

## **Pengalaman Penyalahguna Narkoba Dengan Program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM): Studi Fenomenologi Pada Mantan Klien Rehabilitasi**

**Putri Hapsari Ramadhani<sup>1\*</sup>, Chr. Argo Widiharto<sup>2</sup>,  
Venty<sup>3</sup>, Sardiyanto<sup>4</sup>, Aloysius Ayusta Thobie<sup>5</sup>**

Universitas Persatuan Guru Republik Indonesia Semarang, Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
BNN Provinsi Jawa Tengah Semarang, Indonesia<sup>4,5</sup>

\*Corresponding Author: [hapsariramadhanip@gmail.com](mailto:hapsariramadhanip@gmail.com)

---

Received: 12-03-2026

Revised: 10-05-2026

Accepted: 13-05-2026

Cite this article: Ramadhani., P., H., Widiharto., C., A., Venti., Sardiyanto., & Thobie., A., A. (2026). Pengalaman Penyalahguna Narkoba Dengan Program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM): Studi Fenomenologi Pada Mantan Klien Rehabilitasi. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 10(1), 1-12.

<https://dx.doi.org/10.29240/jbk.v10i1.16428>

---

### **Abstract**

This study explores the subjective experiences of former rehabilitation clients after participating in a Community-Based Intervention (IBM) program. Using a qualitative phenomenological approach with Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), this study involved two former rehabilitation clients who had completed the IBM program for at least six months. Data were collected through in-depth semi-structured interviews. IPA analysis was used to interpret participants' lived experiences, while NVivo 12 Plus assisted in organizing and coding the data. The findings revealed that participants experienced emotional recovery, increased self-confidence, improved health awareness, and significant changes in life perspectives after rehabilitation. Recovery was interpreted not merely as abstinence from drug use, but as a process of rebuilding self-identity, restoring meaning in life, and developing confidence to maintain positive behavioral changes. However, participants continued to face challenges such as social stigma and pressure from former peer environments. The study concludes that IBM plays an important role in psychosocial recovery through social support, community mentoring, and the strengthening of self-efficacy among former clients.

**Keywords:** Community-Based Intervention; psychosocial recovery; the experience of former clients.

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pengalaman subjektif mantan klien rehabilitasi setelah mengikuti program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM). Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi dengan metode Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Partisipan penelitian terdiri dari dua mantan klien rehabilitasi yang telah menyelesaikan program IBM minimal enam bulan sebelumnya. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi terstruktur. Analisis IPA digunakan untuk memahami pengalaman hidup partisipan, sedangkan NVivo 12 Plus digunakan sebagai alat bantu pengorganisasian dan coding data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan mengalami pemulihan emosional, peningkatan kepercayaan diri, kesadaran kesehatan yang lebih baik, serta perubahan cara memandang kehidupan setelah rehabilitasi. Pemulihan dimaknai tidak hanya sebagai berhenti menggunakan narkoba, tetapi sebagai proses membangun kembali identitas diri, menemukan makna hidup, dan mengembangkan keyakinan untuk mempertahankan perubahan perilaku positif. Namun, partisipan masih menghadapi tantangan berupa stigma sosial dan tekanan dari lingkungan pertemanan lama. Penelitian ini menyimpulkan bahwa IBM berperan penting dalam pemulihan psikososial melalui dukungan sosial, pendampingan komunitas, dan penguatan self-efficacy mantan klien.

**Kata Kunci:** Intervensi Berbasis Masyarakat; Pemulihan Psikososial, Pengalaman Mantan Klien.

### **Pendahuluan**

Penyalahgunaan narkotika hingga saat ini masih menjadi permasalahan yang serius berdampak pada kesehatan fisik, psikologis, dan hubungan sosial individu. Secara global, *United Nations Office on Drugs and Crime* melaporkan jumlah pengguna narkoba terus meningkat setiap tahun. Di Indonesia, penggunaan narkotika juga menjadi tantangan besar karena tidak hanya berkaitan dengan masalah kesehatan, tetapi juga memengaruhi relasi sosial, pendidikan, serta keberfungsian individu dalam kehidupan sehari-hari (Sianturi et al., 2022). Dampak psikologis yang muncul meliputi kecemasan, depresi, gangguan emosi, penurunan kontrol diri, hingga rendahnya kepercayaan diri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penyalahgunaan narkotika tidak dapat dipagami sebagai persoalan psikososial yang memerlukan proses pemulihan secara menyeluruh.

Salah satu upaya penanganan yang dilakukan adalah melalui rehabilitasi. Rehabilitasi bertujuan membantu individu keluar dari ketergantungan zat sekaligus memulihkan fungsi psikologis dan sosialnya agar mampu kembali

menjalani kehidupan secara adaptif (Nashoka, 2023). Namun demikian, proses pemulihan pasca rehabilitasi tidak selalu berjalan mudah. Mantan klien rehabilitasi menghadapi berbagai tantangan seperti stigma sosial, tekanan lingkungan, konflik keluarga, serta godaan untuk kembali menggunakan narkoba atau relapse (Idaiani et al., 2020). Penelitian Linda & Situmorang (2022) menunjukkan bahwa relapse sering dipengaruhi oleh lemahnya kontrol diri, lingkungan sosial yang tidak mendukung, serta kurangnya aktivitas positif setelah rehabilitasi.

Dalam proses pemulihan, *self-efficacy* menjadi salah satu faktor penting. Bandura menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dalam mengendalikan perilaku dan menghadapi situasi sulit. Individu dengan *self-efficacy* yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan perubahan perilaku dan menghadapi tekanan lingkungan. Sebaliknya, rendahnya *self-efficacy* daapan meningkatkan risiko *relapse*. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mantan penyalahguna narkoba yang memiliki dukungan sosial dan keyakinan diri yang baik mampu mempertahankan proses pemulihannya (Salsabilla, 2022).

Selain faktor internal, dukungan sosial juga berperan penting dalam keberhasilan rehabilitasi. Dukungan keluarga, pendamping, dan lingkungan sosial yang positif dapat membantu individu membangun kembali rasa percaya diri, identitas diri, serta motivasi untuk hidup lebih sehat. Oleh karena itu, pendekatan rehabilitasi berbasis komunitas mulai dikembangkan melalui program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM). Program IBM menempatkan masyarakat sebagai bagian penting dalam proses pemulihan melalui pendampingan sosial, penguatan relasi interpersonal, serta pemberdayaan individu di lingkungan tempat tinggalnya. Penelitian Gunawan (2016) menunjukkan bahwa rehabilitasi berbasis masyarakat efektif membantu pemulihan sosial dan mencegah penyalahgunaan ulang.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak membahas efektivitas rehabilitasi dari aspek program dan tingkat relapse, sedangkan pengalaman subjektif mantan klien pasca mengikuti program IBM masih belum banyak dikaji secara mendalam. Padahal pengalaman subjektif penting untuk memahami bagaimana individu memaknai proses pemulihan, menghadapi tantangan sosial, serta membangun kembali kehidupannya setelah rehabilitasi. Dalam konteks fenomenologi, pengalaman hidup individu menjadi sumber utama untuk memahami makna pemulihan secara lebih utuh. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif mantan klien rehabilitasi dalam mengikuti program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM), khususnya terkait porses pemulihan psikososial, dukungan sosial, serta tantangan yang dihadapi pasca rehabilitasi.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi interpretatif atau Phenomenological Analysis (IPA). Pendekatan IPA dipilih karena penelitian ini berfokus untuk memahami secara mendalam bagaimana mantan klien rehabilitasi memaknai pengalaman hidupnya setelah mengikuti program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM). IPA menekankan eksplorasi pengalaman subjektif individu melalui proses interpretasi terhadap makna pengalaman personal yang dialami partisipan. Penelitian IPA umumnya menggunakan jumlah partisipan yang kecil dan homogen karena fokus utama penelitian adalah eksplorasi mendalam terhadap pengalaman subjektif individu, bukan generalisasi statistik (Rajasinghe, 2020). Partisipan dalam penelitian ini berjumlah dua orang mantan klien rehabilitasi narkoba yang telah mengikuti program IBM dan menyelesaikan program minimal enam bulan sebelum penelitian dilakukan.

Saturasi data dalam penelitian kualitatif dapat tercapai pada jumlah partisipan yang kecil apabila partisipan memiliki karakteristik homogen dan tema-tema pengalaaman telah berulang secara konsisten (Fusch & Ness, 2015). Pemilihan jumlah partisipan yang terbatas dilakukan secara purposive dan mempertimbangkan karakteristik utama penelitian IPA yang lebih menekankan kedalaman data dibandingkan jumlah partisipan. Keterbatasan jumlah partisipan juga dipengaruhi oleh karakteristik khusus penelitian, yaitu mantan klien rehabilitasi narkoba yang telah menyelesaikan program IBM minimal enam bulan dan bersedia menceritakan pengalaman personal secara terbuka. Dalam penelitian fenomenologi, akses terhadap partisipan dengan pengalaman spesifik dan kesiapan emosional untuk diwawancarai sering kali menjadi tantangan sendiri. Penelitian IPA umumnya menggunakan sampel kecil dan homogen agar peneliti dapat melakukan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman setiap partisipan (Hong, 2017). Oleh karena itu, dua partisipan dalam penelitian ini diposisikan sebagai kasus fenomenologis yang dianalisis secara intensif. Penelitian ini tidak bertujuan melakukan generalisasi, melainkan memahami makna pengalaman personal secara mendalam sehingga lebih dekat dengan karakter studi kasus fenomenologis dalam tradisi IPA.

Kriteria partisipan meliputi: (1) pernah mengikuti rehabilitasi melalui IBM, (2) telah menyelesaikan program minimal enam bulan, dan (3) bersedia menceritakan pengalaman secara terbuka. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi terstruktur yang memungkinkan partisipan menjelaskan pengalaman pemulihan, tantangan pasca rehabilitasi, dukungan sosial, serta strategi mempertahankan perubahan perilaku. Dalam proses analisis, setiap partisipan dianalisis secara individual terlebih dahulu sebelum dilakukan perbandingan lintas partisipan. Pada partisipan pertama, tema yang dominan meliputi ketenangan emosional, peningkatan kepercayaan diri, dan upaya menghindari lingkungan berisiko. Sementara pada partisipan kedua, tema yang

lebih menonjol adalah perubahan pola pikir, motivasi masa depan, serta tantangan menghadapi pengaruh teman lama. Dari kedua kasus tersebut kemudian ditemukan tema-tema superordinate yang menggambarkan dinamika pemulihan pasca rehabilitasi, yaitu dampak emosional, dampak sosial perubahan pola pikir, strategi pencegahan relapse, dan tantangan pasca rehabilitasi.

Pengembangan tema dilakukan melalui proses coding secara bertahap dengan bantuan Nvivo 12 Plus untuk mempermudah mengorganisasi data wawancara, proses coding, dan pengelompokan tema. Nvivo membantu peneliti dalam mengelola data secara sistematis selama proses Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Dalam penelitian IPA, kredibilitas penelitian ditentukan melalui kedalaman eksplorasi pengalaman, reflexivity, dan interpretasi yang kontekstual. Oleh karena itu, peneliti menerapkan reflexive practice dengan terus melakukan refleksi terhadap asumsi, pengalaman pribadi, dan potensi bias selama proses wawancara maupun analisis data. Selain itu, kredibilitas data diperkuat melalui kedalaman wawancara, penggunaan kutipan langsung partisipan, serta proses analisis yang dilakukan secara sistematis dan berulang agar interpretasi tetap dekat dengan pengalaman asli partisipan (Rosnelli et al., 2024). Menurut Kahija, kualitas dan kredibilitas penelitian fenomenologi ditentukan oleh kedalaman eksplorasi pengalaman partisipan, refleksivitas peneliti, serta kemampuan peneliti menjaga interpretasi tetap dekat dengan pengalaman hidup partisipan (Kahija, 2017).

## **Hasil dan Pembahasan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman mantan klien rehabilitasi dalam program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM) tidak hanya dimaknai sebagai proses berhenti menggunakan narkoba, tetapi sebagai proses membangun kembali identitas diri setelah mengalami keterpurukan akibat penyalahgunaan zat. Analisis IPA memperlihatkan bahwa pengalaman pemulihan dipahami partisipan sebagai perjalanan untuk memperoleh kembali kontrol atas hidup, makna diri, serta posisi sosialnya di tengah masyarakat. Dalam penelitian ini ditemukan enam tema utama seperti: (1) dampak emosional, dari kehilangan kontrol menuju kesadaran diri, (2) dampak sosial: membangun kembali identitas sosial, (3) dampak kesehatan: tubuh sebagai simbol pemulihan, (4) perubahan pola pikir: menemukan makna dan masa depan, (5) Strategi Pencegahan Relapse: Mempertahankan Identitas Baru, (6) Tantangan Pasca Rehabilitasi: Konflik antara Perubahan Diri dan Lingkungan Sosial.

Dampak Emosional, Dari Kehilangan Kontrol menuju Kesadaran Diri. Partisipan menggambarkan kondisi sebelum rehabilitasi sebagai fase kehidupan yang “kacau”, penuh kecemasan, dan kehilangan arah. Setelah mengikuti program IBM, partisipan mulai merasakan ketenangan emosional dan kemampuan mengendalikan diri. Salah satu partisipan menyampaikan:

*“Kalau sebelum rehab hidup saya kacau, setelah ikut rehab jadi lebih tertata dan lebih bisa mengendalikan diri.”*

Dalam perspektif IPA, pengalaman tersebut tidak hanya menunjukkan perubahan perilaku, tetapi juga perubahan cara partisipan memahami dirinya sendiri. Ketika partisipan mulai merasa tenang dan mampu mengontrol hidupnya, muncul identitas baru sebagai individu yang masih memiliki kesempatan untuk memperbaiki masa depan. Pengalaman rehabilitasi menjadi titik refleksi eksistensial bahwa dirinya tidak lagi sepenuhnya dikendalikan oleh adiksi, tetapi mulai memiliki kebebasan untuk menentukan pilihan hidup.

**Dampak Sosial: Membangun Kembali Identitas Sosial.** Partisipan juga mengalami perubahan dalam hubungan sosialnya. Setelah mengikuti IBM, partisipan merasa lebih percaya diri untuk berbicara, berinteraksi, dan terlibat dalam kegiatan masyarakat.

*“Sekarang lebih percaya diri kalau di lingkungan masyarakat.”*

Pengalaman diterima kembali oleh lingkungan memiliki makna psikologis yang mendalam. Sebelum rehabilitasi, partisipan memandang dirinya sebagai individu yang gagal dan tidak bernilai. Namun, ketika masyarakat dan keluarga mulai memberikan penerimaan, partisipan mulai membangun identitas sosial baru sebagai individu yang mampu berubah. Dalam konteks fenomenologi, penerimaan sosial tersebut bukan sekadar dukungan eksternal, tetapi menjadi pengalaman yang memulihkan harga diri dan rasa kebermaknaan hidup.

**Dampak Kesehatan: Tubuh sebagai Simbol Pemulihan.** Partisipan menyadari bahwa penggunaan narkoba telah merusak kondisi fisik mereka. Setelah rehabilitasi, muncul kesadaran baru untuk menjaga kesehatan melalui pola hidup yang lebih baik.

*“Sekarang badan terasa lebih sehat dan mulai menjaga pola hidup.”*

Pengalaman tubuh yang lebih sehat dimaknai bukan hanya sebagai perubahan fisik, tetapi simbol bahwa mereka sedang menjalani kehidupan baru. Dalam pengalaman partisipan, tubuh tidak lagi dipandang sebagai sumber kerusakan, tetapi sebagai bagian dari diri yang perlu dijaga. Kesadaran ini memperlihatkan bagaimana pemulihan membentuk hubungan baru antara individu dengan dirinya sendiri.

**Perubahan Pola Pikir: Menemukan Makna dan Masa Depan.** Partisipan mulai memikirkan pendidikan, pekerjaan, dan tanggung jawab terhadap keluarga setelah mengikuti IBM.

*“Sekarang jadi ingin kuliah dan membantu keluarga.”*

Dalam analisis IPA, perubahan tersebut menunjukkan pergeseran makna hidup. Sebelumnya, partisipan menjalani hidup tanpa arah yang jelas dan cenderung berorientasi pada kesenangan sesaat. Setelah rehabilitasi, partisipan mulai memandang dirinya sebagai individu yang memiliki masa depan dan tanggung jawab sosial. Pengalaman ini membentuk identitas yang lebih dewasa

serta memperlihatkan munculnya kesadaran eksistensial mengenai tujuan hidup dan kebermanfaatannya diri.

Strategi Pencegahan Relapse: Mempertahankan Identitas Baru. Partisipan menggunakan berbagai strategi untuk mempertahankan pemulihan, seperti menghindari lingkungan lama, menolak ajakan teman, dan mengisi waktu dengan aktivitas positif.

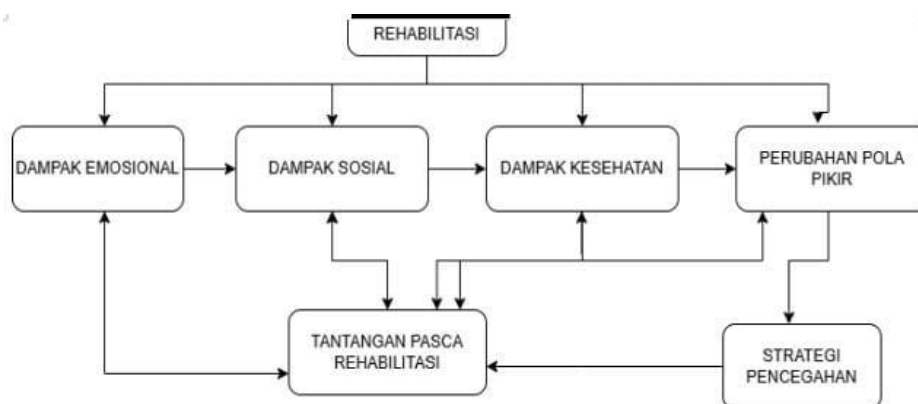
*“Saya menghindari teman lama karena takut kembali lagi.”*

Strategi tersebut menunjukkan bahwa pemulihan bukan kondisi yang stabil, melainkan proses yang terus dinegosiasikan dalam kehidupan sehari-hari. Partisipan secara sadar berusaha menjaga identitas baru yang telah dibangun selama rehabilitasi. Dalam konteks ini, menghindari lingkungan lama bukan hanya tindakan defensif, tetapi bentuk usaha mempertahankan makna diri yang baru sebagai individu yang ingin hidup lebih sehat.

Tantangan Pasca Rehabilitasi: Konflik antara Perubahan Diri dan Lingkungan Sosial. Meskipun mengalami perubahan positif, partisipan masih menghadapi tekanan dari lingkungan sosial lama.

*“Teman lama masih sering mengajak dan memberi tawaran.”*

Pengalaman tersebut memperlihatkan adanya konflik antara identitas lama dan identitas baru. Partisipan berada pada posisi dilematis: di satu sisi ingin mempertahankan perubahan, tetapi di sisi lain masih berada dalam lingkungan yang mengingatkan pada masa lalu. Dalam perspektif fenomenologi, pengalaman ini menunjukkan bahwa pemulihan bukan perjalanan linear, melainkan proses yang penuh negosiasi psikologis dan sosial.



Gambar 1. Dinamika Pengalaman Mantan Klien Rehabilitasi

Gambar tersebut menunjukkan hubungan antar tema penelitian. Setelah seluruh tema dianalisis secara mendalam, peta hubungan kode pada diagram memperlihatkan keterkaitan antar pengalaman partisipan secara lebih kompleks. Diagram ini menunjukkan bahwa proses pemulihan mantan klien IBM bukan hanya linier, melainkan membentuk jaringan dinamika yang saling memengaruhi. Visualisasi diagram memperkuat pemahaman fenomenologis bahwa pemulihan

tidak dipahami sebagai urutan tahap yang lurus, melainkan sebagai proses dinamis yang melibatkan interaksi multidimensi antara aspek emosional sosial, kesehatan, pola pikir, strategi pencegahan, dan tantangan eksternal. Pada tahap awal, rehabilitasi menumbuhkan ketenangan emosional yang menjadi fondasi bagi peningkatan rasa percaya diri dan keterlibatan sosial. Dukungan sosial yang muncul kemudian mendorong individu untuk lebih peduli terhadap kesehatan, sehingga tubuh yang lebih sehat menjadi sumber energi bagi refleksi dan kedewasaan berpikir.

Perubahan pola pikir yang matang menghasilkan strategi pencegahan relapse yang efektif, seperti menghindari lingkungan berisiko dan memilih aktivitas positif (Jha & Singh, 2020). Namun, strategi ini tidak berdiri sendiri, melainkan selalu diuji oleh tantangan eksternal berupa godaan dari lingkungan sosial lama. Tantangan tersebut dapat memengaruhi kembali kondisi emosional, sosial, kesehatan, dan pola pikir, sehingga keberlanjutan perubahan bergantung pada konsistensi individu dalam menghadapi tekanan eksternal. Dengan demikian, model teoritis ini menekankan bahwa rehabilitasi bukanlah proses linear, melainkan sebuah rantai keterkaitan multidimensi di mana setiap aspek saling memperkuat sekaligus rentan terhadap pengaruh lingkungan. Keberhasilan rehabilitasi ditentukan oleh kemampuan individu menjaga keseimbangan antara perubahan internal dan tantangan eksternal sehingga tercipta transformasi yang berkelanjutan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa responden mengalami transisi dari kondisi kacau dan panik menuju ketenangan, yang dimaknai sebagai kesadaran baru bahwa mereka mampu mengendalikan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menekankan bahwa pemulihan bukan hanya berhenti menggunakan narkoba, tetapi juga melibatkan rasa perbaikan diri yang lebih tinggi. Dengan kata lain, ketenangan emosional menjadi fondasi bagi munculnya motivasi untuk memperbaiki diri (Masanda et al., 2021).

Partisipan menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, keberanian berpendapat, berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, serta pengakuan sosial bahwa mereka dianggap mampu berkontribusi sehingga keluarga pun bangga. Temuan ini mendukung teori pemulihan psikososial yang menjelaskan bahwa pemulihan bukan hanya berhenti menggunakan narkoba, tetapi menyangkut transformasi makna diri, peningkatan *self-efficacy*, dan reorganisasi kehidupan sehari-hari serta menegaskan bahwa perubahan kognitif dan emosional, termasuk kedewasaan spiritual, merupakan komponen pemulihan penyalahgunaan narkoba (Ismail, Si, & Ph, 2020). Temuan ini juga sejalan dengan penjelasan dalam BNN (2019), yang menyebutkan bahwa pemulihan individu sangat bergantung pada perubahan psikososial, penguatan nilai-nilai personal, dan kemampuan individu menata ulang tujuan hidup, termasuk membangun kembali relasi keluarga yang harmonis (BNN, 2019). Dengan demikian, keterlibatan sosial dan dukungan

keluarga tidak hanya memperkuat identitas baru partisipan, tetapi juga menjadi faktor protektif yang memastikan keberlanjutan pemulihan.

Data penelitian memperlihatkan bahwa responden menyadari kebiasaan lama merusak tubuh, dan setelah rehabilitasi responden merasakan tubuh lebih sehat. Tubuh menjadi medium yang menumbuhkan kesadaran pentingnya menjaga diri. Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang menemukan adanya penguatan internal untuk sembuh setelah mengikuti konseling adiksi. Dengan kata lain, pengalaman tubuh yang lebih sehat memperkuat motivasi internal untuk tidak kembali menggunakan zat (Herman Beni, 2019). Dengan kata lain, ketenangan emosional menjadi fondasi bagi munculnya motivasi untuk memperbaiki diri dan meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya mempertahankan perubahan perilaku (Masanda et al., 2021).

Berdasarkan hasil wawancara, responden mengalami perubahan pola pikir dari sikap kekanak-kanakan menuju kedewasaan, dengan mulai memaknai pentingnya pendidikan, kerja keras, dan tanggung jawab terhadap keluarga. Hal ini berkaitan dengan penelitian sebelumnya Ridwan (2020) yang menekankan orientasi kebermanfaatannya diri, dimana individu awalnya lebih fokus pada prestasi pribadi dan pendidikan sebagai ukuran sukses. Temuan terbaru memperluas perspektif tersebut. Responden tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada kontribusi sosial dan tanggung jawab terhadap keluarga. Keterkaitan ini sejalan pandangan Wolf et al., (2010) dalam Ridwan (2020) tentang kesadaran makna hidup dan tanggung jawab individu. Dengan demikian, proses pemulihan tidak hanya menghasilkan perubahan perilaku, tetapi juga membentuk identitas sosial baru yang lebih adaptif melalui keterhubungan sosial, rasa kebermaknaan, dan peningkatan kualitas hidup individu (Day et al., 2023).

Strategi pencegahan relapse yang digunakan partisipan selaras dengan kerangka bio-psiko- sosial, yang menekankan bahwa keberhasilan pemulihan ditentukan oleh kemampuan individu mengelola emosi, membangun lingkungan sosial yang mendukung, dan mengembangkan aktivitas positif sebagai bentuk koping adaptif (BNN, 2019). Temuan bahwa partisipan mengalihkan diri melalui kegiatan seperti bermain game, karaoke, atau olahraga menunjukkan usaha psikologis untuk mengurangi tekanan yang dapat memicu keinginan menggunakan kembali. Upaya menjauhi teman lama yang masih menggunakan narkoba juga konsisten dengan prinsip rehabilitasi berbasis masyarakat (RBM), yang menekankan pentingnya pembentukan lingkungan sosial baru yang sehat serta pemutusan hubungan dengan jaringan berisiko tinggi. Dengan demikian, strategi pencegahan yang dijalankan partisipan tidak hanya mencerminkan perubahan perilaku, tetapi juga memperkuat aspek psikososial yang menjadi fondasi keberlanjutan pemulihan.

Laporan BNN (2019) mengungkap bahwa tekanan sosial dan stigma masyarakat merupakan hambatan terbesar dalam keberlanjutan proses pemulihan

(BNN, 2019), yang sejalan dengan pengalaman partisipan yang terus didatangi oleh teman lama yang masih menggunakan narkoba. Selain itu, UNDOC dalam Vienna (2024) menekankan bahwa lingkungan sosial yang tidak mendukung adalah faktor utama relapse di berbagai negara. Dengan demikian, temuan penelitian ini tidak hanya relevan dalam konteks lokal, tetapi diperkuat oleh gambaran global, bahwa keberhasilan pemulihan sangat bergantung pada kemampuan individu menghadapi tekanan sosial dan membangun lingkungan yang lebih sehat. Temuan penelitian menunjukkan bahwa dampak yang paling dominan dari program IBM adalah perubahan emosional yang diikuti peningkatan *self-efficacy*. Partisipan mulai merasa lebih tenang, mampu mengendalikan diri, serta memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat mempertahankan pemulihan dan menjalani kehidupan yang lebih baik. Berdasarkan teori *self-efficacy* Bandura, keberhasilan program IBM paling terlihat pada meningkatnya keyakinan diri partisipan dalam mengontrol perilaku, menghadapi tekanan sosial, dan mempertahankan perubahan hidup. Dukungan sosial, pendampingan komunitas, serta pengalaman keberhasilan selama rehabilitasi menjadi faktor penting yang memperkuat *self-efficacy* partisipan.

## **Penutup**

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman mantan klien rehabilitasi dalam program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM) dimaknai sebagai proses pemulihan diri secara emosional dan sosial partisipan mengalami perubahan dari kondisi hidup yang tidak terarah menuju kehidupan yang lebih tenang, percaya diri, dan bermakna. Pemulihan juga di tunjukkan melalui perubahan pola pikir, meningkatnya kesadaran menjaga kesehatan, serta munculnya motivasi untuk membangun masa depan yang lebih baik. Selain itu, partisipan berupaya mempertahankan pemulihan dengan menghindari lingkungan berisiko dan melakukan aktivitas positif, meskipun masih menghadapi stigma sosial dan pengaruh teman lama. Temuan ini menunjukkan bahwa IBM tidak hanya membantu individu berhenti menggunakan narkoba, tetapi juga berperan dalam membentuk kembali identitas diri, meningkatkan *self-efficacy*, dan memperkuat keberfungsian sosial partisipan melalui dukungan keluarga dan komunitas. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah partisipanyang sedikit dan konteks penelitian yang terbatas pada satu wilayah. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam agar dapat memperluas pemahaman mengenai pengalaman pemulihan pasca rehabilitasi.

## Referensi

- BNN. (2019). *Riset Kesehatan Dampak Penyalahgunaan Narkoba*. Jakarta: Desember 2019.
- Day, E., Manitsa, I., Farley, A., & Kelly, J. F. (2023). *A UK national study of prevalence and correlates of adopting or not adopting a recovery identity among individuals who have overcome a drug or alcohol problem*. 2, 1–13.
- Fusch, P. I., & Ness, L. R. (2015). *Are We There Yet? Data Saturation in Qualitative Research*. 20(9), 1408–1416.
- Gunawan. (2016). Rehabilitasi sosial berbasis masyarakat bagi korban penyalahgunaan napza di Yogyakarta community based social rehabilitation for drug abuser in Yogyakarta. *Sosio Konsepsia*, 6(01), 18–38.
- Herman Beni, D. A. (2019). Dampak konseling adiksi terhadap klien pasca rehabilitasi narkoba di yayasan pradita madani cempaka kec. Kedawung kab. Cirebon. *Prophetic: Profesional, Empathy and Islamic Counseling*, 2(02), 243–254.
- Hijri Adi Ridwan, Y. E. P. (2020). Peran pendidikan spiritual dalam perkembangan masa adolesen di era globalisasi 4.0. *Jurnal Pamomong*, 1(1), 20–28.
- Hong, K. (2017). *A Brief Discussion and Application of Interpretative Phenomenological Analysis in the Field of Health Science and Public Health*. 7(3), 123–132. <https://doi.org/10.5296/ijld.v7i3.11494>
- Idaiani, S., Prihatini, N., Penelitian, P., Daya, S., & Penelitian, B. (2020). Kekambuhan pada pasien penyalahguna narkotika , psikotropika , zat adiktif ( napza ) pasca rehabilitasi: kebijakan dan program penanggulangan \*\*. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, (6), 183–198.
- Ismail, W., Si, M., & Ph, D. (2020). *Religiusitas pecandu narkoba* (cetakan 1). Jl. H. M. Yasin Limpo No. 36 Romangpolong, Samata, Kabupaten Gowa.
- Jha, D., & Singh, R. (2020). Analysis of associations between emotions and activities of drug users and their addiction recovery tendencies from social

media posts using structural equation modeling. *BMC Bioinformatics*, 21(18), 1–39. <https://doi.org/10.1186/s12859-020-03893-9>

Kahija, Y. La. (2017). *Penelitian Fenomenologis Jalan Memahaami Pengalaamaan Hidup* (G. Sudibyo, ed.). Daerah Istimewa Yogyakarta.

Linda, M. G., & Situmorang, L. (2022). Analisis terjadinya relapse pada mantan tanah merah kota Samarinda. *E Journal Sosiatri Sosiologi*, 10(3), 102–112.

Masanda, A. B., Cabrera, G. A., Andal, A. B. A., Delariarte, C. F., Tanganco, G. J. S., & Balbuena, A. F. R. (2021). Program evaluation of a community-based drug rehabilitation center : the perspectives of the persons who use drugs ( PWUDs ). *TAZKIYA (Jurnal Og Psychology)*, (2).

Nashoka, G. V. (2023). *Regulasi rehabilitasi terhadap anak penyalahguna narkotika* (Edisi pert; M. H. Dr. H. Taufiq, S.H., ed.). Jakarta Selatan. Retrieved from [https://www.google.co.id/books/edition/REGULASI\\_REHABILITASI\\_TERHADAP\\_ANAK\\_PENY/21kDEQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0](https://www.google.co.id/books/edition/REGULASI_REHABILITASI_TERHADAP_ANAK_PENY/21kDEQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0)

Rajasinghe, D. (2020). *Interpretative Phenomenological Analysis ( IPA ) as a Coaching Research Methodology*. 176–190. <https://doi.org/10.1080/17521882.2019.1694554>

Rosnelli, Mochammad Ariyanto, S. P. (2024). *The Role of Industrial Internship Activities to Improve Digital Competency of Engineering Students : Perception of Engineering Managers in Industry*. 23(9), 498–517.

Salsabilla, N. S. (2022). Pengalaman mantan pecandu narkoba, motivasi dan relapsepasca rehabilitasi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 9(2), 69–80.

Sianturi, R., Ananda Hartawan, L., Arifah Rahmah, N., Nuril Kartika, P., Zulfa Safitri, M., & Nabilah, N. (2022). Efek penggunaan NAPZA terhadap kesehatan psikologis. *Journal of Health Educational Science And Technology*, 5(2), 97–114. <https://doi.org/10.25139/htc.v5i2.4671>

Vienna. (2024). Key Findings And Conclusions. In *KEY FINDINGS AND CONCLUSIONS*. Ner York: 2024. <https://doi.org/10.4324/9781315205908-5>