



IMPLEMENTASI BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS PUASA DALAM MEREDUKSI PRILAKU PENYALAHGUNAAN NAPZA

Azhari

Bimbingan dan Konseling Islam, Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia

E-mail: azhari.zulkifli@ar-raniry.ac.id

Received: 09 Februari 2023

Revised: 25 Juni 2023

Accepted: 30 Juni 2023

Abstract

Fasting has a lot to do with training or riyadah (exercise) or the biggest training for oneself to earnestly go to and draw closer to Allah, where spiritual practice has an effect on physical and mental balance. Fasting also answers how to form a positive mentality. A Muslim begins his fast with the intention for Allah until he gets a balance of thoughts, feelings and behavior. As Allah says in surah al-Baqarah 183; Meaning: O you who believe, fasting is prescribed for you as it was prescribed for those before you so that you may be pious. So along with the development of science, fasting is used as a therapeutic value, relaxation and counseling. including the Pintu Hijrah Banda Aceh foundation, which has made a breakthrough in providing special attention to Residents who commonly commit drug abuse in order to minimize this habit by formulating and implementing it through the dynamics of group counseling (group counseling) based on fasting. This research focuses on how drug abuse behavior, the implementation of fasting-based group guidance and counseling and the obstacles faced by counselors in implementing fasting-based group guidance and counseling services to reduce drug abuse behavior. The approach in this study uses interpretive with descriptive characteristics and tends to use analysis. The method used uses the phenomenological method where the researcher tries to work on a phenomenon that occurs but needs to be understood seriously to find answers to the questions that exist in this phenomenon through the application of scientific procedures in a systematic manner. data collection techniques through: observation, document analysis and interviews. The results showed that the implementation of fasting-based group counseling was very effective for drug residents with a duration of sixty minutes in each session for forty-eight sessions or six months in one



rehabilitation period. observation, document analysis and interviews. The results showed that the implementation of fasting-based group counseling was very effective for drug residents with a duration of sixty minutes in each session for forty-eight sessions or six months in one rehabilitation period. observation, document analysis and interviews. The results showed that the implementation of fasting-based group counseling was very effective for drug residents with a duration of sixty minutes in each session for forty-eight sessions or six months in one rehabilitation period.

Keywords: Group Guidance and Counseling, Fasting, Drug Abuse Behavior.

Abstrak

Puasa besar kaitanya dengan latihan atau *riyadahah* (*exercise*) atau training terbesar bagi diri untuk sungguh-sungguh menuju dan mendekatkan diri kepada Allah, dimana latihan kerohanian yang berefek pada keseimbangan lahiriyah dan batiniyah. Puasa juga menjawab bagaimana membentuk mental yang positif. Seorang muslim mengawali puasanya dari niat karena Allah hingga dia memperoleh keseimbangan fikiran, perasaan dan perilaku. Sebagaimana firman Allah dalam surah al-Baqarah 183; Artinya: Hai orang-orang yang beriman diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa. Maka seiring perkembangan ilmu pengetahuan puasa dijadikan nilai terapi, relaksasi dan konseling. diantaranya yayasan pintu hijrah Banda Aceh telah melakukan trobosan dalam memberikan perhatian khusus terhadap Residen yang lazim melakukan penyalahgunaan napza guna meminimalisir kebiasaan tersebut dengan cara merumuskan dan mengimplementasikan melalui dinamika konseling kelompok (*Group Counseling*) berbasis puasa. Penelitian ini berfokus pada bagaimana perilaku penyalahgunaan napza, implementasi bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa dan kendala yang dihadapi konselor dalam mengimplementasikan layanan bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa untuk mereduksi perilaku penyalahgunaan Napza. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan interpretatif dengan sifat mendeskripsikan dan cenderung menggunakan analisis. Metode yang digunakan menggunakan metode fenomenologi dimana peneliti mencoba menggeluti suatu fenomena yang terjadi namun perlu dipahami dengan

sungguh-sungguh untuk menemukan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam fenomena tersebut melalui aplikasi prosedur ilmiah secara sistematis. teknik pengumpulan data melalui: observasi, analisis dokumen dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi konseling kelompok berbasis puasa sangat efektif bagi residen napza dengan durasi waktu yang digunakan enam puluh menit disetiap sesi selama empat puluh delapan sesi pertemuan atau enam bulan dalam satu priode rehabilitasi.

Kata Kunci: *Bimbingan dan konseling Kelompok, Puasa, Perilaku Penyalahgunaan Napza.*

Pendahuluan

Puasa berangkat dari kata shiyam dan kata shaum yang kedua-duanya mengandung makna menahan diri (Musfah, 2012). Jika dilihat dengan kacamata syara', menahan diri dari segala hal-hal yang membantalkan seperti: menahan makan, menahan minum dan jimat. Namun sebagaimana Kashful Mahjub menjelaskan esensi dari puasa tentunya menahan diri dari segala larangan Allah. Maka kewajiban puasa menjadi syarat bagi mereka yang sudah mukallaf atau mereka yang sudah mencapai kematangan fisik dan psikis atau sudah dewasa dan berakal. Bagi muslim dan muslimah yang melaksanakan ibadah puasa sama halnya mereka mencoba menumbuh-kembangkan daya prestasi tubuh. Daya prestasi tubuh ini didapatkan oleh seseorang apabila mereka sudah sampai pada tahap taqwa. Dan berpuasa besar kaitannya dengan latihan atau riyadhah (exercise) atau training terbesar bagi diri karena didalamnya bernilai upaya yang sungguh-sungguh untuk menuju kepada Allah, mendekatkan diri kepada Allah, yaitu latihan kerohanian yang berefek pada keseimbangan lahiriyah dan batiniyah. Puasa juga menjawab bagaimana membentuk mental yang positif. Sebelum seorang muslim mencapai kematangan melalui puasa, Seorang muslim mengawali puasanya dari niat karena Allah hingga dia memperoleh keseimbangan fikiran, perasaan dan perilaku. Dengan kata lain sebelum Allah

membentuk kepribadian taqwa melalui puasa pada hambanya, Allah terlebih dahulu memberikan keseimbangan fikiran, perasaan dan perilaku hingga pada tahap pencapaian yang sempurna (Azhari S.Sos.I., 2021). Sebagaimana firman Allah dalam surah al-Baqarah 183; Artinya: Hai orang-orang yang beriman diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwah.

Dalam surah tersebut memberi gambaran kepada kita bahwa puasa merupakan media yang bertujuan untuk meraih nilai taqwa. Qurais Shihab juga menjelaskan bahwa menumbuhkan nilai taqwa dalam diri pada hakikatnya berupaya untuk mewujudkan kebijakan untuk diri sendiri. Maka Puasa merupakan jalan yang menghubungkan pada terminal taqwa. Mereka yang meningkatkan nilai puasa dengan cara yang serius dan dengan cara yang benar, tentu tidak akan berpaling dengan yang bukan tujuan dan harapannya. Jika mereka berpaling dari hal-hal yang menyurutkan nilai puasanya, berarti terlalu rendah komitmen yang tertanam dalam diri dan ketidakbenaran seseorang dalam mengimplmentasikan psikomotornya untuk meraih nilai taqwa dalam puasanya. Mereka yang menjalankan ibadah puasanya dengan secara sempurna akan mampu mengantarkan untuk mencapai kematangan, ketenangan dan keseimbangan jiwa yang arahnya pada kematangan, ketenangan dan keseimbangan kognitif, afektif dan psikomotorik hingga mencapai kesempurnaan dalam menghambakan dirinya di hadapan Allah dan hubungan dengan makhluk lainnya.

Dalam pandangan Ibnu Sina seorang dokter dan filosof muslim juga menganggap puasa sebagai unsur penting dalam penyembuhan penyakit serta salah satu sarana efektif untuk melepaskan beberapa mikroorganisme di dalam tubuh. Ini disebabkan karena puasa mengandung unsur yang dapat menghancurkan sel-sel yang telah rusak untuk kemudian dibangunnya kembali menjadi sel-sel yang baru. Shelton dalam bukunya tentang puasa, "Le Jeunu", dan riset yang dilakukan oleh Lutzner H. dalam bukunya yang berjudul "Kembali Hidup Sehat dengan Puasa" yang

diterjemahkan oleh dokter Thahir Ismail. Didalamnya menjelaskan manfaat puasa, diantaranya: Puasa adalah bentuk relaksasi agar dapat melakukan perbaikan terhadap kerusakan yang terjadi dalam anggota tubuh.

Selanjutnya secara jasmaniah para peneliti juga sudah membuktikan bahwa puasa memberikan dampak yang sangat baik bagi kesehatan sebagaimana hasil penelitian professor Jepang Yoshinori Ohsumi dalam penelitiannya dengan judul "Historical Landmarks Of Autophagy Research" atau sejarah penelitian autophagy Yoshinori Ohsumi (Ohsumi, 2014). Dalam penelitian fisiologi terkait organisme ini pada jurnal volume 24, halaman 9–23 tahun 2014 mebuktikan bahwa ketika seseorang lapar (puasa) dalam jangka waktu minimal 8 jam lamanya maka akan terbentuk protein khusus dalam tubuh autophagisom. Autophagy merupakan istilah yunani yang artinya "memakan diri sendiri". Dimana secara ilmiah kemampuan sel dalam tubuh untuk menghancurkan atau memakan sel komponen tertentu. Dari mekanisme ini komponen sel yang rusak akan diperbaharui kembali. Tak hanya itu autophagy juga berkontribusi dalam perkembangan embrio dan mengeliminasi bakteri dan virus negative dalam tubuh serta dampak negative bagi penuaan. Dari penelitian ini prof ohsumi berhasil memenangkan hadiah nobel bidang ilmu fisiologi atau kedokteran di Ney York pada 3 November 2016 (Ohsumi, 2014). Maka sangat jelas puasa bukan hanya bernilai spiritual namun juga bernilai pada kesehatan, keseimbangan jiwa dan raga. Seiring perkembangan ilmu pengetahuan, puasa juga dijadikan sebagai terapi dan relaksasi dalam ruang bimbingan konseling khususnya bagi Residen Napza.

Dewasa ini penyalahgunaan Napza dari tahun ke tahun terus meningkat sebagaimana data dari BNN(Nasional, 2020) bahwa World Drug Report UNODC(UNITED, 2020) tahun 2020 tercatat sekitar 269 juta orang di dunia menyalahgunakan Napza (penelitian tahun 2018). Jumlah tersebut 30% lebih banyak dari tahun 2009 dengan jumlah pecandu Napza tercatat lebih dari 35 juta orang (the third booklet of the World Drugs Report, 2020). UNODC juga merilis adanya fenomena

global dimana sampai dengan Desember 2019 telah dilaporkan adanya penambahan temuan zat baru lebih dari 950 jenis. Sementara di Indonesia, berdasarkan data Pusat Laboratorium Badan Narkotika Nasional (BNN) sampai dengan saat ini sebanyak 83 NPS telah berhasil terdeteksi, dimana 73 NPS diantaranya telah masuk dalam Permenkes No.22 Tahun 2020. Dalam hal ini menteri sosial Tri Rismaharini mengajak semua pihak menyelamatkan generasi bangsa dari bahaya penyalahgunaan Napza, khususnya penyuluh sosial. Diaman Risma menyebutkan 3,6 juta orang menjadi korban penyalahgunaan Napza. Dalam kajian BNN, angka penyalahgunaan Napza tidak menunjukkan tanda-tanda melandai di era pandemi covid-19(KEMENSOS, 2021).

Dari keterangan tersebut tentu mempengaruhi dimensi-dimensi yang sangat luas dan kompleks terutama menyangkut kesehatan jiwa dan psikososial (ekonomi, politik, sosial budaya, kriminalitas,). Berangkat dari kasus ini juga tidak sedikit dari mereka berhadapan dengan hukum bahkan keluar masuk penjara. Begitu juga panti rehabilitasi Napza, tidak sedikit Residen yang keluar masuk panti rehab akibat terbentur dengan penyalahgunaan Napza. Berangkat dari hasil obserfasi awal ada keterlibatan Residen dalam melakukan perilaku penyalahgunaan Napza. Fenomena demikian perlu perhatian khusus. mereka yang lazim menyalahgunaan Napza sama dengan meruntuhkan keseimbangan diri mereka sendiri, maksud meruntuhkan keseimbangan di sini mengandung makna sangat luas dan merupakan suatu permasalahan yang dapat mengakar dalam dimensi kesehatan jiwa dan psikososial (ekonomi, politik, sosial budaya, kriminalitas,) seperti yang dijelaskan di atas.

Dari keterangan tersebut, yayasan Pintu Hijrah Aceh telah melakukan trobosan dalam memberikan perhatian khusus terhadap Residen yang lazim melakukan penyalahgunaan Napza guna meminimalisir kebiasaan tersebut dengan cara merumuskan dan mengimplementasikan melalui dinamika konseling kelompok (Group Counseling) dalam ruang bimbingan dan konseling berbasis puasa. Peranan konselor yang tertuntun dan dituntut mampu menumbuhkan kembali strukturisasi dan evaluasi dalam diri Residen sehingga mampu mereduksi kegelisahan eksistensial

yang sedang dihadapinya. Berkenaan dengan strukturisasi, Ellis tokoh pengembang pendekatan Rasional Emotif Terapi mengemukakan bahwa strukturisasi dan evaluasi memungkinkan seseorang untuk mengubah cara pandang dan cara berfikir yang disfungsional kepada pribadi yang fungsional dengan cara menggugah konseli untuk mau meneliti dan mengubah nilai-nilai negatif yang mendasar ke nilai-nilai yang positif. Tentu arahnya pada membimbing, mengatur dan mengarahkan Residen untuk tersentuh dalam ruang bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa. Keberadaan konselor yang handal sebagai pemimpin merupakan bagian dari kekuatan inti Residen untuk melimpahkan harapan penuh pada konselor. Harapan penuh yang dimaksud oleh Residen adalah solusi, jalan keluar, ide-ide baru, atau alternatif-alternatif baru sebagai kunci untuk membuka pintu kehidupan yang lebih baik dan lebih cerah. Core dalam Lumora Lumonga Lubis (2011:20) mengatakan bahwa konselor mempunyai fungsi utama untuk membantu konseli menyadari kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi mereka sendiri. Namun dampak positif tersebut dianggap nihil bilamana tidak terciptanya hubungan yang baik antara konselor dan Residen dalam proses konseling. Dinamika bimbingan dan konseling berbasis puasa memungkinkan dilakukan dengan catatan ada kesepakatan antara konselor dan Residen sehingga berorientasi pada terminasi konseling positif dalam meminimalisir perilaku penyalahgunaan Napza. Berangkat dari keterangan tersebut peneliti berfokus pada Implementasi Bimbingan Dan Konseling Kelompok Berbasis Puasa Dalam Mereduksi Perilaku Penyalahgunaan Napza. Studi Deskriptif Pada Residen Yayasan Pintu Hijrah Kota Banda Aceh

Metode Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan interpretatif yang mengedepankan pada pencarian dan pendalaman makna terkandung dalam situasi tertentu, baik menyangkut kejadian, fenomena maupun kehidupan manusia. Hasil dari itu semua menuntut peneliti untuk mampu memahami, mendeskripsikan dan

menyimpulkan dari awal hingga akhir secara bertahap seiring berjalan proses penelitian. Strategi penemuan dalam penelitian ini peneliti menggunakan strategi fenomenologi dimana peneliti mencoba menggeluti suatu fenomena yang terjadi namun perlu dipahami dengan sungguh-sungguh untuk menemukan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam fenomena tersebut melalui aplikasi prosedur ilmiah secara sistematis.

Obyek dalam penelitian ini yaitu keseluruhan yang menyangkut dengan Yayasan Pintu Hijrah (Sirah) Kota Banda Aceh, Provinsi Aceh. Yang menjadi sabyek dalam penelitian ini diantaranya pimpinan yayasan pintu hijrah 1 orang, konselor yayasan pintu hijrah sebanyak 6 orang dan seluruh residen yayasan pintu hijrah sebanyak 16 residen yang terlibat dalam prilaku penyalahgunaan napza yang tergolong dalam tingkatan parah, sedang dan tidak parah sampai pada tahapan implementasi bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa. selanjutnya dokumen-dokumen terkait secara komprehensif menggunakan teknik snowball.

Teknik pengumpulan data dalam pencapaian relevansi yang akurat melalui observasi, observasi peneliti melakukan dua bentuk guna memaksimalkan hasil observasi yaitu observasi partisipatif dimana penelitian sangat mengutamakan partisipasi langsung dalam situasi sosial dan observasi non-partisipatif dimana peneliti tidak terlibat langsung bersama kelompok namun tetap berada dalam situasi sosial tersebut. Selanjutnya analisis dokumentasi yang menyangkut dengan subjek dalam penelitian seperti bagan, tabel, data, foto yang bisa dijadikan panduan yang tersusun secara sistematis hingga sampai pada kesimpulan. Selanjutnya wawancara, diamana peneliti juga menekankan hubungan dengan tewawancara pada keadaan dan suasana biasa, wajar dan dengan bahasa yang mudah dimengerti dan sesuai dengan kearifan lokal.

Selanjutnya uji kredibilitas (credibility) diamana dalam penelitian ini peneliti mengevaluasi kebenaran, keabsahan dan keakuratan data yang peneliti kumpulkan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang sudah terkumpul dianalisis

melalui tahapan-tahapan diantaranya; Meningkatkan ketekunan pengamatan berangkat dari situasi dan kondisi di lapangan ketika peneliti menemukan situasi dan kondisi yang kurang efektif . selanjutnya memperpanjang waktu pengamatan dan triangulasi untuk mewujudkan hasil yang akurat dan kredibel. Peneliti mencoba mengumpulkan, mengembangkan informasi sebanyak mungkin dengan menggunakan metode yang berbeda-beda namun masih satu aspek. Serta menggunakan bahan referensi yang tepat. Analisis data peneliti gunakan analisis di lapangan dan analisis sebelum memasuki lapangan guna mematangkan situasi di lapangan secara komprehensif hingga pada tahap kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Yayasan SIRAH, adalah yayasan yang bekerja dengan konsep ke-Islaman hadir untuk menjawab kebutuhan masyarakat dalam mereduksi penyalahgunaan napza dimana peredaran dan penyalahgunaan terjadi secara massif diseluruh Indonesia dan Aceh khususnya. artinya para pengguna semakin hari semakin bertambah sementara panti rehabilitasi yang ada di Aceh hanya mampu melakukan rehabilitasi dengan jumlah terbatas (Azhari, 2022). Maka yang menjadi tujuan Yayasan Pintu Hijrah diantaranya dalam ruang Pendidikan, Pelatihan, Kemanusiaan, Rehabilitasi sosial dan medis bagi pecandu penyalahgunaan NAPZA, Rehabilitasi sosial dan advokasi bagi anak jalanan, nakal, dan bermasalah dalam keluarga, Pengembangan ekonomi masyarakat dikawasan rentan penyalahgunaan NAPZA, Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kreatif bagi Masyarakat dan mantan penyalah gunaan NAPZA (Azhari, 2022). Program-program pada Yayasan Pintu Hijrah diantaranya: Rehabilitasi, Sosialisasi, Pendidikan dan Kader, Ekonomi Kreatif. Jumlah residen saat ini berjumlah enam belas residen dengan berangkat dari berbagai daerah baik dalam provinsi Aceh maupun luar provinsi Aceh. Jenis penyalahgunaan yang dilakukan dengan objek yang berbeda-beda mulai dari narkotika alami, narkotika sintetis maupun narkotika semi sintetis.

Perilaku Penyalahgunaan Napza Residen Yayasan Pintu Hijrah.

Latar belakang prilaku residen, Jika merujuk pada Triwibowo prilaku merupakan seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon hingga menjadi kebiasaan. Maka dalam penelitian ini terdapat beberapa faktor prilaku penyalahgunaan residen yang melatarbelakangi mereka masuk ke dalam yayasan rehabilitasi pintu hijrah diantaranya faktor internal residen atau lebih dipahami faktor dalam diri adalah perasaan keterasingan disaat tidak berada pada ruang pergaulan. Perasaan ini umumnya yang dirasakan oleh residen disaat mereka berada dalam ruang sosial atau komunitasnya, perasaan takut kehilangan teman, perasaan berdampak pada bulying dan rasa ingin coba-coba yang sangat tinggi(Azhari, 2022). jadi perasaan dan cara berfikir yang salahlah yang menyebabkan mereka terjerumus dalam ruang penyalahgunaan napza dan sebagian lainnya adalah *brokenhome*. Selanjutnya faktor eksternal dimana faktor luar diri residen yang lebih tepatnya faktor dorongan lingkungan yang menyebabkan residen melakukan penyalahgunaan napza. Dorongan teman, dorongan perasaan nyaman sebagai bentuk pelarian dari berbagai masalah, broken home.

Dampak Penyalahgunaan Napza diantaranya aspek kognitif, aspek afektif aspek psikomotorik dan tentu jauh dari suntikan spiritual. Untuk aspek kognitif seperti sakau yang membuat fikiran menjurus pada penyalahgunaan napza, mudah putus asa dan halusinasi, ling lung, parnok. Aspek afektif seperti perasaan berlebihan, rendah diri, mudah tersinggung. Aspek psikomotorik seperti suka bermalas-malasan, boros, kurang mengurus diri, tidak punya etika dalam menjalankan hidup yang ujungnya menjadi kebiasaan tidak baik dan membudaya (Azhari, 2022). Sebagaimana perdana mentri Inggris Margaret Techer mengatakan bahwa "*Watch your thoughts, for they will become actions. Watch your actions, for they'll become habits. Watch your habits for they will forge your character. Watch your character, for it will make your destin.*" Yang artinya: "Jaga pikiranmu, karena itu akan menjadi tindakan. Perhatikan tindakanmu, karena itu akan menjadi kebiasaan. Perhatikan kebiasaan Anda karena mereka akan membentuk karakter Anda. Jagalah karaktermu, karena itu akan menentukan takdirmu". Maka inilah yang perlu dipahami oleh residen bagaimana memperdayakan kembali iman, akal dan kemauan agar cara berfikir, berperasaan dan berprilaku yang salah dapat direduksi dan meningkatkan pola pribadi yang produktif.

Implementasi Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbasis Puasa

Dalam implementasinya ada beberapa tahapan yang dilakukan oleh konselor diantaranya; tahap pembentukan layanan, pelaksanaan layanan dan tahap akhir pelaksanaan layanan. Pada tahap pembentukan konselor benar-benar menelusuri residen yang akan dilibatkan dalam layanan ini. Dalam hal ini Willlis dalam Namora Lumonga Lubis menjelaskan bahwa yang dinamakan klien adalah individu yang datang kepada konselor dengan sepenuh hati tanpa ada paksaan sedikitpun dari orang lain.(Lubis, 2011) Begitu pula harapan konselor yayasan pintu hijrah. Jika residen benar-benar ingin membentuk pribadi yang lebih baik, maka harus diawali dengan niat yang ikhlas dan hati yang bersih. lebih lanjut residen yang melakukan penyalahgunaan napza dan berhadapan dengan layanan bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa harus melewati standarisasi rehabilitasi yang sudah digariskan oleh konselor yayasan. Diantaranya: tahap awal residen harus berawal dari *skrining*(Azhari, 2022). *Skrining* dalam istilah konselor yayasan pintu hijrah merupakan cara awal untuk mencari keadaan atau penandaan residen yang belum diketahui. Dalam implementasi *skrining* untuk mengetahui keseluruhan residen yang akan masuk ke yayasan dengan menggunakan alat instrument *Addiction Severity Index (ASI)* untuk mengklasifikasi residen napza (Azhari, 2022). Instrument tersebut membantu konselor untuk mengukur tingkat ketergantungan residen pada klaster ringan, sedang dan berat (Azhari, 2022). Terusan dari ASI dilanjutkan pada tahap assessment dimana konselor berupaya untuk mendapatkan data, informasi berkaitan dengan residen dalam membuat pemetaan, rumusan dan kesimpulan setiap calon residen yang akan mengikuti program konseling kelompok berbasis puasa. Assessment ini diimplementasikan seiring detoksifikasi residen atau masa pembersihan zat dalam tubuh. Data dan informasi residen meliputi dimensi sosial dan keluarga residen, diemensi medis dan kesehatan residen, dimensi pekerjaan residen, dimensi kejiwaan residen, dimensi penyalahgunaan napza residen, dan dimensi hukum (Azhari, 2022).

Selanjutnya Tahap Perumusan Variabel permasalahan residen atau indikator-indikator permasalahan hingga mempertimbangkan dan memastikan residen sesuai dengan homogenitas yang diharapkan dan seterusnya tahap perumusan materi dimana konselor memberi gambaran, mendiskusikan dan melihat kualitas materi ajar selama menjalani proses bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa yang meliputi materi puasa dan terusannya yang berdampak pada manfaat lahiriah, batiniah dan spiritual. Selanjutnya pemahaman yang

diberikan konselor terkait pola komunikasi dan etik dalam kelompok sebagai langkah efektif hingga terujudnya kondisi yang timbal balik (Azhari, 2022).

Tahap Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbasis puasa.

Tahap pelaksanaan bimbingan dan konseling berbasis puasa merupakan tahap inti. Praytno (Numora Lumonga Lubis: 2011. 2014) menjelaskan tahap inti disebut juga tahap kegiatan dimana sebelum tahap ini dilaksanakan, konselor sudah bisa menyimpulkan permasalahan yang terdeteksi hingga beralih ke pada tahap inti. Untuk sesi materi terbagi dalam beberapa jadual dan diisi oleh konselor yayasan, mitra yayasan dan peneliti sebagai penguatan. untuk materi penguatan diantaranya: Pengetahuan Dasar Bimbingan dan Konseling Kelompok sebagaimana Wiener mendefinisikan tujuan konseling kelompok adalah: sebagai media terapeutik karena di dalam membantu meningkatkan pemahaman individu serta besar mamfaat dalam upaya perubahan perilaku negatif ke perilaku positif. Pengetahuan dasar puasa sebagaimana hasil dari wawancara meliputi Pengertian puasa, Anjuran Puasa, Rukun Puasa, hal yang membatalkan Puasa dan keseluruhan terkait dengan puasa itu sendiri sebagai penguatan implementasi puasa bagi residen. Jika merujuk pada pengertian puasa itu sendiri berati menahan diri dari makan, minum dan jimak sampai terbenam matahari, namun jika dipahami dengan nilai spiritual maka puasa adalah melindungi diri dari semua perasaan, fikiran dari keseluruhan yang haram atau tidak sah baik lahiriah atau batiniah (Mustamir, 2007).

Terkait kelebihan puasa secara jasmaniah para dokter dan para peneliti juga sudah membuktikan bahwa puasa memberikan dampak yang sangat baik bagi kesehatan sebagaimana hasil penelitian professor Jepang Yoshinori Ohsumi dalam penelitiannya dengan judul “Historical Landmarks Of Autophagy Research” atau sejarah penelitian autophagy Yoshinori Ohsumi(Ohsumi, 2014). Dalam penelitian fisiologi terkait organisme ini pada jurnal volume 24, halaman 9–23 tahun 2014 membuktikan bahwa ketika seseorang lapar (puasa) dalam jangka waktu minimal 8 jam lamanya maka akan terbentuk protein khusus dalam tubuh autophagisom. Autophagy merupakan istilah yunani yang artinya “memakan diri sendiri”. Dimana secara ilmiah kemampuan sel dalam tubuh untuk menghancurkan atau memakan sel komponen tertentu. Dari mekanisme ini komponen sel yang rusak akan diperbaharui kembali. Tak hanya itu autophagy juga berkontribusi dalam perkembangan embrio dan mengeliminasi

bakteri dan virus negative dalam tubuh serta dampak negative bagi penuaan. Dari penelitian ini prof ohsumi berhasil memenangkan hadiah nobel bidang ilmu fisiologi atau kedokteran di Ney York pada 3 November 2016 (Ohsumi, 2014).

Dampak Positif Puasa Dalam Mereduksi Penyalahgunaan Napza dimana residen bisa menemukan alternatif berfikir, alternative berperasaan hingga menjadi penguatan dalam terbentuknya prilaku positif sehingga bernilai pemberdayaan kualitas spiritual dan pribadi yang baik (Azhari, 2022). Keempat tema yang berkesinambungan inilah yang dijadikan penguatan dalam bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa. Hal ini dikarnakan residen membuat coping statement yang positif dalam memperoleh kematangan dan memastikan prilaku baru dipenghujung proses bimbingan dan konseling berbasis puasa (Azhari, 2022). Dari hasil pengamatan dan wawancara dengan beberapa residen, peneliti menyimpulkan adanya perkembangan secara komprehensif pada aspek cara berfikir, perasaan dan berprilaku hingga tumbuhnya motivasi dalam melakukan rutinitas di dalam yayasan. Secara garis besar, adanya penguatan eksperimen prilaku serta memperkuat keyakinan dalam membentuk prilaku baru. Namun sejauh pengamatan peneliti residen mempunyai cara dan tahapan masing-masing dalam penyesuaianya (Azhari, 2022). ini pasca layanan bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa diimplementasikan mendorong perubahan lebih cepat pada aspek kognitif, afektif dan motorik residen dengan indikator kesadaran, taat aturan dan lebih termotivasi dalam melakukan kebaikan (Azhari, 2022).

Tahap Akhir Pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Berbasis puasa.

Implementasi bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa pada tahap akhir atau tahap otonomi, konselor yayasan yang di dalamnya ada konselor Hamzah, Aswadi, Anton, Muhammad, Ibnu Katsir memastikan rangkaian tersebut berjalan efektif dimana bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa harus benar-benar mampu membentuk atau menentukan cara berfikir, berperasaan, berprilaku cenderung kearah positif dimana Interpretasi dengan melihat perkembangan pada residen melalui pendampingan dan pemantauan dari konselor yayasan (Azhari, 2022). Hal ini semakin memperkuat konselor dalam melihat sisi-sisi perkembangan sebagai bentuk keefektifan dalam pelaksanaan program. Prayitno (Nomora Lumonga Lubis,2011) menyatakan bahwa anggota konseling harus mampu menunjukkan perkembangannya berangkat dari visi yang telah dikemas. dari keterangan prayitno, sangat sesuai dengan harapan konselor dimana upaya selama ini memberikan

dampak positif bagi perubahan prilaku seperti: meminimalisir atau mengalihkan fikiran negative kepada fikiran yang positif, dari perasaan yang negative kepada perasaan yang positif secara terus-menerus hingga residen diharapkan mampu membentuk prilaku baru yang lebih positif.

Pada tahap akhir atau tahap terminasi bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa ini, konselor pesantren melakukan terminasi sederhana. Konselor yayasan mengatakan penutupan sesi konseling kelompok hanya menekankan pada terbentuknya cara berfikir yang baru, berperasaan, prilaku dan pengembangan spiritual bagi residen hingga residen mampu mereduksi prilaku penyalahgunaan napza dan kembali dalam pangkuhan keluarga dan sosial. Terminasi yang dilakukan oleh konselor yayasan selaras dengan apa yang dituangkan dalam Glading dimana ada beberapa petimbangan yang mengharuskan adanya pengakhiran yaitu pertimbangan pragmatis dalam menentukan saat terminasi yang tepat (Cormier & Hackney, 2008; Young, 2005 dalam Gladding, 2012). Namun sampai pada tahap akhir, tampak dari residen banyak perubahan pasca mereka menjalani layanan ini. Mulai dari bertindak, manajemen waktu , bahasa verbal dan non verbal yang tercermin dari pribadi residen. Terciptanya lingkungan yang kondusif, dan adanya prototype dari residen secara khusus dan yayasan secara umum, tentunya perubahan ke arah positif dan produktif. Ada beberapa kendala yang dihadapi konselor dan pengurus yayasan pintu hijrah diantaranya kendala internal serta kendala eksternal. kendala internal dimana kendala ini lazim dilakukan oleh residen yang belum terbiasa dengan puasa khususnya mereka yang non muslim. Kendala eksternal (Azhari, 2022). terdeteksi dimana belum ada integrasi dan interkoneksi secara komprehensif antara tokoh masyarakat, ulama dan seluruh komponen dalam masyarakat akan bahaya napza dan dampak dari napza itu sendiri. Hanya segelintir yang paham akan dampak penyalahgunaan napza dan itu hanya instansi pemerintah dan organisasi tertentu. Selebihnya belum tersosialisasi dengan baik. Selanjutnya tidak adanya perbedaan secara regulasi dari pihak pemerintah terkait dengan rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial sehingga berdampak pada implementasi program yang nihil atau tidak efektif dijalankan. Hal ini pernah dihadapi oleh yayasan pintu hijrah dimana berhadapan dengan residen yang tidak mungkin untuk di implementasikan program bimbingan dan konseling di yayasan tersebut akibat tidak mempannya dengan program rehabilitasi sosial.

Pembahasan Penelitian

Bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa merupakan tindak lanjut dari proses pemulihan residen napza pada yayasan pintu hijrah. Dimana lanjutan ini bernalih pengobatan, penyembuhan, relaksasi dan nilai terapi yang terintegrasi dan interkoneksi antara fikiran, perasaan dan prilaku hingga kematangan dan kestabilan diraih dalam beberapa dimensi seperti dimensi jasmani, rohani dan spiritual. Tentu semua program rehabilitasi digolongkan dalam terapi sosial dan kombinasi spiritual sebagai penguatan. Dalam pembahasan ini peneliti sedikit memperkuat kajian ini dengan membentuk klaster pembahasan yang terdiri dari imput residen, proses residen dalam pemulihan, output residen serta impact.

Proses Imput residen terdapat dalam tahap pembentukan konseling kelompok berbasis puasa di dalam yayasan, dimana tidak semua residen dilibatkan dalam proses tersebut. Residen yang tidak terlibat dalam proses konseling ini mereka yang masih menjalani skrining dengan menggunakan ASI atau lebih dipahami dengan alat ungkap masalah dan detoksifikasi yang variable permasalahannya belum terdeteksi. Ketika variable residen sudah terdeteksi baru kemudian residen diperbolehkan terlibat dalam konseling kelompok berbasis puasa. Residen yang dilibatkan dalam proses konseling kelompok berbasis puasa tentu harus memenuhi kriteria-kriteria yang ditentukan oleh konselor seperti: homogenitas permasalahan, homogenitas jenis kelamin, homogenitas tempat, homogenitas perasaan, fikiran dan prilaku penyalahgunaan napza (Azhari, 2022). hingga terdeteksi setiap tahapan permasalahan dan kalster permasalahannya dimulai dari ringan, sedang dan berat. Hal ini selaras dengan pandangan Willis dimana dalam Namora Lumonga Lubis menjelaskan bahwa yang dinamakan klien adalah individu yang datang kepada konselor dengan sepenuh hati tanpa ada paksaan sedikitpun dari orang lain (Lubis, 2011). Berlanjut kepada

Proses pemulihan residen dimana lanjutan dari tahap pembentukan. Tahap ini konselor melihat kualitas materi ajar berbasis puasa menjadi panduan dasar dalam bimbingan dan konseling. Materi didalamnya menyangkut pengertian puasa, kelebihan-kelebihan puasa, syarat sah puasa, dan yang membatalkan puasa. Lanjutan dari itu mereka diwajibkan mengisi jurnal harian, shalat duha, sesi pendidikan , shalat wajib, membaca Al-Qur'an hingga berbuka puasa kembali. Untuk implementasi materi puasa lebih dominan pada pagi hari ketika sesi pendidikan dan penguatannya pada sesi pengisian jurnal harian. Dimana dalam jurnal harian

residen membuat penguatan tentang perkembangan fikiran, perasaan dan prilaku serta spiritual. Tentu dinamika komunikasi dalam kelompok sangat efektif dimana trasferensi penguatan terdapat dalam komunikasi tersebut baik konselor dan residen. Lebih lanjut konselor yayasan juga menyebutkan seseorang yang menjalankan puasa merupakan salah satu cara yang sangat ampuh dalam mereduksi prilaku penyalahgunaan napza (Azhari, 2022).

Output dari bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa bisa dilihat dari perubahan pribadi residen secara komprehensif. Dimana terusan dari pola komunikasi dalam ruang kelompok sehingga konselor bisa melihat secara merata menggunakan pola komunikasi timbal balik (Azhari, 2022). diteruskan setelah terminasi konseling kelompok berbasis puasa selesai dijalankan. Dalam proses konseling kelompok berbasis puasa terdapat empat puluh delapan sesi pertemuan selama enam bulan atau satu priode rehabilitasi dengan durasi waktu enam puluh menit disetiap sesi pertemuan. Implementasi program berbasis puasa memberikan dampak dalam menumbuhkan nilai kesadaran diri residen, produktif dan fungsi sosial. Dimana puasa mendidik residen untuk mampu mengendalikan diri atau memanajem hawa nafsu dalam membendung gejolak untuk menyalahgunakan napza. Implementasi output konselor selaku pihak yayasan dengan melakukan pendampingan dalam mengawal prilaku residen sebagai penguatan ketika kembali ke dalam masyarakat. pengawalan ini tentunya pasca terminasi bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa.

Impact residen tentunya adanya perubahan drastis ketika kembali kedalam masyarakat. Dalam tahapan ini konselor berkontribusi banyak kepada residen dimana residen diberikan peluang setiap saat untuk berkonsultasi langsung dengan residen walau tidak berada di dalam asrama. Serta dukungan keluarga dalam membangun komunikasi efektif terhadap perkembangan residen pada konselor berdampak baik dalam perubahan residen ketika berada dalam pangkuan masyarakat (Azhari, 2022)

Penutup

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis serta pembahasan yang telah peneliti lakukan yang berkenaan "Implementasi Konseling Kelompok Berbasis Puasa Dalam Mereduksi

Prilaku Penyalahgunaan Napza Pada Residen Yayasan Pintu Hijrah Kota Banda Aceh" maka peneliti merumuskan beberapa kensimpulan sebagai berikut:

Bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa merupakan tindak lanjut dari proses pemulihan residen napza pada yayasan pintu hijrah. Dimana lanjutan ini bernilai pengobatan, penyembuhan, relaksasi dan nilai terapi yang terintegrasi dan interkoneksi antara fikiran, perasaan dan prilaku hingga kematangan dan kestabilan diraih dalam beberapa dimensi seperti dimensi jasmani, rohani dan spiritual. Tentu semua program rehabilitasi digolongkan dalam terapi sosial dan kombinasi spiritual sebagai penguatan yang terdapat pada point 2,3,4 dan 5.

Proses Imput residen terdapat dalam tahap pembentukan konseling kelompok berbasis puasa di dalam yayasan, dimana tidak semua residen dilibatkan dalam proses tersebut. Residen yang tidak terlibat dalam proses konseling ini mereka yang masih menjalani skrining dengan menggunakan ASI atau lebih dipahami dengan alat ungkap masalah dan detoksifikasi yang variable permasalahannya belum terdeteksi. Ketika variable residen sudah terdeteksi baru kemudian residen diperbolehkan terlibat dalam konseling kelompok berbasis puasa. Residen yang dilibatkan dalam proses konseling kelompok berbasis puasa tentu harus memenuhi kriteria-kriteria yang ditentukan oleh konselor seperti: homogenitas permasalahan, homogenitas jenis kelamin, homogenitas tempat, homogenitas perasaan, fikiran dan prilaku penyalahgunaan napza (Azhari, 2022). hingga terdeteksi setiap tahapan permasalahan dan kalster permasalahannya dimulai dari ringan, sedang dan berat. Hal ini selaras dengan pandangan Willis dimana dalam Namora Lumonga Lubis menjelaskan bahwa yang dinamakan klien adalah individu yang datang kepada konselor dengan sepenuh hati tanpa ada paksaan sedikitpun dari orang lain (Lubis, 2011).

Proses pemulihan residen dimana lanjutan dari tahap pembentukan. Tahap ini konselor melihat kualitas materi ajar berbasis puasa menjadi panduan dasar dalam bimbingan dan konseling. Materi didalamnya menyangkut pengertian puasa, kelebihan-kelebihan puasa, syarat sah puasa, dan yang membantalkan puasa. Lanjutan

dari itu mereka diwajibkan mengisi jurnal harian, shalat duha, sesi pendidikan , shalat wajib, membaca Al-Qur`an hingga berbuka puasa kembali. Untuk implementasi materi puasa lebih dominan pada pagi hari ketika sesi pendidikan dan penguatannya pada sesi pengisian jurnal harian. Dimana dalam jurnal harian residen membuat penguatan tentang perkembangan fikiran, perasaan dan prilaku serta spiritual. Tentu dinamika komunikasi dalam kelompok sangat efektif dimana trasferensi penguatan terdapat dalam komunikasi tersebut baik konselor dan residen. Lebih lanjut konselor yayasan juga menyebutkan seseorang yang menjalankan puasa merupakan salah satu cara yang sangat ampuh dalam mereduksi prilaku penyalahgunaan napza (Azhari, 2022).

Output dari bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa bisa dilihat dari perubahan pribadi residen secara komprehensif. Dimana terusan dari pola komunikasi dalam ruang kelompok sehingga konselor bisa melihat secara merata menggunakan pola komunikasi timbal balik (Azhari, 2022). diteruskan setelah terminasi konseling kelompok berbasis puasa selesai dijalankan. Dalam proses konseling kelompok berbasis puasa terdapat empat puluh delapan sesi pertemuan selama enam bulan atau satu priode rehabilitasi dengan durasi waktu enam puluh menit disetiap sesi pertemuan. Implementasi program berbasis puasa memberikan dampak dalam menumbuhkan nilai kesadaran diri residen, produktif dan fungsi sosial. Dimana puasa mendidik residen untuk mampu mengendalikan diri atau memanajem hawa nafsu dalam membendung gejolak untuk menyalahgunakan napza. Implementasi output konselor selaku pihak yayasan dengan melakukan pendampingan dalam mengawal prilaku residen sebagai penguatan ketika kembali ke dalam masyarakat.pengawalan ini tentunya pasca terminasi bimbingan dan konseling kelompok berbasis puasa.

Impact residen tentunya adanya perubahan drastis ketika kembali kedalam masyarakat. Dalam tahapan ini konselor berkontribusi banyak kepada residen dimana residen diberikan peluang setiap saat untuk berkonsultasi langsung dengan residen walau tidak berada di dalam asrama. Serta dukungan keluarga dalam membangun

komunikasi efektif terhadap perkembangan residen pada konselor berdampak baik dalam perubahan residen ketika berada dalam pangkuan masyarakat (Azhari, 2022).

B. Saran dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, saran dan rekomendasi yang dapat penulis sampaikan diantaranya:

Residen napza: untuk lebih menanamkan nilai kesadaran dalam menjalani rehabilitasi dengan mengedepankan berobat dan bertaubat. Berobat: dimana residen menjalankan rehabilitasi dengan sungguh-sungguh agar lekas sembuh dan bertaubat: dimana residen memohon ampun kepada Allah agar tidak mengulangi prilaku penyalahgunaan napza.

Kepada konselor yayasan: diharapkan untuk memaksimalkan serta pengantar kepada residen untuk paham akan materi terkait dengan puasa, dimana selama peneliti berada di lapangan belum mendapatkan pengantar khusus terkait dengan konseling berbasis materi puasa. Dan serta menumbuhkan kapasitas dan kualitas konselor dengan berbagai kemampuan baik pengetahuan, pemahaman, implementasi, sintesa, analisa dan evaluasi.

Kepada pimpinan yayasan: Untuk menyempurnakan segala kebutuhan dan fasilitas yang mendukung pada ruangan bimbingan dan konseling kelompok secara khusus dan yayasan secara umum.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan menyempurnakan dari sisi yang belum sempat peneliti lakukan seperti: pembukuan materi-materi bimbingan dan konseling berbasis puasa. selama ini peneliti menemukan kendala yang kompleks dimana materi2 yang diberikan belum terangkum dalam satu naskah atau buku.

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini dimana peneliti menggunakan basis puasa sebagai focus penelitian yang digunakan dalam ruang kelompok dan treatmen tersebut berfokus kepada residen Napza dalam artian tidak secara umum. Dalam penelitia ini

juga menggunakan metode penelitian yang berbasis kualitatif., namun sangat berpeluang dengan metode lainnya untuk hasil yang berbeda pula dari pandangan metode lain.

Ucapan Terima Kasih

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT dan salawat beriring salam penulis persembahkan kepangkuan alam Nabi Besar Muhammad SAW, karena dengan rahmat dan hidayah-Nya penulis telah dapat menyelesaikan Jurnal dengan judul "Implementasi Bimbingan dan Konseling Kelompok Berbasis Puasa Dalam Mereduksi Prilaku Penyalahgunaan Napza". Dimana dalam proses penulisan jurnal ini tentu banyak pihak yang ikut memberikan motivasi, inovasi dan arahan. Oleh karena itu penulis tidak lupa menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

Orang Tua, Mertua dan Istri yang selalu memanjatkan doa kelancaran dan memotivasi peneliti, Bapak Rektor Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Ketua LP2M UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Bapak Sekretaris LP2M UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Bapak Kepala Pusat Penelitian dan Penerbitan UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Bapak Kasubbag LP2M UIN Ar-Raniry Banda Aceh, yang selalu memanjatkan doa kelancaran dan memotivasi peneliti.

Akhirnya kata hanya Allah SWT yang dapat membala amalan mereka, semoga menjadikannya sebagai amal yang baik. Harapan penulis, semoga hasil penelitian ini bermanfaat dan menjadi salah satu amalan penulis yang diperhitungkan sebagai ilmu yang bermanfaat di dunia dan akhirat. Amin ya Rabbal 'Alamin.

Daftar Pustaka

Azhari. (2022). *Hasil Obserfasi dan Wawancara dan Dokumentasi di Yayasan Pintu Hijrah*. Banda Aceh.

Azhari S.Sos.I, M. . (2021). waktu dan nilai riyadah dalam puasa. *Koran Rakyat Aceh*.

KEMENSOS. (2021). Penyalahgunaan-Napza-Tetap-Tinggi-Selama-Pandemi.

Kemensos. Jakarta: Kemnsos RI.

Lubis, N. L. (2011). Memahami Dasar-Dasar Konseling. In *Memahami Dasar-Dasar*

- Konseling.* Jakarta: Prenada Media Group, 2011.
- Musfah, J. (2012). *No Title Pendidikan Holistik: Pendekatan Lintas perspektif*. Prenada Media.
- Mustamir. (2007). *Rahasia Energi Ibadah Untuk Penyembuhan*. Yogyakarta. Babadan., Nasional, B. N. (2020). *N*. Jakarta: BNN. Retrieved from <https://bnn.go.id/Press-Release-Akhir-Tahun-2020/>, n.d
- Ohsumi, Y. (2014). Historical landmarks of autophagy research. *Cell Research*, 24(1), 9–23. <https://doi.org/10.1038/cr.2013.169>
- UNITED. (2020). *World Drug Report*. Retrieved from <https://dataunodc.un.org/Data/Drugs/Prevalence-General>, n.d.

Profil Singkat

penulis merupakan anak pertama dari lima bersaudara namun dua dari adik laki-laki penulis sudah duluan kembali kepangkuhan Ilahi. Penulis lahir di Aceh Besar 13 Juli 1989 dimana mengawali pendidikan dari MIN sabang berangkat sebelumnya mengikuti Orangtua yang bertugas di kotamadya Sabang. Pada tahun 2007 penulis mengawali bangku serjana di IAIN Ar-Raniry yang sekarang sudah menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh dengan Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan selesai pada tahun 2012. Selanjutnya pada tahun 2013 penulis dipercayakan untuk menjadi Pemuda Sarjana Penggerak Pembangunan di Perdesaan Mempora RI yang di tempatkan di provinsi Kalimantan Barat tepatnya di kabupaten Mempawah hingga selesai program tersebut pada Desember 2015. Pada jenjang Magister penulis mengawali bangku Magister di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta pada Januari 2016 dan selesai pada Juli 2017 dengan mengambil Konsenterasi Bimbingan dan Konseling Islam. Dan pada tahun 2018 penulis kembali mengabdi sebagai Dosen di UIN Ar-Raniry Banda Aceh hingga sekarang.