu tentang perjanjian pada saat akan memasuki kegiatan konseling kelompok, sedangkan pada tahap kegiatan berisi tentang diskusi mengenai permasalahan yang menjadi topik dan pada tahap akhir lebih terhadap hasil dari diskusi beserta rangkuman dari sesi konseling kelompok tersebut.

B. Saran-saran

Demi meningkatkann mutu Rehabilitasi Kunci Yogyakarta serta kemajuan dalam pelaksanaan konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba di rehbitasi kunci Yogyakarta, peneliti berusaha memberikan masukan dan pertimbangan

terhadap penerapan layanan bimbingan konseling diantaranya:

1. Menambah fasilitas yaitu berupa penyediaan form khusus untuk konseling kelompok agar nanti dapat ditindaklanjuti dan mampu menjadi dokumen sendiri bagi Lembaga Rehabilitasi Kunci Yogyakarta.
2. Diharapkan semua konseli di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta mampu memanfaatkan jasa dari layanan bimbingan konseling agar para konseli mampu mengembangkan diri dalam meningkatkan potensi yang dimiliki.
3. Untuk para staf diharapkan lebih memperhatikan konseli-konseli yang masih mempunyai *self management* yang rendah agar nanti tidak lahir kecemburuan sosial secara merata.
4. Untuk peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dibidang bimbingan konseling islam, serta mampu meningkatkan juga menjadi alternatif dalam meningkatkan *self management* bagi konseli. Dan diharapkan juga peneliti selanjutnya lebih mampu dalam memberikan kontribusi baik melalui pemikiran maupun tulisan.

5. Hasil penelitian ini dapat dijadikan menjadi salah satu acuan maupun alternatif untuk kegiatan konseling kelompok di lembaga sosial khususnya Rehabilitasi.

C. Penutup

Alhamdulillah rasa syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT Yang telah melimpahkan segala karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul konseling kelompok dalam meningkatkan *self management* konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi Kunci Yogyakarta. Peneliti menyadari bahwa saat pelaksanaan penelitian sampai penulisan skripsi banyak sekali adanya kekurangan sehingga penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki skripsi ini.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam Sumarlin, *Dampak Narkotika pada Psikologi dan Kesehatan Masyarakat*, Jurnal Ung, Dosen Komunikasi Penyiaran Islam IAIN Sunan Amai Gorontalo, 2012.
- Agustin Liliza, *Konseling Kelompok Berbasis Teknik Self-Management Tazkiyatun Nafi: Suatu Intervensi Psikologi dalam meningkatkan Self-Direction In Learning Siswa*, Jurnal Psikologi, Volume 13 Nomer 1 fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Juni 2017.
- Amir Hermansya, *Jurnal, Korelasi Pengaruh Faktor Efikasi Diri Dan manajemen Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa*, Jurnal, Volume 10, Jurusan Pendidikan Kimia Universitas Bengkulu, 4 Juli 2016.
- Arikuntoro Suharsini, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT. Bina Aksara, 1989.
- Arnot David dkk, *Pustaka Kesehatan Populer Pengobatan Praktis: perawatan Alternatif dan Tradisonal*, Jurnal, Volume 7. Jakarta: Pt Bhuana Ilmu Populer, 2009.
- Douglass, E.M & Douglass, N.D., *Manage your Time, Manage Your Work, Manage your Self*, New York: Amacom, 1980.
- Gibson Robert L dan Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Gie The Liang, *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000.

- Hamdi Rasimin Muhammad, *Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Jakarta: Bumi Aksara, 2018.
- Jawwad Ahmad Abdul, *Manajemen Diri*, Bandung: Savei Generation, 2007.
- Jones Richard Nelson, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Online, <https://kbbi.web.id/Konseli.html> di akses tanggal 9 Februari 2019.
- Kasiran, *Metode Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, Malang: UIN-Maliki Press, 2010.
- Khoiratunnisaa Nur Sarah, *Manajemen Diri Pada Mahasiswi Berprestasi Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Satu Mahasiswa D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)*, Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2016.
- Komalasari dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta barat : PT Indeks, 2011.
- Kurnanto M. Edi, *Konseling Kelompok*, Bandung : Alfabeta, 2013.
- Makhfud, *Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Prokratinasi Akademik Pada Siswa Aktif Bem Ian Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, Jurusan Studi Psikologi, Fakultas Dakwah, IAIN Sunan Ampel, 2010.
- Mahendra Eza, *Penerapan Konseling Kelompok Strategi Self-Management untuk membantu siswa memanfaatkan waktu luang dengan kegiatan Positif (Belajar) Kelas IX A di MTS N Porwoasri*, Jurnal Bk, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. 2016.

- Moeleong Lexy J, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009.
- Nursalim Mochammad, *Strategi dan Intervensi Konseling*, Jakarta: Akademia Permata-Indeks, 2013.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif R&D*, Bandung: Alfabeta, 2008.
- Simangunsong Jimmy, *Penyalahgunaan Narkoba di kalangan Remaja (studi kasus pada Badan Narkotika Nasional*, Skripsi, Jurusan Ilmu Sosial, Fakultas Ilmu Sosial & Politik Universitas Maritim Raja Ali Haji Tanjungpinang, 2015.
- Sodik Abror, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015.
- Suharsaputra Uhar, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*, Bandung: Refika Aditama, 2012.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007.
- BNNP DIY, *Tribun Jogja, Cegah Narkoba Sebelum Terlambat!*, Minggu 22 Oktober 2017, Pukul 09.12.
- Walgito Bimo, *Bimbingan + Konseling (studi & karier)*, Yogyakarta: C.V ANDI, 2010, hlm.8.
- Willis Sofyan S, *Remaja dan Masalahnya (Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja seperti Narkotika Free Sex dan pemecahannya)*, Bandung: Alfa beta, 2010.

PEDOMAN WAWANCARA

A. Pertanyaan Yang Diajukan Kepada Konselor Adiksi Rehabilitasi Kunci

Pedoman wawancara pendukung

1. Kalau boleh tahu bagaimana kisah awal mula rehabilitasi ini terbentuk?
2. Bagaimana sepak terjang rehabilitasi ini dari tahun ke tahun?
3. Ada berapa jumlah ruangan di rehabilitasi ini? lalu ruangan apa sajakah itu?
4. Apakah semua konseli yang rehab di sini semuanya laki-laki?
5. Mengapa di rehabilitasi ini hanya menerima konseli laki-laki?
6. Bagaimana proses awal masuk konseli di rehabilitasi ini?
7. Asesmen yang seperti apakah yang digunakan untuk mengidentifikasi tingkat kecanduan dari konseli penyalahgunaan narkoba di rehabilitasi ini?
8. Langkah apa yang dilakukan setelah asesmen?

Pedoman wawancara inti (berdasar rumusan masalah)

9. Bagaimana proses awal konseli untuk dapat adaptasi dengan lingkungan rehabilitasi ini?
10. Ada berapa banyak pembagian tugas rumah di rehabilitasi ini?
11. Sanksi apa yang diberikan kepada konseli yang tidak melaksanakan tugas rumah?
12. Kegiatan apa saja yang dilakukan sehari-sehari oleh konseli dari pagi sampai malam hari?
13. Aturan-aturan apa saja yang ada di rehabilitasi ini?
14. Bagaimana kondisi *self management* konseli penyalahgunaan narkoba?
15. Bagian manakah yang bisa dilihat untuk dapat mendefinikan jika *self management* konseli lemah?
16. Bagaimana jika konseli didapati tengah membawa narkoba/ mengonsumsi narkoba di rehabilitasi?
17. Bagaimana jika konseli penyalahgunaan narkoba mengalami *craving*?
18. Bagaimanakah bentuk *craving*?
19. Hal apa saja yang dapat meningkatkan *craving* dari konseli?
20. Tindakan apa yang dilakukan apabila konseli didapati sedang mengalami *craving*?

21. Bagaimana tahapan-tahapan konseling kelompok yang ada di rehabilitasi Kunci ini?
22. Berapa lama waktu yang digunakan dalam sesi konseling kelompok?
23. Apakah kegiatan konseling kelompok berjalan dengan efektif bagi konseli penyalahgunaan narkoba?
24. Bagaimana perkembangan konseli penyalahgunaan narkoba setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok?
25. Hal apa yang menandai jika *self management* bagi konseli penyalahgunaan narkoba telah mampu untuk mengontrol dirinya sendiri?
26. Apakah yang dilakukan konseli agar mampu mengontrol dirinya sendiri?
27. Berapa lama masa rehabilitasi pada konseli penyalahgunaan narkoba?
28. Hal apa yang bisa menandai bahwa konseli sudah layak untuk keluar dari rehabilitasi?

**B. Pertanyaan Yang Diajukan Untuk Konseli
Penyalahgunaan Narkoba Di Rehabilitasi Kunci**

Pedoman wawancara pendukung

1. Bisa diceritakan bagaimana awal mula bisa bertemu dengan narkoba?
2. Apa yang membuatmu merasa kecanduan dengan narkoba?
3. Bagaimana reaksi orang di sekitarmu apabila tahu jika kamu seorang pecandu narkoba?
4. Bagaimana reaksi orang tuamu ketika tahu jika kamu seorang pecandu narkoba?
5. Pengalaman apa saja yang pernah kamu alami ketika sedang merasa *fly*?
6. Bagaimanakah efek dari pemakaian narkoba terhadap dirimu?
7. Jenis narkoba apakah yang kamu gunakan?
8. Berapa rupiah yang harus kamu keluarkan untuk membeli narkoba?
9. Biasanya kamu mendapat narkoba dari mana saja?
10. Mengapa kamu merasa candu dengan narkoba?
11. Hal apa yang membuat kamu ingin terus menerus mengonsumsi narkoba?
12. Dimana tempat yang sering kamu gunakan untuk memakai narkoba?

13. Bagaimana perasaanmu apabila sekali saja tidak mengonsumsi narkoba?
14. Biasanya mengonsumsi narkoba untuk diri sendiri atau rame-rame bersama teman yang lainya?
15. Setiap ada kejadian apa yang mengharuskanmu untuk memakai narkoba?
16. Pengalaman apa yang kamu miliki ketika pikiranmu sedang tidak sadarkan diri?
17. Bagaimanakah rasanya sakau?
18. Perasaan apa yang kamu rasakan ketika sedang sakau?
19. Bertahan berapa lama keadaan sakau seperti itu?
20. Apa yang mendorongmu untuk berhenti dari memakai narkoba?
21. Siapakah yang menyuruhmu untuk melakukan rehab?
22. Bagaimana perasaanmu ketika awal mula mulai berhenti memakai narkoba?
23. Mengapa akhirnya kamu memutuskan untuk di rehab?
24. Bagaimana caramu agar mudah melakukan adaptasi dengan lingkungan rehab?
25. Apa yang kamu lakukan ketika ada tugas rumah yang harus dikerjakan?

26. Apakah kamu pernah terkena sanksi karena tidak melakukan pekerjaan rumah?

Pedoman wawancara inti (berdasarkan rumusan masalah)

27. Bisa diceritakan bagaimana kamu mengalami *craving*?

28. Berapa kali dalam sebulan kamu mengalami *craving*?

29. Lalu apa yang kamu lakukan ketika sedang merasa *craving*?

30. Hal-hal apa saja yang mendorongmu untuk *craving*?

31. Ketika sedang *craving* kamu melakukan aktivitas apa?

32. Bagaimana caramu untuk dapat mengontrol diri?

33. Apakah orang-orang di sekitarmu peduli denganmu?

34. Apakah kamu sering melakukan konseling kelompok?

35. Berapa minggu sekali kegiatan konseling kelompok dilakukan?

36. Bagaimana rasanya melakukan konseling kelompok?

37. Apakah kamu nyaman dengan adanya konseling kelompok?
38. Adakah perubahan setelah dan sebelum kamu melakukan konseling kelompok?
39. Keinginan apakah yang akan kamu lakukan setelah kamu dinyatakan benar-benar sembuh?



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



REHABILITASI KUNCI YOGYAKARTA

"DRUGS ADDICT REHABILITATION CENTER"

Bruderan Karitas, Nandan, Sariharjo, Ngaglik Sleman - Yogyakarta

Telp : (0274) 624747

Email : rehabilitasikunci@yahoo.com Web: www.kunci.net

Nomor : 196 / RKY/ XI/ 2019

8 November 2019

Hal : Pemberitahuan

Lampiran :-

Kepada Ketua Prodi BKI
UIN Sunan Kalijaga

Berkaitan dengan surat dari Prodi BKI no B-2525/UN. 02/DD.I/PN.01.1/10/2019, Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Feri Rahmawan

Jabatan : Manager Program

Instansi : Rehabilitasi Kunci Yogyakarta

Menyatakan bahwa :

Nama : Mahida Zahra

NIM/Jurusan : 16220067/ BKI

Alamat : Ngawi Jawa Timur

Dijinkan untuk melakukan penelitian di Rehabilitasi Kunci Yogyakarta mulai tanggal 21 Oktober 2019 hingga 21 Desember 2019. Demikian surat yang kami buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya. Terima Kasih

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA





MINISTRY OF RELIGIOUS AFFAIRS
STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
CENTER FOR LANGUAGE DEVELOPMENT

TEST OF ENGLISH COMPETENCE CERTIFICATE

No: UIN.02/L4/PM.03.2/2.22.2.3/2020

This is to certify that:

Name : Mahida Zahra
Date of Birth : April 17, 1998
Sex : Female

achieved the following scores on the Test of English Competence (TOEC)
held on **March 09, 2020** by Center for Language Development of State
Islamic University Sunan Kalijaga:

CONVERTED SCORE	
Listening Comprehension	40
Structure & Written Expression	41
Reading Comprehension	43
Total Score	413

Validity: 2 years since the certificate's issued

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Yogyakarta, March 09, 2020
Director,

Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.
NIP. 19680915 199803 1 005



شهادة

Mahida Zahra : الاسم

تاريخ الميلاد : ١٧ أبريل ١٩٩٨

قد شاركت في اختبار كفاءة اللغة العربية في ٢٩ نوفمبر ٢٠١٩، وحصلت على درجة :

٤١	فهم المسموع
٣٩	التركييب التحوية و التعبيرات الكتابية
٣٧	فهم المفروء
٣٣	مجموع الدرجات

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
هذه الشهادة صالحة لمدة سنتين من تاريخ الإصدار
جوكجاكارتا، ٢٩ نوفمبر ٢٠١٩

حوکجا کرتا، ۲۹ نومبر ۲۰۱۹



Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.

رقم التوظيف: ١٩٦٨.٩١٥١٩٩٨.٣١٠٠٥



UJIAN SERTIFIKASI TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI

Nama : Mahida Zahra
diberikan kepada
NIM : 16220067
Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi
Jurusan/Prodi : Bimbingan Dan Konseling Islam
Dengan Nilai :

No.	Materi	Nilai
1.	Microsoft Word	Angka 95
2.	Microsoft Excel	Huruf A
3.	Microsoft Power Point	Angka 40
4.	Internet	Huruf E
5.	Total Nilai	Angka 80
Predikat kelulusan		Angka 90
		Huruf A
		Angka 76,25
		Huruf B

Memuaskan



Yogyakarta, 12 Februari 2020
Kepala PTIPD
Dik. Shofwatul Uyun, S.T., M.Kom.
NIP. 19820511 200604 2 002

Skala Nilai		
Angka	Huruf	Predikat
86 - 100	A	Sangat Memuaskan
76 - 85	B	Memuaskan
66 - 75	C	Cukup
56 - 65	D	Kurang
41 - 55	E	Sangat Kurang
0 - 40		





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta Telp: 0274-515856 Email : fda@uin-suka.ac.id

SERTIFIKAT

NO : B-835.1/Un.021DD/PP/01.2/04/2017

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan ini menyatakan bahwa :

MAHIDA ZAHRA

NIM: 16220067

LULUS dengan Nilai 83 (A)

Ujian Sertifikasi Baca Tulis Al-Qur'an yang diselenggarakan oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Dekan



Dr. Mufjannah, M.Si.

NIP. 19600310 198703 2 001

Yogyakarta, 13 April 2017
Ketua Panitia



Dr. Abdul Rozaki, M.Si
NIP. 19750701 200501 1 007



INTEGRATIF-INTERKONEKTIF



DEDIKATIF-INOVATIF



INKLUSIF-CONTINUOUS IMPROVEMENT

Nomor : B-1686/Un.02/DD/PM.03.2/08/2016



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Sertifikat

diberikan kepada

Nama : MAHIDA ZAHRA
NIM : 16220067
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Sebagai Peserta
dalam kegiatan

SOSIALISASI PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI

Bagi Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Tahun Akademik 2016/2017
dan telah mengikuti seluruh kegiatan yang berlangsung mulai tanggal 22 s.d. 24 Agustus 2016 (24 jam pelajaran)
Yogyakarta, 24 Agustus 2016

Dr. Murtannah, M.Si, N
NIP. 19600310 198703 2 001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
LEMBAGA PENELITIAN DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

SERTIFIKAT

Nomor: B-4683.14/UIN/L3/PM.3.2/P3.809/09/2019

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) UIN Sunan Kalijaga
memberikan sertifikat kepada:

Nama : Mahida Zahra
Tempat, dan Tanggal Lahir : Ngawi, 17 April 1998
Nomor Induk Mahasiswa : 16220067
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

yang telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Integrasi-Interkoneksi Semester Pendek,
Tahun Akademik 2018/2019 (Angkatan ke-99), di:

Lokasi : Girinash
Kecamatan : Punwosari
Kabupaten/Kota : Kab. Gunungkidul
Propinsi : D.I. Yogyakarta

dari tanggal 01 Juli s.d. 29 Agustus 2019 dan dinyatakan LULUS dengan nilai 95,68 (A).

Sertifikat ini diberikan sebagai bukti yang bersangkutan telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata
(KKN) dengan status mata kuliah intra kurikuler dan sebagai syarat untuk dapat mengikuti ujian
Munawasyah Skripsi.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A.
NIP. 19720912 200112 1 002

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



IDENTITAS DIRI

Nama : Mahida Zahra
Jenis Kelamin : Perempuan
TTL : Ngawi, 17 April 1998
Alamat : Ngawi Jawa Timur
Email : zahramahida@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 1. TK Islamiyah Widodaren, Ngawi
2. MI Islamiyah Widodaren, Ngawi
3. MTs N Geneng, Ngawi
4. MA AL-Mujaddadiyyah Madiun
5. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Riwayat Organisasi :

1. Pramuka aktif di MI Islamiyah Widodaren (2008-2009)
2. Masuk Kepengurusan Osis, dan Pramuka Di MTsN Geneng (2011-2012)
3. Masuk Kepengurusan Inti Osis dan Dewan Ambalan MA AL - Mujaddadiyyah (2014-2015)
4. Pengurus Leb Bimbingan Konseling Islam UIN Suka (2016)
5. Pengurus Taekwondo Dojang UIN Suka (2017)

6. PMII Rayon Pondok Syahadat (2017)
7. Pengurus Senat Mahasiswa (SEMA) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suka (2018)
8. Forum Silaturahmi Mahasiswa Ngawi (FROSMAWI) Yogyakarta (2017-2019)
9. Komunitas Lintas Iman Yogyakarta (2017)
10. Pengurus Even Jawa Timur Festival (Jatimfest) 2017
11. Pengurus IKPM Jatim (2018-2020)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA