

## DINAMIKA PSIKOLOGIS PADA PESERTA REHABILITASI SOSIAL USIA DEWASA AWAL DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEMUDA KELAS IIA MADIUN

Gilang Akbar Santoso<sup>1</sup>, Siti Jaroah<sup>2</sup>

Prodi Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

[gilang.21144@mhs.unesa.ac.id](mailto:gilang.21144@mhs.unesa.ac.id), [sitijaroah@unesa.ac.id](mailto:sitijaroah@unesa.ac.id)

### Abstract

*This study aims to determine the psychological dynamics of early adult social rehabilitation participants, especially at the Class IIA Madiun Youth Correctional Institution. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. The subjects of this study were three early adults aged 18-25 years who underwent a previous social rehabilitation program. The data collection method in this study used semi-structured in-depth interviews. Data analysis used Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The results showed that the psychological dynamics of participants experienced significant and gradual changes that included three main phases, namely before, during, and after participating in the social rehabilitation program. In the phase before rehabilitation, participants showed unproductive behavior, difficulty in controlling themselves, and heavy dependence on drugs. During rehabilitation, participants began to form healthier life routines, improve the quality of social interactions, and develop coping mechanisms to deal with relapse urges. While in the post-rehabilitation phase, participants showed increased independence, consistency with change, and the ability to resist negative influences from the surrounding environment. Overall, the three psychological aspects show positive dynamics that reflect the success of the social rehabilitation process in helping participants recover from drug dependence and form a more adaptive and healthy life mentally, emotionally, and behaviorally.*

**Keyword:** *Psychological Dynamics, Early Adulthood, Social Rehabilitation*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika psikologis para peserta rehabilitasi sosial usia dewasa awal, khususnya di Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Madiun. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek penelitian ini yaitu tiga orang dewasa awal yang berusia 18-25 tahun yang menjalani program rehabilitasi sosial sebelumnya. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancar mendalam semi terstruktur. Analisa data menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika psikologis peserta mengalami perubahan yang cukup signifikan dan bertahap yang mencakup tiga fase utama, yaitu sebelum, saat, dan setelah mengikuti program rehabilitasi sosial. Pada

### Article History

Received : Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No 75

Prefix DOI :

[10.8734/LIBEROSIS.v1i2.365](https://doi.org/10.8734/LIBEROSIS.v1i2.365)

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

fase sebelum rehabilitasi, peserta menunjukkan perilaku yang kurang produktif, kesulitan dalam mengendalikan diri, serta ketergantungan berat terhadap narkoba. Selama menjalani rehabilitasi, peserta mulai membentuk rutinitas hidup yang lebih sehat, meningkatkan kualitas interaksi sosial, serta mengembangkan mekanisme coping untuk menghadapi dorongan relapse. Sementara pada fase pasca rehabilitasi, peserta menunjukkan peningkatan kemandirian, konsistensi terhadap perubahan, serta kemampuan dalam menolak pengaruh negatif dari lingkungan sekitar. Secara keseluruhan, ketiga aspek psikologis tersebut menunjukkan dinamika positif yang mencerminkan keberhasilan proses rehabilitasi sosial dalam membantu peserta pulih dari ketergantungan narkoba dan membentuk kehidupan yang lebih adaptif dan sehat secara mental, emosional, dan perilaku.

**Kata kunci:** Dinamika Psikologis, Usia Dewasa Awal, Rehabilitasi Sosial

## 1. Pendahuluan

Dalam dunia medis dan terapi, terdapat beberapa jenis narkoba yang memiliki kegunaan penting apabila diterapkan sesuai dengan prosedur yang ada. Namun, pada kenyataannya narkoba sering kali disalahgunakan yang mengakibatkan tingginya angka ketergantungan obat. Menurut laporan *World Drugs Reports* tahun 2018 yang diterbitkan oleh *United Nations Office on Drugs and Crime* (UNODC) menyebutkan bahwa terdapat 257 juta penduduk di dunia atau 5,6% dari penduduk dunia (usia 15-64 tahun) pernah menyalahgunakan narkoba (Aryuni, M et al., 2023). Sementara itu, di Indonesia kasus penyalahgunaan narkoba dalam Pahlevi (2020) menurut data BNN pada tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat 3.376.115 orang dengan rentang usia 10-59 tahun. Lebih lanjut, menurut data BNN tahun 2023 bulan Januari-Juni tentang narapidana masuk kasus penyalahgunaan narkoba se-jawa, Jawa Timur menunjukkan angka narapidana masuk kasus penyalahgunaan narkoba paling banyak dengan 1.260 dibandingkan Jawa Barat sebanyak 1.097 dan Jawa Tengah sebanyak 662 kasus. Penyalahgunaan narkoba di Indonesia ternyata kerap kali dilakukan oleh orang dewasa, khususnya masa dewasa awal (Hasnawati et al., 2020). Hal tersebut juga didukung dari hasil penelitian yang dilakukan oleh BNN pada tahun 2017 dengan mahasiswa Universitas Indonesia yang menunjukkan bahwa 90% pelaku penyalahgunaan narkoba berusia 18-25 tahun atau kelompok usia dewasa awal (Caroline C, 2021). Lebih lanjut, usia dewasa awal menurut Santrock (2011) adalah usia dengan rentang 18-25 tahun atau yang biasa disebut dengan masa transisi dari remaja ke dewasa.

Memasuki usia dewasa awal, individu akan mengalami beberapa perubahan terkait ketergantungan sosial dan perubahan nilai yang dianut dalam dirinya sebagai proses pematangan yang mengakibatkan gejala dalam dirinya. Dari kondisi tersebut, tentu saja hal itu akan berdampak pada kondisi psikologis bagi para pelaku penyalahgunaan narkoba, khususnya usia dewasa awal seperti pada aspek kognitif, afektif, dan konatif (perilaku). Senada dengan hal tersebut menurut Walgito (2010), komponen yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari dan berhubungan dengan dinamika psikologis adalah aspek kognitif yang berhubungan dengan pengetahuan, keyakinan, dan pandangan; aspek afektif yang berkaitan dengan kondisi emosional; dan aspek konatif yang berkaitan dengan perilaku.

Menjawab kondisi tersebut, Ditjen Pemasyarakatan memutuskan untuk mendirikan Lembaga Pemasyarakatan khusus dalam menangani Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dengan kasus penyalahgunaan narkotika. Salah satu Lembaga Pemasyarakatan tersebut yaitu Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas II A Madiun atau biasa disebut dengan LASDAUN.

Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas II A Madiun merupakan lembaga pemasyarakatan yang berada di Madiun, Jawa Timur. Adapun tugas lembaga pemasyarakatan tersebut yaitu untuk melakukan pembinaan berkala kepada warga binaan korban penyalahgunaan narkotika. Salah satu bentuk pelayanan yang diberikan yaitu adanya program utama terkait rehabilitasi sosial. Rehabilitasi sosial adalah proses pemulihan secara terpadu, baik fisik, psikis maupun sosial agar para pelaku penyalahgunaan narkotika mampu kembali melaksanakan fungsi sosial dalam kehidupan bermasyarakat.

Sejalan dengan kondisi tersebut, hasil penelitian yang dilakukan oleh Fernanda (2020) menunjukkan bahwa program rehabilitasi sosial di Lapas Narkotika Kelas IIA Lubuk Linggau terbukti cukup efektif bagi para pelaku penyalahgunaan narkotika dengan kegiatan-kegiatan yang positif dan terstruktur mulai dari bangun tidur hingga kembali tidur, sehingga hal ini membuat para peserta rehabilitasi menjadi lebih disiplin dan mulai melupakan pikiran negatif untuk mengkonsumsi narkoba. Selain itu, para peserta rehabilitasi juga diajarkan untuk mampu bekerja sama dalam kelompok yang berdampak pada kemampuan mereka dalam bersosialisasi dan sebagai upaya untuk membangun pribadi yang lebih baik daripada sebelumnya. Walaupun demikian, dalam proses menjalani program rehabilitasi sosial, para peserta akan mengalami dinamika psikologis.

Sejalan dengan hal tersebut, hasil penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani et al., (2023) menunjukkan bahwa peserta rehabilitasi mengalami penolakan pada minggu pertama yang ditandai dengan perasaan marah dan kesal. Namun seiring berjalannya waktu, memasuki minggu kedua dan seterusnya, peserta rehabilitasi tersebut mampu menerima dan mengikuti program rehabilitasi dengan baik karena menyadari bahwa banyak kegiatan positif yang didapat sebagai bentuk proses pemulihan. Kemudian, para peserta rehabilitasi akan rentan mengalami *relapse* yang disebabkan oleh 2 faktor, yaitu internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri seperti kemampuan kognitif yang kurang maksimal dalam upaya mempertahankan dirinya dari sugesti-sugesti untuk menggunakan narkoba kembali (*relapse*). Sedangkan faktor eksternal meliputi hal-hal yang di luar individu atau lingkungan sekitarnya, seperti halnya teman pergaulan yang dapat mempersuasi dalam memunculkan perilaku *relapse* (Maryam & Kahpi, 2020). Disisi lain, rendahnya tingkat kedisiplinan dan motivasi peserta dalam menjalankan program menjadi salah satu indikator dalam menghambat tercapainya tujuan dari rehabilitasi sosial (Adani & Priyatmono, 2024).

Rendahnya tingkat kedisiplinan dan motivasi peserta tersebut dapat disebabkan oleh kompleksitas program rehabilitasi sosial yang meliputi berbagai kegiatan yang beragam seperti konseling kelompok, konseling individu, konseling keluarga, seminar/pendidikan, dinamika kelompok, *support group*, *static group*, intervensi krisis, asesmen, *brief therapy*, intervensi psikososial dan spiritual, serta persiapan pascarehabilitasi (Hanafi & Wibowo, 2022).

Maka dari itu, WBP yang mengikuti program rehabilitasi sosial tentu saja akan mengalami dinamika psikologis dengan adanya tekanan dan pengaruh dari lingkungan yang baru. Hal ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Rizki (2018) di Natura Addiction Center Jakarta Selatan yang mengungkapkan bahwa dinamika psikologis yang dialami residen setelah mengikuti program rehabilitasi sosial sangat beragam. Hal ini ditunjukkan dari hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa peserta rehabilitasi sosial di Natura Addiction Center Jakarta

Selatan yang mengatakan bahwa program rehabilitasi sosial membawa dampak positif dan signifikan.

Dari segi kognitif, terdapat peserta berinisial IM yang awalnya cenderung pendiam, sangat tertutup, dan kurang bersemangat dalam menjalani program rehabilitasi menjadi pribadi yang lebih *aware* karena adanya pemahaman-pemahaman baru mengenai rehabilitasi dan bahaya narkoba. Kemudian, dari segi afektif atau emosi peserta berinisial CRN juga mengungkapkan bahwa dirinya mengaku dalam menjalani program rehabilitasi sosial awalnya mengalami kesulitan karena adanya permasalahan keluarga yang dihadapi, sehingga berpengaruh terhadap kondisi emosional yang cenderung tidak stabil. Namun, setelah menjalani program rehabilitasi sosial, CRN merasakan bahwa dirinya menunjukkan perubahan yang lebih baik. Terakhir, dari segi perilaku atau konatif, terdapat peserta berinisial BNG yang mengaku setelah mengikuti program rehabilitasi sosial dirinya mampu bertingkah laku kooperatif dan tidak seenaknya sendiri.

Penelitian lain yang mendukung temuan tersebut adalah studi yang dilakukan oleh Hartoni (2020) yang menyatakan bahwa perubahan kognitif pada peserta rehabilitasi sosial mencakup kesadaran diri, kemampuan refleksi, dan pemahaman atas konsekuensi penggunaan narkoba. Secara afektif, peserta menunjukkan pergeseran dari emosi negatif seperti rasa bersalah, malu, dan marah menjadi perasaan optimis, percaya diri, dan harapan mencapai kehidupan yang lebih baik. Sementara itu, dalam aspek konatif, program rehabilitasi sosial memperlihatkan peningkatan motivasi untuk sembuh, keterlibatan aktif dalam kegiatan rehabilitasi, serta munculnya tekad dan komitmen untuk menjauhi narkoba setelah keluar dari lembaga rehabilitasi.

Selaras dengan hal tersebut, penelitian oleh Prasetya & Wulandari (2021) juga menemukan bahwa keterpaduan antar aspek, kognitif, afektif, dan konatif menjadi kunci keberhasilan dalam proses rehabilitasi sosial. Perubahan kognitif yang tidak disertai dengan stabilitas emosi (afektif) dan dorongan untuk berubah (konatif) cenderung menghasilkan perubahan yang tidak berkelanjutan. Oleh karena itu, pemahaman akan dinamika psikologis secara menyeluruh menjadi penting dalam merancang program rehabilitasi sosial yang efektif dan holistik.

Dari kondisi di atas, dapat disimpulkan bahwa dinamika psikologis yang dialami oleh peserta rehabilitasi sosial merupakan suatu proses yang kompleks dan melibatkan interaksi antara aspek kognitif, afektif, dan konatif secara menyeluruh. Berdasarkan temuan-temuan sebelumnya, terlihat bahwa perubahan positif dari ketiga aspek tersebut sangat penting untuk mendukung keberhasilan rehabilitasi sosial. Oleh karena itu, penelitian ini mengambil posisi untuk memperdalam pemahaman mengenai dinamika psikologis peserta rehabilitasi sosial, khususnya pada residen usia dewasa awal yang terlibat dalam penyalahgunaan narkoba. Penelitian ini secara spesifik mengeksplorasi bagaimana perubahan pada aspek kognitif, afektif, dan konatif dalam konteks rehabilitasi sosial, sehingga mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan mendalam mengenai dinamika psikologis para peserta rehabilitasi sosial di Lembaga Pemasyarakatan Pemuda Kelas IIA Madiun.

## 2. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian kualitatif yang digunakan yaitu penelitian fenomenologi yang menekankan pada penggalan dan pemahaman pengalaman subjektif dari individu yang mengalami suatu fenomena, dimana pada konteks ini yaitu para peserta rehabilitasi sosial usia dewasa awal. Adapun, Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data atau informasi dalam penelitian ini yaitu menggunakan

teknik wawancara mendalam semi terstruktur. Berikut prosedur wawancara yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Wawancara dilakukan sebanyak 2 kali secara langsung atau *offline* di Lembaga Pemasarakatan Pemuda Kelas IIA Madiun;
2. Peneliti mempersiapkan alat dalam menunjang kegiatan wawancara seperti perekam suara, catatan, dan daftar pertanyaan; serta
3. Para subjek mengisi lembar *informed consent* yang diberikan peneliti;
4. Waktu yang dibutuhkan tiap sesi berkisar 45-60 menit.

Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh peserta rehabilitasi sosial di Lembaga Pemasarakatan Pemuda Kelas IIA Madiun. Kemudian, sampel penelitian terdiri dari sebagian peserta rehabilitasi sosial yang berada pada rentang usia dewasa awal dan memenuhi kriteria, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria subjek penelitian ini yaitu:

1. Pelaku penyalahgunaan narkotika yang mengikuti program rehabilitasi sosial di Lembaga Pemasarakatan Pemuda Kelas IIA Madiun;
2. Peserta rehabilitasi yang memasuki usia dewasa awal (18-25 tahun); serta
3. Bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

Untuk memperoleh partisipan dalam penelitian ini, peneliti bekerja sama dengan petugas lembaga pamasarakatan untuk mengidentifikasi dan menghubungi partisipan yang memenuhi kriteria yang telah disebutkan di atas. Selain itu, peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian kepada partisipan, serta memastikan bahwa partisipasi mereka bersifat sukarela dan rahasia. Partisipan yang bersedia berpartisipasi diminta untuk menandatangani lembar persetujuan setelah memahami informasi yang telah diberikan. Berdasarkan mekanisme tersebut, jumlah partisipan yang digunakan dalam penelitian ini ditetapkan sebanyak 3 (tiga) orang dengan gambaran partisipan sebagai berikut.

Tabel 2. 1 Sampel Penelitian

Inisial	Umur	Tanggal Lahir
KA	21 Tahun	25-06-2003
GMA	23 Tahun	05-09-2001
AB	25 Tahun	25-01-2000

Uji keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi sumber data. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan fenomenologi yaitu menggunakan teknik *interpretative phenomenological analysis* (IPA) yang terdiri dari beberapa tahap antara lain: (1) Pembacaan ulang transkrip data; (2) Pencatatan ulang; (3) Perumusan tema; (4) Pemetaan analisis tema; serta (5) Pencarian pola-pola antarkasus (Smith, 2016). Sejalan dengan pendapat tersebut, proses analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik IPA dengan penjabaran proses sebagai sebagai berikut.

1. Pembacaan ulang transkrip data

Peneliti membaca berulang kali transkrip wawancara yang telah dibuat untuk mengetahui dan memahami isi secara holistik. Hal ini bertujuan agar peneliti mampu menangkap makna yang disampaikan subjek, baik secara eksplisit maupun implisit.

2. Pencatatan ulang

Peneliti membuat catatan reflektif, deskriptif, dan konseptual pada bagian transkrip wawancara. Pada tahap ini, peneliti fokus pada tiap aspek yang disampaikan narasumber,

baik kognitif, afektif, maupun konatif melalui 3 fase (sebelum, saat, dan setelah) mengikuti program rehabilitasi sosial.

### 3. Perumusan tema

Melalui catatan yang telah disusun sebelumnya, peneliti kemudian melakukan pencarian tema-tema sementara yang mencerminkan pemaknaan pengalaman para subjek. Pada tahap ini, setiap tema memiliki fungsi untuk mengorganisasi bagaimana subjek memahami peristiwa yang dialami dalam konteks dinamika psikologis.

### 4. Pemetaan analisis tema

Setelah melakukan pencarian terkait tema sementara, peneliti kemudian menyusun tema-tema ke dalam kelompok makna berdasarkan kemiripan psikologis dari pengalaman para subjek. Pada tahap ini, memungkinkan pembentukan struktur tematik yang menggambarkan keseluruhan dinamika psikologis yang dialami oleh para subjek.

### 5. Pencarian pola-pola antarkasus

Setelah menganalisis semua kasus tiap subjek, peneliti selanjutnya mencari keterikatan atau pola umum yang muncul antar subjek. Pada proses ini membantu peneliti dalam menentukan makna umum dari berbagai pengalaman unik para subjek.

Penggunaan teknik *interpretative phenomenological analysis* (IPA) tersebut dianggap sangat sesuai untuk penelitian ini. Alasan utamanya adalah karena teknik ini mampu mengelompokkan dan memahami tema-tema yang muncul dari pengalaman subjek penelitian dengan lebih mendalam dan komprehensif. Dengan demikian, tujuan penelitian dapat tercapai secara lebih efektif karena IPA memungkinkan peneliti untuk menggali makna-makna yang lebih kaya dan detail dari pengalaman yang diceritakan oleh subjek

## 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian memperlihatkan adanya perubahan positif yang signifikan pada aspek kognitif, afektif, dan konatif partisipan, yang dianalisis melalui tiga tahapan waktu: sebelum, saat, dan setelah mengikuti program rehabilitasi sosial. Pada aspek kognitif, ditemukan peningkatan pemahaman serta cara berpikir yang lebih konstruktif dibandingkan kondisi sebelum menjalani program. Sementara itu, pada aspek afektif, partisipan menunjukkan perkembangan dalam hal pengelolaan emosi, termasuk kestabilan emosional yang lebih baik seiring berjalannya waktu. Adapun pada aspek konatif, terlihat adanya pergeseran perilaku ke arah yang lebih sehat dan produktif, mencerminkan efektivitas program rehabilitasi dalam mendorong perubahan perilaku yang adaptif.

### 3.1 Sebelum

#### 3.1.1 Kognitif

Walgito (2010) menjelaskan bahwa aspek kognitif berhubungan dengan kemampuan individu dalam mempersepsikan pengalaman, permasalahan, dan kejadian yang sedang dialami. Sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial, peserta atau subjek memiliki keterbatasan dalam berpikir, kurangnya motivasi hidup, serta memiliki pandangan yang positif terhadap narkoba. Keterbatasan berpikir yang dialami oleh subjek KA menghambat dirinya dalam mengembangkan kemampuan kognitifnya. Dari kondisi ini lah yang menyebabkan KA mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan yang rasional sehingga cenderung bertindak impulsif.

Kemudian, kurangnya motivasi dalam menjalani hidup juga menjadi salah satu hal yang dialami subjek sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial. Temuan pertama pada subjek KA yang menyebutkan bahwa ia cenderung tidak memiliki dorongan dalam menhalani hidup sehingga tidak memiliki pandangan atau tujuan yang ingin dicapai ke depannya. Temuan tersebut diperkuat oleh pernyataan subjek GMA yang menyatakan bahwa ia cenderung menjalani hidup hanya untuk bersenang-senang tanpa memiliki tujuan yang ingin dicapai. Sejalan dengan pernyataan tersebut, subjek AB menambahkan bahwa dari tidak adanya tujuan hidup yang ingin dicapai dialami, dirinya menjadi mudah terpengaruh ke hal-hal yang negatif terutama dalam pemakaian narkoba.

Terakhir, sebelum mengikuti program rehab, subjek cenderung mempersepsikan narkoba sebagai suatu hal yang positif. Hal ini sejalan dengan temuan pada subjek KA yang menyatakan bahwa narkoba ia gunakan untuk *doping* dalam bekerja serta digunakan pula untuk berjualan. Selain itu, temuan lain juga ditemukan dari pernyataan subjek GMA yang aktif dalam penggunaan narkoba jenis ganja, dimana ia mengatakan bahwa ganja tidak memiliki dampak negatif dan cenderung digunakan untuk hal memenuhi kebutuhan rekreasi.

Pada hasil temuan terkait keterbatasan berpikir subjek KA didukung oleh teori kognitif sosial yang dikembangkan dilakukan oleh Bandura (2020) yang menyatakan bahwa pola kognitif individu terbentuk melalui interaksi timbal balik antara pengalaman pribadi, lingkungan sosial, dan perilaku. Melalui interaksi tersebut, mempengaruhi cara individu dalam memproses informasi dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari.

Kemudian, hasil temuan terkait kurangnya motivasi yang dialami oleh para subjek dapat dikaji menggunakan teori dari Deci & Ryan (2020) tentang *Self-Determination Theory* (SDT) yang menjelaskan bahwa motivasi individu dipengaruhi oleh tiga faktor kebutuhan dasar, meliputi otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial. Ketika individu tidak memenuhi kebutuhan psikologis tersebut, mereka akan cenderung rentan terhadap perilaku destruktif, termasuk penggunaan narkoba sebagai sebuah mekanisme *coping*.

Pandangan atau temuan terakhir sebelum mengikuti program rehab terkait pemaknaan narkoba pada para subjek menunjukkan adanya distorsi kognitif. Menurut Burns (2020), distorsi kognitif merupakan kesalahan berpikir yang sistematis dan dapat menyebabkan individu menilai situasi secara tidak realistis, termasuk dalam hal persepsi terhadap narkoba sebagai sesuatu yang bermanfaat.

### 3.1.2 Afektif

Menurut Goleman (1995) aspek emosi merupakan perasaan dan serangkaian pikiran yang khas sebagai keadaan biologis dan psikologis yang berdampak pada munculnya kecenderungan untuk bertindak pada individu. Sebelum mengikuti program rehabilitasi, para subjek merasakan emosi yang cenderung tidak stabil dan negatif seperti emosi kemarahan, kesedihan dan kecemasan. Temuan peratama pada subjek KA menyatakan bahwa ia cenderung merasakan emosi marah dan berujung pada konflik antar residen akibat kurangnya kontrol diri dalam menghadapi situasi yang memicu emosi marah tersebut. Kemudian, subjek GMA juga menyatakan bahwa emosi negatif seperti marah dan jengkel kepada teman sering ia rasakan namun cenderung dipendam. Bentuk mekanisme yang GMA lakukan tersebut tergolong pasif dan kurang adaptif. Terakhir, pada subjek AB emosi marah sering ia rasakan ketika ia mendapatkan perkataan yang kurang mengenakkan dari temannya, sehingga hal ini membuat dirinya merasa tersinggung. Kondisi ini mencerminkan pentingnya kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi secara efektif.

Temuan selanjutnya yaitu emosi negatif, sedih & cemas. Kedua emosi tersebut dirasakan oleh subjek GMA. GMA merasakan kesedihan yang dipicu karena adanya ketidakcocokan dengan teman sekamarnya yang menyebabkan dirinya mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan menemukan rasa aman di lingkungan kamar.

Dari hasil temuan terkait emosi marah yang dirasakan oleh subjek KA mendukung temuan dari Oktavia & Fahmawati (2025), yang menyatakan bahwa kesulitan dalam melakukan regulasi emosi dapat meningkatkan risiko konflik interpersonal, terutama ketika individu belum memiliki strategi pengelolaan emosi yang adaptif. Regulasi emosi yang tidak efektif dapat memperburuk respons terhadap tekanan sosial dan memperlemah kemampuan individu dalam membangun relasi atau hubungan yang sehat. Kemudian, hasil temuan emosi marah dari subjek GMA mendukung temuan dari Putri et al., (2023) yang menyatakan bahwa mekanisme penahanan emosi tanpa ekspresi yang sehat dapat menyebabkan akumulasi tekanan emosional yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu. Ketidamampuan dalam menyalurkan emosi secara konstruktif dapat memperbesar risiko munculnya stress kronis, konflik internal, dan gangguan dalam menjalin relasi sosial. Terakhir, hasil temuan emosi marah yang dirasakan AB sebelum mengikuti program rehab mendukung pernyataan dari Doho et al., (2023) yang mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional yang mencakup kecerdasan emosi, pengaturan emosi, dan empati memegang peran penting dalam membentuk kualitas interaksi sosial. Individu yang memahami dan mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih adaptif dalam merespon situasi interpersonal yang menantang.

Kemudian, hasil temuan terkait emosi sedih dan cemas yang dirasakan subjek GMA dapat dikaji menggunakan teori stress transaksional yang dikembangkan oleh Lumban Gaol (2016), yang menjelaskan bahwa stress muncul ketika individu menilai bahwa tuntutan lingkungan melebihi kapasitas atau sumber daya yang dimiliki. Dalam konteks ini, stress berfungsi sebagai respon adaptif terhadap ketidaksesuaian antara individu dan lingkungannya, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis jika tidak dikelola dengan baik. Terakhir, emosi kecemasan juga ditemukan pada subjek GMA setelah menggunakan narkoba, terutama jenis ganja. Perasaan GMA muncul sebagai respon psikologis dari mengonsumsi ganja setiap hari. Dimana kondisi tersebut sebagai suatu respons psikologis yang didukung penelitian dari Zvolensky et al., (2009) yang menunjukkan bahwa konsumsi ganja dapat meningkatkan gejala kecemasan dan mengganggu kestabilan emosi individu.

### 3.1.3 Konatif

Menurut Atkinson & Birch (1970), aspek konatif merupakan bagian penting dari tindakan individu yang dipengaruhi oleh dorongan atau motivasi. Sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial, para subjek cenderung memiliki perilaku kurang produktif, kesulitan dalam mengendalikan diri sebagai respons emosi yang dirasakan, serta mengalami ketergantungan narkoba yang berat. Perilaku kurang produktif ditemukan pada subjek KA & AB. Mereka mengatakan bahwa sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial, cenderung menghabiskan waktu di dalam kamar tanpa banyak melakukan aktivitas fisik.

Selanjutnya, ditemukan juga perilaku kesulitan dalam mengendalikan diri sebagai respons emosi yang sedang dirasakan. Hal ini ditemukan juga pada subjek KA & AB yang sama-sama mengalami kontrol diri yang lemah dan berdampak pada perilaku yang agresif seperti memukul dan terlibat dalam pertengkaran.

Temuan terakhir berkaitan dengan pola adiksi atau ketergantungan narkoba yang tergolong berat. Hal ini dialami para subjek sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial. Temuan pada subjek GMA, mengatakan bahwa sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial, ia cenderung aktif menggunakan narkoba jenis ganja setiap harinya. Hal ini diakibatkan karena

adanya keinginan pribadi dan lingkungan sosial yang turut berpengaruh terhadap perilaku pemakaian tersebut. Kemudian pada subjek AB, pernyataan sama juga diperoleh, bahwa sebelum mengikuti program rehabilitasi sosial, AB senantiasa menggunakan narkoba sebagai bentuk indikator kecanduan narkoba, yang dimana jika tidak menggunakan ia akan merasa kondisi tubuhnya menjadi tidak nyaman. Terakhir, pada subjek KA, ketergantungan narkoba juga dialami oleh subjek KA. Bahkan dalam pernyataannya, KA mengatakan bahwa penggunaan narkoba yang ia lakukan dilakukan dari pagi hingga malam setiap harinya. Penggunaan narkoba tersebut ia lakukan sebagai *doping* dalam bekerja.

Dari hasil temuan konatif pada subjek KA & AB tentang perilaku kurang produktif menunjukkan adanya kecenderungan *sedentary lifestyle*. Pate, O'Neill, & Lobelo (2008) menyatakan bahwa gaya hidup sedentari merujuk pada pola perilaku atau aktivitas dengan pengeluaran energi yang sangat minim, seperti duduk atau berbaring dengan jangka waktu yang lama. Lebih lanjut, Owen et al., (2010) juga menambahkan bahwa gaya hidup sedentari tidak hanya berdampak pada penurunan kesehatan, melainkan berpotensi dalam mengurangi fungsi kognitif dan produktivitas karena kurangnya stimulus fisik dan mental pada individu.

Temuan selanjutnya terkait perilaku agresif subjek KA & AB sesuai dengan temuan dari Wibowo & Nashori (2017), yang menyatakan bahwa regulasi diri memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan perilaku agresif. Hal tersebut memiliki makna bahwa semakin rendah kemampuan individu dalam mengatur diri, semakin besar kecenderungan munculnya perilaku agresif dan tindakan antisosial. Kurangnya regulasi diri memperlemah kemampuan individu dalam merespons tekanan emosional secara adaptif, sehingga meningkatkan risiko konflik interpersonal dan reaktivitas emosional yang merugikan.

Temuan terakhir berkaitan dengan pola adiksi narkoba para subjek yang didukung oleh temuan Noviana (2024), yang menjelaskan bahwa ketergantungan narkoba ditandai dengan adanya gejala *withdrawal*, baik secara fisik maupun psikologi seperti kegelisahan, gangguan tidur, dan perubahan suasana hati. Gejala-gejala tersebut ini mendorong individu untuk terus menggunakan zat adiktif guna menghindari ketidaknyamanan dan sebagai upaya dalam mempertahankan perasaan 'normal'. Penggunaan secara terus-menerus yang subjek KA alami juga menunjukkan bahwa adanya pola kecanduan yang mendalam, yang didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Goldstein & Volkow (2011) yang mengatakan bahwa ketergantungan narkoba seringkali mengintegrasikan penggunaan zat ke dalam rutinitas sehari-hari sehingga memiliki fungsi sebagai *coping mechanism* yang mengurangi efek kelelahan, walaupun pada akhirnya akan memperburuk kesehatan fisik dan mentalnya.

## 3.2 Saat

### 3.2.1 Kognitif

Ketika mengikuti program rehabilitasi sosial, para subjek mengalami perubahan ke arah yang lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari kesadaran yang mulai meningkat terutama mengenai dampak negatif narkoba dan pentingnya perubahan diri. Temuan pertama terkait kesadaran dampak negatif narkoba dialami oleh subjek KA yang mengatakan ketika menggunakan narkoba berdampak pada kondisi kesehatannya yang semakin melemah/sakit-sakitan. Temuan selanjutnya juga ditemukan pada subjek GMA & AB yang sama-sama pula menyatakan bahwa narkoba berdampak pada kondisi kesehatan mereka, khususnya pada aspek berat badan, pendengaran, dan konsentrasi.

Temuan selanjutnya yaitu berkaitan dengan kesadaran akan pentingnya perubahan diri. Temuan ini ditemukan pada subjek KA yang menyatakan bahwa ia mulai memiliki pola hidup yang lebih tertata dan terjadwal dari sebelum mengikuti program rehab. Kemudian, subjek GMA juga menyatakan bahwa ia sudah mulai menerima kondisi yang dialami sehingga membantunya dalam proses pendewasaan berpikir. Terakhir, subjek AB juga mulai menyadari pentingnya melakukan aktivitas dan mulai menekan penggunaan narkoba.

Hasil temuan di atas yang berkaitan dengan kesadaran akan dampak negatif narkoba sejalan dengan laporan dari Badan Narkotika Nasional (BNN 2023) yang menyebutkan pula bahwa penyalahgunaan narkoba berdampak pada penurunan berat badan, gangguan pendengaran, dan konsentrasi. Kemudian, pada temuan selanjutnya tentang pentingnya perubahan diri yang dialami oleh subjek GMA sejalan dengan konsep *self awareness* yang terdapat dalam teori *minset shifting* oleh Dweck (2020) yang menekankan perubahan paradigma berpikir merupakan fondasi penting dalam proses pertumbuhan pribadi dan pengembangan pola pikir yang lebih adaptif terhadap tantangan hidup. Kemudian, temuan pada subjek AB juga sejalan dengan penelitian Rabbani & Rahmasari (2024) tentang peningkatan efikasi diri sebagai faktor kunci dalam mencegah *relapse* dan mendorong perubahan perilaku yang lebih positif.

### 3.2.2 Afektif

Memasuki fase ketika mengikuti program rehabilitasi sosial, para subjek mengalami perubahan emosi positif, diantaranya ketenangan, kebahagiaan, dan kestabilan emosi. Temuan pada emosi ketenangan ditemukan pada subjek KA yang menyatakan bahwa emosi tenang ia rasakan selama mengikuti program rehab. Hal ini dikarenakan KA mengalami kecocokan dengan lingkungan rehab, baik dari teman-teman maupun guru-guru yang senantiasa memberikan dampak positif terhadap perubahan dalam dirinya.

Temuan emosi positif selanjutnya ketika mengikuti program rehab yaitu bahagia. Pada subjek KA, emosi bahagia ia rasakan ketika mendapatkan kemudahan dan kelancaran dalam melakukan kepengurusan. Kemudian, subjek AB menyatakan bahwa emosi positif dirasakan ketika ia mampu mengontrol penggunaan narkoba ketika mengikuti program rehabilitasi sosial. Selanjutnya, subjek GMA mengemukakan bahwa ketika mengikuti rehab, ia merasa bahagia karena lingkungan rehab yang dirasa cocok dan memiliki rasa kekeluargaan di dalamnya. Kekeluargaan tersebut tercermin dari intensitas melakukan aktivitas secara bersama-sama.

Terakhir, kestabilan dalam menjaga emosi dirasakan subjek KA selama mengikuti program rehabilitasi sosial. Subjek KA menyatakan bahwa selama mengikuti program rehab, ia merasa mampu lebih mengontrol emosi marah yang ia rasakan dengan menahan diri, tenang dan tidak mudah terbawa suasana.

Dari hasil temuan di atas, ketenangan yang dirasakan KA sejalan dengan *Broaden and Build Theory* yang dikembangkan oleh Fredrickson (2023), yang menyatakan bahwa emosi positif memiliki peran penting dalam memperluas kapasitas kognitif dan membangun sumber daya psikologis jangka panjang, meliputi ketahanan, kreativitas, dan hubungan sosial yang sehat. Kemudian, hasil temuan terkait emosi bahagia yang dirasakan oleh KA & GMA dapat dikaji menggunakan teori yang dikembangkan oleh Gross & Thompson (2007) terkait regulasi emosi. Mereka menyatakan bahwa kemampuan individu dalam mengelola dan mengarahkan emosi secara adaptif dapat mengurangi intensitas emosi negatif serta meningkatkan keseimbangan psikologis. Regulasi emosi yang efektif memungkinkan individu untuk tetap tenang, fokus, dan mampu mengambil keputusan yang lebih sehat dalam menghadapi tekanan maupun godaan. Selanjutnya, emosi bahagia pada subjek GMA didukung oleh Lumban Gaol (2023) yang menyatakan bahwa kebutuhan untuk merasa terhubung secara emosional dan sosial

dengan orang lain merupakan fondasi penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis dan memperkuat kohesi kelompok, termasuk dalam konteks rehabilitasi sosial. Temuan tersebut sejalan dengan pandangan baru terkait kebutuhan relasional, yang menekankan bahwa perasaan diterima dan memiliki hubungan interpersonal yang harmonis merupakan kebutuhan psikologis dasar manusia.

Hasil temuan terakhir yang berkaitan dengan kestabilan emosi yang dirasakan oleh KA didukung oleh Putri et al., (2023) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki kemampuan dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosinya secara efektif cenderung menunjukkan kestabilan emosional yang tinggi. Regulasi emosi yang adaptif memungkinkan individu untuk merespons situasi menantang dengan cara yang lebih konstruktif dan seimbang secara psikologis.

### 3.2.3 Konatif

Saat menjalani program rehabilitasi, para subjek mulai membentuk rutinitas yang lebih sehat, meningkatkan interaksi sosial, serta mengembangkan mekanisme *coping* untuk mengatasi *relapse*. Temuan pertama terkait rutinitas yang lebih sehat ditemukan pada setiap subjek. KA & BA mengatakan bahwa selama mengikuti program, mereka mampu melakukan aktivitas fisik seperti olahraga yang meliputi sepak bola, pingpong dan *bilyard*. Selanjutnya, pada subjek GMA, ia juga mengalami pola hidup yang lebih positif seperti senantiasa melakukan ibadah sholat dan aktivitas fisik seperti jalan-jalan sore dengan teman rehab.

Selanjutnya yaitu berkaitan dengan meningkatnya interaksi sosial yang dialami oleh para subjek. Temuan pada subjek GMA terutama, ia mengatakan bahwa selama mengikuti program rehab, ia merasa nyaman dan merasa diterima di lingkungan baru di kamarnya, sehingga hal ini yang membuatnya mampu melakukan interaksi sosial dengan teman-temannya, khususnya dengan teman kamar. Interaksi sosial tersebut berupa intensitasnya dalam melakukan aktivitas secara bersama-sama, mulai dari makan, ibadah, bahkan saling bertukar cerita yang menambah rasa kenyamanan dan kebersamaan yang dirasakan GMA. Kemudian, temuan selanjutnya juga dialami oleh subjek KA yang menyatakan bahwa interaksi sosial yang terjadi selama mengikuti program rehab dengan teman maupun guru rehab menjadi lebih intens. Hal tersebut juga berdampak pada perubahan ke arah yang lebih positif akibat interaksi atau dorongan yang ia peroleh melalui lingkungan sekitar yang dirasa suportif. Terakhir, pada subjek AB, ia mengatakan bahwa selama mengikuti program rehab, pengaruh negatif dalam menggunakan menjadi kecil dibandingkan dengan lingkungan sebelum mengikuti rehab. Dengan kondisi tersebut, intensitas interaksi sosial AB menjadi meningkat yang diakibatkan kesadaran adanya pola positif dalam lingkungan rehab.

Temuan terakhir saat mengikuti rehabilitasi sosial adalah mekanisme *coping* dalam mengatasi *relapse*. Para subjek memiliki strategi atau cara mereka masing-masing dalam mengatasi *relapse*. Temuan pada subjek AB misalnya, ia mengatakan bahwa olahraga, khususnya sepak bola menjadi salah satu cara untuk menghadapi *relapse* yang tiba-tiba muncul. AB memilih melakukan aktivitas fisik sebagai bentuk pelepas energi sekaligus pengalihan dari dorongan adiktif menggunakan narkoba. Sehingga dengan melakukan aktivitas fisik tersebut, AB mulai memiliki kontrol diri dan fokus sehingga berdampak pada kemampuannya dalam mengatasi *relapse*. Temuan selanjutnya ditemukan pada subjek GMA. Ia mengatakan selama mengikuti program, salah satu alternatif solusi yang ia lakukan dalam mengatasi *relapse* dan ajakan dalam menggunakan narkoba yaitu dengan menyibukkan diri sendiri. GMA menyebutkan bahwa keinginan untuk makai ia alihkan dengan kegiatan lain seperti mengikuti panggilan

petugas atau bahkan berpartisipasi dalam aktivitas di lapangan. Kemudian, temuan terakhir terjadi pada subjek KA yang menyatakan bahwa dalam mengatasi *relapse* sebagai upaya dalam pengurangan dan pengendalian narkoba yang ia alami dilakukan dengan berbagai cara yang cukup kompleks, mulai dari berolahraga, minum obat, tidur, bahkan pijat untuk mendapatkan ketenangan. Kegiatan fisik seperti olahraga tersebut merupakan salah satu bentuk strategi yang dilakukan KA dalam merespon keinginannya dalam menggunakan lagi karena mampu membantu dalam melepaskan stress yang dirasakan, meningkatkan hormon endorfin dalam tubuh serta sebagai cara mengalihkan dalam penggunaan narkoba yang ia rasakan. Kemudian, tidur dan pijat menjadi salah satu upaya dalam memunculkan rasa tenang dan mengurangi ketegangan fisik selama masa *relapse* muncul. Terakhir, minum obat dilakukan sebagai upaya atau *coping mechanism* dalam merespon gejala putus obat yang dirasakan.

Hasil temuan di atas yang mengungkapkan bahwa para subjek mengalami pergeseran dalam gaya hidup dan kebiasaan yang lebih sehat dan terstruktur sejalan dengan teori *behavioral activation* sebagaimana dijelaskan oleh Latuheru (2023), yang menekankan bahwa keterlibatan dalam aktivitas positif dan terstruktur dapat meningkatkan suasana hati, memperkuat rasa tanggung jawab, serta mengurangi kecenderungan terhadap perilaku maladaptif seperti penggunaan narkoba. Kemudian, hasil temuan selanjutnya yang berkaitan dengan meningkatnya interaksi sosial yang dialami oleh subjek GMA didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Deci & Ryan (2020) tentang kebutuhan dasar dalam *Self-Determination Theory*. Dalam teori kebutuhan dasar tersebut terdapat kebutuhan akan keterhubungan sosial sebagai aspek penting dalam menumbuhkan motivasi internal yang dimana dalam konteks temuan kali ini yaitu berkaitan dengan proses pemulihan para subjek. Temuan ini mengindikasikan bahwa lingkungan sosial yang suportif memainkan peran penting dalam proses perubahan perilaku. Kemudian, temuan meningkatnya interaksi sosial juga dialami oleh subjek KA & AB didukung oleh Ardini & Sugiarti (2024), yang mengemukakan bahwa lingkungan sosial yang positif dan penuh dukungan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologi serta memperkuat motivasi individu untuk mempertahankan perubahan perilaku secara berkelanjutan.

Hasil temuan terakhir yaitu berkaitan dengan mekanisme *coping* yang dilakukan para peserta dalam mengatasi *relapse*. Temuan pada subjek AB dapat dikaji menggunakan teori *coping* yang dikembangkan oleh Tuasikal dan Retnowati (2018), yang mengklasifikasikan *coping* menjadi dua bentuk utama: *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Aktivitas fisik seperti olahraga dapat berperan dalam kedua bentuk tersebut—sebagai solusi konkret untuk mengatasi stresor (*problem-focused*) sekaligus sebagai sarana regulasi emosi (*emotion-focused*). Kemudian pada subjek GMA, temuan tersebut searah dengan teori *distraction coping* oleh Yoduke et al., (2023), yang menjelaskan bahwa *distraction coping* menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mengurangi tekanan emosional, terutama ketika individu menghadapi situasi yang memicu stress dan dorongan adiktif. Aktivitas pengalihan ini membantu individu menjaga fokus, mengurangi intensitas emosi negatif, dan memperkuat kontrol diri dalam proses pemulihan. Terakhir, strategi *coping* yang dilakukan oleh KA tersebut mengidentifikasi bahwa ia melakukan pendekatan *coping* adaptif multidimensi, sebagaimana dijelaskan oleh Tuasikal & Retnowati (2018), yang menekankan bahwa kombinasi berbagai bentuk *coping*—baik fisik, emosional, maupun farmakologis—dapat meningkatkan efektivitas pemulihan dan menurunkan risiko kekambuhan.

### 3.3 Setelah

#### 3.3.1 Kognitif

Setelah program rehabilitasi selesai, ditemukan bahwa para subjek menunjukkan pemahaman yang lebih baik terutama dalam memandang kehidupan, dengan adanya komitmen untuk menjauhi narkoba dan fokus membangun masa depan yang lebih baik. Temuan pertama dari subjek GMA yang menyatakan bahwa dirinya menunjukkan komitmen untuk tidak menggunakan narkoba lagi yang diperkuat dengan adanya peran sosial sebagai *tamping* depan membantu mengurus administrasi dan operasional para petugas. Temuan selanjutnya juga ditemukan pada subjek KA yang mengatakan bahwa ia memiliki pandangan hidup ke depan dengan membuka usaha konter. Terakhir, pada subjek AB ia bertekad untuk menjalani kehidupan yang lebih normal ke depannya dengan beraktivitas, bekerja, dan membangun rumah tangga.

Hasil temuan pada subjek GMA sejalan dengan teori *Transtheoretical Model* oleh Velicer et al., (2020) yang menyatakan bahwa individu yang telah memasuki atau mencapai tahap pemeliharaan atau *maintenance* akan menunjukkan komitmen yang kuat dalam mempertahankan perubahan perilaku yang telah dicapai secara konsisten. Selain dari teori tersebut, *Theory of Planned Behavior* oleh Ajzen (2020) juga menekankan bahwa sikap positif dan niat yang kuat merupakan prediktor utama dalam mendorong terbentuknya perilaku baru yang berkelanjutan, sebagaimana tercermin dalam komitmen subjek GMA untuk hidup bebas dari narkoba. Kemudian, temuan pada oleh KA & AB, dapat diketahui bahwa mereka mengalami kenaikan *self-efficacy* sebagaimana dijelaskan dalam sosial kognitif dari Bandura (2020). Teori tersebut menyebutkan bahwa komponen penting dalam proses perubahan perilaku, karena individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan lebih gigih, resilien, dan terarah dalam menghadapi hambatan serta membangun masa depan yang lebih adaptif.

### 3.3.2 Afektif

Aspek afektif yang muncul ketika program rehabilitasi sosial selesai dirasakan para subjek yang menyatakan bahwa mereka mengalami kompleksitas emosi, mulai dari kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, adanya rasa kasihan terhadap kondisi keluarga akibat dampak masa lalu mereka serta kestabilan emosi. Emosi bahagia ditemukan pada subjek KA & AB setelah program rehabilitasi sosial selesai. KA mengatakan bahwa dirinya merasa bahagia karena mampu mengalami transformasi positif terutama dari segi pola hidupnya yang lebih tertata, sehat & produktif. Selanjutnya subjek AB juga menyebutkan bahwa emosi yang ia rasakan diakibatkan karena kemampuannya dalam mengontrol penggunaan narkoba. Emosi sedih dirasakan subjek KA & GMA pasca mengikuti program rehabilitasi sosial. KA & GMA sama-sama mengatakan setelah program, mereka merasa sedih karena harus berpisah dengan lingkungan rehab yang dinilai suportif. Selain itu, GMA juga mengalami kesedihan ketika memikirkan kondisi orang tua karena merasa telah menyusahkan mereka.

Selanjutnya, emosi marah juga sempat dirasakan subjek KA setelah program rehab selesai, dimana emosi tersebut kembali muncul sebagai bentuk respon terhadap kondisi lingkungan yang baru walaupun KA masih mampu mengendalikan emosi yang dirasakan dengan cukup baik dibandingkan sebelumnya. Hal ini juga membuktikan bahwa subjek KA mengalami ketidakstabilan emosi. Ketidakstabilan emosi yang dirasakan KA diakibatkan karena hilangnya sosok dalam melakukan pendampingan dan pengarahan kepada dirinya. Bentuk afektif yang dirasakan selanjutnya yaitu rasa kasihan terhadap kondisi keluarga terutama yang ditemukan pada subjek KA & GMA. Pada subjek KA, ia mengalami perubahan emosional yang signifikan terutama dalam memunculkan perasaan kasihan terhadap kondisi orang tua dan keluarga. Kondisi atau perasaan tersebut ia alami sebagai bentuk perubahan dalam memandang hidup.

Sementara pada subjek GMA, ia rasa kasihan terhadap kondisi keluarga lebih kompleks, meliputi orang tua, kakek dan nenek. Perasaan tersebut muncul setelah GMA banyak merenungkan akan kondisi hidupnya.

Terakhir, bentuk emosi yang dirasakan yaitu berkaitan dengan emosi yang lebih stabil. Kestabilan emosi ini dirasakan dan ditemukan pada subjek KA & AB setelah program rehabilitasi selesai. Pada subjek KA, ia mampu lebih mengendalikan kemarahan dengan lebih baik dibandingkan sebelumnya, sehingga berpengaruh terhadap kondisi yang lebih tenang dan rasionalitas dalam bertindak. Sementara subjek AB, ia mengatakan bahwa semenjak program rehab selesai, AB lebih mampu mengontrol emosi marah & kesal yang dirasakan karena kemampuannya dalam mengurangi penggunaan narkoba.

Hasil temuan di atas yang berkaitan dengan kebahagiaan yang dialami oleh subjek KA & AB sejalan dengan *Broaden and Build Theory* yang dikembangkan oleh Fredrickson (2023), yang menyatakan bahwa emosi positif seperti kebahagiaan tidak hanya memperluas kapasitas kognitif dan perilaku seseorang, melainkan juga membangun sumber daya psikologis jangka panjang seperti resiliensi, kontrol diri, dan motivasi intrinsik. Dalam konteks rehabilitasi yang telah dijalani oleh kedua subjek, pengalaman emosi positif berperan sebagai penguat internal yang mendorong mereka untuk mempertahankan perubahan perilaku yang sehat dan adaptif. Kemudian, hasil temuan yang berkaitan dengan emosi sedih yang dirasakan oleh subjek KA & GMA sejalan dengan pemahaman yang dikembangkan oleh Ristiani (2024) yang menjelaskan bahwa kehilangan dukungan sosial dapat memicu munculnya emosi negatif yang intens, seperti kesedihan mendalam. Dalam konteks ini, perpisahan dari lingkungan yang mendukung secara emosional dapat menimbulkan respons psikologis yang signifikan, terutama ketika individu belum sepenuhnya membangun sistem dukungan baru di luar lingkungan rehabilitasi.

Selanjutnya, temuan pada subjek KA terkait emosi marah mencerminkan bahwa efektivitas regulasi emosi sangat dipengaruhi oleh kualitas dukungan sosial dan bimbingan eksternal. Menurut Oktavia & Fahmawati (2025), dukungan sosial yang kuat dapat memperkuat kemampuan individu dalam mengelola emosi secara adaptif, terutama ketika menghadapi transisi lingkungan yang menantang. Kemudian, emosi kasihan yang dirasakan oleh KA & GMA dapat dikaji dengan pendekatan empati dan keterikatan sebagaimana dijelaskan oleh Lumban Gaol (2023), yang menekankan bahwa hubungan emosional yang kuat dengan keluarga merupakan fondasi penting dalam pembentukan identitas diri, regulasi emosi, dan kesejahteraan psikologis secara menyeluruh. Terakhir, temuan tentang emosi yang lebih stabil pada subjek KA & AB sejalan dengan temuan Putri et al., (2023), yang menegaskan bahwa pemahaman dan pengelolaan emosi secara efektif merupakan kunci dalam mencapai kestabilan emosi dan kualitas hidup yang lebih baik. Regulasi emosi yang adaptif memungkinkan individu untuk merespons tekanan secara konstruktif dan mempertahankan keseimbangan psikologis dalam jangka panjang.

### 3.3.3 Konatif

Aspek konatif pasca rehabilitasi menunjukkan adanya peningkatan kemandirian, konsistensi perubahan, serta kemampuan menolak pengaruh negatif di lingkungan mereka. Temuan pertama berkaitan dengan peningkatan kemandirian yang dialami oleh subjek KA yang menyatakan bahwa setelah mengikuti program rehabilitasi, ia mampu bangun di pagi hari untuk melakukan aktivitas dengan menjadi *tamping* kebersihan. Pola perilaku tersebut menunjukkan kesadaran akan pentingnya menjalani hari dengan lebih produktif. Kemudian, subjek AB juga mengatakan bahwa setelah rehabilitasi, ia cenderung berusaha mempertahankan pola hidup normal yang diperoleh selama mengikuti program rehab kemarin dengan senantiasa aktif melakukan kegiatan seperti kegiatan masjid dan rutinitas lain dalam membantu menjaga

keseimbangan fisik dan mentalnya. Terakhir, subjek GMA juga menyatakan bahwa kemandiriannya berkaitan dengan tugas baru yang ia emban sebagai *tamping* depan dalam membantu para petugas lapas. Hal ini ditunjukkan dari pola hidup yang lebih terjadwal dan terstruktur dari bangun pagi sampai tidur.

Temuan selanjutnya yaitu berkaitan dengan konsistensi perubahan. Pada temuan ini sesuai dengan pernyataan subjek AB & KA yang menyatakan bahwa setelah program rehabilitasi, ia senantiasa melakukan aktivitas fisik khususnya olahraga sehingga berdampak pada konsistensi pemulihan dalam menggunakan narkoba. Hal ini menunjukkan konsistensi perubahan dan kesembuhan ditinjau dari aktivitas fisik yang dilakukan. Kemudian, untuk subjek GMA, konsistensi perubahan berkaitan dengan tanggung jawab yang ia terima sebagai *tamping* depan sehingga hal ini berpengaruh terhadap konsistensi akan kesembuhan dalam menggunakan narkoba. Selain itu, kesulitan akses akan 'barang' tersebut juga menjadi indikator dalam mempengaruhi konsistensi yang dilakukan GMA.

Terakhir, temuan yang berkaitan dengan kemampuan dalam menolak ajakan lingkungan negatif. Kemampuan ini dapat dilihat dari pernyataan subjek KA & AB. Pada subjek KA, ia mengatakan bahkan setelah mengikuti program rehabilitasi, ia mampu menghindari kebiasaan lama seperti main ke belakang blok untuk menggunakan narkoba. Kemampuan tersebut mengindikasikan bahwa KA memiliki kontrol diri dan keberanian dalam mengambil keputusan untuk menjauhi lingkungan yang memicu munculnya perilaku adiktif. Temuan selanjutnya ditemukan pada subjek AB yang mampu memutuskan dan menghindari lingkungan yang dirasa negatif/ *toxic relationship*. Kemampuan ini dapat dilihat dari cara AB merespon ajakan dalam menggunakan narkoba dengan berbagai alasan, salah satunya tidak memiliki uang. Dari kondisi tersebut mengidentifikasikan bahwa subjek memiliki tekad yang kuat untuk sembuh dan menjalani hidup normal.

Hasil temuan di atas yang berkaitan dengan kemandirian para subjek, sejalan dengan konsep *self-efficacy* dari Bandura (2020) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* berperan penting dalam mendorong individu untuk bertindak secara proaktif dan bertanggung jawab dalam menghadapi tantangan hidup. Selain itu, kondisi tersebut juga mencerminkan pemenuhan kebutuhan dasar berupa otonomi, sebagaimana dijelaskan dalam *self-determination theory* oleh Deci & Ryan (2020), yang menekankan bahwa otonomi merupakan elemen fundamental dalam membentuk motivasi intrinsik dan kesejahteraan psikologis. Kemudian, temuan akan konsistensi perubahan dapat dikaji menggunakan teori *Transtheoretical Model* oleh Velicer et al., (2020) dimana individu akan berupaya mempertahankan perubahan perilaku secara berkelanjutan dan mencegah kekambuhan. Teori tersebut menekankan pentingnya strategi dukungan, penguatan positif, dan penghindaran pemicu sebagai bagian dari proses pemeliharaan perubahan. Terakhir, temuan terkait kemampuan dalam menolak ajakan negatif pada subjek KA & AB dapat dikaji dengan menggunakan *Theory of Planned Behavior* dari Ajzen (2020) yang menekankan bahwa persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioral control*) yang tinggi akan memperkuat niat dan keputusan individu dalam menolak ajakan yang berpotensi merugikan. Persepsi ini mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengendalikan tindakan, bahkan dalam situasi sosial yang penuh tekanan.

## 5. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dinamika psikologis peserta rehabilitasi sosial di Lembaga Pemasarakatan Pemuda Kelas IIA Madiun menunjukkan perubahan yang signifikan dan bertahap dalam tiga aspek utama: kognitif, afektif, dan konatif. Pada fase

sebelum rehabilitasi, peserta umumnya menunjukkan keterbatasan dalam berpikir dan wawasan hidup, rendahnya motivasi, serta persepsi yang keliru terhadap narkoba sebagai sesuatu yang positif. Secara emosional, mereka cenderung mengalami ketidakstabilan afektif berupa kemarahan, kecemasan, dan kesedihan yang mendalam, serta perilaku yang tidak produktif, minim kontrol diri, dan ketergantungan tinggi terhadap narkoba.

Memasuki fase selama rehabilitasi, terjadi peningkatan kesadaran diri pada peserta mengenai dampak negatif narkoba serta pentingnya perubahan dan kehidupan yang lebih bermakna. Mereka mulai memiliki kemampuan berpikir yang lebih realistis dan reflektif, mengalami ketenangan emosional, merasakan kenyamanan dari dukungan sosial, dan mulai dapat mengelola emosi dengan lebih baik. Dari aspek perilaku, peserta mulai membentuk rutinitas positif, memperluas interaksi sosial yang sehat, dan mengembangkan strategi *coping* untuk menghadapi dorongan *relapse*.

Sementara itu, pada fase setelah rehabilitasi, peserta menunjukkan pemahaman dan penilaian yang lebih matang mengenai kehidupan, serta komitmen untuk menjauhi narkoba dan fokus membangun masa depan yang lebih baik. Emosi mereka menjadi lebih stabil, muncul perasaan bahagia karena keberhasilan berubah, serta tumbuh empati terhadap keluarga atas dampak masa lalu. Selain itu, perilaku mereka menunjukkan kemandirian yang meningkat, konsistensi perubahan, serta kemampuan untuk menolak pengaruh lingkungan yang negatif. Secara keseluruhan, ketiga aspek psikologis tersebut menunjukkan dinamika positif yang mencerminkan keberhasilan proses rehabilitasi sosial dalam membantu peserta pulih dari ketergantungan narkoba dan membentuk kehidupan yang lebih adaptif dan sehat secara mental, emosional, dan perilaku.

## Daftar Referensi

- Adani, F., & Priyatmono, B. (2024). Literature Review: Implementation Of Rehabilitation Of Narcotics Prisoners Correctional Institution In Indonesian: Kajian Literatur: Pelaksanaan Rehabilitasi Narapidana Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Indonesia. *Jurnal Pemasyarakatan dan Keadilan*, 1(1), 1-11.
- Ajzen, I. (2020). The theory of planned behavior: Frequently asked questions. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(4), 314-324. <https://doi.org/10.1002/hbe2.195>
- Ardini, S. D., & Sugiarti, R. (2024). Tinjauan literatur sistematis: Pengaruh lingkungan sosial dan perlakuan yang diterima remaja dari lingkungan sosialnya terhadap psychological well-being. *Syntax Admiration*, 5(8), 1-15.
- Aryuni, M., Fitriana, Y., Munir, M. A., & Lintin, G. B. R. (2023). Sosialisasi Bahaya Narkotika sebagai Upaya Pencegahan Penyalahgunaan Narkotika di kalangan Mahasiswa. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 7(1), 221-228. <https://doi.org/10.20956/pa.v7i1.24271>
- Atkinson, J. W., & Birch, D. (1970). *An introduction to motivation* (2nd ed.). Van Nostrand Reinhold.
- Bandura, A. (2020). *Social cognitive theory: An agentic perspective on human development and adaptation*. Routledge.
- BNN. (2023). *Laporan tahunan Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia tahun 2023*. Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- Burns, D. D. (2020). *Feeling great: The revolutionary new treatment for depression and anxiety*. Hay House.
- Caroline, C. (2021). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya Penyalahgunaan Narkoba pada Dewasa Awal (Doctoral dissertation, Universitas Katholik Soegijapranata Semarang).

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2020). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Doho, Y. D. B., Oktara, T. W., Indriana, I. H., Kraugusteeliana, Murtanti, D., Sitio, H., ... & Sidik, N. A. H. (2023). *Kecerdasan emosional: Teori dan aplikasi*. Widina Media Utama.
- Dweck, C. S. (2020). *Mindset: Changing the way you think to fulfil your potential*. Robinson.
- Fernanda, F. R. (2020). Efektivitas pelaksanaan rehabilitasi sosial terhadap warga binaan masyarakat di Lembaga Masyarakat Narkotika Kelas IIA Lubuk Linggau. *Syntax Literate*, 5(9), 824-832. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i9.940>
- Fredrickson, B. L. (2023). *Broaden-and-build theory of positive emotions: Expanding minds and building resources*. New York: Oxford University Press.
- Goldstein, R. Z., & Volkow, N. D. (2011). Dysfunction of the prefrontal cortex in addiction: Neuroimaging findings and clinical implications. *Nature Reviews Neuroscience*, 12(11), 652-669. <https://doi.org/10.1038/nrn3119>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. Guilford Press.
- Hanafi, I. B., & Wibowo, P. (2022). Pelaksanaan Layanan Rehabilitasi Sosial Bagi Narapidana Narkotika. *Jurnal Ilmu Hukum Dan Humaniora*, 9(4), 1646-1658.
- Hardini, KA. (2015). Persepsi Guru terhadap Pembelajaran Tematik pada Implementasi KTSP SD Se-Kecamatan Bayan Kabupaten Purworejo ditinjau dari Aspek Kognitif, Afektif, dan Konatif. Universitas PGRI Yogyakarta.
- Hartoni. (2020). Dinamika psikologis dalam proses rehabilitasi sosial. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(1), 45-58.
- Hasnawati, S., Herni, S., & Utami, R. (2020). Penerapan group therapy pada usia dewasa awal sebagai tindakan keperawatan dalam upaya pencegahan dan penanganan penyalahgunaan napza. *Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(3), 313-322.
- Hendrastin, R. J., & Purwoko, B. (2014). Studi Kasus Dinamika Psikologis Konflik Interpersonal Siswa Merujuk Teori Segitiga ABC Konflik Galtung dan Kecenderungan Penyelesaiannya pada Siswa Kelas XII Jurusan Multimedia (MM) di SMK Mahardika Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 4(2), 364-374.
- Kurniawan, J. B. (2021). Dinamika Psikologis Kecanduan Narkotika (Studi Kasus pada Remaja Usia Remaja Akhir yang Kecanduan Narkotika) (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO). <https://repository.ump.ac.id/id/eprint/11414>
- Latuheru, G. (2023). Behavioral activation and family therapy in depressive psychoaffective patients. *Journal of Humanities and Social Studies*, 1(2), 1-10.
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1-11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Lumban Gaol, N. T. (2023). *Psikologi hubungan interpersonal: Teori dan aplikasi dalam konteks sosial*. Prenada Media.
- Maryam, H. W., & Kahpi, A. (2020). Analisis Relapse Terhadap Penyalahgunaan Narkotika Di Badan Narkotika Nasional Provinsi Sulawesi Selatan. *Alauddin Law Development Journal*, 2(3), 293-301. <https://doi.org/10.24252/aldev.v2i3.14654>
- Noviana, P. (2024). Dampak penyalahgunaan narkotika terhadap kesehatan mental dan fisik. *UAI Journal of Arts, Humanities and Social Sciences*, 1(5), 53-57. [10.5281/zenodo.14542785](https://doi.org/10.5281/zenodo.14542785)
- Oktavia, M. D., & Fahmawati, Z. N. (2025). Hubungan regulasi emosi dan dukungan sosial dengan subjective well-being pada mahasiswa yang mengalami quarter life crisis. *Al-*

- Isyraq: *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 8(1), 305-316. <https://doi.org/10.59027/alisyraq.v8i1.874>
- Owen, N., Healy, G. N., Matthews, C. E., & Dunstan, D. W. (2010). Too much sitting: The population health science of sedentary behavior. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 38(3), 105-113. <https://doi.org/10.1097/JES.0b013e3181e373a2>
- Pahlevi, D. (2020). Peran Badan Narkotika Nasional (Bnn) Dalam Penanggulangan Narkoba Di Kelurahan Pelita Kota Samarinda. *Ilmu Pemerintahan*, 8(2), 60-75.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia = Experience Human Development (Ed. 12th)*. Salemba Empat.
- Pate, R. R., O'Neill, J. R., & Lobelo, F. (2008). The evolving definition of "sedentary". *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 36(4), 173-178. <https://doi.org/10.1097/JES.0b013e3181877d1a>
- Prasetya, A., & Wulandari, S. (2021). Perubahan psikologis mantan pecandu narkoba setelah menjalani rehabilitasi sosial. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(2), 112-124.
- Putri, R. M., Wisma, N., Rozzaqyah, F., Ar, S., Ikbal, M., & Muti'ah, A. (2023). Skala regulasi emosi: Analisis reliabilitas dan validitas konstruk melalui pendekatan confirmatory factor analysis (CFA). *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 9(2), 1014-1023. <https://doi.org/10.29210/1202323376>
- Rabbani, M., & Rahmasari, F. (2024). Peningkatan efikasi diri dalam mencegah relapse pada mantan pengguna narkoba. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 12(1), 23-34.
- Ristian, N. K. M. D. (2024). Dari kehilangan menjadi kebangkitan: Peran dukungan sosial dan ketahanan dalam pemulihan psikologis. *Sensasi: Jurnal Psikologi Terapan*, 6(1), 1-15.
- Rizki, A. P. (2018). Rehabilitasi Sosial Bagi Penyalahgunaan Narkoba di Natura Addiction Center Jakarta Selatan (Bachelor's thesis, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Erlangga.
- Smith, J. A. (2016). *Interpretative phenomenological analysis in sport and exercise: Getting at experience*. Routledge.
- Sobur, A. (2013). *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*. CV Pustaka Setia.
- Tuasikal, A. N. A., & Retnowati, S. (2018). Kematangan emosi, problem-focused coping, emotion-focused coping dan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 4(2), 105-118. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46356>
- Velicer, W. F., Prochaska, J. O., & Redding, C. A. (2020). *Tailoring interventions to stage of change*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Walgito, Bimo. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Andi Yogyakarta.
- Wibowo, N. E., & Nashori, H. F. (2017). Self-regulation and aggressive behavior on male adolescence. *Jurnal RAP UNP*, 8(1), 48-59. <https://doi.org/10.24036/rapun.v8i1.7951>
- Yoduke, F., Daulima, N. H. C., & Mustikasari. (2023). Strategi koping pada remaja dalam menurunkan gejala kecemasan dan depresi: Literature review. *ASJN: Asian Social Journal Network*, 5(2), 1-10.
- Zvolensky, M. J., Bernstein, A., Sachs-Ericsson, N., Schmidt, N. B., Buckner, J. D., & Bonn-Miller, M. O. (2009). Lifetime associations between cannabis, use, abuse, and dependence and anxiety disorders in adults in the United States. *Journal of Psychiatric Research*, 43(7), 526-534. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2008.07.00>