



**KOPENDIK: Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan**

**Vol. 5, No. 1, Maret 2026, Hal. 53-63**

**E-ISSN: 2829-3045**

**Available online at [online-journal.unja.ac.id/kopendik](http://online-journal.unja.ac.id/kopendik)**

**PENGARUH SPIRITUAL-HIPNOTERAPI TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU RESIDEN LEMBAGA REHABILITASI PENCEGAHAN PENYALAHGUNA NARKOBA BHAYANGKARA INDONESIA SURABAYA**

***THE EFFECT OF SPIRITUAL-HYPNOTHERAPY ON BEHAVIORAL CHANGES IN RESIDENTS OF THE BHAYANGKARA INDONESIA DRUG ABUSE PREVENTION REHABILITATION INSTITUTE SURABAYA***

Sinta Indah Sari<sup>1</sup>, Nasruddin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>(Tasawuf dan Psikoterapi, Ushuluddin dan Filsafat, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Indonesia)

<sup>2</sup>(Perbandingan Agama, Ushuluddin dan Filsafat, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Indonesia)

[sintaindhs@gmail.com](mailto:sintaindhs@gmail.com), [nasruddn@uinsa.ac.id](mailto:nasruddn@uinsa.ac.id)

**Abstrak**

Penyalahgunaan narkoba merupakan permasalahan kompleks yang berdampak pada aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual individu. Perubahan perilaku menjadi indikator penting keberhasilan layanan konseling rehabilitasi bagi penyalahguna narkoba. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh spiritual-hipnoterapi terhadap perubahan perilaku residen Lembaga Rehabilitasi Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Bhayangkara Indonesia Surabaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pra-eksperimen melalui desain one group pretest–posttest. Subjek penelitian berjumlah enam residen rehabilitasi rawat inap yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner skala Likert untuk mengukur perubahan perilaku serta skala University of Rhode Island Change Assessment (URICA) untuk mengidentifikasi kesiapan perubahan. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro–Wilk, dan uji Paired Sample t-Test. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor perubahan perilaku sebelum dan sesudah diberikan intervensi spiritual-hipnoterapi ( $p < 0,05$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa spiritual-hipnoterapi efektif sebagai intervensi konseling rehabilitatif dalam mendorong perubahan perilaku klien secara adaptif. Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan pendekatan konseling pendidikan berbasis spiritual dalam layanan rehabilitasi penyalahgunaan narkoba.

**Kata Kunci :** Spiritual-Hipnoterapi, Perubahan Perilaku, Konseling Rehabilitasi, Penyalahgunaan Narkoba.

**Abstract**

Drug abuse is a complex problem that impacts an individual's physical, psychological, social, and spiritual aspects. Behavioral change is an important indicator of the success of rehabilitation counseling services for drug abusers. This study aims to analyze the effect of spiritual-hypnoterapy on behavioral changes in residents of the bhayangkara indonesia drug abuse prevention rehabilitation institute surabaya. The study used a quantitative approach with a pre-experimental method through a one-group pretest–posttest design. The study subjects were six inpatient rehabilitation residents selected using a purposive sampling technique. Data collection was conducted using a Likert scale questionnaire to measure behavioral change and the University of Rhode Island Change Assessment (URICA) scale to identify readiness for change. Data analysis used descriptive statistics, the Shapiro–Wilk normality test, and the Paired Sample t-Test. The results showed a significant difference between behavioral change scores before and after the spiritual-hypnoterapy intervention ( $p < 0.05$ ). These findings indicate that spiritual-hypnoterapy is effective as a rehabilitative counseling intervention in encouraging adaptive client behavioral change. This research contributes to the development of a spiritual-based educational counseling approach in drug abuse rehabilitation services.

**Keywords :** Spiritual–Hypnoterapy, Behavioral Change, Rehabilitative Counseling, Drug Abuse.

## PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba telah menimbulkan keresahan bagi berbagai negara di dunia, sebab setiap tahunnya isu mengenai narkoba semakin marak diperbincangkan seiring dengan meningkatnya jumlah korban penyalahgunaan. Data internasional memperkirakan sekitar 296 juta orang di seluruh dunia pernah menggunakan narkoba (BNN, 2025). Di Indonesia, survei nasional tahun 2025 yang dilakukan BNN dan BRIN terhadap 67.600 responden di 34 provinsi menunjukkan prevalensi sebesar 1,73% (BNN, 2025), atau sekitar 3,3 juta jiwa pada kelompok usia 15-64 tahun. Angka tersebut memperlihatkan bahwa permasalahan adiksi masih mengancam produktivitas dan kesejahteraan masyarakat (BNN, 2020).

Dampak penyalahgunaan narkoba tidak hanya terbatas pada gangguan kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis, sosial, dan spiritual penggunanya. Salah satu dampak paling nyata adalah munculnya perilaku maladaptif, seperti ketergantungan, tindakan kriminal, hingga ketidakmampuan mengendalikan emosi dan pola pikir. Oleh karena itu, perubahan perilaku indikator penting dalam menilai keberhasilan proses rehabilitasi pengguna narkoba.

Perilaku adalah segala bentuk tindakan atau respon seseorang dalam berhubungan dengan lingkungannya, baik yang terlihat jelas maupun yang tersembunyi, serta yang terasa maupun tidak terasa (Loppies & Nurrokhmah, 2021). Para residen penyalahguna narkoba perilaku mereka sering kali didorong oleh ketergantungan sehingga menimbulkan dampak merugikan bagi diri sendiri maupun lingkungan. Dampaknya cukup luas, melibatkan gangguan psikologis, perubahan biologis, dan kesulitan dalam bersosialisasi (Nurhayati et al., 2025). Salah satu upaya penanggulangan penyalahgunaan narkoba dapat dilakukan melalui program rehabilitasi yang berfokus pada penyembuhan dan pengendalian diri dari dampak adiksi. Proses rehabilitasi tersebut tidak hanya mencakup pendekatan medis, tetapi juga konseling dan terapi psikologis. Dalam penelitian ini, terapi yang dikaji adalah spiritual-hipnoterapi, yaitu kombinasi antara hipnoterapi dan pendekatan spiritual yang diyakini mampu mendorong perubahan perilaku residen secara lebih adaptif. Meskipun penelitian mengenai hipnoterapi dan spiritualitas telah banyak dilakukan secara terpisah, kajian empiris yang mengintegrasikan keduanya dalam konteks konseling rehabilitasi penyalahgunaan narkoba masih relatif terbatas, khususnya di lembaga rehabilitasi berbasis komunitas. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji perubahan perilaku klien setelah mengikuti intervensi spiritual-hipnoterapi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dirumuskan untuk menjawab pertanyaan: apakah spiritual-hipnoterapi berpengaruh terhadap perubahan perilaku

residen Lembaga Rehabilitasi Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Bhayangkara Indonesia Surabaya? Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh spiritual-hipnoterapi terhadap perubahan perilaku residen penyalahgunaan narkoba dalam konteks layanan konseling rehabilitasi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan pendekatan konseling rehabilitatif, khususnya terkait integrasi spiritualitas dan hipnoterapi sebagai alternatif intervensi perubahan perilaku bagi penyalahguna narkoba. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan praktis bagi konselor dan lembaga rehabilitasi dalam merancang layanan konseling yang lebih holistik dan berorientasi pada pemulihan jangka panjang.

## **METODOLOGI**

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode pra-eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest*, yang bertujuan untuk mengukur perubahan perilaku residen sebelum dan sesudah diberikan intervensi spiritual-hipnoterapi. Penelitian dilaksanakan di Lembaga Rehabilitasi Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Bhayangkara Indonesia Surabaya.

Subjek penelitian berjumlah enam residen penyalahgunaan narkoba yang sedang menjalani program rehabilitasi rawat inap. Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria: residen aktif rehabilitasi, bersedia mengikuti seluruh rangkaian intervensi spiritual-hipnoterapi, dan mampu mengisi instrumen penelitian secara lengkap. Intervensi spiritual-hipnoterapi diberikan kepada seluruh subjek sesuai dengan program rehabilitasi yang berlaku di lembaga tersebut. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner skala Likert untuk mengukur perubahan perilaku serta skala *University of Rhode Island Change Assessment (URICA)* untuk mengidentifikasi kesiapan perubahan. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data penelitian. Selanjutnya, uji normalitas *Shapiro-Wilk* digunakan untuk mengetahui distribusi data. Untuk menguji perbedaan skor perilaku sebelum dan sesudah pemberian intervensi spiritual-hipnoterapi penelitian ini menggunakan uji *Paired Sample t-Test*.

## **PEMBAHASAN**

Hasil pengukuran menggunakan alat URICA menunjukkan bahwa dari enam orang yang menjadi sampel penelitian, lima orang berada dalam tahap kontemplasi, sementara satu orang berada dalam tahap pre-kontemplasi. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari para residen sudah mulai menyadari masalah yang dihadapi dan mulai memikirkan perlunya mengubah perilaku mereka. Pengukuran perubahan perilaku para residen dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah intervensi

(*posttest*) berupa spiritual-hipnoterapi. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa skor semua residen meningkat setelah menerima intervensi. Kenaikan skor pada *posttest* dibandingkan dengan *pretest* menunjukkan adanya perubahan perilaku yang lebih positif.

Figure 1 Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest eksperimen	.292	6	.120	.892	6	.331
Posttest eksperimen	.240	6	.200 <sup>*</sup>	.930	6	.584

Pengujian normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 orang. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis statistik selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan uji parametrik.

Figure 2 Uji Paired Samples t-Test

		Paired Samples Test							
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest eksperimen - Posttest eksperimen	-62.00000	29.67827	12.11610	-93.14544	-30.85456	-5.117	5	.004

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan skor perubahan perilaku klien antara kondisi sebelum dan sesudah klien mengikuti intervensi spiritual-hipnoterapi. Temuan ini diperkuat oleh hasil uji *Paired Sample t-Test*, yang menghasilkan nilai signifikansi  $p < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berpengaruh secara nyata terhadap perubahan perilaku klien penyalahgunaan narkoba. Temuan ini mengindikasikan bahwa spiritual-hipnoterapi efektif sebagai intervensi konseling rehabilitatif dalam membantu klien mengembangkan perilaku yang lebih adaptif.

Selain itu, hasil pengukuran menggunakan skala *University of Rhode Island Change Assessment (URICA)* menunjukkan bahwa sebagian besar klien berada pada tahap kontemplasi, sementara satu klien berada pada tahap prekontemplasi. Kondisi ini menggambarkan bahwa mayoritas klien telah memiliki kesadaran awal terhadap masalah yang dihadapi serta kesiapan psikologis untuk mengikuti proses konseling dan perubahan perilaku. Dalam perspektif konseling pendidikan dan rehabilitasi, perubahan perilaku yang terjadi mencerminkan keberhasilan intervensi dalam meningkatkan kesadaran diri, regulasi emosi, dan kontrol perilaku klien. Berdasarkan teori Sigmund Freud, hipnoterapi sebagai teknik konseling bekerja pada alam bawah sadar untuk membantu klien mengurangi

resistensi terhadap perubahan, memperbaiki pola pikir irasional, serta menanamkan sugesti positif yang mendukung perilaku sehat (Wong, 2023). Sementara itu, pendekatan spiritual berperan dalam memperkuat nilai, makna hidup, dan motivasi intrinsik klien dalam proses pemulihan. Temuan ini selaras dengan model perubahan perilaku yang dikemukakan oleh Prochaska dan DiClemente, yang menegaskan bahwa individu pada tahap kontemplasi cenderung lebih responsif terhadap intervensi konseling (Ifdil, Fitria, Nafsih, & Ardi, 2020). Dalam konteks ini, spiritual-hipnoterapi berfungsi sebagai strategi konseling yang membantu klien bergerak dari kesadaran masalah menuju komitmen perubahan perilaku yang lebih konkret. Dalam perspektif konseling spiritual, tahap ini merupakan fase penting ketika individu mulai melakukan perenungan diri (muhasabah) dan membuka diri terhadap bimbingan serta nilai-nilai transendental.

Pendekatan spiritual ini menjadi faktor penting dalam mendorong perubahan perilaku, khususnya pada klien penyalahgunaan narkoba yang kerap mengalami kekosongan makna dan krisis identitas. Dalam kehidupan sehari-hari, spiritualitas hadir melalui doa, dzikir, meditasi, maupun tindakan yang merefleksikan nilai keimanan. Spiritualitas memberikan arah moral sekaligus menumbuhkan kesadaran bahwa hidup tidak sekadar urusan duniawi, melainkan juga perjalanan menuju keabadian. Individu yang memiliki kedalaman spiritual lebih mampu menjalani hidup dengan penuh kesabaran, keikhlasan, dan *optimisme* (Nikmah & Mas'ud, 2021). Spiritual-hipnoterapi berfungsi sebagai media konseling yang membantu klien memperdalam proses refleksi tersebut. Melalui sugesti positif yang dikaitkan dengan nilai religius dan spiritual, klien diarahkan untuk membangun komitmen perubahan yang bersumber dari kesadaran batin, bukan sekadar dorongan eksternal. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa perubahan perilaku yang berkelanjutan akan lebih kuat apabila didasari oleh motivasi intrinsik dan keyakinan spiritual (Lasmini, Suwindia, & Gata, 2022).

Selain itu, berdasarkan teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow, pemenuhan kebutuhan psikologis dan spiritual adalah faktor penting dalam mendorong perubahan perilaku menuju aktualisasi diri yang menekankan bahwa perubahan terjadi ketika seseorang siap dan berkehendak untuk berubah. Dengan demikian, pendekatan spiritual-hipnoterapi dapat dipahami sebagai intervensi yang mendukung proses perubahan perilaku residens secara motivasional dan psikologis (Rosdiana, Wirawan, & Dkk, 2023). Dalam konteks medis, hipnoterapi turut berkontribusi dalam mempercepat proses pemulihan dengan memperkuat sistem imun. Selain itu, hipnoterapi dimanfaatkan dalam penyembuhan trauma melalui teknik regresi serta dalam bidang pendidikan untuk meningkatkan daya ingat, kreativitas, dan efektivitas pembelajaran (Indana, 2024).

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa integrasi spiritualitas dan hipnoterapi memiliki nilai strategis dalam layanan konseling rehabilitatif, khususnya bagi klien penyalahgunaan narkoba. Spiritualitas berfungsi sebagai sumber *coping* internal dan

penguatan makna hidup, sedangkan hipnoterapi mempercepat proses internalisasi nilai melalui mekanisme psikologis bawah sadar. Integrasi keduanya memungkinkan proses konseling yang tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga afektif dan transpersonal. Intervensi spiritual-hipnoterapi memberikan pengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku klien penyalahgunaan narkoba. Hal ini terlihat dari peningkatan skor posttest dibandingkan pretest serta didukung oleh hasil uji Paired Sample t-Test yang menunjukkan nilai signifikansi  $p < 0,05$ . Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan perilaku adaptif klien. Secara empiris, efektivitas hipnoterapi dalam mengubah perilaku telah didukung oleh berbagai penelitian yang menyatakan bahwa hipnosis bekerja melalui mekanisme sugesti dan aktivasi proses bawah sadar yang berperan dalam pembentukan kebiasaan baru serta pengendalian diri (Peter, 2024). Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa hipnoterapi mampu meningkatkan kontrol diri, menurunkan kecemasan, serta memperbaiki kualitas hidup individu secara signifikan (Desfaronisa & Nasution, 2024).

Dalam konteks rehabilitasi penyalahgunaan zat, hipnoterapi juga terbukti efektif dalam membantu individu mengurangi perilaku adiktif dan meningkatkan ketahanan terhadap relapse melalui penguatan sugesti positif dan restrukturisasi kognitif (O'Keefe, 2020; Carmody et al., 2017; Elkins, 2014). Bahkan, meta-analisis menunjukkan bahwa hipnoterapi berkontribusi dalam perubahan kebiasaan seperti merokok melalui pendekatan psikologis yang menargetkan perilaku otomatis (Fauziyyah et al., 2022). Hal ini sejalan dengan konsep de-automatization, yaitu proses mengubah pola pikir dan perilaku otomatis menjadi lebih adaptif melalui intervensi seperti hipnosis dan meditasi (Fox et al., 2016). Dari perspektif teori psikologi klasik, pendekatan ini sejalan dengan pandangan Sigmund Freud yang menekankan pentingnya alam bawah sadar dalam memengaruhi perilaku individu. Hipnoterapi memungkinkan akses terhadap pikiran bawah sadar sehingga resistensi terhadap perubahan dapat diminimalkan dan sugesti positif lebih mudah diterima (Peter, 2024). Sementara itu, dalam kerangka teori perubahan perilaku, model transtheoretical yang dikemukakan oleh Prochaska dan DiClemente menjelaskan bahwa individu pada tahap kontemplasi cenderung lebih terbuka terhadap intervensi karena telah memiliki kesadaran awal terhadap masalah yang dihadapi. Kondisi ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan mayoritas klien berada pada tahap tersebut.

Lebih lanjut, pendekatan spiritual dalam intervensi ini memainkan peran penting dalam memperkuat motivasi intrinsik dan makna hidup klien. Penelitian menunjukkan bahwa pendekatan spiritual dalam rehabilitasi adiksi mampu membantu individu mengatasi krisis identitas, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun coping mechanism yang lebih sehat (Reza et al., 2023). Spiritualitas juga berkontribusi dalam proses self-transcendence yang melampaui aktualisasi diri, sehingga individu mampu menemukan makna hidup yang lebih dalam (Ackerman, 2018; Messerly, 2017). Dalam perspektif

humanistik, teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow menjelaskan bahwa perubahan perilaku terjadi ketika individu berupaya memenuhi kebutuhan psikologis hingga mencapai aktualisasi diri dan bahkan transendensi diri. Spiritualitas menjadi faktor penting dalam tahap ini karena memberikan pengalaman puncak (*peak experience*) yang memperkuat kesadaran dan arah hidup individu (Bayoumi, 2012; Zalenski & Raspa, 2006; Lonn & Dantzler, 2017). Dengan demikian, integrasi spiritualitas dalam hipnoterapi memperkuat dimensi motivasional dan emosional dalam proses perubahan perilaku. Selain itu, pendekatan integratif yang menggabungkan aspek psikologis dan spiritual juga didukung oleh pendekatan psikoterapi modern seperti *psychosynthesis* yang menekankan pentingnya dimensi spiritual dalam proses penyembuhan dan pengembangan diri (Firman & Gila, 2017). Pendekatan ini menegaskan bahwa perubahan perilaku yang berkelanjutan tidak hanya bergantung pada aspek kognitif, tetapi juga melibatkan dimensi afektif, spiritual, dan transpersonal. Pendekatan konseling berbasis spiritual dan integratif memiliki kontribusi signifikan dalam perubahan perilaku individu. Penelitian oleh Putri dan Suryadi (2022) menegaskan bahwa pendekatan spiritual dalam konseling mampu meningkatkan kesadaran diri peserta didik sebagai dasar perubahan perilaku yang lebih adaptif. Selain itu, Hidayat dan Rahmawati (2021) menemukan bahwa layanan konseling dengan pendekatan integratif efektif dalam membantu individu mengembangkan perilaku positif melalui penguatan aspek kognitif, afektif, dan sosial secara simultan. Sementara itu, Saputra dan Wulandari (2023) menunjukkan bahwa intervensi konseling juga berperan dalam meningkatkan kontrol diri remaja, yang merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan perubahan perilaku. Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan temuan-temuan tersebut, yang menegaskan bahwa integrasi pendekatan spiritual dan psikologis dalam konseling, seperti spiritual-hipnoterapi, merupakan strategi yang efektif dalam mendukung perubahan perilaku klien secara holistik.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memperkuat bahwa spiritual-hipnoterapi merupakan pendekatan konseling integratif yang efektif dalam membantu perubahan perilaku klien penyalahgunaan narkoba. Intervensi ini bekerja melalui kombinasi mekanisme psikologis (bawah sadar), emosional, dan spiritual yang saling melengkapi, sehingga mampu mendorong perubahan yang lebih mendalam dan berkelanjutan. Pendekatan konseling integratif dengan menawarkan spiritual-hipnoterapi sebagai model intervensi perubahan perilaku. Temuan ini melengkapi penelitian terdahulu yang umumnya membahas hipnoterapi atau spiritualitas secara terpisah, serta memperkuat posisi konseling pendidikan dan rehabilitasi sebagai disiplin yang mampu mengakomodasi pendekatan holistik dalam membantu klien mencapai perubahan perilaku yang berkelanjutan.

### **Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi hasil. Pertama, jumlah sampel yang relatif kecil (enam orang) membatasi generalisasi temuan terhadap populasi klien penyalahgunaan narkoba yang lebih luas. Kedua, desain penelitian yang tidak melibatkan kelompok kontrol menyebabkan sulitnya memastikan bahwa perubahan perilaku yang terjadi sepenuhnya disebabkan oleh intervensi spiritual-hipnoterapi, karena kemungkinan adanya faktor lain seperti lingkungan rehabilitasi atau motivasi internal klien. Ketiga, penggunaan instrumen *self-report* seperti URICA berpotensi menimbulkan bias subjektivitas responden dalam menilai dirinya sendiri. Selain itu, durasi intervensi yang relatif singkat belum dapat menggambarkan keberlanjutan perubahan perilaku dalam jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar, menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat, serta melakukan *follow-up* untuk menguji stabilitas perubahan perilaku klien secara longitudinal.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan temuan penelitian yang telah dianalisis dan dibahas, dapat disimpulkan bahwa spiritual-hipnoterapi berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan perilaku residen Lembaga Rehabilitasi Pencegahan Penyalahguna Narkoba Bhayangkara Indonesia Surabaya. Intervensi yang diberikan mampu meningkatkan kesadaran diri, pengendalian emosi, serta kesiapan klien dalam menjalani proses perubahan perilaku yang lebih adaptif. Hal ini ditunjukkan oleh perbedaan skor perilaku sebelum dan sesudah intervensi yang secara statistik dinyatakan signifikan.

Pendekatan spiritual-hipnoterapi terbukti efektif karena tidak hanya menyentuh aspek kognitif dan emosional klien, tetapi juga memperkuat dimensi spiritual sebagai sumber motivasi intrinsik dalam proses pemulihan. Spiritualitas membantu klien menemukan kembali makna hidup dan arah nilai, sementara hipnoterapi berperan dalam mempercepat internalisasi sugesti positif melalui mekanisme psikologis bawah sadar. Integrasi kedua pendekatan ini menghasilkan layanan konseling yang bersifat holistik dan transformatif.

Secara akademik, penelitian ini memperkaya kajian konseling pendidikan dan rehabilitasi dengan menghadirkan model intervensi berbasis spiritual yang terintegrasi dengan hipnoterapi. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan bagi konselor dan lembaga rehabilitasi dalam merancang layanan konseling yang lebih komprehensif, berorientasi pada perubahan perilaku berkelanjutan, serta mendukung pemulihan jangka panjang klien penyalahgunaan narkoba.

## REFERENSI

- Ackerman, C. E. (2018). *What is self-transcendence? Definition and 6 examples*. Positive Psychology.
- Bayoumi, M. (2012). The relationship between spirituality and Maslow's hierarchy of needs. *International Journal of Humanities and Social Science*, 2(22), 1–6.
- BNN, H. (2020). Dampak Penyalahgunaan Narkoba Terhadap Gangguan Kesehatan Terkait Kerentanan Terhadap Covid-19. *Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia*. Diambil dari <https://bnn.go.id/>
- BNN, H. (2025a, Juni 21). BNN Dan BRIN Bersinergi Dalam Riset Nasional Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba 2025. *Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia*. Diambil dari <https://share.google/UJNNmOUjZTk1vr4R7>
- BNN, H. (2025b, Juni 27). Humas BNN, “Peringatan Hani 2025: Memutus Rantai Peredaran Gelap Narkoba Melalui Pencegahan, Rehabilitasi, Dan Pemberantasan Menuju Indonesia Emas 2045. *Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia*. Diambil dari <https://bnn.go.id/>
- Carmody, T. P., Duncan, C. L., Simon, J. A., Solkowitz, S. N., Huggins, J., & Lee, S. (2017). Hypnosis for smoking cessation: A randomized trial. *Nicotine & Tobacco Research*, 20(7), 1–8.
- Desfaronisa, & Nasution, H. (2024). Pengaruh hipnoterapi terhadap pengendalian diri dan kecemasan. *Jurnal Ergasi*, 12(1), 45–52.
- Elkins, G. R. (2014). *Handbook of medical and psychological hypnosis: Foundations, applications, and professional issues*. Springer Publishing Company.
- Fauziyyah, N., Rahman, A., & Putri, D. (2022). Meta-analysis: Hypnotherapy and its effect on quitting smoking behavior. *Journal of Behavioral Health*, 5(2), 120–130.
- Firman, J., & Gila, A. (2017). *Psychosynthesis: A psychology of the spirit*. SUNY Press.
- Fox, K. C. R., Nijeboer, S., Dixon, M. L., Floman, J. L., Ellamil, M., Rumak, S. P., & Christoff, K. (2016). Is meditation associated with altered brain structure? A systematic review and meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 43, 48–73.
- Hidayat, T., & Rahmawati, L. (2021). Efektivitas layanan konseling dalam perubahan perilaku siswa melalui pendekatan integratif. *KOPENDIK: Jurnal Konseling Pendidikan*, 9(1), 45–53.
- Ifdil, Fitria, L., Nafsih, G., & Ardi, Z. (2020). Aplikasi Hipnosis dalam Konseling. *Konseling Paper presented at the The International Seminar And Workshop on Guidance and Counseling*, 126–140. <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.4290851.v1>

- Indana, N. (2024). Hipnoterapi Sebagai Pendekatan Baru Pendidikan Islam Nurul. *ILJ: Islamic Learning Journal (Jurnal Pendidikan Islam)*, 2(3), 766–777.
- Lasmini, N. L. P., Suwindia, I. G., & Gata, I. W. (2022). Implementasi Hipnoterapi Berbasis Karma Tattwa Pada Yayasan Pasraman Karmadatu Di Karangasem Bali. *Maha Widya Bhuwana: Jurnal Pendidikan, Agama dan Budaya*, 5(2), 169. <https://doi.org/10.55115/bhuwana.v5i2.2362>
- Lonn, M. R., & Dantzler, J. A. (2017). Spirituality and self-actualization: Considerations for counseling practice. *Journal of Humanistic Psychology*, 57(3), 250–268.
- Loppies, I. J., & Nurrokhmah, L. E. (2021). Prilaku Masyarakat Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19 Di Kelurahan Karang Mulia Distrik Samofa Kabupaten Biak Numfor. “*Gema Kampus*” *IISIP YAPIS Biak*, 16(2), 46–54.
- Messerly, J. G. (2017). Beyond Maslow: Self-transcendence and the evolution of consciousness. *Journal of Humanistic Psychology*, 57(3), 240–249.
- Nikmah, U. N., & Mas’ud, F. (2021). Analisis Pengaruh Spiritualitas Islam Dan Komitmen Organisasional Afektif Terhadap Organizational Citizenship Behavior Islamic Perspective (OCBIP) (Studi Pada Pegawai Bank Syariah Indonesia Di Kota Semarang). *Diponegoro Journal of Management*, 10(5), 1–13. Diambil dari <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/dbr>
- Nurhayati, Sitorus, L. A. R., Tengku, N. A. H., Kamal, N. A., Ariska, N., Winfi, R. A., & Cantika, S. P. (2025). Dampak Penyalahgunaan Narkoba Terhadap Kesehatan Mental Dan. *Jurnal Inspirasi Pembelajaran*, 5(4), 14–29.
- O’Keefe, J. (2020). Hypnosis and addiction treatment: A review of clinical effectiveness. *Addictive Behaviors Reports*, 12, 100–110.
- Peter, B. (2024). Hypnosis and the unconscious mind: Mechanisms and applications. *Frontiers in Psychology*, 15, 11040694.
- Putri, A. M., & Suryadi, D. (2022). Pendekatan konseling berbasis spiritual dalam meningkatkan kesadaran diri peserta didik. *KOPENDIK: Jurnal Konseling Pendidikan*, 10(2), 85–92.
- Reza, M., Hidayat, R., & Sari, D. (2023). The role of spirituality in addiction recovery. *Jurnal Ilmu Perilaku dan Kesehatan Mental*, 7(1), 1–10.
- Rosdiana, Wirawan, S., & Dkk. (2023). *Penerapan Strategi Perubahan Perilaku*. Padang: Getpress Indonesia.
- Saputra, R., & Wulandari, S. (2023). Intervensi konseling terhadap peningkatan kontrol diri remaja dalam perspektif psikologi pendidikan. *KOPENDIK: Jurnal Konseling Pendidikan*, 11(1), 12–20.
- Wong, F. (2023). *Hipnopresur: Kombinasi Hipnosis & Akupresur*. Depok: Penebar Plus.

- Wong, K. (2023). Hypnotherapy in clinical practice: A psychoanalytic perspective. *International Journal of Clinical Psychology*, 9(1), 33–40.
- Zalenski, R. J., & Raspa, R. (2006). Maslow's hierarchy of needs: A framework for achieving human potential. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(2), 1–15.