



Penerapan Konseling Gestalt Terhadap Peningkatan *Self Awareness* Pada Pasien Penyalahgunaan NAPZA: Case Report

Adhe Akbar Rafsanjani¹

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Yanuar Fahrizal^{2*}

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Triyana³

RS Soerojo Magelang

Alamat: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

*Korespondensi penulis: yanuarfahrizal@umy.ac.id

Abstract. NAPZA, which consists of narcotics, psychotropics, and other addictive substances, is a type of compound that generally causes addiction among its users. To address NAPZA abuse and raise awareness of its dangers, self-awareness becomes crucial in dealing with drug addiction as it allows individuals to understand themselves well. The purpose of this study is to increase self-awareness in NAPZA abuse patients through gestalt counseling, an approach that focuses on the patient and their experiences. This study uses a case report method with a pre-post experimental design on a male respondent with NAPZA abuse who is undergoing rehabilitation at Soerojo Hospital, Magelang. The instrument used in this study to assess self-awareness was adapted from the self-awareness scale. The self-awareness questionnaire consists of 39 questions, with 13 questions for each variable. The results obtained from the application of gestalt counseling conducted over 14 days showed an increase in self-awareness in the NAPZA abuse patient, with the questionnaire results moving from the poor category to the good category. There is an influence between the application of gestalt counseling and self-awareness in NAPZA abuse patients.

Keywords: NAPZA, NAPZA abuse, self-awareness, gestalt counseling.

Abstrak. NAPZA, yang terdiri dari narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya, adalah jenis senyawa yang umumnya dapat menyebabkan kecanduan bagi para penggunanya. Untuk mengatasi penyalahgunaan NAPZA dan meningkatkan kesadaran akan bahayanya. *Self-awareness* menjadi penting dalam mengatasi masalah pecandu narkoba karena memungkinkan individu memahami diri mereka dengan baik. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan *self awareness* pada pasien penyalahgunaan NAPZA melalui konseling gestalt, pendekatan tersebut memusatkan perhatian pada diri pasien dan pengalaman yang dialaminya. Metode penelitian ini menggunakan laporan kasus (*case report*) dengan *pre-post experimental* kepada satu responden laki-laki dengan penyalahgunaan NAPZA yang sedang direhabilitasi di RS Soerojo Magelang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk menilai *self-awareness* diadaptasi dari skala *self-awareness*. Kuesioner *self-awareness* terdiri dari 39 pertanyaan dengan didalamnya berisikan 13 pertanyaan untuk setiap variable. Dari hasil yang didapatkan penerapan konseling gestalt yang dilakukan selama 14 hari terhadap peningkatan *self awareness* pada pasien penyalahgunaan NAPZA didapatkan hasil dari kuesioner *self-awareness* terjadi pada penelitian ini dari kategori kurang baik menjadi katogeri baik. Terdapat pengaruh antara penerapan konseling gestalt terhadap *self-awareness* pada pasien penyalahgunaan NAPZA.

Kata kunci: NAPZA, Penyalahgunaan NAPZA, *Self-awareness*, konseling gestalt

LATAR BELAKANG

Narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (NAPZA) adalah jenis senyawa yang umumnya dapat menyebabkan kecanduan bagi para penggunanya. Proses kecanduan ini terjadi karena adanya stimulasi terhadap reseptor kamufase yang menghasilkan sensasi, kenikmatan, dan euforia di pusat penghayatan kenikmatan otak para pengguna (Rizqoh et al., 2021). Penggunaan NAPZA telah berubah dari awalnya hanya untuk tujuan medis menjadi disalahgunakan untuk mencari kelegaan emosional atau kesenangan sesaat dengan menggunakan dosis yang tinggi. Dampak penyalahgunaan NAPZA pada remaja meliputi penurunan konsentrasi dan produktivitas, berkurangnya kemampuan membedakan perbuatan baik dan buruk, perubahan perilaku yang mengakibatkan keengganan bersosialisasi, peningkatan risiko penyakit dan gangguan mental, serta meningkatnya tindakan kriminal (Purbanto & Hidayat, 2023).

Penyalahgunaan NAPZA adalah masalah yang dialami anak muda zaman sekarang, ditandai oleh meningkatnya jumlah pecandu, banyaknya kasus kejahatan NAPZA yang terungkap, serta model dan jaringan pengedaran yang semakin beragam. Berdasarkan data BNN pengguna NAPZA di seluruh dunia pada tahun 2022 sebesar 5,5 persen atau sebanyak 275 juta orang diseluruh dunia menggunakan narkotika, sementara di Indonesia Pada tahun 2019, jumlah orang yang pernah menggunakan NAPZA adalah 4.534.744, yang meningkat menjadi 4.827.619 pada tahun 2021. Jumlah pengguna narkoba pada tahun 2019 sebanyak 3.419.188, meningkat menjadi 3.662.446 pada tahun 2021. Ini menunjukkan peningkatan sebesar 1,95% dari 1,8% pada tahun 2019, dengan kenaikan sebesar 0,15% (Azwar, 2023). Pada tahun 2020, DKI Jakarta berada di posisi kedua dalam hal jumlah kasus penggunaan narkoba di Indonesia dengan total 5.885 kasus. Berdasarkan data triwulan pertama BNN tahun 2021, DKI Jakarta mencatat 964 kasus dengan 1.135 tersangka penyalahgunaan narkoba, menjadikannya peringkat ketiga secara nasional. Total kasus di DKI Jakarta untuk tahun 2021 mencapai 4.749 kasus (Maulana & Herbawani, 2023).

Untuk mengatasi penyalahgunaan NAPZA dan meningkatkan kesadaran akan bahayanya, diperlukan langkah-langkah seperti edukasi pre-emptif untuk mencari faktor penyebab dan peluang kejahatan narkotika serta membentuk perilaku bebas narkoba sesuai norma. Langkah preventif juga diterapkan melalui pengendalian dan pengawasan untuk mencegah penyalahgunaan. *Self-awareness* menjadi penting dalam mengatasi masalah pecandu narkoba karena memungkinkan individu memahami diri mereka dengan baik, termasuk dalam pengambilan keputusan, pemahaman perasaan, dan emosi, yang membantu

menilai diri dengan percaya diri terhadap kemampuannya (Azwar, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa pasien penyalahgunaan NAPZA sering menghadapi masalah seperti koping maladaptif dan penyangkalan terhadap masalah mereka. Oleh karena itu, meningkatkan self-awareness, yang meliputi kemampuan mengenali perasaan, membuat keputusan dengan percaya diri, dan memiliki keyakinan diri yang kuat, menjadi fokus penting untuk permasalahan ini (Laila Sari et al., 2019).

Dalam meningkatkan *self awareness* pada pasien yang merupakan mantan pengguna narkoba melalui konseling gestalt, pendekatan tersebut memusatkan perhatian pada diri pasien dan pengalaman yang dialaminya (Azwar, 2023). Konseling Gestalt adalah bantuan yang diberikan kepada konseli dengan tujuan agar mereka bisa mengakui perasaan dan pemikiran mereka, meningkatkan rasa percaya diri, mengatasi ketakutan dalam menghadapi masa depan, tidak bergantung pada orang lain, dan menyadari diri sejati mereka. Ini membantu konseli menjadi lebih spontan, merasa bebas dalam berekspresi, dan mandiri (Laila Sari et al., 2019). Proses penemuan kesadaran diri dapat dilakukan melalui konseling gestalt, yang dilaksanakan dengan 4 fase untuk meningkatkan efektivitasnya. Fase-fase tersebut meliputi pembentukan hubungan konseling, eksplorasi masalah klien, pengungkapan perasaan-perasaan, dan penyelesaian sesi konseling. Adapaun tahapan-tahapan dalam konseling gestalt meliputi pertemuan awal untuk membangun hubungan hangat, akrab, dan dinamis agar pasien merasa terbuka dan diterima. Perawat memberikan pemahaman tentang proses konseling, prinsip-prinsipnya, serta tahapan-tahapan yang akan dilalui. Perawat juga menginspirasi dan memberikan dukungan kepada pasien untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan pengalaman masa lalu yang mungkin menjadi akar masalah, serta memberikan bimbingan untuk meningkatkan kesadaran melalui proses konseling. (Azwar, 2023).

Tujuan terapi atau konseling Gestalt adalah membantu klien berkolaborasi dengan terapis untuk meningkatkan kesadaran diri, serta secara aktif menghadapi dan mengatasi hambatan yang selama ini menghalangi proses penyembuhan mereka (Darsini et al., 2020). Tujuan konseling gestalt juga dikemukakan oleh Harman pada tahun 1974 bertujuan membantu pasien untuk sepenuhnya menerima dirinya yang sekarang membentuk kemampuan klien untuk mengatasi masalahnya. Hal ini dapat dicapai melalui pencapaian berbagai tujuan khusus, seperti meningkatkan kesadaran diri, mengintegrasikan pengalaman, mencapai kedewasaan emosional, mengambil tanggung jawab, mengaktualisasikan diri, mengatur diri, dan merubah perilaku (Ahmad & Kerinci, 2020).

Sejalan dengan penelitian Azwar (2023) bahwa Konseling gestalt efektif dalam meningkatkan kesadaran diri pada mantan pengguna narkoba karena pendekatan tersebut memandang individu secara menyeluruh dari berbagai aspek kehidupan, seperti fisik, psikis, sosial, budaya, dan agama. Semua aspek ini berperan penting dalam membentuk identitas seseorang dan menjadi faktor penyebab masalah ketika tidak berfungsi dengan baik. Melalui proses konseling gestalt, pasien diajak untuk memahami dirinya secara holistik, termasuk mengenali kekuatan dan kelemahan yang dimiliki. Dengan kesadaran diri yang lebih baik, pasien dapat menggunakan kekuatan internalnya untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

Survei yang didapatkan melalui wawancara terhadap perawat di RSJ soerojo menunjukkan bahwa penerapan dari konseling gestalt belum dilakukan secara bertahap untuk meningkatkan *self-awareness* pada pasien penyalahgunaan NAPZA. Berdasarkan informasi di atas, peneliti tertarik untuk mengeksplorasi bagaimana konseling gestalt dapat memengaruhi *self-awareness* pada pasien yang sedang menjalani rehabilitasi dari penyalahgunaan NAPZA. Peneliti ingin melihat adanya pengaruh penerapan konseling gestalt dalam mempengaruhi *self-awareness* pada pasien rehabilitasi NAPZA.

KAJIAN TEORITIS

1. Penyalahgunaan NAPZA

NAPZA adalah singkatan dari "Narkoba, Alkohol, dan Psikotropika," yang mengacu pada jenis zat yang dapat menyebabkan ketergantungan fisik dan psikologis. Dalam konteks penelitian, NAPZA sering digunakan untuk merujuk pada substansi yang dapat menyebabkan kecanduan dan memerlukan intervensi medis untuk mengatasi masalah ketergantungan yang terjadi (Afrianti & Rinaldi, 2023). Penyalahgunaan NAPZA merupakan masalah serius yang berdampak buruk pada kualitas hidup banyak individu di berbagai lapisan masyarakat. Penyalahgunaan NAPZA dapat menimbulkan konsekuensi fatal dan mempengaruhi kehidupan seseorang secara signifikan. Oleh karena itu, diperlukan upaya preventif dan rehabilitatif untuk mengatasi masalah ini (Windani Mambang Sari et al., 2018).

2. *Self Awareness*

Self awareness atau kesadaran diri adalah konsep yang berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mengenali dan memahami perasaan, kebutuhan, serta perilaku dirinya sendiri. *Self awareness* sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam

mencegah tindakan perundungan di sekolah dasar, meningkatkan efikasi diri dan disiplin dalam belajar, serta mengendalikan perilaku menunda-nunda dalam pekerjaan (Sarie, 2023). Dalam berbagai penelitian, *self awareness* dianggap sebagai faktor penting dalam pengembangan karakter dan perilaku. Sebagai contoh, hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang berbasis *self awareness* dapat membantu meningkatkan perilaku berkarakter lainnya dalam keluarga. Kesadaran diri juga dianggap penting dalam meningkatkan keterampilan untuk memahami diri sendiri dan bagaimana seseorang berinteraksi dengan orang lain(Sari, 2023).

3. Konseling Gestalt

Konseling Gestalt adalah pendekatan terapi yang menekankan pada pengembangan kesadaran diri dan peningkatan self-awareness melalui interaksi langsung antara konselor dan klien. Dalam konseling Gestalt, konselor tidak hanya berperan sebagai pendengar, tetapi juga sebagai partisipan aktif dalam proses terapi. Tujuan dari konseling Gestalt adalah untuk membantu klien memahami dan mengatasi masalahnya dengan cara yang lebih efektif dan berkelanjutan(Azwar, 2023). Konseling Gestalt telah diterapkan dalam berbagai konteks, termasuk untuk mengatasi depresi dan stres, meningkatkan self-esteem, serta membantu individu mengatasi trauma dan kecemasan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konseling Gestalt secara signifikan meningkatkan self-awareness dan self-esteem pada individu yang mengalami depresi, stres, dan trauma (Ulhaq & Muhid, 2022).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan laporan kasus (*case report*) dengan *pre-post experimental* kepada satu responden laki-laki dengan penyalahgunaan NAPZA yang sedang direhabilitasi di RS Soerojo Magelang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk menilai *self-awareness* diadaptasi dari skala *self-awareness* Arabsarhangi & Noroozi (2014). Kuesioner *self-awareness* terdiri dari 39 pertanyaan dengan didalamnya berisikan 13 pertanyaan untuk setiap variable. Pengumpulan data menggunakan skala likert 6 dari 0 = tidak pernah, 1 = jarang, 2 = kadang – kadang, 3 = sering, 4 = hampir selalu, 5 = selalu. Perhitungan hasil skor menggunakan rumus

$$\text{Persentase respon (x)} = \frac{\text{Jumlah skor yang didapatkan}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Sumber: (Asmah & Setyowati, 2022)

Kriteria hasil dari persentase respon yang didapatkan sebagai berikut:

| Presentasi | Kriteria |
|----------------|-------------|
| 0 % - 24,99 % | Tidak baik |
| 25 % - 49,99 % | Kurang baik |
| 50 % - 74,99 % | Baik |
| 75 % - 100 % | Sangat baik |

Sumber : Naa et al (2022)

HASIL PENELITIAN

Pasien bernama Tn. B usia 25 tahun dirawat sejak tanggal 25 maret 2024 di unit rehabilitasi NAPZA di RS soerojo magelang dengan diagnose medis F19.9 (Gangguan mental dan perilaku penggunaan narkoba berulang kali dan penggunaan zat psikoaktif lainnya). Tn. B menjalani rehabilitasi penyalahgunaan NAPZA karena dijatuhi hukuman 5 bulan penjara dan 6 bulan masa rehabilitasi. baru pertama kali menjalani rehabilitasi penyalahgunaan NAPZA. Riwayat pasien dalam penggunaan NAPZA pertama kali yaitu mengkonsumsi alcohol dan obat trihexyphenidyl pada tahun 2015 karena faktor lingkungan terutama dalam pertemanan. Pasien mencoba mengkonsumsi pil riclona pada tahun 2017 yang disebabkan oleh tawaran dari temannya. Kemudian pasien sempat berhenti selama 1 tahun untuk tidak menggunakan zat tersebut, namun pasien mulai menggunakan shabu dan ganja pada tahun 2019 yang disebabkan oleh faktor yang sama. Pasien memiliki persepsi terhadap penggunaan shabu untuk membantu meningkatkan semangat dalam bekerja dan penggunaan ganja untuk menenangkan diri.

Tn. B adalah anak kedua dari tiga bersaudara, dengan satu adik laki-laki dan satu kakak perempuan. Keduany orang tuanya sangat menyayangi pasien sampai semua hal yang diminta dituruti semua, sampai keinginannya berhenti untuk tidak melanjutkan pendidikannya juga dikabulkan. Pasien mengatakan lebih sering berkumpul dengan teman-temannya dibandingkan dirumah namun setiap harinya selalu pulang meskipun malam hari. Hubungan komunikasi dalam keluarga menurut orang tua pasien tidak ada masalah, dan pasien mengatakan tidak ada masalah dalam komunikasi didalam keluarga, namun orang tua pasien tidak mengetahui bahwa pasien menggunakan narkoba. Hubungan sosial Tn. B dengan lingkungannya juga tidak ada masalah, orang tua pasien mengatakan anaknya dikenal sebagai pribadi yang baik dilingkungannya,

Untuk peran serta dalam kegiatan bermasyarakat pasien sering mengikuti kegiatan yang ada. Pasien mengatakan tidak memiliki hambatan dalam berhubungan dengan orang lain karena lebih suka kumpul dengan teman-temannya dibandingkan berdiam diri dirumah. Kegiatan spiritual yang dilakukan ketika dirumah sering sholat namun tidak lima waktu, mulai sering sholat lima waktu ketika dirinya masuk penjara, setelah masuk rehabilitas pasien mengatakan jarang sholat shubuh namun sholat yang lain sering dilakukan, terdapat masalah dalam lingkungan pertemanannya yang sering mengajaknya minum alcohol. Ketika Tn. B mempunyai masalah dengan orang tua maupun temannya dirinya lebih memilih pergi dan meminum alcohol, terkadang juga pergi memancing.

Pada saat masuk rehabilitas pasien mengatakan dirinya masuk kesini bukan karena dirinya yang menggunakan narkoba namun karena temannya yang mengkhianatinya, Tn. B mengatakan tidak terima dengan temannya yang memberitahu dia bahwa dia menggunakan narkoba, dan pasien mengatakan masih tidak terima sampai sekarang karena temannya itu dia jadi masuk penjara dan di rehab disini, pasien juga mengatakan dia tidak merasa ada yang salah dengan dirinya.

Setelah dilakukan pengkajian didapatkan masalah keperawatan utama adalah koping defensif berhubungan dengan konflik antara diri sendiri dan sistem nilai yang ditandai dengan dengan pasien masih menyalahkan orang lain sehingga menyebabkan dirinya tertangkap dan berakhir di rehabilitas. Tujuan yang ingin dicapai yaitu status koping membaik yang ditandai dengan verbalisasi menyalahkan orang lain menurun, verbalisasi pengakuan masalah meningkat, dan verbalisasi kelemahan diri meningkat. Intervensi yang dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut adalah promosi kesadaran diri, dengan dilakukan intervensi promosi kesadaran diri diharapkan menurunnya verbalisasi menyalahkan orang lain, verbalisasi pengakuan masalah meningkat. Intervensi yang dilakukan sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI).

Pada saat pelaksanaan, implementasi disesuaikan dengan rencana yang telah disusun serta asuhan keperawatan yang telah diberikan kepada pasien secara komprehensif. Dalam melaksanakan asuhan keperawatan ini, perawat melibatkan pasien secara langsung sehingga dapat bekerja sama dalam pemberian asuhan keperawatan. Hasil pengkajian yang telah dilakukan pada seorang pasien di dapatkan masalah keperawatan yaitu koping defensif, sehingga intervensi yang diberikan kepada pasien yaitu promosi kesadaran diri menggunakan konseling gestalt yang di lakukan selama 14 hari untuk mengetahui tingkat kesadaran diri menggunakan kuesioner *self-awareness* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1 hasil pengkajian *self-awareness* sebelum dilakukan intervensi konseling gestalt

| Variable | Skor persentase | Kriteria |
|--------------------------|-----------------|-------------|
| Pre test | | |
| Kesedaran diri emosional | 43,0 % | Kurang baik |
| Penilaian diri yang kuat | 49,2% | Kurang baik |
| Percaya diri | 41,5% | Kurang baik |

Tabel 2 hasil pengkajian self awareness setelah 7 hari dilakukan intervensi konseling gestalt

| Variable | Skor persentase | Kriteria |
|--------------------------|-----------------|-------------|
| Midle test | | |
| Kesedaran diri emosional | 43,0 % | Kurang baik |
| Penilaian diri yang kuat | 66,1% | Baik |
| Percaya diri | 41,5% | Kurang baik |

Tabel 3 hasil pengkajian self awareness setelah 14 hari dilakukan intervensi konseling gestalt

| Variable | Skor persentase | Kriteria |
|--------------------------|-----------------|----------|
| Post test | | |
| Kesedaran diri emosional | 61,5 % | Baik |
| Penilaian diri yang kuat | 66,1% | Baik |
| Percaya diri | 61,5% | Baik |

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan penerapan konseling gestalt ditemukan hasil pengkajian *self awareness* dengan variable kesadaran diri emosional didapatkan hasil 43,0% dengan kriteria kurang baik, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 49,2% dengan kriteria hasil kurang baik, dan variable percaya diri didapatkan hasil 41,5% dengan kriteria hasil kurang baik. Setelah dilakukan konseling gestalt selama 7 hari didapatkan hasil pengkajian *self-awareness* dengan variable keasadaran diri emosional

didapatkan hasil 43,0% dengan kriteria kurang baik, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 66,1% denga kriteria baik, dan variable percaya diri 41,5% dengan kriteria baik. Setelah dilakukan konseling gestalt selama 14 hari didapatkan hasil pengkajian *self-awareness* dengan variable keasadaran diri emosional didapatkan hasil 61,5% dengan kriteria baik, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 66,1% denga kriteria baik, dan variable percaya diri 61,5% dengan baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang didapatkan bahwa Tn. B pertama kali mengonsumsi alcohol dan narkoba Ketika berumur 17 tahun karena lingkungan teman dan juga rasa penasaran tinggi. Lingkungan pertemanan memainkan peran penting dalam penggunaan narkoba, terutama bagi individu yang mencoba narkoba untuk pertama kalinya. Penelitian mengungkapkan bahwa lingkungan pertemanan dapat memengaruhi keputusan seseorang untuk menggunakan narkoba. Sejalan dengan penelitian (Pertiwi et al., 2020) interaksi dengan teman sebaya diketahui dapat memengaruhi pilihan gaya hidup seseorang. Dalam konteks ini, lingkungan pertemanan memiliki dampak pada keputusan seseorang untuk menggunakan narkoba, terutama jika teman sebaya mereka juga menggunakan narkoba. Rasa ingin tahu pada remaja sangat berperan dalam memulai penggunaan narkoba di kalangan remaja. Penelitian menunjukkan bahwa rasa ingin tahu adalah faktor utama dalam awal penggunaan narkoba di kalangan pemuda (Irfan et al., 2023). Penelitian-penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa keingintahuan merupakan faktor yang signifikan dalam pembentukan kebiasaan penggunaan narkoba di kalangan remaja. Sebagai contoh, sebuah studi di Indonesia menemukan bahwa keingintahuan menjadi alasan utama bagi remaja untuk mulai menggunakan narkoba, yang seringkali menyebabkan pemahaman yang kurang mendalam tentang narkoba dan dampak jangka panjangnya (Asman & Sinthania, 2021)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tn. B diperlakukan dengan pola asuh yang cenderung memperbolehkan, di mana semua keinginannya dipenuhi oleh orang tuanya dari masa kecil hingga remaja. Pola asuh orang tua yang membolehkan apa saja dalam penggunaan narkoba dapat berdampak negatif pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Sriyono & Wijoyo (2020) menemukan bahwa tipe parenting yang tidak efektif, seperti parenting autoritarian dan permissive, dapat meningkatkan risiko remaja untuk menggunakan narkoba. Parenting yang tidak efektif dapat menghasilkan remaja yang tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan dan stres, sehingga mereka lebih rentan terhadap penggunaan narkoba sebagai cara untuk mengatasi masalah. Sebuah studi lain menemukan bahwa pola asuh yang cenderung

memperbolehkan dapat menyebabkan penurunan kualitas karakter pada remaja, yang kemudian dapat meningkatkan peluang mereka terlibat dalam penggunaan narkoba. Penelitian ini, yang dilakukan di Desa Padang Masiang Barus, mengamati bahwa pola asuh yang memperbolehkan, yang ditandai dengan kurangnya perhatian terhadap anak-anak dan kecenderungan memberikan lebih banyak kebebasan, dapat menjadi faktor dalam menurunkan kualitas karakter remaja (Nainggolan et al., 2019).

Self awareness berperan penting dalam mencegah dan mengatasi penyalahgunaan NAPZA. *Self awareness* dapat membantu individu memahami risiko dan dampak negatif yang terkait dengan penggunaan NAPZA, serta mempengaruhi perilaku mereka dalam menghadapi tekanan dan situasi yang memungkinkan penyalahgunaan NAPZA (Farhan & Dewi, 2023). *Self awareness* menjadikan individu paham akan kekuatan dan kelemahannya. Untuk menumbuhkan kesadaran diri perlu eksplorasi diri akan berbagai keinginan untuk diakui keberadaannya (Yao, 2019). Sehingga dapat menerima pengalaman masa lalu, tanpa menghakimi diri sendiri. (Awaliyah et al., 2017). Konseling Gestalt bisa membantu mantan pengguna narkoba dalam meningkatkan *self awereness* dan mengatasi masalah terkait penggunaan narkoba. Dalam pendekatan ini, terapis tidak hanya bertindak sebagai pendengar dan pemberi nasihat, tetapi juga terlibat dalam proses pengembangan kesadaran dan penyelesaian masalah yang dialami oleh klien. (Azwar, 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (ÖZTÜRK, 2019), bahwa pendekatan terapi gestalt memberikan perubahan positif di berbagai bidang salah satunya pada *self awareness*. Hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa konseling Gestalt efektif dalam meningkatkan self awareness siswa. Dengan demikian, konseling Gestalt dapat diterapkan pada pasien penyalahgunaan NAPZA untuk meningkatkan kesadaran diri dan memahami potensi diri dalam mengatasi masalah yang terkait dengan penyalahgunaan NAPZA.(Asri et al., 2023).

Peningkatan tahap perubahan *self-awereness* dari 3 variable terjadi pada penelitian ini dari kategori kurang baik (variable kesadaran diri emosional didapatkan hasil 43,0%, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 49,2%, dan variable percaya diri didapatkan hasil 41,5%) menjadi kategori yang baik (variable kesadaran diri emosional didapatkan hasil 61,5%, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 66,1%, dan variable percaya diri didapatkan hasil 61,5%). Sejalan dengan penelitian Azwar (2023) bahwa setelah dilakukan konseling gestalt menumbuhkan *self awareness* pada mantan pengguna narkoba, karena klien diarahkan pada masalah yang terjadi di masa sekarang, tanpa terlibat dengan pengalaman traumatis sebelumnya dan pesimis akan masa depan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil yang didapatkan penerapan konseling gestalt yang dilakukan selama 14 hari terhadap peningkatan *self awareness* pada pasien penyalahgunaan NAPZA didapatkan hasil dari kuesioner *self-awareness* terjadi pada penelitian ini dari kategori kurang baik (variable kesadaran diri emosional didapatkan hasil 43,0%, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 49,2%, dan variable percaya diri didapatkan hasil 41,5%) menjadi kategori yang baik (variable kesadaran diri emosional didapatkan hasil 61,5%, variable penilain diri yang kuat didapatkan hasil 66,1%, dan variable percaya diri didapatkan hasil 61,5%). Berdasarkan hasil peningkatan *self awareness* pada pasien penyalahgunaan NAPZA dapat membantu individu yang terjerumus dalam perilaku berbahaya ini untuk meningkatkan kesadaran diri dan memahami implikasi negatif dari perilaku tersebut. Dalam konseling Gestalt, individu diberikan kesempatan untuk memahami dan mengidentifikasi perilaku yang tidak seimbang dan bagaimana hal ini mempengaruhi kehidupan mereka. Dengan demikian, individu dapat memahami bagaimana perilaku mereka berhubungan dengan keberadaan mereka dan bagaimana mereka dapat berubah untuk mencapai keseimbangan yang lebih baik.

Pihak Rehabilitasi dan Tenaga Kesehatan diharapkan untuk melakukan implementasi konseling gestalt secara rutin dan terstruktur sebagai bagian dari program rehabilitasi untuk pasien penyalahgunaan NAPZA. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan self-awareness, yang sangat penting untuk proses pemulihan. Pentingnya melibatkan pihak keluarga dalam memberikan dukungan berkelanjutan kepada pasien yang menjalani konseling gestalt. Keluarga yang terlibat dapat membantu memperkuat kesadaran diri pasien dan mendukung mereka dalam menerapkan perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari

DAFTAR REFERENSI

- Afrianti, N. A., & Rinaldi, K. (2023). Strategi Pencegahan Pihak Rumah Sakit Jiwa Tampan Riau Terhadap Pasien Napza Yang Tidak Patuh Dalam Berobat (Studi Kasus Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau). *SEIKAT: Jurnal Ilmu Sosial, Politik Dan Hukum*, 2(1), 36–42. <https://doi.org/10.55681/seikat.v2i1.369>
- Ahmad, B., & Kerinci, I. (2020). Pendekatan Gestalt : Konsep dan Aplikasi dalam Proses Konseling. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education*, 1(2), 44–56. <https://doi.org/10.32923/ijoce.v2i2.1975>
- Arabsarhangi, M., & Noroozi, I. (2014). The relationship between self-awareness and learners' performance on different reading comprehension test types among Iranian EFL elementary learners. *Theory and Practice in Language Studies*, 4(4), 675–685. <https://doi.org/10.4304/tpls.4.4.675-685>

- Asmah, S. N., & Setyowati, D. (2022). Analisis Respon Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Pembelajaran Matematika SD Negeri 29 Sanggau. *JIKAP PGSD: Jurnal Ilmiah Ilmu Kependidikan*, 6(2).
- Asman, A., & Sinthania, D. (2021). The Relationship Of Adolescent Knowledge Level And Attitude About Drugs With The Event Of Drugs Using In Korong Parak Jua Nagari Lurah Ampalu Sub-District Vii Koto Sungai Sarik, Padang Pariaman Regency. In *Journal Scientific of Mandalika (JSM)* (Vol. 2, Issue 8). <http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jomla/issue/archive>
- Asri, R., Syukur, Y., & Sukma, D. (2023). Meningkatkan Self Awareness Terhadap Pencegahan Penularan Covid-19 Di Era New Normal Melalui Bimbingan Kelompok Menggunakan Pendekatan Gestalt Dengan Teknik Sosiodrama. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(3).
- Awaliyah, A., Listiyandini, R. A., & Kunci, K. (2017). Pengaruh Rasa Kesadaran terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa The Influence of Trait Mindfulness toward Psychological Well-Being among University Students. In *Jurnal Psikogenesis* (Vol. 5, Issue 2). www.ispaweb.org
- Azwar, B. (2023). Peran Konseling Gestalt Dalam Meningkatkan Self Awarness Bagi Mantan Pemakai Narkoba Di Lembaga Pemasarakatan Kelas Ii A Curup Bengkulu (Vol. 5, Issue 1). <http://journal.uml.ac.id/TIT>
- Darsini, N. K. A., Tirka, I. W., & Suarni, N. K. (2020). Development Of Gestalt Conceling Model For Students In Junior High School. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*.
- Farhan, Y., & Dewi, I. S. (2023). Pengaruh Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Pemahaman Resident Tentang Penyalahgunaan NAPZA Di Rehabilitasi Sibolangit Centre Tahun 2021. *Jurnal Mudabbir*, 3(1). <http://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/mudabbir>
- Irfan, S. D., Sarwar, G., Emran, J., & Khan, S. I. (2023). An uncharted territory of sexualized drug use: exploring the dynamics of chemsex among young and adolescent MSM including self-identified gay men in urban Dhaka, Bangladesh. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1124971>
- Laila Sari, N., Rosra, M., Mayasari, S., Soemantri Brojonegoro No, J., Lampung, B., & FKIP Universitas Lampung, D. (2019). *Penggunaan Konseling Gestalt untuk Meningkatkan Self Awareness Siswa The Use of Gestalt Counseling to Improve Students Self Awareness*.
- Maulana, I. M., & Herbawani, C. K. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Upaya Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Pada Remaja Selama Pandemi di Kelurahan Kembangan Utara Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 495. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.2598>
- Naa, I., Sirojuddin, N., & Alia, U. (2022). Persepsi Mahasiswa Biologi Terhadap Mata Kuliah Pendidikankecakapan Hidup Sehat (Pkhs) Di Unimuda Sorong. 9(2), 2406–8241.
- Nainggolan, E., Susanti, S., Masri, L., & Angin, P. (2019). *The Effect of Permissive Parenting on The Degradation of Children's Character on The 4.0 Industry Revolution Era (A Quantitative Descriptive Study of Teenagers In Pasar Baru Environment of Padang Masiang Barus Tapanuli Tengah)*. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>
- ÖZTÜRK, A. G. (2019). Gestalt Group Practice for Increasing Awareness of University Students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 6(3), 1–8. <https://doi.org/10.17220/ijpes.2019.03.001>
- Pertiwi, A. A., Saluhayah, Z., & Indraswari, R. (2020). Peran Teman Sebaya Dan Mentor Dalam Proses Rehabilitasi Di Pusat Rehabilitasi Narkoba Yayasan Rumah Damai Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(4).
- Purbanto, H., & Hidayat, B. (2023). Literature Review: Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja Dalam Perspektif Psikologi Dan Islam Systematic Literature Review: Drug Abuse Among Adolescents In Psychological And Islamic Perspective. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 20(1).

- Rizqoh, D., Anggraini, R., Ayu, D., Dita, A., Kedokteran, F., & Kesehatan, I. (2021). Penyuluhan Dampak Negatif Penyalahgunaan Narkoba Di Masyarakat. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat As-Salam (JPMA)* (Vol. 1, Issue 1).
- Sari, L. P. (2023). Manfaat Mindfulness Dalam Pembelajaran. *MAHA WIDYA BHUWANA*, 6(2).
- Sarie, puspita. (2023). Mengembangkan Kesadaran Diri Pada Siswa Untuk Mencegah Tindak Perundungan di Sekolah Dasara. *DE_JOURNAL (Dharmas Education Journal)*, 4(1), 16–22.
- Sriyono, G. H., & Wijoyo, Y. (2020). Efektivitas Parenting Orang Tua Dalam Mencegah Penggunaan Narkoba Bagi Remaja Putra Dan Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 16–22.
- Ulhaq, S. D., & Muhid, A. (2022). Efektivitas Konseling Gestalt Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Remaja Korban Bullying:Literatur Review. *Jurnal Realita Bimbingan Dan Konseling*, 7(2).
- Windani Mambang Sari, C., Lukman, M., & Indra Yani, D. (2018). *Citra Windani: Pemberdayaan Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Penyalahgunaan NAPZA Pemberdayaan Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Penyalahgunaan NAPZA dan Pencegahan HIV/AIDS*.
- Yao, W. (2019). *The Application of Group Counseling in Psychological Work of College Peers**.