

ABSTRAK

Pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengendalian diri korban penyalahgunaan narkoba sebelum diterapkan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring*, untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* terhadap pengendalian diri korban penyalahgunaan narkoba dan untuk mengetahui gambaran pengendalian diri setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring*. Adapun dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian *eksperimen*. Subjek dalam penelitian ini yaitu 10 orang korban penyalahgunaan narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-rahman yang berusia dewasa. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, wawancara, dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data menggunakan uji *t paried t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh pengendalian diri pada korban penyalahgunaan narkoba sebelum konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* dikategorikan sedang dengan rata-rata 6,72 dan setelah dengan rata-rata 8,25. Jadi, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif dalam meningkatkan pengendalian diri pada korban penyalahgunaan narkoba yang dapat dilihat dari hasil dan data bahwa $r_{hitung} > t_{tabel} \alpha = 0,05$ yaitu $7.504 \geq 2.10092$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Kata kunci: Konseling kelompok, teknik *cognitive restructuring*, pengendalian diri