Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (1) 2026, Page: 21832-21835

PENERAPAN KONSELING INDIVIDU TEKNIK NARATIF DALAM MENGURANGI HALUSINASI PADA PECANDU NARKOBA (STUDI KASUS KLIEN "T" DI YPRN AR-RAHMAN)

Ardan Ramanzah[1], Manah Rasmanah[2], Hartika Utami Fitri[3]

[1,2,3]Universitas Islam Negri Raden Fatah Palembang

Email : ardanramanzah18@gmail.com, manahrasmanah_uin@radenfatah.ac.id, hartikautamifitri_uin@radenfatah.ac.id

Published: April , 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk halusinasi yang dialami klien "T" serta mendeskripsikan penerapan konseling individu dengan teknik naratif dalam mengurangi halusinasi pada remaja pecandu narkoba di YPRN Ar-Rahman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan teknik analisis data menggunakan perjodohan pola (pattern matching), eksplanasi, dan analisis deret waktu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan konseling, klien mengalami halusinasi yang mencakup aspek sensorik, kognitif, emosional, perilaku, dan sosial, seperti melihat bayangan yang dianggap nyata, memiliki keyakinan keliru, merasa cemas dan takut, menunjukkan perilaku gelisah, serta menarik diri dari lingkungan sosial. Penerapan konseling individu dengan teknik naratif dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu eksternalisasi masalah, dekonstruksi cerita hidup, reauthoring conversation, remembering conversation, dan definitional ceremony.

Setelah dilakukan konseling, terjadi perubahan pada klien berupa berkurangnya intensitas halusinasi, meningkatnya kemampuan membedakan realitas, pengendalian emosi yang lebih baik, perilaku yang lebih tenang, serta mulai terbuka dalam interaksi sosial. Dengan demikian, konseling individu dengan teknik naratif terbukti memberikan dampak positif dalam mengurangi halusinasi pada klien "T"

.

Kata Kunci: Konseling Individu, Teknik Naratif, Halusinasi, Remaja, Pecandu Narkoba

ABSTRACT

This study aims to identify the forms of hallucinations experienced by dient "T" and to describe the implementation of individual counseling using narrative techniques in reducing hallucinations among adolescent drug users at YPRN Ar-Rahman. This research employs a qualitative descriptive approach with a case study method. Data collection techniques include observation, interviews, and documentation, while data analysis uses pattern matching, explanation building, and time-series analysis.

The results show that prior to counseling, the dient experienced hallucinations across sensory, cognitive, emotional, behavioral, and social aspects, such as seeing unreal images, having distorted beliefs, experiencing anxiety and fear, displaying restless behavior, and withdrawing from social interactions. The implementation of individual counseling using narrative techniques involves several stages, including externalizing problems, deconstructing life stories, reauthoring conversations, remembering conversations, and definitional ceremonies.

After the counseling process, the dient showed significant improvements, including reduced intensity of hallucinations, better ability to distinguish reality, improved emotional regulation, calmer behavior, and increased social interaction. Therefore, individual counseling using narrative techniques has a positive effect in reducing hallucinations in dient "T".

Keywords: Individual Counseling, Narrative Technique, Hallucination, Adolescents, Drug Abuse

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan NAPZA di kalangan remaja hingga saat ini masih menjadi permasalahan serius yang berdampak luas terhadap aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Remaja sebagai generasi penerus bangsa berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, sehingga memiliki risiko yang cukup tinggi untuk terjerumus dalam perilaku menyimpang, termasuk penyalahgunaan narkoba. Dampak dari penggunaan NAPZA tidak hanya merusak kesehatan fisik, tetapi juga dapat mengganggu kondisi psikologis individu, salah satunya adalah munculnya gangguan persepsi berupa halusinasi.

Halusinasi merupakan salah satu bentuk gangguan mental yang ditandai dengan munculnya pengalaman indrawi tanpa adanya rangsangan nyata dari lingkungan. Individu yang mengalami halusinasi cenderung sulit membedakan antara realitas dan imajinasi, sehingga dapat memengaruhi pola pikir, emosi, serta perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Pada remaja pecandu narkoba, kondisi ini sering kali diperparah oleh ketergantungan zat yang memicu gangguan pada sistem saraf dan fungsi kognitif.

Dalam konteks penanganan masalah psikologis, layanan konseling memiliki peran penting dalam membantu individu memahami serta mengatasi permasalahan yang dihadapi. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah konseling individu dengan teknik naratif. Teknik ini berfokus pada cara individu memaknai pengalaman hidupnya melalui cerita (narasi), sehingga konselor membantu klien untuk memisahkan dirinya dari masalah (externalizing problem) dan membangun kembali cerita hidup yang lebih positif serta memberdayakan.

Penerapan teknik naratif dalam konseling individu menjadi relevan untuk membantu remaja yang mengalami halusinasi akibat penyalahgunaan narkoba, karena teknik ini tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala, tetapi juga pada pembentukan identitas diri yang lebih sehat. Melalui proses seperti dekonstruksi cerita hidup dan penyusunan ulang narasi, klien diharapkan mampu memahami dirinya secara lebih baik serta mengembangkan cara berpikir dan berperilaku yang lebih adaptif.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan di YPRN Ar-Rahman dengan fokus pada klien "T" yang mengalami halusinasi akibat penyalahgunaan narkoba. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk halusinasi yang dialami klien serta mendeskripsikan penerapan konseling individu dengan teknik naratif dalam mengurangi halusinasi tersebut. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam penanganan masalah psikologis pada remaja pecandu narkoba.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam kondisi klien "T" dalam mengalami halusinasi serta proses penerapan konseling individu dengan teknik naratif. Pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin menggambarkan fenomena secara holistik dan kontekstual sesuai dengan kondisi nyata di lapangan.

Lokasi penelitian dilaksanakan di YPRN Ar-Rahman, dengan subjek penelitian yaitu satu orang klien berinisial "T" yang merupakan remaja pecandu narkoba yang mengalami gangguan halusinasi. Pemilihan subjek dilakukan secara *purposive*, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk melihat secara langsung perilaku dan kondisi klien, wawancara digunakan untuk menggali informasi secara mendalam terkait pengalaman halusinasi serta proses konseling yang dijalani, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan atau arsip yang relevan.

Analisis data dilakukan secara bertahap sejak proses pengumpulan data hingga penelitian selesai. Peneliti menggunakan teknik analisis data studi kasus menurut Robert K. Yin, yaitu perjodohan pola (*pattern matching*), eksplanasi (*explanation building*), dan analisis deret waktu (*time-series analysis*). Perjodohan pola dilakukan dengan membandingkan data empiris dengan teori yang digunakan, eksplanasi bertujuan untuk membangun penjelasan terhadap fenomena yang terjadi, sedangkan analisis deret waktu digunakan untuk melihat perubahan kondisi klien sebelum dan sesudah proses konseling.

Untuk menjaga keabsahan data, peneliti menggunakan teknik triangulasi, baik triangulasi sumber maupun triangulasi teknik, sehingga data yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Gambaran Halusinasi pada Klien "T"

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi dan wawancara, klien "T" menunjukkan adanya gangguan halusinasi yang mencakup beberapa aspek. Pada aspek sensorik, klien mengalami halusinasi visual dan auditorik, seperti melihat bayangan dan mendengar suara yang tidak nyata. Pada aspek kognitif, klien memiliki keyakinan yang tidak sesuai dengan realitas akibat pengaruh halusinasi tersebut.

Selanjutnya, pada aspek emosional, klien cenderung mengalami kecemasan, ketakutan, serta perasaan gelisah yang berlebihan. Dari segi perilaku, klien tampak sering menyendiri, berbicara sendiri, serta menunjukkan respons yang kurang sesuai dengan kondisi lingkungan. Sedangkan pada aspek sosial, klien mengalami kesulitan dalam berinteraksi dan cenderung menarik diri dari lingkungan sekitar.

Kondisi ini menunjukkan bahwa halusinasi yang dialami klien tidak hanya berdampak pada satu aspek saja, melainkan memengaruhi keseluruhan fungsi psikologis klien.

Penerapan Konseling Individu dengan Teknik Naratif pada Klien "T"

Pelaksanaan konseling individu dengan teknik naratif dilakukan dalam beberapa kali pertemuan secara bertahap. Pada tahap awal, konselor membangun hubungan terapeutik dengan klien agar tercipta rasa nyaman dan kepercayaan. Setelah itu, masuk ke tahap inti dengan menerapkan teknik naratif.

Pada tahap *externalizing problem*, klien mulai diajak untuk memisahkan dirinya dari masalah halusinasi yang dialami, sehingga klien tidak lagi menganggap dirinya sebagai "orang yang bermasalah". Selanjutnya, pada tahap deconstructing life stories, klien dibimbing untuk mengkaji pengalaman hidup yang menjadi latar belakang munculnya masalah.

Pada tahap *reauthoring conversation,* klien mulai membangun cerita baru yang lebih positif dan memberdayakan dirinya. Kemudian dilanjutkan dengan *remembering conversation*, yang membantu klien mengingat kembali pengalaman positif serta dukungan dari orang lain. Terakhir, pada tahap *definitional ceremony*, klien memperoleh penguatan terhadap identitas baru yang lebih adaptif.

Perubahan Kondisi Klien Setelah Penerapan Konseling

Setelah pelaksanaan konseling individu dengan teknik naratif, ditemukan adanya perubahan pada diri klien "T". Perubahan tersebut terlihat dari berkurangnya intensitas halusinasi yang dialami klien. Klien mulai mampu membedakan antara realitas dan halusinasi yang muncul.Selain itu, kondisi emosional klien menjadi lebih stabil, ditandai dengan berkurangnya rasa cemas dan takut. Dari segi perilaku, klien tampak lebih tenang dan tidak lagi menunjukkan respons yang berlebihan. Dalam aspek sosial, klien mulai mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar secara lebih baik. Perubahan ini menunjukkan bahwa teknik naratif memberikan dampak positif terhadap pemulihan kondisi psikologis klien.

2. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa halusinasi yang dialami klien berkaitan erat dengan kondisi psikologis dan riwayat penyalahgunaan NAPZA. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa penggunaan NAPZA dapat memengaruhi fungsi kognitif dan persepsi individu, sehingga memicu munculnya halusinasi.

Penerapan konseling individu dengan teknik naratif terbukti efektif dalam membantu klien mengatasi permasalahan tersebut. Teknik *externalizing* membantu klien memisahkan identitas diri dari masalah, sehingga klien memiliki kontrol yang lebih baik terhadap dirinya. Selanjutnya, proses

deconstructing dan *reauthoring* memungkinkan klien untuk membangun makna baru yang lebih positif terhadap pengalaman hidupnya.

Selain itu, tahapan *remembering conversation* dan *definitional ceremony* memberikan penguatan terhadap perubahan yang dialami klien melalui dukungan sosial dan pembentukan identitas diri yang lebih sehat. Dengan demikian, konseling individu dengan teknik naratif tidak hanya mengurangi gejala halusinasi, tetapi juga membantu klien dalam membangun kembali konsep diri yang lebih positif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa klien "T" mengalami berbagai bentuk halusinasi yang mencakup halusinasi visual dan auditorik, serta berdampak pada aspek kognitif, emosional, perilaku, dan sosial. Halusinasi tersebut menyebabkan klien kesulitan membedakan antara realitas dan pengalaman yang tidak nyata, disertai dengan munculnya perasaan cemas, takut, perilaku menyendiri, serta hambatan dalam interaksi sosial. Penerapan konseling individu dengan teknik naratif yang dilakukan melalui tahapan externalizing problem, deconstructing life stories, reauthoring conversation, remembering conversation, dan definitional ceremony menunjukkan adanya perubahan positif pada klien. Perubahan tersebut ditandai dengan berkurangnya intensitas halusinasi, meningkatnya kemampuan dalam membedakan realitas, kondisi emosional yang lebih stabil, perilaku yang lebih tenang, serta peningkatan dalam interaksi sosial. Dengan demikian, konseling individu dengan teknik naratif terbukti efektif dalam membantu mengurangi halusinasi pada klien "T".

REFERENCES

Badan Narkotika Nasional. (2021). *Laporan Tahunan Badan Narkotika Nasional.* Jakarta: BNN.

Badan Narkotika Nasional. (2023). *Data Prevalensi Penyalahgunaan NAPZA di Indonesia.* Jakarta: BNN.

Corey, G. (2013). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (9th ed.). Belmont: Brooks/Cole.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta*: Depkes RI.

Gladding, S. T. (2012). *Counseling: A Comprehensive Profession. New Jersey: Pearson.*

Keliat, B. A. (2011). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas*. Jakarta: EGC.

Latipun. (2015). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.

Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2014). *Abnormal Psychology in a Changing World.* New Jersey: Pearson.

Prayitno, & Amti, E. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Rahmadani, D. T. (2022). *Proses Konseling dalam Pendekatan Terapeutik*. Jakarta: Kencana.

Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: *A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being.* New York: Free Press.

Sugiyono. (2017*). Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

World Health Organization. (2020). *Mental Health and Substance Use.* Geneva: WHO.

Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods (6th ed.)*. California: Sage Publications.

White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton.