



## Penerapan Konseling Naratif Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi Kasus Klien "D")

Devy Ratna Sari<sup>1</sup>, Abdur Razzaq<sup>2</sup>, Lena Marianti<sup>3</sup>  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  [devyratnasari01@gmail.com](mailto:devyratnasari01@gmail.com)

### ABSTRACT

#### ARTICLE INFO

Article history:

Received

October 24, 2023

Revised

February 21,  
2024

Accepted

February 23,  
2024

This research is entitled Application of Narrative Counseling in Overcoming Negative Self-Concept (Case Study of Client "D" at the Ar-Rahman Drug Rehabilitation Center Foundation). The aim of this research is First, to find out the negative self-concept picture of client "D" at the Ar-Rahman Drug Rehabilitation Center Foundation. Second, to find out the application of narrative counseling in overcoming the negative self-concept of client "D" at the Ar-Rahman Drug Rehabilitation Center Foundation. In this research, the author used field research, a qualitative approach, and used a case study research method. Data collection tools in this research are observation, interviews and documentation. Research results, 1) client "D"'s self-concept is classified as problematic and more negative, where client "D" is easily offended when receiving criticism, easily angry, thirsty for praise, and treats other people as enemies. 2) The application of narrative counseling consists of an initial stage, middle stage, evaluation and final stage. The results after applying narrative counseling made client "D" have a new perspective on himself, client "D" was able to accept input and criticism well, was able to control emotions, understood the meaning of praise, and was also confident and able to have positive thoughts towards other people.

**Key words:** *Negative Self-Concept, Narrative Counseling*

How to cite

Sari, D. R., Razzaq, A., Marianti, L. (2023). Penerapan Konseling Naratif Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi Kasus Klien "D"). *Journal of Society Counseling*. 1(3).

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

### PENDAHULUAN

Penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba merupakan salah satu permasalahan nasional yang dipandang serius dan memprihatinkan pemerintah. Tantangan yang dihadapi Indonesia semakin berat ditambah lagi dengan kondisi wilayah yang berpotensi menjadi sasaran daya tarik para pengedar narkoba. Tingginya peredaran dan penyalahgunaan narkoba di Indonesia juga tidak terlepas dari kondisi wilayah Indonesia yang terbuka sebagai negara kepulauan dan banyaknya sungai sehingga memudahkan narkoba dipasok dari berbagai tempat ke wilayah Indonesia. Narkoba merupakan singkatan dari Narkotika, Psikotropika, dan bahan adiktif (Sholihah, N. A, 2023). Secara etimologi narkoba berasal dari bahasa Inggris yaitu *narcotics* yang berarti obat bius, yang artinya sama dengan *narcosis* dalam bahasa Yunani yang berarti menidurkan atau membiuskan. Sedangkan dalam kamus Inggris Indonesia narkoba berarti bahan-bahan pembius,

obat bius dan penenang (Syarnubi, S, 2018). Di dalam konteks Islam istilah narkoba tidak disebutkan di dalam Al-Qur'an maupun Sunnah. Namun sejumlah ulama sepakat, bahaya yang ditimbulkan oleh narkoba sama dengan minuman keras atau *khamr* (Azwa, F, 2023). Sehingga dalil Al-Qur'an dan Hadits untuk mengharamkan narkoba sama dengan minuman keras atau *khamr*. *Khamr* di dalam Al-Qur'an adalah minuman yang terbuat dari biji-bijian atau buah-buahan yang melalui proses begitu rupa sehingga dapat mencapai kadar yang memabukkan atau dapat juga di definisikan sebagai segala sesuatu yang memabukkan, baik dinamakan *khamr* atau bukan, baik anggur atau lainnya, baik yang membuat mabuk itu sedikit atau banyak (Adhli, A, 2023). Al-Qur'an secara tegas telah melarang minuman keras, yaitu minuman yang memabukkan atau juga sejenis narkoba. Termuat dalam Q.S. Al-Maidah (5) ayat 90:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ  
الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٩٠﴾

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

Dalam mencapai kepulihan, para pecandu narkoba harus melewati masa rehabilitasi. Jika dilihat dari tujuannya rehabilitasi membantu pecandu narkoba agar bebas dari ketergantungan narkoba dan pulih dari dampak negatif kecanduan narkoba agar dapat mengendalikan diri serta kembali melaksanakan fungsi sosialnya di masyarakat serta memiliki konsep diri atau pemahaman tentang diri sendiri dengan baik (Subroto, G, 2022).

Konsep diri merupakan pemahaman tentang diri sendiri yang timbul akibat interaksi dengan orang lain serta pandangan dan perasaan tentang diri sendiri. Konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain (Pinem, A. F, 2018). Dalam berinteraksi ini, setiap individu akan menerima tanggapan. Tanggapan yang diberikan tersebut, akan dijadikan cerminan bagi individu untuk menilai dan memandang dirinya sendiri. Jadi konsep diri terbentuk karena suatu proses umpan balik dari individu lain (Andinny, Y, 2015). Orang dikenal pertama kali oleh individu adalah orangtua dan anggota keluarga lain. Hal ini berarti individu akan menerima tanggapan pertama dari lingkungan keluarga. Mohamad Surya menjelaskan konsep diri merupakan pandangan mengenai diri sendiri yang bersumber dari satu perangkat keyakinan dan sikap terhadap dirinya sendiri (Amaliah, F, 2022).

Berdasarkan permasalahan klien "D" memiliki konsep diri yang bermasalah atau dengan kata lain konsep diri negatif. Konsep diri negatif paling mendasar yang menjadi indikasi klien "D" yaitu sulit dalam menerima kritik, mudah marah, selalu ingin dipuji dalam melakukan segala hal, serta beraksi pada orang lain sebagai musuh contohnya saja klien "D" selalu menganggap dirinya rendah dan merasa orang lain tidak menyukai dirinya karena telah terlibat dalam penyalahgunaan narkoba, tidak hanya itu klien "D" selalu menutup diri terhadap orang disekitarnya.

Menurut Inge Hutagalung mengatakan bahwa individu dengan konsep diri negatif biasanya ditandai dengan berbagai macam karakteristik misalnya, mengalami kesulitan berbicara dengan orang lain, menunjukkan sikap mengasingkan diri, malu-malu, menarik diri dan cenderung sulit

menerima kritik, sementara individu dengan konsep diri yang positif ditandai dengan cenderung menyenangkan dan menghargai diri sendiri, memiliki rasa aman dan kepercayaan diri yang tinggi, lebih terbuka dan tidak merasa khawatir terhadap masa lalu dan masa yang akan datang serta dapat menerima dirinya sendiri (Andini, D, 2016). Konsep diri negatif akan memiliki perasaan membenci diri sendiri, perasaan rendah diri, dan tidak adanya perasaan yang menghargai diri sendiri dan menerima keadaan diri. Konsep diri negatif membuat seseorang cenderung memusatkan perhatian pada yang negatif-negatif dalam diri. Oleh karena itu konsep diri negatif pada klien "D" Rehabilitasi perlu diatasi melalui konseling naratif.

Konseling naratif didasarkan pada asumsi bahwa individu memiliki kompetensi, kemampuan, keterampilan, dan komitmen yang dapat menolongnya mereduksi pengaruh dari masalah yang dialaminya (Indreswari, H, 2021). Konseling naratif berorientasi pada kronologis kejadian atau peristiwa yang dialami individu yang bersangkutan. Setiap individu akan memiliki pemaknaan berbeda terhadap pengalaman hidup yang menyertainya (Indreswari, H, 2021). Konseling naratif yaitu proses mengajak konseli untuk menceritakan kembali pengalaman-pengalaman masa lalunya yang membuat mereka memiliki persepsi atau penilaian negatif terhadap dirinya serta mengungkapkan masalah yang sedang dialaminya sekarang, sampai mereka mampu menemukan sumber persoalan penyebab terbentuknya konsep diri yang negatif tersebut dan berhasil menemukan solusi atas masalah mereka (Mamnu'ah, E. N. O. K. (2017). Dengan menceritakan kembali, konseli dapat mengenali, memahami dan pada akhirnya menemukan makna baru dari pengalamannya tersebut sehingga dapat menyadari konsep diri negatif atau perilaku yang dialaminya tersebut. Dilihat dari pengertiannya tersebut diharapkan apabila konseling naratif diterapkan pada klien "D" maka akan mampu merubah konsep diri negatif menjadi positif. Seseorang merasa begitu berharga dan ada ketika menceritakan kembali pengalaman-pengalaman yang telah dimaknainya, karena cerita atau kisah mereka adalah bagian dalam diri mereka yang disampaikan kepada orang lain, dan ketika orang lain menghargai apa yang menjadi kisahnya, maka dia mengalami sesuatu yang membuat dirinya menjadi lebih dihargai. Dengan demikian klien "D" akan lebih menghargai diri sendiri, dan tidak merasa khawatir terhadap masa lalu dan masa yang akan datang serta dapat menerima dirinya sendiri.

Manfaat kegunaan secara praktis maupun teoritis hasil penelitian ini diharapkan bisa mengatasi konsep diri negatif klien, dapat memberikan perubahan bagi klien "D" tentang keyakinan dalam hal memandang dirinya sendiri menjadi lebih kearah positif, dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan peneliti sebagai sarana untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh di bangku perkuliahan, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan pengetahuan di bidang Bimbingan Penyuluhan Islam. Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui gambaran konsep diri negatif klien "D". (2) Untuk mengetahui penerapan konseling naratif dalam mengatasi konsep diri negatif klien di Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman.

## **METODE**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi (Setiawan, J, 2018). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian studi kasus. Penelitian studi kasus adalah suatu

proses pengumpulan data dan informasi secara mendalam, mendetail, intensif, holistik, dan sistematis tentang orang, kejadian, *social setting* (latar sosial), atau kelompok dengan menggunakan berbagai metode dan teknik serta banyak sumber informasi untuk memahami secara efektif bagaimana orang, kejadian, latar alami (*social setting*) itu beroperasi atau berfungsi sesuai dengan konteksnya (Nafiah, N, 2023).

Lokasi penelitian ini yaitu di Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang, jalan Tegal Binangun Komplek Ponpes Ar-Rahman, Rt.35/Rw.10, Plaju Darat, Kec. Plaju, Kota Palembang, Sumatera Selatan. Dalam penelitian ini ada beberapa teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti, antara lain observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dengan menggunakan analisis data model Robert K. Yin yaitu perbandingan pola, pembuatan eksplanasi dan analisis deret waktu.

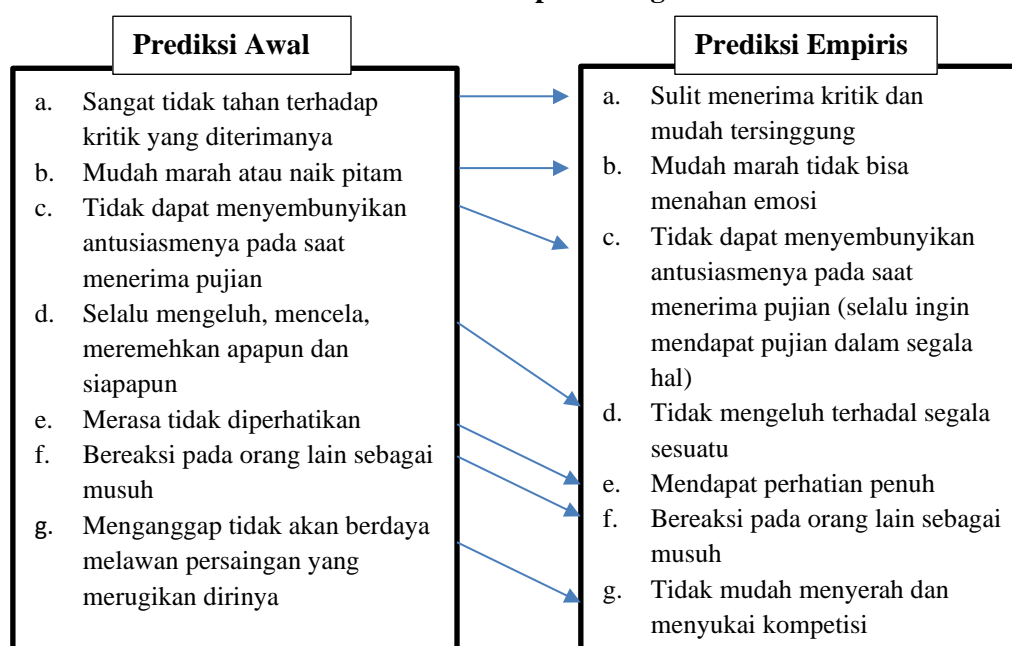
## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran konsep diri negatif klien "D" di Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara klien "D" konsep diri klien "D" tergolong bermasalah dan lebih ke arah negatif, dimana klien "D" mudah tersinggung apabila menerima sebuah kritikan, mudah marah, haus akan pujian, dan bersikap bahwa orang lain sebagai musuh. Namun, setelah diterapkan konseling naratif membuat klien "D" memiliki sudut pandang yang baru terhadap dirinya, klien "D" dapat menerima masukan dan kritik dengan baik, mampu mengontrol emosi, memahami makna pujian, dan juga percaya diri serta mampu memiliki pemikiran positif terhadap orang lain.

Seseorang dikatakan memiliki konsep diri negatif, jika ia meyakini dan memandang diri sendiri sebagai orang yang lemah, tidak berdaya, tidak mampu berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak berguna, terasing dari dirinya sendiri dan juga dari orang lain, putus asa, sulit mengakui kesalahan, kurang mampu mengungkapkan perasaan dengan cara yang wajar dan lain-lain.

**Gambar 1**  
**Gambaran Konsep Diri Negatif Klien**



Berdasarkan pola diatas pada konsep diri negatif klien "D" dari prediksi awal dan prediksi empiris sebagai berikut sulit dalam menerima kritik, mudah marah, tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada saat menerima pujian, dan bereaksi pada orang lain sebagai musuh.

### **Penerapan Konseling Naratif Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif**

Penerapan konseling naratif terdiri dari 10 tahap. Tahap awal membangun *rapport* dengan cara membangun kepercayaan terhadap klien "D" sehingga klien "D" merasa nyaman untuk mengeluarkan keluh kesahnya dan mempermudah proses konseling. Tahap kedua, berkolaborasi dengan klien "D", pada tahap ini konselor dan klien "D" membuat kesepakatan bersama untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh klien "D". Tahap ketiga, memunculkan masalah, pada tahap ini konselor mengetahui permasalahan klien "D" serta membuat strategi penyelesaian menggunakan konseling naratif. Tahap keempat, melakukan asesmen dengan tujuan menyelidiki sampai mana masalah tersebut mengganggu klien "D". Tahap kelima, menetapkan tujuan dimana dalam hal ini konselor meminta klien "D" melihat kembali ceritanya dalam sudut pandang yang berbeda. Tahap keenam, mencari bukti historis, yaitu dalam tahap ini untuk mendukung klien "D" memiliki sudut pandangan baru dimana konselor meminta klien "D" menuangkannya dalam bentuk tulisan di atas kertas. Tahap ketujuh, meminta klien "D" berspekulasi tentang masa depan yang diharapkan dengan melihat kekuatan atau kompetensi, yaitu dalam tahap ini klien "D" dapat membayangkan dan merencanakan masa depannya untuk mencegah permasalahan dalam hidup. Tahap kedelapan, mencari pendukung dan memahami cerita baru klien "D", yaitu dalam tahap ini klien "D" menceritakan cerita barunya dengan teman dekat klien "D" dan konselor klien "D" yang ada di rehabilitasi, mereka memberikan dukungan dan semangat untuk mempertahankan dan mewujudkan cerita baru yang telah klien "D" buat. Tahap kesembilan, evaluasi yaitu konselor memperhatikan perubahan signifikan yang terjadi terhadap diri klien "D". Tahap kesepuluh, pengakhiran dimana klien "D" merasa cukup untuk perubahan yang terjadi dan konselor mengakhiri proses konseling, dengan mengingatkan klien "D" untuk mempertahankan hasil yang telah diraih.

### **KESIMPULAN**

Dari penelitian "Penerapan Konseling Naratif Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi Kasus Klien "D")", dapat disimpulkan yakni, *Pertama*, gambaran konsep diri klien "D" sebelum diadakan konseling tergolong bermasalah dan lebih ke arah negatif, dimana klien "D" mudah tersinggung apabila menerima sebuah kritikan, mudah marah, haus akan pujian, dan bersikap bahwa orang lain sebagai musuh. *Kedua*, penerapan konseling naratif dalam mengatasi konsep diri negatif (Studi Kasus Klien "D") yang terdiri dari beberapa tahap yaitu tahap awal, tahap pertengahan, evaluasi, dan tahap pengakhiran menunjukkan perubahan yang signifikan, yaitu Klien "D" memiliki sudut pandang yang baru terhadap dirinya, klien "D" dapat menerima masukan dan kritik dengan baik, mampu mengontrol emosi, memahami makna pujian, dan juga percaya diri serta mampu memiliki pemikiran positif terhadap orang lain.

### **REFERENSI**

- Adhli, A. (2023). Hikmah Dari Pelarangan Khamr Secara Bertahap Dalam Al-Qur'an. *Al-Kauniyah*, 4(2), 53-65. <https://doi.org/10.56874/Alkauniyah.V4i2.1619>
- Amaliah, F. (2022). *Hubungan Konsep Diri, Dukungan Keluarga Dan Masyarakat Pada Vaksinasi Covid-19 Di Rs Bhayangkara Lemdiklat Polri Tahun 2021* (Doctoral

- Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju).  
[Http://Repository.Uima.Ac.Id/Xmli/Handle/123456789/6632](http://Repository.Uima.Ac.Id/Xmli/Handle/123456789/6632)
- Andini, D. (2016). *Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional Dengan Sikap Sosial Siswa Mts. Negeri 37 Jakarta Barat* (Doctoral Dissertation, Institut Ptiq Jakarta).  
[Https://Repository.Ptiq.Ac.Id/Id/Eprint/320](https://Repository.Ptiq.Ac.Id/Id/Eprint/320)
- Andinny, Y. (2015). Pengaruh Konsep Diri Dan Berpikir Positif Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan Mipa*, 3(2).  
[Http://Dx.Doi.Org/10.30998/Formatif.V3i2.119](http://Dx.Doi.Org/10.30998/Formatif.V3i2.119)
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Cv Jejak (Jejak Publisher).  
[Google Scholar](https://scholar.google.com/citations?user=...)
- Atmoko, A., Simon, I. M., Utami, N. W., & Indreswari, H. (2021). *Pelatihan Wicara Diri (Self-Talk) Dalam Konseling*. Wineka Media. [Google Scholar](https://scholar.google.com/citations?user=...)
- Atmoko, A., Simon, I. M., Utami, N. W., & Indreswari, H. (2021). *Pelatihan Wicara Diri (Self-Talk) Dalam Konseling*. Wineka [Media.Google Scholar](https://scholar.google.com/citations?user=...)
- Azwa, F. (2023). *Analisis Hukum Progresif Terhadap Konsep Pemidanaan Bagi Pelaku Jarimah Khamar Dan Narkoba (Studi Kritis Terhadap Pendapat Abdul Qadir Audah)* (Doctoral Dissertation, Uin Ar-Raniry Banda Aceh). [Https://Repository.Ar-Raniry.Ac.Id/Id/Eprint/31531](https://Repository.Ar-Raniry.Ac.Id/Id/Eprint/31531)
- Handayani, A. R., & Sholihah, N. A. (2023). Edukasi Bahaya Napza (Narkotika, Psikotropika, Dan Zat Adiktif) Bagi Remaja Sma Muhammadiyah Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(2), 180-185. [Https://Doi.Org/10.55606/Ipikes.V3i2.2339](https://doi.org/10.55606/Ipikes.V3i2.2339)
- Hawi, A., & Syarnubi, S. (2018). Remaja Pecandu Narkoba: Studi Tentang Rehabilitasi Integratif Di Panti Rehabilitasi Narkoba Pondok Pesantren Ar-Rahman Palembang. *Tadrib*, 4(1), 99-119. [Https://Doi.Org/10.19109/Tadrib.V4i1.1958](https://doi.org/10.19109/Tadrib.V4i1.1958)
- Ismail, M., Mohammad, M., Hidayat, N., & Subroto, G. (2022). Penyuluhan Hukum Dalam Rehabilitasi Sosial Lapas Narkotika Kelas Ii A Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Literasi Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 79-90.  
[Https://Doi.Org/10.61813/Jlppm.V1i2.12](https://doi.org/10.61813/Jlppm.V1i2.12)
- Itmi, D., & Nafiah, N. (2023). Pengelolaan Wakaf Produktif Untuk Kesejahteraan Masyarakat Di Desa Sumberbening (Studi Kasus Mwc Nu Kecamatan Balerejo Kabupaten Madiun). *Social Science Academic*, 1(2), 17-22. [Https://Doi.Org/10.37680/Ssa.V1i2.2949](https://doi.org/10.37680/Ssa.V1i2.2949)
- Mamnu'ah, E. N. O. K. (2017). *Konseling Client Centered Untuk Kemantapan Visi Pernikahan Pada Mahasiswi (Studi Kasus Di Uin Sultan Maulana Hasanuddin Banten)* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri" Sultan Maulana Hasanuddin" Banten).  
[Http://Repository.Uinbanten.Ac.Id/Id/Eprint/522](http://Repository.Uinbanten.Ac.Id/Id/Eprint/522)
- Pinem, A. F. (2018). Psikologi Komunikasi Remaja Terhadap Konsep Diri Di Kalangan Komunitas Cosplayer Medan. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(2), 216-230.  
[Https://Doi.Org/10.30596/Interaksi.V2i2.2098](https://doi.org/10.30596/Interaksi.V2i2.2098)

---

**Copyright Holder :**

© Sari, D. R., Razzaq, A., Marianti, L. (2023).

**First Publication Right :**

© Journal of Society Counseling

**This article is under:**

