**Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Pada Korban Penyalahgunaan Napza Di Rbm Mandiri Cirebon Jawa Barat**

Sondi Silalahi1), Muhammad Luthfi2), Tantan Hermansah3), Muhammad Fanshoby4),

1,2,3,4 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Email:

sondisilalahi27@guru.smp.belajar.id1, m.lutfi@uinjkt.ac.id2, Tantan.hermansah@uinjkt.ac.id3, Muhammad.Fanshoby@uinjkt.ac.id 4

***ABSTRACT***

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan konsep pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam upaya mengembangkan kepercayaan diri pada korban penyalahgunaan NAPZA di RBM Mandiri Cirebon, Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan konselor, korban penyalahgunaan NAPZA, dan observasi partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa REBT dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri korban penyalahgunaan NAPZA. Konsep-konsep utama REBT seperti identifikasi pikiran irasional, disputasi kognitif, dan pengembangan pikiran rasional, terbukti membantu korban dalam mengubah pola pikir negatif menjadi positif. Selain itu, penelitian ini juga mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penerapan REBT, seperti keahlian konselor, motivasi korban, dan dukungan lingkungan. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya mengintegrasikan REBT dalam program rehabilitasi NAPZA untuk meningkatkan efektivitas upaya pemulihan.

**Keywords**

*Rational Emotive Behavior*

*Therapy*, NAPZA,

kepercayaan diri,

Rbm Mandiri

# Pendahuluan

Rasa percaya diri dapat diartikan sebagai suatu keyakinan seeorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Sedangkan rasa tidak percaya diri adalah suatu keyakinan negatif seseorang terhadap kekurangan yang ada di berbagai aspek kepribadiannya sehingga ia merasa tidak mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam kehidupannya (Thursan Hakim, 2012). Martin Perry menambahkan, percaya diri berarti merasa positif tentang apa yang bisa Anda lakukan dan tidak mengkhawatirkan apa yang tidak bisa Anda lakukan, tetapi memiliki kemauan untuk belajar (Martin Perry, 2011).

Rasa tidak percaya diri ternyata sikap yang paling merugikan dan menunjukkan ketidakcakapan seseorang. Takut salah, takut mengalami kegagalan, takut ditolak dan dada berdebar-debar yang diiringi oleh perasaan tak tenang atau resah sebelum melakukan suatu tindakan, perbuatan, atau kegiatan. Sebenarnya gejala tidak percaya diri seperti munculnya ketakutan, keresahan, khawatir, rasa tak yakin yang diiringi dengan dada berdebar-debar kencang dan tubuh gemetar ini bersifat psikis atau lebih didorong oleh masalah kejiwaan seseorang dalam merespon rangsangan dari luar dirinya.

Dengan demikian tidak percaya diri dapat menjadikan seseorang berfikir irrasional, yang pastinya pemikiran tersebut dapat merugikan dan mempersulit dalam pengembangan kepercayaan diri, sebagai contoh seorang pemakai narkoba atau Korban penyalahgunaan Napza akan berpikir kalau dirinya adalah sampah masyarakat, tidak dibutuhkan, dan sulit mendapat identitas yang baik atas dirinya, ditambah stigma yang terbangun dari masryarakat yang melabelkan pemakai narkoba adalah orang yang buruk. Hal ini dapat menghambat perkembangan rasa percaya diri seseorang, hingga akhirnya bukan malah jera akan yang dilakukan, malah semakin merajalela dikarenakan dia tidak diterima sosial.

Albert Ellis dalam bukunya mengatakan, setiap individu memiliki tendensi untuk berfikir irasional yang salah satunya dapat melalui belajar sosial, disamping itu individu juga memiliki kapasitas untuk belajar kembali untuk berpikir kembali untuk berpikir rasional (Gantina K, Eka W, Karsih, 2011). Samuel menambahkan, ia menganggap manusia” rasional dan irasional” atau masuk akal sekaligus gila (Samuel T. Galdding, 2012). Angelis dalam bukunya, dalam mengembangkan percaya diri terdapat tiga aspek yaitu, *1) Tingkah laku*, yang memiliki tiga indikator; melakukan sesuatu secara maksimal, mendapat bantuan dari orang lain, dan mampu menghadapi segala kendala, *2) Emosi*, terdiri dari empat indikator; memahami perasaan sendiri, mengungkapkan perasaan sendiri, memperoleh kasih sayang, dan perhatian disaat mengalami kesulitan, memahami manfaat apa yang dapat disumbangkan pada orang lain, *3) Spiritual*, terdiri dari tiga indikator; memahami bahwa alam semesta adalah sebuah misteri, meyakini takdir Tuhan, dan mengagungkan Tuhan (Angelis, Barbara De, 2012).

Narkotika adalah obat yang jika disalahgunakan akan membahayakan fisik dan mental. Oleh karena itu SEMA No.4 Tahun 2010 Tentang “Penempatan Penyalahgunaan, Korban Penyalahgunaan dan Pecandu Narkotika ke dalam Lembaga Rehabilitasi Medis dan Rehabilitasi Sosial” mewajibkan bagi penyalahguna (Pecandu) Narkotika untuk diberi rehabilitasi, baik yang bersifat medis maupun sosial (Kemsos, 2017). Agama Islam memandang Narkoba, Psitropika, dan Zat Adiktif (Napza) adalah barang yang merusak akal pikiran, akal, hati, jiwa dan mental dan kesehatan fisik seperti halnya Khamar. Maka Allah memerintahkan kepada manusia untuk menjauhi penyalahgunaan khamar/narkoba agar manusia selamat dan bahagia. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Maidah ayat 90 yang berbunyi:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْٓا اِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْاَنْصَابُ وَالْاَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطٰنِ فَاجْتَنِبُوْهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ

90. *Wahai orang-orang yang beriman! Sesungguhnya minuman keras, berjudi, (berkurban untuk) berhala, dan mengundi nasib dengan anak panah, adalah perbuatan keji dan termasuk perbuatan setan. Maka jauhilah (perbuatan-perbuatan) itu agar kamu beruntung.*

Surat Al-Maidah ayat 90 menjelaskan bahwa *khamar*, berjudi, berkorban untuk berhala-berhala, mengundi nasib dengan panah termasuk perbuatan setan yang *rijs* yakni sesuatu yang kotor dan buruk yang tidak patut dilakukan oleh manusia yang beriman kepada Allah, yang oleh karenanya Allah menyuruh manusia untuk menjauhinya agar mendapat keberuntungan baik di dunia maupun di akhirat.

Imam Bukhari ketika menjelaskan perurutan larangan-larangan itu mengemukakan bahwa karena minuman keras (*khamr*) merupakan salah satu cara yang paling banyak menghilangkan harta, maka disusulnya larangan meminum *khamr* dengan perjudian, karena perjudian merupakan salah satu cara yang membinasakan harta, maka pembinasaan harta disusul dengan larangan pengagungan terhadap berhala yang merupakan pembinasaan agama. Begitu pula dengan pengagungan berhala, karena ia merupakan syirik yang nyata (mempersekutukan Allah) jika berhala itu disembah dan merupakan syirik tersembunyi bila dilakukan penyembelihan atas namanya, meskipun tidak disembah. Maka dirangkailah larangan pengagungan berhala itu dengan salah satu bentuk syirik tersembunyi yaitu mengundi nasib dengan anak panah, dan setelah semua itu dikemukakan, kesemuanya dihimpun beserta alasannya yaitu bahwa semua itu adalah *rijs* (perbuatan keji) (M. Quraish Shihab, 2012).

Haramnya NAPZA sudah disepakati oleh seluruh ulama Islam yang pada zaman mereka barang barang (Napza) ini sudah merajarela. Bahkan Syeikh Ibnu Taimiyah mengatakan: *Hasyisy* (ganja) adalah benda haram, baik orang yang mengkonsumsinya itu mabuk atau tidak. Hanya orang orang yang durhaka saja yang mengkonsumsinya, karena didalamnya terkandung unsur-unsur yang memabukan, dan biasanya dicampur dengan minuman yang memabukan (Yusuf Al-Qurdhawi, 2010). Menurut UU RI No. 22/1997 Narkotika dan obat-obat terlarang (Narkoba) atau narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (Napza) yaitu yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis maupun semi sintesis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan (B2P3KS, 2015).

*United Nations Office for Drugs dan Crimes (UNODOC)*, melaporkan bahwa 200 juta atau lima persen penduduk dunia menjadi pecandu penyalahgunaan narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (Napza) (Bulettin Napza, 2014). Di Indonesia menurut data pusdatin, kementrian sosial RI menunjukkan tingkat korban penyalahgunaan Napza pada tahun 2010 sebanyak 80.269 jiwa, dari jumlah tersebut sebanyak 8.000 orang menggunakan narkotika dengan alat bantu jarum suntik, 60 persennya terjangkit HIV/AIDS, sekitar 15.000 orang meninggal setiap tahun kerna menggunakan Napza. Data Badan Narkotika Nasional (BNN) mencatat, hingga tahun 2012 jumlah pengguna Napza di Indonesia mencapai sekitar 5,8 juta, yang masih berusia remaja berjumlah 3 juta orang (BNN, 2012).

Data dari badan pusat statistk nasional menunjukkan, bahwa angka tertinggi korban penyalah gunaan nakoba adalah kalangan remaja yang bersetatus pelajar dan mahasiswa. Pihak yang gigih menangani mereka adalah Bandan Narkotika Nasional (BNN) dan dibantu oleh kepolisan, bukan Konselor disekolah maupun dosen diperguruan tinggi. Akibatnya, siswa (korban Napza) cenderung diperlakukan kriminal, bukan pelajar hingga dapat merenggut percaya diri pada korban Napza tersebut walhasil, setelah dipenjara bukannya jera tetapi justru semakin merajalela (Suyadi, 2013). Dalam penelitian Dadang Hawari mengatakan bahwa penyalahgunaan Napza antara lain merusak hubungan kekeluargaan, menurunnya keinginan belajar, ketidakmampuan mana yang baik mana yang buruk, perubahan peilaku menjadi anti sosial, gangguan kesehatan, menaiknya jumlah kecelakaan lalu lintas, kriminalitas dan tindak kekerasan lainnya baik kuantitatif dan kualitatif (Dadang Hawari, 2011).

Dengan jumlah korban penyalahgunaan Napza yang semakin tahun semakin meningkat menurut statistik BNN, maka dengan demikian kita bertanggung jawab atas mengembalikan kepercayaan dirinya agar korban Napza dapat diterima masyarakat, tidak dikucilkan dan dapat pekerjaan yang layak serta disisi mengembalikan hubungan yang harmonis di keluarga, meberikan semangat belajar hingga meningkatkan prososial agar korban penyalahgunaan Napza mendapat kepercayaan dirinya kembali dan tidak menyalahgunaakan Napza kembali. Pengaruh napza ini begitu nyata dirasakan dimana remaja yang sudah terkena atau bahkan menjadi pecandu akan memiliki prilaku yang negatif, cara berfikir yang menjadi pendek, menurunnya semangat belajar yang berhujung pada putus sekolah dan bahkan ada pula yang diputus hubungan kerja (PHK), pada tahun 2012 di Kecamatan Mundu terjadi kasusu overdosis terhadap 6 orang remaja dan kesemuanya meninggal dunia, angka kematian ini bisa saja semakin lama akan semakin meningkat bila tidak ditanggapi dengan baik kususnya dalam pengambangan kepercayaan diri korban penyalah gunaan napza (Dadang Hawari, 2011).

Pada 24 Desember 2015 diadakan pertemuan yang menghadirkan perangkat desa dan seluruh RT dan RW desa Pemengkang, pertemuan ini menghasilkan kesepakatan bahwa untuk membentuk wadah pembinaan remaja terutama yang sudah atau terkena indikasi napza dengan nama Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) mandiri Cirebon. Selama kurun waktu kurang lebih dua tahun RBM mandiri telah menjangkau sekitar 504 korban penyalahgunaan napza terdiri dari 8 desa dari dari 8 desa tersebut didominasi oleh desa Banjarwangunan sebanyak 120 orang dan paling sedikit adalah desa Pepen sebanyak 15 orang.

Ketergantungan secara fisik terhadap narkoba cenderung mudah diatasi. Biasanya petugas medis yang terlatih akan memberikan obat-obatan dengan golongan sejenis sebagai pengganti zat yang biasa dikonsumsi pasien untuk menghilangkan atau meminimalisir gejala putus obat yang akan terjadi karena pemutusan penggunaan zat secara tiba-tiba. Setelah gejala putus obat *(withdrawal)* tidak muncul, pasien dinyatakan telah pulih dari ketergantungan secara fisik terhadap obat-obatan terlarang tersebut. Seringkali seorang *recovering addict*atau seseorang pecandu yang menjalani proses rehabilitasi atau pemulihan dari ketergantungan narkoba mengalami kekambuhan atau *relapse*di tengah proses pemulihan. Faktor pencetus kekambuhan yang utama adalah rendahnya komitmen untuk pulih, yang tergantung pada kondisi psikologis dan kepribadian tertentu (BNN, 2009). Oleh karena itu, seseorang yang telah berhenti menggunakan narkoba diharapkan memiliki kondisi psikologis yang baik, diantaranya ditandai dengan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis)yang baik (Lembaga penelitian dan pengembangan masyarakat Universitas Az Zahra, 2017).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti dengan beberapa korban penyalahgunaan Napza di Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) di Cirebon Jawa Barat, diketahui bahwa sebahagian mereka mengatakan bahwa mereka kurang percaya diri tatkala ditawari bekerja yang layak. AS (inisial) misalnya mengatakan bahwa ia merasa kurang percaya diri dengan keadaannya sekarang, kurang kepercayaan diri karena ia adalah mantan korban penyalahgunaan Napza, dan menggap semua orang membencinya dan tidak menerimanya. Kurangnya kepercayaan diri tersebut akibat keyakinan-keyakinan irasional yang AS rasakan, berangkat dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti pengembangan kepercayaan diri pada korban penyelahgunaan napza dan melakukan penelitian dengan judul **“Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Pada Korban Penyalahgunaan Napza di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat.”**

# Metode Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *Case Study Research* (studi kasus) dan bersifat deskriptif. Menurut Denzin dan Lincoln penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggunakan latar alamiah, dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Adapun pengertian dari penelitian kualitatif adalah menurut Bagdan dan Taylor (1975) seperti yang dikutip Lexy J. Moleong dalam bukunya ialah bahwa penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Lexy J. Moleong, 2013).

Penulis menguraikan serta mendeskripsikan apa saja ide-ide irasional yang menghambat proses pengembangan kepercayaan diri pada korban penyalahgunaan napza. Pendekatan kualitatif ini menitik beratkan pada data-data penelitan yang akan dihasilkan melalui pengamatan, wawancara, dan studi dokumentasi. pendekatakan yang digunakan adalah *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengembangkan kepercayaan diri pada korban penyalahgunaan NAPZA di di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat, dilakukan dengan langkah-langkah; observasi awal, persiapan, rapport, pendekatan masalah, pengungkapan, diagnostik, prognosa, *treatment,* evaluasi dan tindak lanjut dan observasi akhir.

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga metode: observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi melibatkan pengamatan langsung terhadap objek penelitian, yaitu korban penyalahgunaan napza di RBM Cirebon Jawa Barat, untuk memahami perilaku dan maknanya. Wawancara dilakukan dengan tujuan mendapatkan informasi langsung dari korban penyalahgunaan napza terkait ide-ide irasional yang menghambat pengembangan kepercayaan diri. Dokumentasi mencakup analisis dokumen, film, dan foto untuk mengumpulkan data yang relevan dengan penelitian. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara kualitatif melalui tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data melibatkan peringkasan dan pemilahan data sesuai fokus penelitian, penyajian data dilakukan untuk mendapatkan gambaran yang lengkap, dan penarikan kesimpulan dilakukan dengan interpretasi data untuk menjawab rumusan masalah. Subjek penelitian adalah klien korban penyalahgunaan napza di RBM Mandiri Cirebon, sementara informan penelitian adalah konselor sub pembinaan mental di RBM tersebut. Objek penelitian meliputi tempat, pelaku, dan kegiatan yang terkait dengan pengembangan kepercayaan diri melalui pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy. Penelitian dilakukan di RBM Mandiri Cirebon pada Desember 2016 hingga Juni 2017 dengan sumber data primer dari wawancara dan data sekunder dari dokumen dan literatur terkait.

# Hasil dan Bahasan

## Hasil

Pada penelitian ini mendapatkan hasil berupa data pada tabel berikut ini.

Tabel 1.1

Data observasi konseling



Sumber: Data diolah pribadi

Pada tabel menjelaskan bahwa Setelah dilakukan konseling individu dengan teknik REBT, hasil yang cukup memuaskan diperoleh untuk meningkatkan *self-confidence* konseli. Konseli yang sebelumnya minder, tidak berani bertanya, mudah grogi saat berinteraksi, dan memiliki rasa malu berlebihan menunjukkan perubahan perilaku positif. Pada pertemuan pertama, konseli memperlihatkan rasa minder, tidak berani bertanya, mudah grogi, dan memiliki teman sedikit. Pada pertemuan kedua, peneliti melakukan pendekatan awal, mengajak konseli berbicara, dan menggali informasi mengenai rasa minder dan malu konseli. Pada pertemuan ketiga, konseli mengungkapkan rasa takut diejek oleh teman-temannya sebagai alasan utama minder, dan peneliti memberikan pemahaman mengenai *self-confidence*. Pada pertemuan keempat, konseli mulai merasionalisasi ejekan teman-teman dan mulai membuka diri. Pada pertemuan kelima, konseli menunjukkan perubahan dengan mulai keluar asrama dan sedikit lebih aktif. Pada pertemuan keenam, konseli mulai lebih aktif berinteraksi dan mencoba untuk tidak takut ditertawakan. Pada pertemuan ketujuh, konseli mulai berani memimpin kegiatan doa di asrama. Pada pertemuan kedelapan, peneliti bersama tim penilai melihat peningkatan kepercayaan diri konseli melalui lembar observasi. Namun, pelaksanaan konseling REBT juga menghadapi beberapa hambatan, seperti durasi pertemuan yang dirasa kurang maksimal, waktu konseling yang terbatas dan tidak efektif, pengecekan perilaku konseli yang hanya dilakukan di asrama, sumber informasi yang terbatas pada konselor dan teman sebaya, serta tidak adanya ruang khusus untuk konseling.

## Bahasan

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kepercayaan diri pada korban penyalahgunaan NAPZA di RBM Mandiri Cirebon, Jawa Barat. Langkah-langkah yang kami lakukan meliputi observasi awal terhadap perilaku dan emosi korban, persiapan dengan mempelajari literatur terkait REBT, membangun hubungan baik dengan korban, mengidentifikasi masalah kepercayaan diri, melakukan pengungkapan terhadap pengalaman korban, menganalisis data, membuat perkiraan perubahan setelah intervensi, menerapkan teknik REBT, dan melakukan evaluasi serta tindak lanjut. Hasil penelitian menunjukkan perubahan positif pada kepercayaan diri korban setelah intervensi REBT.

Adapun yang menjadi subyek penelitian ini adalah Korban Penyalahgunaan Napza di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Bentuk rasa percaya diri yang rendah diketahui misalnya korban penyalahgunaan napza merasa pesimis, selalu merasa dirinya rendah, takut gagal, mudah grogi ketika berinteraksi dengan orang lain, selalu minder dengan teman-teman. Berdasarkan masalah yang dialami korban penyalahgunaan napza tersebut, maka pembimbing konseling disini berperan untuk membantu korban penyalahgunaan napza mengatasi rasa percaya diri yang rendah menjadi lebih baik.

Berdasarkan wawancara dengan konselor, beliau merekomendasi seorang korban penyalahgunaan napza. Peneliti melakukan observasi bersama teman sejahwat dan ditemukan korban penyalahgunaan napza yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui keadaan *self confidence* korban penyalahgunaan napza sebelum memperoleh layanan konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*. Berikut ini adalah hasil observasi awal pada korban penyalahgunaan napza:

**Tabel 2**

**Hasil Observasi *Self Confidence* Konseli X** **Korban Penyalahgunaan Napza di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Aspek Pengamatan** | **YA** | **TIDAK** |
| 1 | Minder |  | √ |
| 2 | Tidak Berani Bertanya | √ |  |
| 3 | Gerogi saat berinteraksi dengan orang lain | √ |  |
| 4 | Tumbuhnya Sikap Pengecut | √ |  |
| 5 | Timbulnya rasa malu yang berlebihan |  | √ |
| 6 | Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi | √ |  |
| 7 | Salah tingkah dalam menghadapi berbagai situasi |  | √ |
| 8 | Mudah menyerah |  | √ |

Berdasarkan hasil observasi pada korban penyalahgunaan napza pada tabel 2 dapat diketahui bahwa korban penyalahgunaan napza di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat sebelum mendapat perlakuan berupa layanan konseling individu teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* berada pada kondisi merasa minder, tidak berani bertanya, timbul rasa malu yang berlebihan. Peneliti melakukan observasi bersama rekan dan menemukan bahwa korban penyalahgunaan napza tersebut menunjukkan beberapa aspek rendahnya self-confidence: minder, tidak berani bertanya, cemas menghadapi situasi, gerogi saat berinteraksi, merasa malu berlebihan, salah tingkah, dan mudah menyerah. Observasi ini dilakukan untuk mengetahui keadaan *self-confidence* korban sebelum mendapatkan layanan konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat.

# Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis pada bab sebelumnya, bab ini menyimpulkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri korban penyalahgunaan NAPZA di RBM Mandiri Cirebon Jawa Barat. Pelaksanaan pendekatan REBT dilakukan melalui beberapa langkah, termasuk observasi awal, persiapan, rapport, pendekatan masalah, pengungkapan, diagnostik, prognosa, treatment, evaluasi, tindak lanjut, dan observasi akhir. Hasilnya, kepercayaan diri korban penyalahgunaan NAPZA mengalami peningkatan signifikan. Konseli yang awalnya memiliki masalah *self-confidence* kini lebih berani untuk menyampaikan pendapat dan menjawab pertanyaan, meskipun masih ada sedikit keraguan dan rasa malu.

# References

Qurdhawi-Al, Yusuf. *Halal dan Haram*, (Jakarta: Robbani Press, 2010).

Angelis, Barbara De, *Confidance Percaya diri*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012).

Ardiyati, Desy. *Peningkatan Percaya Diri Siswa dalam Belajar Melalui Layanan Konseling Kelompok diMadrasah Aliyah Negeri 2 METRO.* 2012. jurnal.fkip.unila.ac.id/index. php/ALIB/article/download/1107/726.

Arintoko, *Wawancara Konseling di Sekolah,* (Andi Offset, Yogyakarta, 2011).

Badrujaman, Aip. *Penggunaan Pendekatan Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) Pada Setting Sekolah di Indonesia*. Https://Bkpemula.Files. Wordpress.com/2011/12/02-Aip Badrujaman\_Rebt.Pdf.

Bungin, M. Burhan. *Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya,* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007).

Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco, 2008).

Dewi. Nunur Yuliana. *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Asrama X1 SMA Negeri 1 Sumber Rembang.* 2012. h.26. [Http://Lib.Unnes.Ac.Id/17322/1/1301408047. Pdf.](%20Http%3A//Lib.Unnes.Ac.Id/17322/1/1301408047.%20Pdf.)

Dikutip dari sejarah latarbelakang berdirinya RBM Mandiri, dikutip pada tanggal 12 April 2017.

Galdding, Samuel T. *Koseling profesi yang menyeluruh*, (Jakarta: PT. Indeks, 2012).

Hakim, Thursan. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspaswara, 2012).

Hamdan. *Hubungan Antar Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMUN 1 SETU BEKASI*. [www.gunadarma.ac.id/library/articles/ graduate/psychology.](http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/)../Artikel 10504066. pdf.

Hartno, Boy*. Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012).

Hawari, Dadang. *Al-Qur’an dan Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa,* (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 2011).

Herdiansyah, Haris. *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010).

<http://www.kemsos.go.id/modules.php?name=News&file=article&sid=18869> diakses pada tanggal 12 April 2017.

Jurnal *Penelitian Kesejaheraan Sosial (PKS),* Vol 14, No 2 *(Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesejahteraan Sosial (B2P3KS)*: Yogyakarta: 2015).

K, Gantina, Eka W, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2011).

Lembaga penelitian dan pengembangan masyarakat Universitas Az Zahra diakses melalui situs <http://lppm.universitasazzahra.ac.id/i-pengaruh-optimisme-dan-harga-diri-terhadap-psychological-well-being-recovering-addict-upt-tr-bnn-lido/> diakses pada tanggal 12 April 2017.

Maleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif,* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013).

Maulida, Siti Rochmah, Dhini Rama Dhania. *Hubungan Antar Kepercayaan di dan Dukungan Orang Tua dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa SMK.* ejournal.undip.ac.id/ index.php/psikologi/article/ download/6630/5444.

Miftahullaila. *Implementasi layanan konseling kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa asrama VII madrasah tsanawiyah negeri 2 bandar lampung .2011.*

Mulyana, Deddy. *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Rosda, 2011).

Nusuki. *Penggunaan Pendekatan Konseling Rational Emotiv Behavioral Therapy Melalui Layanan Konseling Individual untuk Mengatasi Siswa yang Mengalami Kesurupan di SMAN 2* Aikmel.

Perry, Martin. *Confidence Boosters Pendongkrak Kepercayaan diri*, (Bandung: PT. Glora Aksara Pratama, 2011).

Prayitno. Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta Rineka Cipta, 2009).

Purwanti, Septry Rahayu. *Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Asrama VIII F SMP Negeri 2 Karangpucung Kabupaten Cilacap*, 2013. [http://lib.unnes.ac.id/ 19305/1/1301408016.pdf.](http://lib.unnes.ac.id/19305/1/1301408016.pdf)

Puspito, Triyoso Adi. *Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rasional-Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Pengembangan Kemampuan Berfikir Positif Pada Siswa Asrama VIII MTsN Sale Rembang Tahun Ajaran 2014/2015*. Http://Simki.Unpkediri.Ac. Id/Mahasiswa/File\_Artikel/2015/11.1.01.01.0368.Pd.

Risno, Ilya Rahmi, Asmidir Ilyas, Syahniar. Perolehan Siswa Setelah Mengikuti Layanan Konseling Perorangan, h.62. [http://download.portalgaruda. org/article.php](http://download.portalgaruda.org/article.php)?article=24869 &val= 1533

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-mishbah*(Jakarta: Lentera Hati, 2012).

Siska, Sudardjo & Esti Hayu Purnamaningsih, *Kepecayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa,* Jurnal.ugm.ac.id/jpsi/ article/view/7025/ 5477*.2003*

Siyam, Nurlailiyatus dan Wagino. *Hubungan Percaya Diri dengan Hasil Belajar Siswa Tunarungu Asrama V. 2014.* ejournal.unesa.ac.id/article/11454/ 15/article.pdf.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, (Bandung: ALFABETA, 2007).

Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah, (Berbasis Integrasi),* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012).

Umar, M & Sartono, *Bimbingan dan Penyuluhan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008).

Widianti, Yuni Tri. *Peningkatan Percaya Diri dan Kemandirian Siswa dalam Pembelajaran Matmatika Melaluii Pembelajaran Attetion Relevance Confidence Satisfaction (ARCS).* 2014. [http://eprints.ums.ac.id/28722/ 10/naskah\_publikasi.pdf.](%20http%3A//eprints.ums.ac.id/28722/10/naskah_publikasi.pdf.)

Willis, Sofyan S. *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2013).

Wiwinda. *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Korban Penyalahgunaan Napza Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 11 Bandar Lampung. 2015.*

Yulianto, Fitri, H. Fuad Nashori. *Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Taekwondo Daerah Istimewa.* Yogyakarta. 2006. ejournal.undip.ac.id /index.php/psikologi/article/download/692/