

**Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat**

26 November 2022, Hal. 1891-1896

e-ISSN: 2686-2964

**Bimbingan Kedamaian: Pelatihan untuk Membantu Pemulihan Diri dan Pencegahan Relapse**

Agus Supriyanto<sup>1</sup>, Febritesna Nuraini<sup>2</sup>, Amien Wahyudi<sup>3</sup>, Intan Puspitasari<sup>4</sup>, Nurlita Hendiani<sup>5</sup>

Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta<sup>1234</sup>

Badan Narkotika Nasional<sup>5</sup>

Email: [agus.supriyanto@bk.uad.ac.id](mailto:agus.supriyanto@bk.uad.ac.id)

**ABSTRAK**

Individu pengguna zat mengalami trauma fisik dan mental. Konselor adiksi hanya memberikan pelayanan dalam rangka pemenuhan psikologis individu. Konselor adiksi dapat menerapkan bimbingan kedamaian dengan nilai-nilai spiritual. Tujuan kegiatan untuk melatih individu mengembangkan kemampuan pencegahan *relapse* dalam pemulihan dengan pelatihan bimbingan kedamaian. Subyek kegiatan pengabdian ini adalah individu pengguna zat yang menjalani program rehabilitasi rapat inap. Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan, pelatihan, dan *discovery learning*. Hasil pengabdian membantu individu menemukan psikologis damai dengan nilai-nilai spiritual. Penemuan solusi dan pola pikir damai membentuk kesehatan mental sebagai upaya pemulihan dari gangguan penyalahgunaan zat. Pola pikir damai ini dapat dibentuk oleh konselor adiksi dengan menerapkan berbagai nilai-nilai religius dari ayat suci Al-Quran, Tafsir, dan pemikiran-pemikiran religious lainnya.

**Kata kunci:** Bimbingan kedamaian, Kompetensi konselor adiksi, Pencegahan relapse, Pemulihan diri

**ABSTRACT**

*Individuals who use substances experience physical and mental trauma. Addiction counsellors only provide services in the context of individual psychological fulfilment. Addiction counsellors can apply peaceful guidance with spiritual values. The activity aims to train individuals to develop the ability to prevent relapse in recovery with peace guidance training. The subjects of this service activity are individual substance users who undergo an inpatient rehabilitation program. The method of this community service activity uses the form of counselling, training, and discovery learning. The results of devotion help individuals find psychological peace with spiritual values. They are finding solutions, and a peaceful mindset shapes mental health as an effort to recover from substance abuse disorders. Addiction counsellors can form this peaceful mindset by applying various religious values from the holy verses of the Koran, Tafsir, and other spiritual thoughts.*

**Keywords:** Peace guidance, Addiction counsellor competence, Relapse prevention, Self-recovery

## PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba suatu masalah serius yang harus segera diatasi. Permasalahan ini menjadi tanggung jawab semua kalangan karena narkoba ini sukar diatasi atas penyebaran dan penyalahgunaannya. Penyalahgunaan narkoba atau pengguna zat telah meluas bahkan melampaui batas-batas usia mulai usia remaja hingga usia dewasa. Penyalahgunaan narkoba tersebut banyak disebabkan karena kurangnya pemahaman tentang narkotika serta kepedulian dari masyarakat serta hukum yang masih belum mengikat secara maksimal (Karo-Karo & Wibowo, 2018). Selain itu tidak hanya mengancam kelangsungan hidup dan masa depan pengguna zat tetapi juga masa depan bangsa dan negara yang tanpa membedakan strata sosial, ekonomi, usia maupun tingkat pendidikan (Amanda et al., 2017).

Pengguna zat merupakan seseorang penyalahgunaan narkoba yang telah mengalami ketergantungan terhadap narkotika, psikotropika, dan bahan zat adiktif lainnya baik secara fisik maupun psikis. Ketergantungan pada pengguna zat dapat menyebabkan ketidakmampuannya melepaskan diri dari narkoba. Pengguna zat di lembaga pemasyarakatan ini berada di rentang usia remaja hingga dewasa. Munculnya pengguna zat disebabkan karena berawal dari kurangnya perhatian dari keluarga yang terlalu sibuk dengan pekerjaan sehingga individu mencari perhatian dari lingkungan luar seperti lingkungan teman dan kelompok. Dari lingkungan tersebut individu mengalami pergaulan bebas yang dimana didalam kelompok tersebut mengonsumsi narkoba. Dari situlah adanya keinginan dari diri sendiri untuk mencoba dan meminum narkoba tanpa resep atau petunjuk dari dokter sehingga merasakan efek menyenangkan seperti halusinasi yang dapat menimbulkan berbagai macam masalah (Nebi, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta mengungkapkan bahwa pengguna zat cenderung membahayakan diri sendiri maupun orang lain karena mereka tidak segan-segan melukai dirinya ataupun melukai orang lain. Hal ini terjadi dikarenakan adanya ketidakpemilikan narkoba pada pengguna zat yang sehingga sukar untuk mengontrol emosi. Kemudian permasalahan lain mengungkapkan bahwa pengguna zat juga menyakiti orang lain dengan fisik seperti memukul, bertengkar, dan mengintimidasi karena tidak diijinkan merokok sebagai pengganti narkoba. Berdasarkan permasalahan tersebut dapat ditemukan bahwa pengguna zat termasuk individu yang cenderung melakukan perilaku negatif. Perilaku negatif muncul pada individu, salah satunya perilaku agresi. Perilaku agresi sebagai perilaku proaktif apabila individu ingin mendahului menyakiti orang lain seperti menganggap orang lain tidak menyenangkan dan lemah. Perilaku negative menghambat pemulihan dan munculnya kondisi relapse.

Pada konselor adiksi di lembaga pemasyarakatan jarang menggunakan layanan bimbingan kedamaian. Konselor adiksi akan melaksanakan konseling kedamaian ketika adanya permasalahan perilaku negatif yang sukar dikendalikan. Untuk mengatasi perilaku negatif, konselor adiksi melakukan konseling kedamaian agar pengguna zat mampu mereduksi perilakunya dan membangun pola pikir yang damai ketika ketidakpemilikan narkoba. Selain itu, konselor adiksi juga masih minim dalam meningkatkan pelayanan bagi pengguna zat untuk mengatasi perilaku negatifnya. Hal ini dikarenakan sarana dan prasarana di lembaga pemasyarakatan belum memadai. Oleh karena itu sangat dibutuhkan bagi konselor adiksi dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling bagi pengguna zat agar permasalahan agresi dapat segera diatasi secara efektif yaitu dengan menggunakan layanan bimbingan kedamaian.

Layanan bimbingan dan konseling adalah suatu layanan bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada konseli agar dapat memahami dirinya sendiri, mengambil keputusan, memahami potensi yang dimilikinya, mengetahui cara mengembangkan potensinya, dan bertanggung jawab terhadap setiap keputusan yang diambilnya (Evi, 2020). Tujuan dari bimbingan dan konseling yaitu untuk membantu konseli dalam mengembangkan potensi diri

secara optimal, mengatasi kesulitan yang dihadapi oleh konseli baik bidang belajar, karir dan pribadi, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, mampu mengambil keputusan sendiri dalam menyelesaikan permasalahan, dan mampu mengembangkan sikap yang positif.

Dalam bimbingan dan konseling terdapat salah satu jenis layanan yaitu layanan konseling kelompok. Konseling kelompok adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok (Fahmi & Slamet, 2016). Untuk mengatasi perilaku negatif pada pengguna zat, dapat menggunakan bimbingan kedamaian. Nilai-nilai religious sebagai alternatif untuk mengembangkan kualitas diri individu,

Konseling kedamaian merupakan suatu layanan konseling yang berakar dari filosofis bimbingan kedamaian yang secara perlahan berusaha untuk mengikis atau mengentaskan konflik-konflik yang telah terjadi dan menimbulkan suatu ketenangan hati baik yang bersifat intrapersonal dan interpersonal (Ningtias et al., 2020). Tujuan konseling kedamaian adalah mengembangkan ketenangan pikiran pada pengguna zat sehingga konseling menjadi mediator untuk mengurangi perilaku negatifnya. Konseling kedamaian ini dapat diterapkan untuk mengatasi perilaku negatif dengan melihat salah satu faktor yang mempengaruhi adanya perilaku negatif pada pengguna zat yaitu tidak ada kedamaian dalam dirinya.

Tahapan-tahapan layanan konseling kedamaian yang dapat digunakan konselor adiksi untuk mengatasi agresi pada pengguna zat meliputi konselor menjelaskan mengapa perilaku negatif perlu dikurangi, konselor menggali lokasi dan akar masalah perilaku negatif yang dilakukan oleh pengguna zat, konselor mendalami bentuk-bentuk perilaku negatif dari sudut pandang pengguna zat, konselor mendidik dan memberikan contoh pengguna zat untuk mencari alternatif dari perilaku negatif, konselor memfasilitasi pengguna zat untuk menemukan bentuk perilaku yang berbeda dengan yang biasa dilakukan (berperilaku negatif), serta konselor mengidentifikasi nilai-nilai yang diinternalisasikan dalam diri pengguna zat dan merencanakan pertemuan selanjutnya (Saputra, Ayriza, et al., 2019). Berdasarkan beberapa keterangan yang sudah dijelaskan, agar dapat segera mencegah perilaku negatif pada pengguna zat. Tim bermaksud untuk melakukan pelatihan mengenai pelatihan bimbingan kedamaian untuk membantu pemulihan individu dari penggunaan zat.

## **METODE**

Pelatihan kepada konselor adiksi dan individu sebagai subjek pengabdian. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan, pelatihan, dan *discovery learning*. *Forum Group Discussion* dalam kegiatan ini adalah diskusi terfokus dengan pihak konselor adiksi problematika pada individu dalam suasana informal dan santai. Penyuluhan dilakukan kepada konselor dan individu pengguna zat. Berbagai penyuluhan dan pelatihan mulai dari dampak narkoba, agama dan kesehatan mental, pemulihan dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, pelatihan kedamaian diri untuk meningkatkan pola pikir damai, pelatihan Bimbingan kedamaian dalam bimbingan kelompok dengan tema “Kepercayaan diri,” pelatihan Bimbingan kedamaian dalam bimbingan kelompok dengan tema “Keseimbangan dalam hidup,” pelatihan Bimbingan kedamaian dalam bimbingan kelompok dengan tema “Hubungan social,” pelatihan Bimbingan kedamaian dalam bimbingan kelompok dengan tema “Religiusitas.” Akhir kegiatan diakhiri dengan *discovery learning*. Analisis kegiatan pengabdian dari dampak kegiatan dan kebermanfaatannya, kemudian hasil analisis kualitatif ini dapat sebagai tindak lanjut dari kegiatan selanjutnya.

## **HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK**

Hasil kegiatan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan pelayanan konselor dalam bimbingan kedamaian. Dampak tersebut dapat meningkatkan kompetensi dan pelayanan terhadap bimbingan kedamaian. Program bimbingan kedamaian dalam setting pengguna zat

dengan konselor adiksi dan individu tersebut. Pelaksanaan dengan berbagai metode yaitu berbagai metode, yaitu (a) penyuluhan, (b) pelatihan, (c) *discovery learning*. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan dengan pertemuan langsung dan online.

Forum group Discussion (FGD) sebagai awal kegiatan program pelatihan dengan pihak Ikatan Konselor Adiksi Indonesia Cabang Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai insiasi awal program dari pengabdian kepada masyarakat sebelum pelaksanaan program. FGD membahas fenomena kegiatan dan pentingnya program ini bagi konselor adiksi dan individu. FGD sebagai identifikasi masalah proses pelaksanaan pengabdian. Selain itu juga dilaksanakan wawancara dengan individu pengguna zat.



Gambar 1: Wawancara terkait Problematika dari Individu Pengguna Zat

Penyuluhan tentang bimbingan kedamaian dilaksanakan untuk mengembangkan kualitas diri dan pelayanan dari konselor adiksi. Bimbingan kedamaian dibalut dengan nuansa religious untuk penumbuhkan pola pikir. Tim bekerjasama dengan instansi untuk mengembangkan bimbingan kedamaian di Badan Narkotika Nasional. Hasilnya adalah pentingnya pengembangan kedamaian diri pada individu pengguna zat.



Gambar 2: Penyuluhan Bimbingan Kedamaian

Tahap berikutnya adalah pelatihan bimbingan kedamaian. Workshop bimbingan kedamaian untuk melatih konselor adiksi dan proses membangun kesadaran, pemahaman, dan kepedulian yang memungkinkan munculnya interaksi yang adil pada individu, sehingga terciptanya nilai-nilai perdamaian. Pelatihan kepada konselor adiksi dan individu menghasikan

peran konselor sebagai pencipta kedamaian dalam proses layanan bimbingan kedamaian di rehabilitasi.



Gambar 4: Workshop Bimbingan Kelompok Kedamaian

Tahap keempat adalah pendampingan dengan konselor adiksi terkait pelaksanaan bimbingan kedamaian. Tim melatih konselor adiksi dalam proses bimbingan kedamaian supaya mampu mengembangkan kedamaian diri individu pengguna zat. Tantangan berikutnya adalah konselor adiksi mampu mengembangkan kemampuan untuk melatih individu yang direhabilitasi tentang kedamaian diri.

#### **Pembahasan Program Bimbingan Kedamaian**

Bimbingan dan konseling menjadi bagian dari pelaksanaan program rehabilitasi narkoba untuk Indonesia bebas narkoba. Bimbingan dan konseling kedamaian memiliki dua unsur, yaitu bimbingan dengan pendekatan kedamaian dan konseling dengan pendekatan kedamaian. Bimbingan kedamaian sebagai tindakan pencegahan individu pengguna zat terhadap perilaku agresi, sedangkan konseling kedamaian digunakan untuk membantubpola pikir damai dengan diimbangi nilai-nilai religius.

Praktik bimbingan kedamaian diterapkan melalui layanan bimbingan klasikal kedamaian dan bimbingan kelompok kedamaian. Kedua, praktik diterapkan secara simultan dan terintegrasi, sehingga mendorong individu pengguna zat agar dapat menunjukkan pikiran damai atau kehidupan sehari-hari yang efektif. Implementasi bimbingan kedamaian dengan unsur nilai-nilai religius dapat menumbuhkan pengalaman individu pengguna zat untuk berpikir damai. Kedamaian diri dalam Pendidikan disebut dengan teori kedamaian (Adiputra & Saputra, 2015). Individu pengguna zat dapat menerima suatu pemikiran, walaupun pemikiran tersebut tidak sejalan dengan nilai-nilai budaya yang dimilikinya. Asumsi tersebut menjadi landasan program bimbingan kedamaian, selain itu juga dapat digunakan mencegah permasalahan lain (Saputra, Supriyanto, et al., 2019). Kedamaian diri yang tumbuh dalam bimbingan kedamaian, juga menumbuhkan sikap toleransi (Supriyanto & Wahyudi, 2017).

#### **SIMPULAN**

Hasil pengabdian membantu individu menemukan psikologis damai dengan nilai-nilai spiritual. Penemuan solusi dan pola pikir damai membentuk kesehatan mental sebagai upaya pemulihan dari gangguan penyalahgunaan zat. Pola pikir damai ini dapat dibentuk oleh konselor adiksi dengan menerapkan berbagai nilai-nilai religius. Konselor adiksi berperan untuk membentuk pola pikir damai pada individu pengguna zat.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan dan Ikatan Konselor Adiksi Indonesia Cabang Daerah Istimewa Yogyakarta. Berkat dukungan dan juga fasilitas dalam komunikasi maupun sarana prasarana dalam proses pelaksanaan pelatihan bimbingan kedamaian sehingga dapat membantu kegiatan berjalan dengan lancar dan kami dapat mengembangkan kedamaian individu dan kompetensi konselor adiksi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, S., & Saputra, W. N. E. (2015). Teori Dasar Konseling. *Lampung: Aura Publishing*.
- Amanda, M. P., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja (Adolescent Substance Abuse). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 4*(2).
- Evi, T. (2020). MANFAAT BIMBINGAN DAN KONSELING BAGI SISWA SD. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK), 2*(1), 82–86.
- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam, 13*(2), 69–84.
- Karo-Karo, A. A. P., & Wibowo, R. (2018). Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- Nebi, O. (2019). Faktor Penyebab Pengguna Narkotika di Kalangan Masyarakat. *Wajah Hukum, 3*(1), 81–88.
- Ningtias, D. K., Saputra, W. N. E., Mu'arifah, A., & Barida, M. (2020). *Konseling Kedamaian Sebagai Strategi Konselor Untuk Mereduksi Perilaku Agresi Siswa di Era COVID-19. 1*(1), 022–029.
- Saputra, W. N. E., Ayriza, Y., Handaka, I. B., & Ediyanto, E. (2019). The Development of Peace Counseling Model (PCM): Strategy of School Counselor to Reduce Students' Aggressive Behavior. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling, 4*(4), 134–142.
- Saputra, W. N. E., Supriyanto, A., Astuti, B., & Ayriza, Y. (2019). *BIMBINGAN KEDAMAIAN: Strategi Konselor untuk Mereduksi Agresivitas*. K-Media.
- Supriyanto, A., & Wahyudi, A. (2017). Skala karakter toleransi: Konsep dan operasional aspek kedamaian, menghargai perbedaan dan kesadaran individu. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 7*(2), 61–70.