

---

## Tahapan Perubahan Perilaku Pecandu Narkoba Di Yayasan Sakinah Harakah Bhakti, Tangerang Selatan

**Khoerisa Rizkia**

Universitas Muhammadiyah Jakarta

**Sokhivah**

Universitas Muhammadiyah Jakarta

Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cirendeu, Ciputat, Tangerang Selatan, Banten – Indonesia 15419

Korespondensi penulis: [khoerisar@gmail.com](mailto:khoerisar@gmail.com)

**Abstract.** *Changes in the behavior of drug users have a negative impact if the substance enters the user's body. So that the addictive behavior must be. This research was conducted at the Sakinah Harakah Bhakti Foundation, South Tangerang, to help addicts gradually change their addictive behavior using an eclectic approach, namely combining various therapeutic methods such as MI, CBT, and 12 steps of recovery. This study used a qualitative method with a purposive sampling technique in selecting informants. The results in this study indicate that changes in the behavior of clients undergoing rehabilitation occur in the ready to change phase, namely from the preparation stage to action using CBT therapy through topic sessions and 12 steps through JFT meetings. As for the initial phase when the client is still not ready to change, namely precontemplation using MI therapy through giving affirmations; and when the client starts to become aware but doesn't want to change yet, namely contemplation through giving MI open questions; the maintenance phase uses 12 steps through follow-up instructions regarding NA; and the ending phase of termination using MI through providing motivation when the client has successfully undergone a series of therapies.*

**Keywords:** *Behavior Change, Rehabilitation, Substance Use*

**Abstrak.** Perubahan perilaku pengguna narkoba memiliki dampak negatif apabila zat tersebut masuk ke tubuh pengguna. Sehingga perilaku kecanduan tersebut harus dirubah. Penelitian ini dilakukan di Yayasan Sakinah Harakah Bhakti, Tangerang Selatan, untuk membantu para pecandu merubah perilaku adiktifnya secara bertahap menggunakan pendekatan eklektik, yaitu penggabungan berbagai metode terapi seperti MI, CBT, dan 12 langkah pemulihan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik purposive sampling dalam pemilihan informannya. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku klien yang menjalani rehabilitasi terjadi pada fase ready to change, yaitu dari tahap preparation ke action dengan menggunakan terapi CBT melalui sesi topik dan 12 langkah melalui meeting JFT. Adapun fase awal ketika klien masih belum siap untuk berubah yaitu precontemplation menggunakan terapi MI melalui pemberian afirmasi; dan ketika klien mulai sadar namun belum ingin berubah yaitu contemplation melalui pemberian pertanyaan terbuka MI; fase maintenance menggunakan 12 langkah melalui arahan lanjutan mengenai NA; dan fase pengakhiran terminasi menggunakan MI melalui pemberian motivasi ketika klien telah berhasil menjalani rangkaian terapi.

**Kata kunci:** Pecandu Narkoba, Perubahan Perilaku, Rehabilitasi

## **LATAR BELAKANG**

Permasalahan terkait pengguna narkoba di Indonesia dari tahun ke tahun cukup mengalami peningkatan yang signifikan. Banyak warga atau masyarakat yang masih menggunakan narkoba sebagai penenang atau menjadikan itu sebagai bisnis yang menguntungkan. Berdasarkan data laporan tahunan Badan Narkotika Nasional (BNN) terjadi peningkatan pengguna narkoba di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 1,95% atau 3,66 juta jiwa, yang sebelumnya di tahun 2019 sebesar 1,80% atau 3,41 juta jiwa.

Tangerang Selatan yang merupakan salah satu kota pertumbuhan penduduk, dengan tingkat kriminalitas yang beragam. Salah satunya adalah penyalahgunaan obat-obat terlarang atau narkoba. Hal itu termasuk bentuk permasalahan sosial yang harus segera ditangani. Adanya presentase kenaikan pengguna narkoba di Tangerang Selatan berdasarkan data laporan Badan Narkotika Nasional Kota Tangerang Selatan, prevalensi pengguna narkoba di Kota Tangerang Selatan yang meminta layanan rehabilitasi pada tahun 2022 meningkat sebanyak 30 hingga 35 pengguna.

Ketergantungan obat-obatan terlarang dibagi menjadi dua jenis, yaitu ketergantungan fisik mengacu pada keadaan gangguan serius pada tubuh setelah penarikan obat. Situasi ini adalah hasil dari pengaturan diri dari kegigihan jangka panjang obat dalam tubuh. Kedua adalah ketergantungan psikologis, dimana narkoba menimbulkan perasaan puas dan senang yang mendorong orang tersebut untuk menggunakannya kembali secara terus menerus atau berkala, sehingga timbul rasa senang atau puas secara berkelanjutan. Penyalahgunaan zat adiktif narkoba memicu terjadinya perilaku menyimpang, secara umum penggunaan narkotika dan psikotropika yang berlebih atau tidak sesuai aturan ketentuan dapat menimbulkan efek yang berbahaya bagi tubuh.

Penyalahgunaan zat adiktif tersebut dapat menyebabkan penurunan fungsi sosial dengan teman maupun keluarga, berkurangnya minat atau aktivitas perilaku mereka, kurang fokus dalam mengerjakan tugas, fungsi kognitif yang buruk. Korban penyalahgunaan zat adiktif itu baik pada tahap pengguna yang awalnya mencoba ataupun sudah menjadi pecandu, perlu tindakan agar terlepas dari jerat narkoba, sehingga mampu mengimplementasikan perilaku baik dan kembalinya kehidupan serta pandangan yang positif untuk lingkungan sekitar. Cara kerja dari penyalahgunaan zat adiktif itu dapat merusak hidup, keluarga, dan juga rekan pertemanan. Sebagian orang yang telah terlanjur menggunakan zat adiktif narkoba itu terkadang mengalami kesulitan terkait proses penyembuhannya.

Penanganan yang lebih luas atau universal dalam menangani pengguna narkoba merupakan integritas yang berarti berkaitan, hal itu merupakan pilihan yang tepat sehingga

permasalahan tersebut dapat segera teratasi. Pemeriksaan teoretis komponen, bersama dengan data yang melihat keefektifannya dapat membantu menarik kesimpulan faktor pengobatan universal atau eklektik untuk penggunaan penyalahgunaan narkoba. Hal tersebut berarti mengintegrasikan berbagai teknik yang digunakan, dipandang memiliki cara terbaik untuk menangani berbagai masalah dan kebutuhan kinerja klien. Berdasarkan konsep teoritis, penggunaan satu teknik dalam proses perubahan perilaku pecandu narkoba dapat membatasi ruang gerak konselor. Dengan penggunaan berbagai aliansi terapi akan berdampak baik tanpa berpegang pada prinsip tertentu.

Pecandu narkoba membutuhkan dukungan dan juga penanganan yang tepat dari tempat rehabilitasi. Dukungan apapun sangat diperlukan dalam membantu proses pemulihan pecandu narkoba salah satunya teman sesama pecandu, biasanya para pecandu narkoba yang diberdayakan pada lembaga rehabilitasi yang sama akan memiliki rasa seperjuangan yang sama untuk dapat pulih dan merubah perilaku buruknya. Dalam upaya mengatasi peningkatan pengguna narkoba di Tangerang Selatan, Yayasan Sakinah Harakah Bhakti sebagai Institusi Penerimaan Wajib Lapor (IPWL), merupakan penggerak atau wadah pengembangan komunitas mantan pecandu narkoba di masyarakat setempat.

Dalam memaksimalkan pelayanan kepada para pecandu narkoba, Yayasan Sakinah Harakah Bhakti melalui koordinasi dengan tenaga profesional seperti manajer lembaga, pekerja sosial, dan konselor adiksi, bekerjasama untuk memberikan arahan kepada para pecandu narkoba mulai dari tahap pra kontemplasi sampai memperoleh sebuah solusi terkait perubahan perilaku para pecandu narkoba. Dengan tujuan agar proses perubahan perilaku pecandu narkoba tidak dibatasi hanya dengan satu metode pemulihan pada setiap rangkaian atau tahapannya. Untuk mendorong pencapaian dalam perubahan perilaku, pecandu narkoba harus dapat terampil untuk menyadari permasalahannya seutuhnya, dan mengajari pecandu untuk melatih pengendalian di atas tingkah laku permasalahannya terutama dalam merubah perilaku yang tidak baik menjadi baik.

## **KAJIAN TEORITIS**

### **Perubahan Perilaku**

Perubahan perilaku tidak terjadi begitu saja. Ada beberapa hal yang membuat perilaku seseorang bisa berubah. Perubahan yang dimaksudkan adalah perubahan ke arah yang positif sesuai dengan kehidupan dan tata nilai. Dasar pemikiran transteoritik model menekankan pada perubahan perilaku yang dimana setiap orang memiliki tingkat dan juga proses berbeda yang berhubungan dengan motivasi dan kesiapan untuk berubah. TTM menggunakan intervensi yang tepat bagi perkembangan individu, yang dimana setiap tahap harus dievaluasi untuk

transisi ke tahap berikutnya. Dan model ini digunakan sebagai panduan oleh banyak disiplin ilmu lain untuk menyederhanakan modifikasi perilaku.

Proses perubahan perilaku pecandu narkoba dapat diadaptasikan melalui enam tahap perubahan *transtheoretical*, yaitu teori kesiapan bagi individu untuk mulai berubah

### **1. Pra kontemplasi**

Di definisikan sebagai keadaan individu yang tidak mempunyai keinginan untuk mengubah perilaku. Kebanyakan individu pada tahap ini bahkan tidak sadar kalau mereka mempunyai masalah perilaku. Dengan demikian, individu pada tahap ini sangat sulit dimotivasi untuk mengubah perilaku. Pada tahap prakontemplasi sering diberi label sebagai orang yang tidak kooperatif, resisten, tidak termotivasi, atau tidak siap untuk program perubahan perilaku.

### **2. Kontemplasi**

Kondisi seseorang yang sadar atau mulai memikirkan keberadaan suatu masalah dari perilaku yang dipertahankan, tetapi belum membuat komitmen untuk bertindak. Pada tahap ini, seorang pecandu narkoba mulai memikirkan suatu saat harus mengakhiri perilaku penggunaan zat adiktif karena berbagai efek negatif narkoba mulai terasa karena belum dapat membuat suatu komitmen terhadap perilaku tersebut, mereka akan mencari saat dan kondisi yang tepat untuk dapat memotivasi berhenti menggunakan narkoba.

### **3. Preparation**

Tahap ketika individu berniat mengubah perilaku dalam waktu dekat. Ketika pecandu mencapai tahap persiapan perubahan, mereka umumnya berniat untuk mengambil tindakan pada kegiatan selanjutnya.

### **4. Action**

Tahap ketika pecandu narkoba mulai mengubah perilakunya untuk mengatasi masalah. Tindakan mengubah perilaku dan faktor-faktor yang mendukungnya membutuhkan suatu komitmen terhadap waktu dan energi. Kebanyakan pengguna akan membuktikan dirinya bahwa pecandu mampu mengakhiri penggunaan narkoba karena mereka telah mempersiapkan dirinya.

### **5. Maintenance**

Tahap aksi, ketika individu menjaga perubahan perilaku dari kemungkinan menggunakan kembali menggunakan yaitu kembali ke perilaku yang telah ditinggalkan. Para pecandu membandingkan keuntungan-keuntungan yang telah

mereka peroleh dari berhenti menggunakan narkoba dengan sebuah keinginan untuk kembali menggunakan narkoba.

## **6. Terminasi**

Ketika pengguna telah selesai dengan proses tahapan perubahan, yaitu untuk tidak mengalami fase ingin kembali ke perilaku menggunakan narkoba. Konselor dan pekerja sosial perlu menekankan kepada mantan pengguna narkoba untuk mereka tidak kembali menggunakan narkoba. Memastikan tanpa godaan dan keyakinan total, tidak ada risiko kembali ke perilaku adiktif mereka.

## **Pendekatan Eklektik**

Pendekatan eklektik atau dikenal sebagai pendekatan integratif adalah penggabungan dari berbagai macam teknik pemulihan, dengan memperhatikan kelebihan dan kekurangan pada masing-masing teknik teori yang digunakan. Dalam hal praktiknya, pendekatan ini tidak pernah menggunakan konsep teori secara tetap, akan tetapi dalam penerapan praktiknya akan memilih teori apa yang sesuai dengan permasalahan klien.

Pada prinsipnya, setiap teori memiliki kelemahan dan keunggulan. Karena eklektik pada suatu saat menggunakan psikoanalisis berpusat pada personal, rasional emotif, maupun behavioral. Eklektikisme dengan sengaja mempelajari berbagi teori dan menerapkannya sesuai keadaan klien. Tujuannya adalah membantu para pecandu narkoba dalam mengembangkan integritasnya pada level tertinggi, yang di tandai oleh adanya aktualisasi diri dan integritas yang memuaskan. Dengan melihat kondisi klien secara psikologis dan perubahan itu yang menjadi faktor atau alasan konselor menggunakan teknik eklektik.

### **1. Motivational Interviewing**

Motivational interviewing atau MI merupakan per panduan yang berpusat pada pribadi seseorang untuk memperkuat dan mendapatkan motivasi untuk melakukan perubahan. Dalam penerapan praktik Motivational Interviewing melibatkan penggunaan beberapa keterampilan dasar komunikasi dan teknik yang fleksibel dari yang juga digunakan dalam pendekatan lainnya, terutama pendekatan person centered. Hal ini melibatkan empat proses yang diperlukan dalam praktik menggunakan MI yang disingkat sebagai OARS (*Open-ended question, Affirmation, Reflective Listening, Summarizing*).

### **2. Cognitive Behavioral Therapy**

*Cognitive Behavioral Therapy* atau CBT merupakan sebuah proses yang dapat membuat individu untuk mengetahui atau mengoreksi perilaku yang salah terhadap dirinya. Terapi ini berlandaskan asumsi bahwa apapun yang setiap individu pikirkan

dapat mempengaruhi pikirannya. Terapi Perilaku Kognitif berfokus pada pemikiran dan proses terkait dan emosional, perilaku dan keadaan psikologis. Rencana perawatan yang bersifat individual karena setiap individu pasien berbeda latar belakang, masa penggunaan, lingkungan, faktor pemicu, daya tahan tubuh, reaksi emosional, pikiran. Kepribadian dan jenis narkoba yang digunakan. Monintja & Utami, 2008, menjelaskan beberapa tahapan dalam CBT, yaitu :

**a) Asesmen Awal**

Langkah pertama yang harus dilakukan adalah menjawab sebanyak mungkin pertanyaan yang menyangkut penilaian kondisi dan latar belakang biopsikosial. Interview Orang Tua, Wali atau Teman Hidup Setelah Assessment awal, pendekatan kepada orang tua, wali atau teman hidup ataupun orang penting dalam kehidupan pasien yang selalu dideangar dan diikuti, seperti bibi, paman, kakak, induk semang, atasan, guru sangat menentukan kelanjutan perawatan nantinya.

**b) Interview dengan Dasar Asesmen**

Interview awal ini, merupakan tahap membangun hubungan (rapport) sebelum masuk ke sesi perawatan, sehingga tahap ini harus dilakukan secara tepat dan hati-hati. Pada umumnya yang diangkat dalam interview ini adalah menjelaskan gangguan adiksi, CBT, menjelaskan setting input dan output pasien.

**c) Membangun Hubungan Terapeutik**

CBT mengutamakan hubungan terapeutik dibangun sejak dari awal karena tugas dari terapis adalah menolong pasien mengatasi masalahnya yang sering dianggap sebagai bukan masalah. Dalam rangka mentransfer pengetahuan yang dimiliki terapis dalam membantu pasien.

**d) Mengajukan Pemeriksaan Medis**

Setelah terbangun hubungan terpatik, terapis harus menganjurkan agar dilakukan pemeriksaan medis, apakah di rumah sakit, puskesmas, maupun klinik, apabila dalam setting yang dimiliki terapis tidak memiliki fasilitas bersangkutan. Pentingnya pemeriksaan medis khususnya yang berhubungan dengan penyakit-penyakit yang berkaitan

**e) Masuk Sesi Topik Keterampilan**

Setelah melampaui 4 langkah diatas, maka terapis dapat melakukan rancangan atau rencana perawatan psikoterapi besama dan disepakati, lalu

masuk ke sesi-sesi topik. Sesi-sesi topik tidak harus selalu berurutan karena harus disesuaikan dengan keprihatinan pasien

### **3. 12 Langkah Pemulihan**

12 langkah pemulihan menggabungkan pendekatan self-help dan berpusat dalam konteks dukungan timbal balik konsep 12 langkah dan perannya dalam pemulihan dari kecanduan Narkoba dan zat adiktif lainnya mungkin memerlukan sedikit penjelasan awal. 12 langkah kepada para pengguna narkoba dan mendorong mereka untuk percaya pakta AA atau NA, sehingga ketika mereka selesai, ada kesediaan untuk mengikuti kegiatan AA atau NA diluar guna mempertahankan kebersihan para pecandu narkoba. Dalam hal ini yang menjadi poin penting dalam keberlangsungan 12 langkah pemulihan yaitu asesmen pada saat intake, meeting pertemuan membahas pengaplikasian 12 langkah, sponsorship dalam menerapkan 12 langkah membutuhkan sponsor seperti konselor adiksi, dan proses pengerjaan langkah (*stepwork*).

### **Pecandu Narkoba**

*Drug addiction* adalah kecanduan dan ketagihan obat bius atau penenang dengan disertai ketergantungan secara psikologi maupun fisiologis. Terjadinya penyalahgunaan zat yang merupakan masalah kesehatan dapat terjadi karena beberapa faktor, problem dari penyalahgunaan zat ini dapat terjadi karena keadaan individu ketika seseorang ingin mengikuti tren atau mencoba sesuatu yang dianggapnya baru sebagai rasa ingin tahu yang tinggi maupun lingkungan sekitar.

Penyalahgunaan narkoba pada seseorang sangat tergantung pada jenis zat adiktif yang digunakan, kepribadian pemakai dan keadaan maupun kondisi pemakai. Hal tersebut menyebabkan terjadinya perubahan baik secara fisik, psikis, maupun lingkungan sosial para pengguna. Adapula dampak dari kecanduan narkoba dapat dilihat sebagai berikut :

#### **1. Dampak Fisik**

Keadaan fisik pengguna seperti sakit kepala yang berlebih, kondisi mata menjadi merah, merasa nyeri yang berlebih, susah untuk bernafas dan mual-mual.

#### **2. Dampak Psikis**

Pecandu ketika berhenti atau kecanduan menggunakan zat adiktif terhadap kondisi psikisnya seperti terganggunya tidur karena kondisi kejiwaan yang kurang stabil, merasa gelisah atau tidak tenang misalnya sedang dalam kondisi sakaw atau tidak terkendali.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif. Untuk memberikan gambaran perubahan perilaku pecandu narkoba di Yayasan Sakinah Harakah Bhakti, dalam upaya untuk meningkatkan keberfungsian sosial pecandu narkoba itu sendiri. Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang memiliki landasan filsafat postpositivisme, digunakan untuk penelitian pada obyek alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) peneliti dan sumber data dalam hal ini berperan sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil pada penelitian ini lebih menekankan makna dari generalisasi.

Dengan melibatkan beberapa informan yakni (3 konselor adiksi, 1 pekerja sosial, 1 manajer program lembaga, 3 pecandu narkoba). Dimana penelitian ini dilakukan di Yayasan Sakinah Harakah Bhakti Tangerang Selatan dengan kisaran waktu selama 6 bulan. Pengumpulan datanya menggunakan metode (wawancara, observasi, dan dokumentasi). Proses pengumpulan data pada penelitian ini, untuk menguji kepercayaan atau kredibilitas data salah satunya dapat meningkatkan daya tahan penelitian, mengamati gap, melakukan triangulasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil temuan peneliti samq melakukan penelitian di Yayasan Sakinah Harakah Bhakti Tangerang Selatan adalah adanya beberapa perubahan perilaku para pecandu narkoba, yaitu:

### **1. Pra kontemplasi**

Klien belum menyadari tentang kondisi yang dialaminya sendiri. Sebagian klien merasa denial dan tidak mengakui kesalahan atas penggunaannya. Contohnya, pada saat klien pertama kali memasuki lembaga mendapati penerimaan diri yang luar biasa, yaitu dimana klien masih belum menerima kalau dirinya salah dalam menggunakan narkoba. Tahapan ini termasuk membangun keterlibatan dengan klien yaitu para staff dengan pecandu saat pertama kali datang ke yayasan untuk membangun keterlibatan satu sama lain, seperti contoh yang ada pada yayasan yaitu dengan obrolan dua arah yang dilakukan. Pada fase ini, pemberian terapi MI melalui teknik mendengarkan reflektif terhadap apa yang dialami klien saat belum adanya penerimaan diri. Rekan dan keluarga dapat memperkuat perilaku tersebut daripada menghindarinya. Karena perilaku kecanduan sebelumnya terjadi karena usaha, moral dan yang kurang motivasi kurang.

### **2. Kontemplasi**

Klien sudah mulai terbuka atas apa yang terjadi akibat kecandunaannya. Ketika klien sedang menjalani masa detoxifikasi dan seiring berjalannya waktu mulai

menyadari mengapa berada dalam lembaga, apa yang membuatnya berada disini karena perilakunya sendiri. Sehingga penting untuk dilakukan asesmen untuk melihat kebutuhan dan juga perilaku apa saja yang ada pada klien. Yaitu untuk melihat perubahan perilaku apa yang menjadi hal utama untuk dirubah terlebih dahulu dalam kebiasaan kecanduannya, seperti contoh yang ada pada Yayasan bahwa untuk merubah perilaku klien itu dikikis secara perlahan, tidak bisa langsung berubah. Maka dari itu, asesmen dilakukan untuk melihat hal tersebut. Pemberian MI pada tahap ini menyebabkan peningkatan proses skala perubahan perilaku buruk dan berpengaruh positif pada tahapan perubahan selanjutnya. Pada fase ini pemberian motivasi atau dukungan sangat diperlukan agar pengguna makin menyadari terhadap kesalahannya. Penggunaan MI pada tahap ini dengan teknik afirmasi positif dan beberapa pertanyaan terbuka.

### **3. Preparation**

Klien cenderung sudah terbuka pikirannya atau penerimaan dalam diri klien sudah ada, sehingga pada tahap ini persiapan menuju rangkaian rehabilitasi. Ketika klien sudah mengetahui kesalahannya dan proses penerimaan dirinya sudah baik. Para staf akan kembali menanyakan kesiapannya untuk menjalani rangkaian rawat inap sesuai prosedur lembaga. Teknik Motivational Interviewing penting untuk berhasil melewati suatu tahap dan harus disusun untuk preparation ke tahap berikutnya. Pada tahap ini, pola pikir yang positif sebagaimana MI bekerja untuk membangkitkan semangat klien tentu kembali diberikan hingga klien berada di tahap *ready to change* untuk kesiapan terapinya. Pada tahap ini kognitif klien sudah mulai dibentuk yaitu dengan memulai kebiasaan yang positif dan mengelola perilakunya. Melalui dasar asesmen interview, hal tersebut dapat mendorong pecandu untuk semakin yakin akan merubah kebiasaan buruknya.

### **4. Action**

Tahap klien sudah mulai mengenal 5 *cardinal rules* (*no drugs, no sex, no violence, no stealing, no vandalism*). Dapat dilihat ketika klien sudah memiliki goals atau tujuan dari dalam dirinya untuk merubah perilaku buruknya. Perubahan perilaku pada tahap ini termasuk implementasi dari pelayanan yang diberikan seperti pengerjaan tugas rumah atau *function* untuk mengerjakan pekerjaan rumah seperti laundry, kitchen dan lainnya. *Morning meeting* dalam rangkaian 12 langkah merupakan rangkaian kegiatan 12 langkah yang dilakukan setiap pagi hari senin sampai sabtu untuk para pengguna membentuk lingkaran dan menanyakan perasaan dan membacakan moto

pagi yang berkaitan dengan 12 langkah. *Just for today* pemberian motivasi, sesi topik keterampilan untuk kognitifnya, dan wrap up pengaplikasian 12 langkah, dilakukan setiap pagi hari senin sampai sabtu untuk para pengguna membentuk lingkaran dan menanyakan perasaan atas satu hari penuh yang sudah dijalankan.

##### 5. **Maintenance**

Seorang pecandu sudah mulai pulih dari perilaku adiktifnya. Melalui tahapan dan juga proses evaluasi perilaku apakah berhasil dalam tujuan. Ketika klien diajak untuk komunikasi sudah bisa berpikir secara jernih, dan ketika pengendalian emosinya sudah baik saat menghadapi situasi tertentu. Dan juga *mood* yang tidak gampang berubah karena bisa mengendalikan dirinya. Para staff akan melakukan peninjauan kepada para pecandu melalui meeting mingguan yang dilakukan oleh staf seperti konselor, pekerja sosial, dan manajer program. Pemberian arahan dan juga saran guna mengatasi *relapse* di lapangan maupun saat pengguna sudah selesai menjalani rawatan, akan diberikan arahan mengenai program lanjutan 12 langkah NA. Sebagai langkah untuk meminimalisir pengguna untuk relapse, karena mengikuti kegiatan lanjutan diluar rehabilitasi yaitu kepada Home Group NA, sebagai tahapan atau pengaplikasian *stepwork* 12 langkah pemulihan.

##### 6. **Terminasi**

Ketika klien sudah menjadi *Mayor on Duty* atau senior untuk *partner in crime* lainnya yang masih menjalani rawatan, guna memberikan report terhadap PIC nya. Pada tahapana pelayana sosial terminasi untuk mengakhiri kegiatan layanan yang diberikan, dengan melihat kebiasaan atau perilaku pecandu yang sudah berubah menjadi lebih baik atau tidak adanya keinginan untuk memakai narkoba. Dan saat klien selesai menjalani rawatannya sampai pengguna tidak lagi menjalani rangkaian terapi secara tetap. Konselor maupun pekerja sosial akan memberikan dorongan positif berupa kalimat positif *motivational interviewing* diberikan melalui kalimat positif agar klien merasa yakin dan siap untuk menghadapi dunia barunya yang bebas dari kecanduannya.

Berdasarkan hasil temuan yang disebutkan peneliti, bahwa setiap harinya klien yang menjalani rawatan mendapatkan sesi terapi dan juga kegiatan yang berbeda, pemberian terapi tersebut dilakukan untuk menyesuaikan kondisi klien yang ada di lembaga dengan tetap memantau proses perkembangan perilaku klien oleh staf yang bertugas. Sehingga, terapi yang diberikan dapat lebih efektif untuk mencegah klien kembali menggunakan zat adiktif tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa tahapan perubahan perilaku klien dimulai ketika klien berada di tahap pra kontemplasi, kontemplasi, preparasion, aksi, maintenance, dan terminasi. Dan penggunaan aliansi terapi seperti MI, CBT, dan 12 langkah dilakukan untuk memaksimalkan perubahan perilaku klien dengan dilakukannya rangkaian terapi di Yayasan sahabat.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan Yayasan Sahabat sebagai IPWL (Institusi Penerimaan Wajib Lapor) memberikan berbagai layanan rehabilitasi yang lebih professional. Dan sebagai upaya mendorong keberhasilan untuk merubah perilaku klien, diperlukan beberapa langka pemulihan dengan menggabungkan rangkaian terapi seperti MI, CBT, dan 12 langkah pemulihan dalam kegiatan yang telah ditetapkan lembaga. Berdasarkan hasil penelitian kepada 3 informan pecandu narkoba yang telah saya lakukan wawancara, mendapati bahwa perubahan perilaku klien dapat terjadi karena menjalani rangkaian rawat inap sesuai dalam penerapannya menggunakan ke tiga terapi tersebut, berdasarkan hasil wawancara dan observasi adanya perubahan perilaku klien menjadi lebih baik setelah mengikuti kegiatan yang ada di lembaga. Hal ini juga berpengaruh terhadap niat klien dalam berubah, sehingga menjalani rangkaian kegiatan dengan baik.

Dari ketiga informan yang saya wawancarai, mengatakan bahwa mereka senang dengan adanya kegiatan terjadwal sesuai waktu yang telah di tentukan perharinya. Sehingga klien menjadi lebih terarah karena adanya bimbingan dari konselor adiksi maupun pekerja sosial. Dan tentunya penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan karena keterbatasan peneliti. Adapun saran bagi peneliti selanjutnya untuk memperbanyak informan klien dan juga program terkait dukungan atau support system untuk para klien agar tetap semangat menjalani rehabilitasi dan tidak putus semangat untuk merubah perilaku.

## DAFTAR REFERENSI

- Amanda, Humaedi, & Budiarti Santoso. (2017). *Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja (Adolescent Substance Abuse)*. Jurnal Penelitian & PKM: FISIP Universitas Padjajaran.
- Andrei Simanjuntak. (2008). *Program 12 Langkah Dan Minnesota Model Of Treatment*. Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- Azwar & Widyastuti. (2020). *Pengaruh Terapi Komunitas Terhadap Perubahan Perilaku Penyalahguna Narkoba di Layanan Rehabilitasi Yayasan Mitra Husada Kota Makassar*. UNM Environmental Journals: Universitas Negeri Makassar.
- Badan Narkotika Nasional. (2019). *Pengertian Narkoba Dan Bahaya Narkoba Bagi Kesehatan*. Diakses pada 22 Desember 2022, dari <https://bnn.go.id/pengertian-narkoba-dan-bahaya-narkoba-bagi-kesehatan/>
- Badan Narkotika Nasional. (2022). *Indonesia Drugs Report 2022: Pusat Data, Penelitian, dan Informasi Badan Narkotika Nasional (PUSLITDATIN BNN)*. Diakses pada 22 Desember 2022, dari <https://puslitdatin.bnn.go.id/konten/unggahan/2022/07/IDR-2022.pdf>
- Borkman. (2008). *The Twelve-Step Recovery Model Of AA: a Voluntary Mutual Help Association*. Recent Dev Alcohol, 18 (9).
- Corey. (2012). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* Brooks Cole, Cengage Learning.
- Daley, D. C. (2013). *Family and Social Aspects of Substance Use Disorders and Treatment*. Journal of Food and Drug Analysis, 21 (4).
- Gebrina. (2021). *Pandangan Masyarakat Terhadap Korban Penyalahgunaan Narkotika Psikotropika dan Zat Adiktif (Napza) Pasca Rehabilitasi (Studi di Gampong Tuha Peudaya Kecamatan Padang Tiji Kabupaten Pidie)*. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Diakses pada 12 Januari 2023, dari <https://repository.ar-raniry.ac.id>
- Hasni. (2018). *Dampak Penyalahgunaan Narkoba Pada Remaja Di Desa Dongi Kecamatan Pituriawa Kabupaten Sidenreng Rappang*. Jurnal Pendidikan Sosiologi: Fis-Unm.
- Irwan (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Cv. Absolute. Media: Gorontalo
- Isman Subasman. (2019). *Transformasi Napi Menjadi Santri: Analisis Implementasi Transtheoretical Model Di Pesantren At Tawwabin Pada Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Kuningan Jawa Barat*. Universitas Islam Al-Ihya Kuningan.
- Jesse A. Monintja & Diah Setia Utami. (2008). *Cognitive Behavioral Theraphy (CBT)*. Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- Kirst Ashman & Grafton. H. Hull (2009). *Understanding General Practice*. Belmont, CA: Cengage Learning.

- Latipun. (2011). *Psikologi Konseling*. Malang: UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mandagi & Wresniwiro. (1995). *Masalah Narkotika dan Zat Adiktif Lainnya Serta Penanggulangannya*. Jakarta: Pramuka Saka Bhayangkara.
- Mulawarman & Mayang T. Afriwilda. (2020). *Motivational Interviewing Konsep dan Penerapannya*. Jakarta: Pramuka Saka Bhayangkara.
- Perry Leynor & Donald Knox. (2022). *An Eclectic Approach to Substance use Disorder Treatment*. BS Psychology Journal: University of Texas.
- Prochaska. (2016). *Changing To Thrive: Using the Stages of Change to Overcome the Top Threats to Your Health and Happiness*. Jakarta: Pramuka Saka Bhayangkara.
- Saputra & Sary. (2013). *Konseling Model Transteoritik dalam Perubahan Perilaku Merokok pada Remaja*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional: Universitas Sriwijaya Palembang.
- ScienceDirect. (2016). *Integrating Conceptual Models of Practice*. Diakses pada 11 Agustus 2023, dari <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/eclecticism>
- Singgih Gunarsa. (2011). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Libri.
- Siti Rahmawati. (2010). *Relaps (Kambuh) pada Mantan Pengguna Napza (Sebuah Studi Fenomenologi)*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Diakses pada 23 November 2022, dari [https://repository.uin-suska.ac.id/11582/1/2010\\_201027PSI.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/11582/1/2010_201027PSI.pdf).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (M. Dr. Ir. Sutopo. S.Pd (ed.); Cetakan ke). Alfabeta.
- Susan Buchalter. (2015). *Raising Self-Esteem in Adults An Eclectic Approach with Art Therapy, CBT and DBT Based Techniques*. Jessica Kingsley Publishers.
- Susanti. (2010). *Perubahan Perilaku Dan Fungsi Kognitif Dengan Terapi Perilaku Kognitif Pada Penderita Napza*. Jurnal Ners: Universitas Indonesia.
- Vintan. (2017). *Keberfungsian Sosial Bagi Mahasiswa Penyalahguna New Psychoactive Substance di Universitas Padjadjaran*. Jurnal Penelitian & PKM, 4 (2).
- Yayasan Sakinah Harakah Bhakti Tangerang Selatan. (2022). <https://yayasansahabatorg.wordpress.com/>
- Yuslaini Siregar, Hasanah Siregar. (2013). *Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction*. Jurnal Psikologi: Universitas Sumatera Utara.