

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**  
**PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL**

SKRIPSI, AGUSTUS 2023

YOLA ISMI SALSABILA

NPM : 2019110037

**KONSELING INDIVIDU BERBASIS *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY***  
**DALAM MENINGKATKAN KONTROL DIRI KORBAN**  
**PENYALAHGUNAAN NARKOBA DI SENTRA GALIH PAKUAN BOGOR**

**ABSTRAK**

(xviii + 127 Halaman + 2 Tabel + 3 Gambar + 15 Lampiran)

Penyalahgunaan narkoba termasuk dalam kategori perilaku menyimpang, yang didefinisikan sebagai perilaku yang tidak mematuhi standar atau peraturan sosial, dan dapat merugikan orang lain. Seorang pecandu narkoba melakukan perilaku menyimpang dikarenakan memiliki kontrol diri yang rendah. Hal ini terjadi karena seseorang tidak bisa memperhitungkan konsekuensi dari perilaku yang diperbuatnya. Layanan yang diberikan kepada pecandu narkoba di Sentra Galih Pakuan Bogor untuk meningkatkan kontrol diri korban penyalahgunaan narkoba adalah konseling individual. Dalam melaksanakan konseling individual menggunakan pendekatan *cognitive behaviour therapy*. Tujuan penelitian untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling individu berbasis *cognitive behavior therapy* dalam meningkatkan kontrol diri korban penyalahgunaan narkoba dan hambatan dalam proses pelaksanaan konseling individu berbasis *cognitive behaviour therapy* dalam meningkatkan kontrol diri korban penyalahgunaan narkoba. Jenis penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif dan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Metode analisis data menggunakan triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses konseling individu memiliki tiga tahap yaitu tahap awal, tahap kerja, tahap akhir. Intervensi dalam pelaksanaan konseling individu menggunakan teknik CBT yaitu membingkai kembali isu, mengulang kembali penggunaan berbagai pernyataan diri dalam *role play*, Mengukur perasaan, Menghentikan pikiran. Pelatihan keterampilan sosial atau asertifikasi, penugasan rumah, dan in vivo exposure. Hasil dari proses konseling individu berbasis *cognitive behaviour therapy* dalam meningkatkan kontrol diri korban penyalahgunaan narkoba menunjukkan bahwa klien sudah memiliki emosi yang stabil, menerima keadaan, serta dapat berfikir sebab- akibat sebelum melakukan suatu tindakan dan dapat lebih tenang dalam mengambil suatu keputusan.

**Daftar Pustaka : 29 referensi ( 2003 – 2023 )**

**Kata kunci : Penyalahgunaan narkoba, Kontrol diri, Konseling Individu, *Cognitive Behavior Therapy***