

**TEKNIK *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* DALAM MENUMBUHKAN
MAKNA HIDUP RESIDEN REHABILITASI NARKOBA DI KLINIK
PRATAMA SEGAR WARAS BNN PROVINSI DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA**



Oleh:
Sahrul Karim
NIM: 20200012045

TESIS

Diajukan kepada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
Untuk memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Master of Art (M.A.)
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam

**YOGYAKARTA
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sahrul Karim
NIM : 20200012045
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 10 November 2022

Saya yang menyatakan,



Sahrul Karim

NIM. 20200012045

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sahrul Karim
NIM : 20200012045
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketentuan hukum.

Yogyakarta, 10 November 2022

Saya yang menyatakan,



Sahrul Karim
NIM. 20200012045

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap Penelitian Tesis yang berjudul:

**TEKNIK *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* DALAM MENUMBUHKAN
MAKNA HIDUP RESIDEN REHABILITASI NARKOBA DI KLINIK
PRATAMA SEGAR WARAS BNN PROVINSI DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA**

Yang ditulis oleh:

Nama : Sahrul Karim
NIM : 20200012045
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Art (M.A.).

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 10 November 2022
Pembimbing



Zulkipli Lessy, M.Ag., M.S.W., Ph.D.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1233/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2022

Tugas Akhir dengan judul : **TEKNIK MOTIVATIONAL INTERVIEWING DALAM MENUMBUHKAN MAKNA HIDUP RESIDEN REHABILITASI NARKOBA DI KLINIK PRATAMA SEGAR WARAS BNN PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SAHRUL KARIM
Nomor Induk Mahasiswa : 20200012045
Telah ditujikan pada : Kamis, 08 Desember 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A

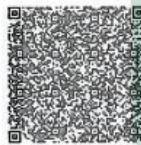
dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UTN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I
Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I
SIGNED

Valid ID: 63a10219a083d



Penguji II
Zulkipri Lessy, S.Ag., S.Pd., M.Ag., M.S.W.
SIGNED

Valid ID: 6391d577a19f7



Penguji III
Dr. Nurris Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 639fd72d11af6



Yogyakarta, 08 Desember 2022
UTN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana
Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 63a12d90e20c

ABSTRAK

Setiap manusia memiliki keinginan dalam menetapkan dan menemukan makna hidupnya. Makna hidup didapatkan melalui penghayatan mendalam terhadap peristiwa yang terjadi didalam hidup penyalahgunaan narkoba.yang dianggap penting dan berharga. Penyalahgunaan narkoba masih menjadi masalah sosial yang terus berkembang hingga saat ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses konseling dengan teknik *motivational interviewing* oleh konselor yang memiliki masalah dalam memahami makna hidup kepada penyalahguna narkoba (residen rehabilitasi). Tujuan penelitian ini juga adalah untuk menggambarkan konseling dengan teknik *motivational interviewing* dalam menumbuhkan makna hidup seorang residen agar dapat menemukan makna hidupnya.

Metode penelitian ini adalah kualitatif-analisis dengan pendekatan fenomenologis. Partisipan adalah residen rehabilitasi di Klinik Pratama Segar Waras berjumlah dua orang. Pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara semi-struktur, dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA).

Hasil penelitian ini menunjukkan teknik *motivational interviewing* oleh konselor dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi narkoba terdiri atas lima tahapan, yakni tahapan asesmen, ekspresi empati, mengembangkan *diskrepansi*, menerima resistensi, dan mendukung efikasi diri. Semua ini menunjukkan bahwa penumbuhan makna hidup dengan teknik *motivational interviewing* adalah efektif agar residen merasakan makna hidup dengan menerima keadaan yang terjadi pada dirinya, mengikuti kegiatan-kegiatan di lembaga, lebih mendekati diri kepada Allah, membangun motivasi, tujuan, dan harapan setelah rehabilitasi dan menjaga diri agar tidak kambuh kembali.

Kata-kata Kunci: Teknik *motivational interviewing*, makna hidup, residen rehabilitasi, narkoba

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur atas kehadiran Allah *subhanahu wata'ala Rabb* bagi semesta alam, yang telah mencurahkan segala nikmat dan karunia-Nya hingga detik ini kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan tesis yang berjudul “Teknik *motivational interviewing* dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi narkoba di Klinik Pratama Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tesis ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak kepada peneliti sehingga dapat memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Master of Art pada Pascasarjana Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*, Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam, di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr.phil. Al Makin, M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta;
2. Prof. Dr. Abdul Mustaqim, M.Ag. selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta;
3. Dr. Nina Mariani Noor, M.A., selaku Ketua Program Studi IIS Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, serta Najib Kailani, Ph.D. selaku Sekretaris Prodi IIS;

4. Zulkipli Lessy, M.Ag., M.S.W., Ph.D. selaku dosen pembimbing tesis peneliti yang sangat berjasa, yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga, pikiran, dan dengan penuh kesabaran memberikan arahan, inspirasi serta terus memotivasi peneliti untuk semangat menyelesaikan penelitian ini. Semoga Allah senantiasa memberikan kesehatan, merahmati, memberkahi, dan memudahkan segala urusan bapak dan juga keluarganya;
5. Seluruh dosen dan staff Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, khususnya kepada para dosen yang pernah mengampu mata kuliah di kelas BKI B angkatan 2020 genap. Terima kasih atas curahan ilmu, inspirasi, dan motivasi yang telah diberikan kepada kami khususnya peneliti sehingga peneliti mendapatkan pengalaman, pandangan, dan wawasan baru yang belum didapatkan sebelumnya;
6. Kepada ketua lembaga, para konselor, dokter, asesor medis, konselor adiksi, perawat, perekam medis, pendamping pasca rehabilitasi dan staff Klinik Pratama Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta serta para residen rehabilitasi, dan petugas lain yang telah terlibat dan memudahkan peneliti selama proses penelitian di lapangan berlangsung. Semoga Allah *subhanahu wata'ala* menggantikan kebaikan Bapak dan Ibu dengan kebaikan yang berlipat ganda;
7. Dua insan yang sangat peneliti cintai dan sayangi Ayahanda Hasan Asy'ari dan Ibunda Almarhumah Huzaidah *yarhamuhallaah* yang telah membesarkan, mendidik, mendoakan dan senantiasa mendukung peneliti hingga pada titik ini. Beserta saudara kandungku, Azimah, Istaniah, Husnil

Fikri, Muallimin, Mudrikah, Nurul Huda, dan dua adikku Jami'atunnatih dan Kurni. Mereka yang selalu mendoakan dan memotivasi selama menjalani studi supaya selalu semangat dan tidak mudah menyerah dalam menyelesaikan amanah pendidikan ini;

8. Teman-teman konsentrasi BKI angkatan 2020 genap yang telah menjadi teman sekaligus keluarga yang baik, tempat saling berbagi ilmu dan pengalaman, berdiskusi, saling membantu, dan hal inspiratif lainnya yang menjadi momen kebaikan tersendiri dalam salah satu bagian cerita dalam hidup peneliti;
9. Saudara-saudaraku di Asrama Putra Ikatan Pelajar Mahasiswa Bangka Belitung;
10. Sahabat-sahabatku di Ikatan Mahasiswa Pascasarjana Bangka Belitung;
11. Semua teman yang mengenal peneliti yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa tesis ini memiliki banyak kekurangan dan kelemahan. Karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat konstruktif dari para pembaca, agar peneliti bisa lebih baik lagi ke depannya. Semoga tesis ini dapat bermanfaat dan menjadi sumbangan akademik dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Ilmu Pekerjaan Sosial, serta dapat membantu bagi para pembaca yang membutuhkannya. Aamin.

Yogyakarta, 10 November 2022

Peneliti

Sahrul Karim
NIM. 20200012045

HALAMAN MOTTO

“LAA YUKALLIFULLAHU NAFSAN ILLA WUS’AHA”

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan Kesanggupannya” (Al-Baqarah: 286)

“Ketidaktahuan adalah jalan menuju keberhasilan selama dibarengi kepercayaan pada diri sendiri”

(Mark Twain)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
NOTA DINAS PEMBIMBINGiv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN MOTTO.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Kegunaan Penelitian.....	10
1. Secara Teoritis.....	11
2. Secara Praktis	11
E. Kajian Pustaka.....	11
F. Kerangka Teoritis.....	16
1. Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	16
2. Makna Hidup.....	29
3. Narkoba	38
G. Metode Penelitian.....	48
1. Jenis Penelitian	48
2. Sumber Data Penelitian	50
3. Teknik Pengumpulan Data.....	50
4. Teknik Analisis Data.....	53
H. Rancangan Sistematika Pembahasan	54

BAB II KLINIK PRATAMA SEGAR WARAS BNNP YOGYAKARTA.....	56
A. Gambaran Umum.....	56
B. Visi.....	57
C. Misi.....	57
D. Alamat.....	57
E. Jenis Layanan.....	57
F. Petugas Pelaksana.....	58
G. Alur Pelayanan Rehabilitasi.....	59
H. Struktur Yayasan.....	59
BAB III SISI POSITIF PENGGUNAAN <i>MOTIVATIONAL INTERVIEWING</i> ...	60
A. Proses <i>Motivational Interviewing</i>	60
B. Makna Hidup Residen Klinik Segar Waras BNNP DIY.....	71
C. Analisis.....	85
BAB IV PENUTUP.....	93
A. Simpulan.....	93
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	96
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



 STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang cepat turut memunculkan berbagai fenomena dalam masyarakat Indonesia dan internasional di antaranya adalah penyalahgunaan narkoba, yang merupakan hal yang terjadi dan kasusnya banyak dijumpai di tengah-tengah masyarakat sekarang ini. Penyalahgunaan narkoba sendiri memunculkan banyak akibat negatif di kalangan pemakai, keluarga, atau masyarakat umum di sekitar pemakai atau korban. Penyalahgunaan narkoba masih menjadi masalah sosial yang terus-menerus berkembang hingga saat ini. Penyalahgunaan narkoba menjadi sesuatu yang dapat merusak nilai moral kemanusiaan, dan akibatnya menyengsarakan bangsa.¹ Penyalahgunaan narkoba merupakan masalah yang kompleks karena akibat yang ditimbulkan dari penyalahgunaan narkoba ini mencakup aspek fisik-biologis, sosial, spiritual, serta psikis.² Penyalahgunaan narkoba tidak hanya merugikan diri pengguna tetapi juga keluarga, lingkungan masyarakat, bahkan negara.³

Menurut *Press Release* tahun 2021, Badan Narkotika Nasional (BNN) telah mencatat terkait persoalan narkoba bahwa Indonesia masih dalam

¹Yulia Hairina dan Shanty Komalasari, “Kondisi Psikologis Narapidana Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Kelas II Karang Intan, Martapura, Kalimantan Selatan”, *Jurnal Studia Insania* 5, no. 1 (Mei 2017): 94.

²Ilmi Hidayati, “Metode Dakwah Dalam Memperkuat Resiliensi Residen Penyalahgunaan Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif Lainnya (Napza)”, *Jurnal Ilmu Dakwah* 36, no. 1 (2016).

³Maudy Pritha Amanda, Sahadi Humaedi, Meilanny Budiarti Santoso, “Penyalahgunaan Narkoba di Kalangan Remaja (*Adolescent Substance Abuse*)”, *Jurnal Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat* 4, no. 2 (2017): 340.

kondisi memerlukan perhatian dan kewaspadaan tinggi secara *continue* dari seluruh elemen bangsa Indonesia.⁴ Selain berdampak pada persoalan sosial, narkoba juga berdampak pada kesehatan mental dan psikologis pengguna. Menurut Ahmad, dikutip oleh Mandira dkk., masalah psikologis yang sering kali ditemukan pada narapidana narkoba dengan gejala tertinggi yaitu stres, kecemasan, perilaku agresif, dan psikosomatis.⁵ Masalah psikologis yang dialami sering kali disebabkan oleh tekanan-tekanan yang bersumber dari berbagai permasalahan yang melatarbelakangi para residen rehabilitasi maupun penghuni lapas. Akibatnya, mereka kehilangan semangat hidup, pesimis dalam menatap masa depan, enggan untuk melakukan hal-hal yang positif sebab mereka menganggap diri mereka terlanjur menjadi orang-orang yang bermasalah.⁶

BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta mengatakan bahwa angka perkembangan penyalahgunaan narkoba di Yogyakarta pada tahun 2021 yaitu sekitar 18.000 remaja, dan warga sipil adalah pengguna narkoba terbanyak.⁷ Penyalahgunaan narkoba secara umum dapat dibagi menjadi tiga golongan besar, yaitu: pertama, ketergantungan primer yang ditandai dengan kecemasan dan depresi pada penyalahguna narkoba, biasanya terjadi pada penyalahguna yang tidak stabil kepribadiannya. Kedua, ketergantungan simptomatis

⁴ Heru Winarko, *Jadikan Narkoba Musuh Kita Bersama* (Jakarta: BNN, 2019), 1.

⁵ Tria Monja Mandira, Marjohan Marjohan, dan Feri Fernandes, "Gambaran Kecemasan Narapidana Wanita di Sumatera Barat", *Holistik: Jurnal Kesehatan* 13, no. 3 (Oktober 2019): 213.

⁶ Radhiya Bustan dan Emmalia Sutiasasmitha, "Pengabdian Kepada Masyarakat Pelayanan Konseling Individu dan Kelompok pada Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tangerang", *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 4, no. 4 (Oktober 2018): 237.

⁷ <https://jogja.suara.com/read/2021/12/16/182448/diy-masuk-lima-besar-penggunaan-narkoba-tertinggi-di-indonesia>.

merupakan salah satu gejala terjadi pada tipe kepribadian, yaitu pada individu yang anti-sosial. Ketiga, ketergantungan reaktif yang didorong oleh rasa keingintahuan, pengaruh dari lingkungan sekitar, dan tekanan dari teman sebaya.⁸

Banyak faktor yang mendasari orang untuk ingin menggunakan narkoba. Martono dan Joewana mengelompokkan ini menjadi tiga, yaitu *relieving belief*, *anticipatory belief*, dan *facilitative* atau *permissive belief*.⁹ *Relieving belief* adalah keyakinan bahwa penggunaan narkoba dapat membantu mengatasi cemas, depresi, untuk tujuan ketenangan, dan pelarian dari masalah yang melilit diri yang sedang bermasalah. *Anticipatory belief* yaitu mereka yang beranggapan jika mereka menggunakan narkoba, maka mereka adalah orang hebat, mengikuti mode, dewasa, atau tidak ketinggalan zaman. *Facilitative* atau *permissive belief* yaitu keyakinan bahwa penggunaan narkoba hanya sebagai gaya hidup modern dan mengikuti globalisasi.

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah dalam mencegah penyalahgunaan narkoba di antaranya melalui program rehabilitasi. Rehabilitasi melalui pendekatan non-medis, psikologis, sosial, dan religi dibangun agar pengguna narkoba dapat mencapai kemampuan fungsional secara optimal. Rehabilitasi narkoba juga merupakan sebuah tindakan represif yang diperuntukkan bagi penyalahguna narkoba berupa pengobatan dan pembinaan.

⁸Triantoro Safaria, "Perbedaan Tingkat Kebermaknaan Hidup Antara Kelompok Pengguna Napza Dengan Kelompok Non-Pengguna Napza", *Humanitas: Indonesian Psychological Journal* 5, no. 1, (2008): 72.

⁹Lydia Harlina M. dan Satya Joewana, *Pencegahan dan Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Berbasis Sekolah*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2006), 17.

Rehabilitasi sebagai pengobatan (*curative*) bagi penyalahguna agar dapat sembuh dari ketergantungan narkoba serta berperilaku baik dalam kehidupan masyarakat. Sebelum rehabilitasi, umumnya konselor memerlukan analisis lebih lanjut (*assessment*) terhadap penyalahguna, tidak hanya berdasarkan saran dan dukungan sosial, tetapi juga tingkat keparahan para penyalahguna agar proses rehabilitasi lebih efektif. Salah satu lembaga rehabilitasi yang membantu pemerintah terkait rehabilitasi adalah Badan Narkotika Nasional Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang telah menjadi lokus penelitian ini.

Dalam UU Nomor 35 Tahun 2009 pasal 54 Tentang Narkotika dikatakan bahwa pecandu narkoba dan residen penyalahgunaan narkoba dimana wajib menjalani rehabilitasi medis dan sosial.¹⁰ UU Nomor 35 di atas memberikan kesempatan bagi penyalahguna narkoba untuk direhabilitasi agar bisa sembuh dan terbebas dari segala kondisi serta dapat melanjutkan hidupnya secara normal dan sehat. Selain itu, terpenting adalah ia dapat hidup mandiri serta dapat mencari pekerjaan dan bekerja untuk menghidupi dirinya dan keluarganya.

Berdasarkan hasil penelitian ini, banyak penyalahguna narkoba yang ingin melepaskan diri dari ketergantungan. Mereka sangat membutuhkan motivasi serta keinginan yang kuat untuk berhenti menggunakan narkoba. Munculnya permasalahan, seperti perasaan hampa, kecemasan, depresi, rendah diri, hilangnya rasa percaya diri, dan merasa tidak memiliki tujuan hidup

¹⁰Himpunan Peraturan Perundang-Undangan, *Undang-Undang Psikitropika, Narkotika dan Zat Adiktif Lainnya*, (Bandung: Fokus Media, 2011), 72.

merupakan akibat-akibat buruk yang dirasakan oleh korban penyalahguna zat adiktif. Perasaan-perasaan tersebut muncul akibat tidak terpenuhinya makna hidup dalam diri penyalahguna narkoba.¹¹

Bastaman mengatakan bahwa setiap orang menginginkan dirinya menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya, keluarga, lingkungan masyarakat sekitar, bahkan berharga di mata Tuhan.¹² Setiap orang pasti menginginkan cita-cita dan tujuan hidup tercapai, dan ini semua akan diperjuangkannya dengan penuh semangat. Sebuah tujuan hidup yang menjadi arahan segala kegiatannya. Itulah hal mendasar dari keinginan manusia dari banyak keinginan lainnya, yaitu ternyata menggambarkan hasrat yang paling mendasar dari manusia: hasrat untuk hidup bermakna.¹³

Menurut Frankl, dalam Emil Niti Kusuma, pencarian makna dalam hidup merupakan salah satu ciri manusia, dan di dunia ini bukan merupakan ruang-ruang hampa melainkan sudah "dimaknai" oleh keberadaan manusia.¹⁴ Keinginan untuk hidup bermakna menjadi motivasi utama manusia. Hasrat yang menjadi pendorong utama bagi manusia melakukan berbagai kegiatan, seperti berkarya agar hidupnya dirasakan lebih berarti dan berharga karena manusia adalah makhluk yang secara alamiah selalu mencari makna dari berbagai hal yang ada di sekitarnya.

¹¹Hasil Wawancara dengan Ibu Nurlita dan Ibu Windy Elfasari, selaku Dokter, Asesor Medis & Konselor di Klinik Pratama Segar Waras, pada tanggal 25 Juli 2022.

¹²Hanna Djumhana Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 42.

¹³Abi Risa Bayu Argo, Karyono, Ika Febrian Kristiana, "Kebermaknaan Hidup Mantan Punks: Studi Kualitatif Fenomenologis", *Jurnal Psikologi Undip*, 13, no.1 (April 2014): 93-101.

¹⁴Emil Niti Kusuma, "Sumber Makna Hidup Nelayan Pantai Menganti: Studi Interpretative Phenomenological Approach (IPA)", *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity* 1, no. 1 (2019): 62-81.

Kemudian makna hidup merupakan gambaran seseorang menghayati eksistensinya sebagai hidup yang bermakna dengan menunjukkan kehidupan yang penuh semangat dan optimis, hidup menjadi terarah dan bertujuan, mampu beradaptasi, serta mudah bergaul, dan jika dihadapkan pada penderitaan, maka ia akan tabah dan menyadari hikmah di balik semuanya.¹⁵ Apabila seseorang berhasil menemukan makna hidupnya, maka ia rasakan hidupnya penting dan berharga. Dengan demikian, kondisi ini akan menimbulkan perasaan dan penghayatan bahagia. Makna hidup adalah sesuatu yang unik dan khusus. Artinya, ia hanya bisa merasakannya secara mendalam dan penuh makna. Makna hidup juga sebagai kesadaran akan adanya kesempatan atau kemungkinan yang dilatarbelakangi oleh situasi tertentu. Karena itu, perlu adanya pemberian teknik konseling untuk memotivasi individu secara langsung, dengan tujuan membantu individu tersebut memahami keadaannya sendiri, keadaan pikirannya, perasaannya, dan ia mampu mengendalikan emosinya, sekaligus memahami perilakunya sendiri. Bantuan konseling yang diberikan juga diharapkan dapat membantunya memahami perasaan-perasaan yang baik dan yang tidak baik.¹⁶

Bimbingan dan konseling dengan menggunakan teknik motivasi diperlukan untuk mempengaruhi pola pikir yang kemudian bisa menumbuhkan makna hidup residen. Hal ini karena jika setiap orang memiliki dorongan kuat untuk menjadi lebih baik, ia akan lebih bersemangat untuk melakukan perubahan

¹⁵Dwi Desi Syaputri, Resiliensi dan Kebermaknaan Hidup Mantan Narapidana Penyalahgunaan Narkoba di Korong Tigo Jerong Kecamatan V Koto Timur Kabupaten Padang Pariaman", *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development* 4, no.1 (2021): 31-44.

¹⁶Mulawarman dan Mayang T. Afriwilda, *Motivational Interviewing: Konsep dan Penerapannya*, (Jakarta: Kencana, 2020), 16.

pada diri. Sementara itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Ariyanti dan Valentina, ditemukan bahwa untuk menjalani kehidupan yang bermakna, individu perlu menjalani proses kehidupan yang bermakna yang dimulai dari tahap penderitaan, tahap pemahaman diri, hingga tahap menemukan. Ringkasnya, ia merasakan makna dalam hidup, tahapan mencapai makna, dan tahapan kehidupan yang bermakna.¹⁷ Seiring dengan hal ini, penelitian yang dilakukan Teuku Amnar Saputra, menjelaskan bahwa remaja biasanya dapat mampu meningkatkan kebermaknaan hidup dengan baik, sehingga remaja merasa lega dan mampu dalam mendapatkan sebuah kehidupan yang bermakna.¹⁸

Seperti terlihat dari paparan di atas, dalam membantu individu menambah makna hidup, diperlukan keterampilan dan pendekatan tertentu untuk melihat kebermaknaan hidup seseorang yang dapat mengembangkan dan mengoptimalkan kebermaknaan hidupnya dengan baik mengacu kepada beberapa penelitian terdahulu, seperti telah disebutkan, yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling dalam masalah terkait makna hidup seseorang.

Dalam hal ini, penelitian yang dilakukan oleh Kuswatun dan Maemonah menunjukkan bahwa salah satu model bimbingan dan konseling Islami adalah menemukan makna dalam kehidupan remaja melalui konseling agama.

¹⁷Ni Made Putri Ariyanti dan Tience Debora Valentina, "Kehidupan Bermakna Perempuan yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga", *Jurnal Psikologi Udayana* 3, no. 2 (2016): 20–31.

¹⁸Teuku Amnar Saputra, "Living Islamic Value Untuk Menurunkan Stres dan Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Siswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT): Studi pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Sigli", *Masters's Thesis*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021.

Selanjutnya Kuswatun dan Maemonah menemukan makna hidup seorang remaja dimulai dengan keikutsertaannya dalam proses konseling agama di pondok pesantren guna menghilangkan kesedihan yang dialaminya atas masalah yang dihadapinya dan akhirnya membuat dirinya lebih baik.¹⁹

Selain itu, hal ini juga menunjukkan bahwa konseling eksistensial juga penting karena konseling eksistensial dapat menambah makna hidup seseorang, khususnya bagi penderita skizofrenia. Dalam konseling akhirnya klien menyadari hal-hal positif yang dimilikinya, seperti potensi, tujuan, keyakinan, dan harapan, yang membuatnya merasa lebih berarti.²⁰

Paparan di atas menunjukkan bahwa persoalan makna hidup bagi seseorang memerlukan suatu teknik konseling, agar seseorang dapat menemukan makna hidupnya dengan baik. Karena itu, penelitian yang lebih spesifik tentang makna hidup digali melalui teknik konseling tertentu dan belum banyak dilakukan sejauh yang penulis ketahui. Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian bimbingan dan konseling dengan permasalahan makna hidup seseorang masih menggunakan teknik konseling dalam lingkup yang cukupannya masih luas.

Badan Narkotika Nasional (BNN) Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta adalah salah satu lembaga yang menerapkan teknik konseling terhadap makna hidup kliennya. Pelayanan rehabilitasi narkoba di BNN Provinsi Daerah

¹⁹Eni Kuswatun dan Maemonah, "Konseling Religius: Suatu Proses Penemuan Makna Hidup Remaja Gagal Menikah", *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya* 2, no. 2 (2021): 32–37.

²⁰Rizqa Sabrina, "Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus", 2016, 7.

Istimewa Yogyakarta dengan bimbingan konseling *motivational interviewing* dilakukan oleh konselor sebagai teknik konseling untuk membantu residen yang bermasalah. Apalagi jika sampai kehilangan rasa percaya diri, seorang klien merasa hidupnya tidak memiliki tujuan, sehingga klien tidak menyadari arti hidup dalam dirinya. Selain itu, layanan konseling dengan teknik *motivational interviewing* telah dikembangkan yang menjanjikan untuk mengoptimalkan dan mengubah diri mereka sendiri, membuat mereka merasa lebih berarti.²¹

Klinik Segar Waras BNNP DIY adalah klinik yang memberikan pelayanan terapi dan rehabilitasi bagi pengguna narkoba. Yayasan ini dibentuk atas dasar keprihatinan dan kepedulian terhadap kondisi masyarakat yang mengakibatkan meningkatnya jumlah korban penyalahgunaan NAPZA, khususnya generasi muda Yogyakarta. Dalam hal ini, Klinik Pratama Segar Waras BNNP DIY berupaya untuk ikut serta mengambil bagian dengan cara memulihkan para korban penyalahgunaan NAPZA melalui program rehabilitasinya serta mencegah meluasnya penyalahgunaan NAPZA dengan cara memberikan sosialisasi kepada masyarakat di Yogyakarta

Pelayanan konseling di Klinik Pratama Segar Waras Badan Narkotika Nasional Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan klinik yang memberikan pelayanan terapi dan rehabilitasi bagi pengguna narkoba yang bertujuan untuk memulihkan kondisi mental, psikis, dan sosial pasca penggunaan narkoba agar residen dapat kembali berfungsi secara normal dalam dirinya dan masyarakat. Dalam hal ini, Klinik Pratama Segar Waras BNNP DIY

²¹Mulawarman dan Mayang T. Afriwilda, *Motivational Interviewin*, 5.

berupaya untuk ikut serta mengambil bagian dengan cara memulihkan para korban penyalahgunaan narkoba melalui program rehabilitasi dan memberikan layanan konseling kepada klien agar ia dapat mencapai potensi dirinya dari segala aspek kehidupan, dengan harapan suatu saat ia dapat menjalani kehidupan yang normal dan memiliki masa depan yang cerah. Sebab itu, peneliti berkeyakinan bahwa penelitian tentang masalah ini perlu dilakukan dengan topik berkisar seputar “Teknik *Motivational Interviewing* dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi narkoba di Klinik Pratama Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat peneliti rumuskan berdasarkan latar belakang masalah di atas yakni: Bagaimanakah teknik *motivational interviewing* dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi narkoba di Klinik Pratama Segar Waras di BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui dan memaknai bagaimana teknik *motivational interviewing* dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi narkoba di Klinik Pratama Segar Waras BNN Daerah Istimewa Yogyakarta.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara baik dari segi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini yaitu:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah khazanah ilmu dan wawasan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling khususnya teknik konseling *motivational interviewing* terhadap residen rehabilitasi narkoba yang sudah diberikan penanganan.

2. Secara Praktis

Penelitian ini bermanfaat untuk membantu residen rehabilitasi narkoba di Klinik Pratama Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dalam mengatasi masalah-masalah psikologis yang mereka hadapi.

E. Kajian Pustaka

Dalam menjaga keabsahan penulisan karya ilmiah, maka penulis telah menelaah beberapa kajian tulisan atau penelitian yang membahas tema konseling *motivational interviewing* dan makna hidup, dimana penulis menemukan beberapa penelitian tersebut di antaranya artikel Rr Dian Tristiana dengan judul, “Keefektifan Intervensi Psikologi: *Motivational Interviewing Program* untuk Meningkatkan Manajemen Diri dan Kontrol Glikemik pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe-2”.²² Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *motivational interviewing* itu efektif dalam meningkatkan manajemen dan kontrol glikemik pada pasien diabetes mellitus tipe- 2. Selain itu penelitian Tristiana mengungkap bahwa intervensi dengan program *motivational*

²² Rr Dian Tristiana, “Keefektifan Intervensi Psikologis: *Motivational Interviewing Program* Untuk Meningkatkan Manajemen Diri dan Kontrol Glikemik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe-2”, *Jurnal Ners Lentera* 4, no. 2 (2016): 66–77.

interviewing memiliki beberapa komponen dalam pelaksanaannya, tetapi perlu dimodifikasi untuk meningkatkan hasil yang lebih maksimal dalam meningkatkan manajemen dan kontrol glikemik.

Pada penelitian berjudul “Efektifitas Konseling *Motivational Interviewing* dalam Mereduksi Adiksi *Smartphone* Siswa”,²³ Arif Setiawan dkk. menggunakan intervensi konseling *motivational interviewing* dengan metode eksperimen, dengan desain *pre-test* dan *post-test* secara berulang, dan dilakukan dalam empat sesi untuk setiap konseli dengan bentuk konseling individu. Hasilnya, konseling *motivational interviewing* efektif dalam mereduksi adiksi *smartphone* siswa tersebut.

Tesis Abi Apriyadi yang berjudul “Implementasi Teknik *Motivational Interviewing* Untuk Memperkuat Aktualisasi Diri Siswa MAN 4 Bantul Yogyakarta”²⁴ fokus pada siswa yang memiliki permasalahan aktualisasi diri sehingga terdapat masalah terkait perilaku yang tidak sesuai dengan kondisi sekolah. Hasil penelitian Apriyadi menunjukkan bahwa konseling melalui teknik *motivational interviewing* efektif digunakan untuk memperkuat aktualisasi siswa sehingga dapat merasakan perubahan pada dirinya dan mampu mengaktualisasikan dirinya menjadi lebih baik sesuai dengan kondisi sekolah tersebut.

²³ Arif Setiawan, Dwi Yuwono Puji Sugiharto, dan Edy Purwanto, “Efektivitas Konseling Motivational Interviewing (MI) Dalam Mereduksi Adiksi Smartphone Siswa”, *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan 1* (2021): 105-115.

²⁴ Abi Apriyadi, “Implementasi Teknik Motivational Interviewing Untuk Memperkuat Aktualisasi Diri Siswa MAN 4 Bantul Yogyakarta”, *Masters's Thesis*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020.

Selanjutnya artikel Nurul Azizah dengan judul “*The Effectiveness of Strength Based Intervention Motivational Interviewing Group Counseling to Improve Students’ Self Compassion*”²⁵ menunjukkan adanya rasa kasih sayang pada siswa. Penelitian ini mengidentifikasi bahwa konseling *motivational interviewing* berbasis intervensi konseling kelompok efektif untuk meningkatkan rasa kasih sayang pada sekelompok siswa tersebut. Selanjutnya, penelitian oleh Mayang T. Afriwilda yang berjudul “*The Effectiveness of Motivational Interviewing Counseling to Improve Psychological Well-Being on Students with Online Game Addiction Tendency*”²⁶ bertujuan untuk menentukan intervensi konseling berbasis kekuatan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dalam hal ini peneliti menemukan bahwa *motivational interviewing* berpengaruh meningkatkan tingkat kesejahteraan psikologis siswa.

Artikel Dessy Pranungsari dan Fatwa Tentama berjudul “Kebermaknaan Hidup Anak Jalanan Perempuan yang Memiliki Anak Atas Kehamilan Yang Tidak Dikehendaki”²⁷ menginvestigasi fenomena anak-anak jalanan perempuan yang rentan mengalami kekerasan seksual. Setelah menerima intervensi, mereka bersemangat dan memiliki harapan untuk merasa lebih baik. Penelitian Pranungsari dan Tentama mengungkap kebermaknaan hidup subjek anak jalanan perempuan pertama. Setelah memiliki anak, ini membuatnya lebih bersemangat

²⁵Nurul Azizah, Mungin Eddy Wibowo, dan Edy Purwanto, “The Effectiveness of Strength Based Intervention Motivational Interviewing Group Counseling to Improve Students’ Self Compassion”, *Jurnal Bimbingan Konseling* 9, no. 2 (2020): 5.

²⁶Mayang T. Afriwilda dan Mulawarman Mulawarman, “The Effectiveness of Motivational Interviewing Counseling to Improve Psychological Well-Being on Students with Online Game Addiction Tendency,” *Islamic Guidance and Counseling Journal* 4, no. 1 (2021): 106–115.

²⁷Dessy Pranungsari dan Fatwa Tentama, “Kebermaknaan Hidup Anak Jalanan Perempuan yang Memiliki Anak atas Kehamilan yang Tidak Dikehendaki,” *HUMANITAS* 15, no. 1 (2018): 24.

dalam hidup dan menjadi pribadi yang lebih dewasa. Sedangkan subjek kedua menemukan makna hidupnya saat proses persalinan karena perjuangan proses ini berat sehingga menjadikannya pribadi yang lebih baik.

Selanjutnya penelitian Eni Kuswatun dan Maemonah yang berjudul “Konseling Religius: Suatu Proses Penemuan Makna Hidup Remaja Gagal Menikah”²⁸ menemukan bahwa penemuan makna hidup remaja yang gagal menikah diawali dengan mengikuti proses konseling religius di pondok pesantren untuk menghilangkan kesedihan (*grief and sadness*) akibat masalah yang ia hadapi. Ia mengharapkan dapat merubah dirinya menjadi lebih baik sehingga menemukan kebermanfaatan dirinya saat ini dibandingkan dengan sebelumnya. Kesadaran bahwa permasalahan yang menimpa dirinya merupakan takdir Allah yang berhikmah pada masa depan yang lebih baik.

Murat Yildirim et al., dalam artikel “*Meaning in Life, Religious Coping, and Loneliness During the Coronavirus Health Crisis in Turkey*”,²⁹ menemukan hubungan antara makna hidup dan kesepian, demikian juga antara tingkat strategi *coping* religius yang positif dan penurunan tingkat strategi *coping* negatif. Masih senapas dengan di atas, Li Lin dalam artikelnya, “*Longitudinal Associations of Meaning in Life and Psychosocial Adjustment to the Covid-19 Outbreak in China*”³⁰ menemukan adanya hubungan positif antara makna hidup

²⁸Eni Kuswatun dan Maemonah, “Konseling Religius: Suatu Proses Penemuan Makna Hidup Remaja Gagal Menikah”, *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya* 2, no. 2 (2021): 32–37.

²⁹Murat Yildirim et al., “Meaning in Life, Religious Coping, and Loneliness During the Coronavirus Health Crisis in Turkey”, *Journal of Religion and Health* 60, no. 4 (2021): 71–85.

³⁰Li Lin, “Longitudinal Associations of Meaning in Life and Psychosocial Adjustment to the Covid-19 Outbreak in China”, *British Journal of Health Psychology* 26, no. 2 (2021): 25–34.

dan kepuasan hidup dan berhubungan negatif dengan depresi, kecemasan, stres, dan emosi negatif. Selain itu, tingkat makna hidup berhubungan positif dengan perilaku terkait Covid-19. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ni Ketut Jeni Adhi berjudul “Efektivitas Konseling Eksistensi Humanistik dengan Kebermaknaan Hidup pada Tunanetra” menjelaskan bahwa layanan konseling eksistensi humanistik efektif dalam meningkatkan kebermaknaan hidup penderita tunanetra.

Adapun penelitian penulis ini berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian penulis ini fokus pada pelaksanaan konseling dengan teknik *motivational interviewing* yang dilakukan oleh konselor atau psikolog kepada residen rehabilitasi narkoba di Klinik Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang mengalami masalah, seperti tidak terpenuhinya makna hidup dalam diri mereka, kehilangan harga diri, perasaan hampa, kecemasan, depresi, rendah diri, hilangnya rasa percaya diri, dan merasa tidak memiliki tujuan hidup. Penelitian penulis ini juga fokus pada perlunya pemberian teknik konseling untuk memotivasi individu secara langsung, dengan tujuan membantu individu memahami keadaannya sendiri, perasaan, keadaan pikirannya, mengendalikan emosi, dan memahami perilakunya sendiri. Bantuan konseling yang diberikan adalah konseling *motivational interviewing* untuk mempengaruhi pola pikir yang kemudian bisa menumbuhkan makna hidup residen. Di sini, penulis akan paparkan lebih jelas pada bab pembahasan.

F. Kerangka Teoritis

Sub bab kajian teori ini membahas mengenai beberapa konsep utama dalam penelitian ini yaitu teknik *motivational interviewing*, makna hidup dan narkoba.

1. Teknik Motivational Interviewing

a. Pengertian Motivational Interviewing

Konseling dengan teknik *motivational interviewing* pertama kali diperkenalkan oleh William Miller pada 1983, ketika itu Miller mengembangkan sebuah intervensi konseling dalam jangka pendek yang dirancang untuk menangani resistensi pada klien dan gangguan penyalahgunaan substansi. Kemudian seiring berjalannya waktu teknik *motivational interviewing* yang berasal dari pendekatan humanistik-fenomenologis yang dikembangkan oleh Miller dan Rollnick yang tidak hanya fokus pada masalah perilaku kesehatan dan kesehatan mental, namun juga digeneralisasikan ke masalah lainnya yakni perkembangan kepribadian, perilaku disruptif, dan berbagai kesulitan lain yang menyebabkan klien sulit untuk berubah sehingga ini menjadi alasan perlunya konseling dengan teknik *motivational interviewing*.³¹

Miller dan Rollnick menjelaskan bahwa *motivational interviewing* merupakan teknik konseling yang fokus pada individu yang didesain untuk membantu individu mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi dalam mengubah perilakunya sendiri. Menurut

³¹Bradley T. Erford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, Edisi Kedua, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 197.

Notoatmodjo, *motivational interviewing* merupakan salah satu teknik konseling yang biasa dipakai untuk mendorong individu mengeksplorasi dan menemukan alasan dalam dirinya yang sebelumnya belum pernah dipikirkan untuk mengubah perilakunya. Teknik *motivational interviewing* ini yaitu konseling terarah dan berbasis pasien dengan tujuan memperbaiki perilaku dan membantu pasien mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi karena pada dasarnya penyalahgunaan zat adiktif adalah suatu gejala dan gangguan yang mendasarinya.³²

Pengertian lain mendefinisikan *motivational interviewing* sebagai metode yang lembut, sangat menghormati konseli dalam berkomunikasi tentang kesulitan yang mereka hadapi untuk melakukan sebuah perubahan dan melakukan perilaku berbeda yang lebih baik sesuai dengan tujuan dan nilai mereka sendiri untuk memaksimalkan potensinya sebagai manusia.³³ *Motivational interviewing* adalah metode konseling langsung yang berpusat pada klien yang dirancang untuk meningkatkan dorongan motivasi klien melalui mana perilaku dapat diubah dan menyelesaikan masalah yang bertentangan yang sedang dihadapi. Karena itu, *motivational interviewing* lebih menitik-beratkan pada bagaimana konseli harus termotivasi untuk menciptakan perubahan. Jadi, dalam konteks ini, *motivational interviewing* adalah bentuk

³²Jennifer Hettema, "Motivational Interviewing", *Annual Review of Clinical Psychology* 1, no. 1, (2005): 91-111.

³³Mulawarman, *Motivational Interviewing Konsep dan Penerapannya*, (Jakarta: Kencana, 2020), 8.

kolaborasi yang fokus pada konseli yang dapat mengarahkan mereka ke arah keinginan untuk berubah.

Motivational interviewing juga fokus pada hasrat dan keterampilan yang dimiliki oleh seorang konselor. Keterampilan ini merupakan bentuk mendengarkan aktif dengan mengutamakan empati yang tulus, memosisikan diri, bersikap terbuka, dan mampu memusatkan perhatian pada orang yang dibimbing.³⁴ Ketika seorang konselor menggunakan *motivational interviewing*, maka ia harus menaruh perhatian pada proses percakapan yang berlangsung dan memperhatikan bahasa-bahasa alami yang diungkapkan oleh konseli. Konselor percaya bahwa pendekatan *motivational interviewing* yang lebih mudah dan langsung akan membantu mengembangkan motivasi intrinsik dan efikasi diri ketika menghadapi konflik dan penolakan konseli sehingga mendorong konseli menjadi lebih baik.³⁵ Disimpulkan bahwa *motivational interviewing* dirancang untuk menemukan gaya konseling yang sifatnya membina dengan memanfaatkan hambatan-hambatan yang sering muncul ketika konselor memotivasi konseli untuk berubah. Secara khusus, *motivational interviewing* adalah tentang bagaimana seorang konselor mengatur dialog sehingga konseli akhirnya berbicara pada diri mereka sendiri untuk berubah berdasarkan nilai dan

³⁴Bradley T. Erfoed, *40 Teknik yang Harus*, 197.

³⁵*Ibid.*

minat mereka sendiri. Asumsinya adalah sikap tidak hanya tercermin dalam perilaku tetapi juga dibentuk oleh ucapan.³⁶

b. Tujuan *Motivational Interviewing*

Tujuan dari *motivational interviewing* adalah berusaha untuk membangkitkan motivasi intrinsik dan keterlibatan individu dalam perilakunya. Melalui proses konseling, diharapkan konseli dapat menginternalisasi motivasi intrinsik untuk melakukan perubahan dengan mengubah tuntutan eksternal menjadi nilai atau tujuan pribadi. Teknik ini bertujuan untuk mengatasi ambivalensi maupun resistensi dan menggali kesenjangan perilaku pada diri konseli.³⁷

c. Proses *Motivational Interviewing*

Proses dalam teknik *motivational interviewing* menurut Miller dan Rollnick ada empat:³⁸

1) Membangun Keterlibatan (*Engaging*)

Suatu proses di mana konselor dan konseli membangun sebuah hubungan yang membantu selama proses konseling sedang berlangsung. Terkadang ini bisa terjadi dalam hitungan detik dan terkadang ketiadaannya bisa dirasakan berminggu-minggu. Banyak yang bisa dilakukan dalam percakapan untuk meningkatkan *rapport*/hubungan, faktor-faktor di luar percakapan bisa langsung

³⁶Mulawarman, *Motivational Interviewing Konsep dan Penerapannya*, (Jakarta: Kencana, 2020), 8.

³⁷*Ibid.*, 16.

³⁸William R. Miller and Stephen Rollnick, *Motivational Interviewing Helping People Change*, (New York, NY: Guilford Press, 2013), 25-30.

dapat juga memfasilitasi ataupun bisa merusaknya; misalnya, sistem dalam pelayanan di mana klien dan konselor menjalin hubungan ketika proses konseling sedang berlangsung, keadaan emosional dari konselor itu sendiri, keadaan klien dan keadaan pikiran saat memasuki ruangan konseling. Keterlibatan di dalam sebuah hubungan antara konselor dan klien adalah pra-syarat untuk semua yang mengikutinya serta mengembangkan aliansi kerja penting dalam banyak pengaturan layanan dan keterlibatan melibatkan lebih dari sekedar bersikap ramah dan baik kepada klien.³⁹

2) Memfokuskan (*Focusing*)

Memfokuskan adalah proses di mana seorang konselor mengembangkan serta mempertahankan arah tertentu di dalam percakapan tentang sebuah perubahan dalam rangka membantu hubungan untuk menuju satu atau lebih tujuan perubahan yang biasanya muncul. Hal tersebut mungkin diformalkan dalam rencana pengobatan, meskipun banyak yang lebih suka rencana perubahan yang lebih luas karena pengobatan sering kali hanya menjadi salah satu dari banyaknya jalan yang memungkinkan untuk menuju suatu perubahan. Beberapa melibatkan pencapaian resolusi atau penerimaan dalam mengatasi kesedihan yang rumit, menemukan kedamaian tentang suatu keputusan, mengembangkan lebih banyak

³⁹Namora Lumongga, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana, 2011), 90-91.

toleransi untuk ambiguitas, kesendirian, atau kecemasan. Jadi, dalam motivational interviewing ini, fokusnya adalah untuk memperjelas arah, ke arah mana seseorang ingin bergerak serta perubahan apa yang diharapkan nantinya.⁴⁰

3) Membangkitkan (*Evoking*)

Dengan salah satu atau lebih tujuan di dalam perubahan sebagai fokus, proses umum ketiga di *motivational interviewing* yaitu membangkitkan, di mana *evoking* ini melibatkan atau memunculkan motivasi dari klien itu sendiri untuk melakukan suatu perubahan. Hal ini menjadi bagian inti dari metode *motivational interviewing*, dan hal tersebut terjadi ketika ada fokus pada perubahan klien dan seorang konselor memanfaatkan ide dan perasaan dari klien sendiri terkait tentang mengapa dan bagaimana mereka melakukannya. Sederhananya, membangkitkan adalah meminta klien untuk menyuarakan argumen dalam perubahannya sendiri. Orang-orang biasanya berbicara dengan dirinya sendiri untuk berubah dan biasanya juga enggan diberitahu apa yang harus dilakukan jika hal tersebut bertentangan dengan penilaian mereka sendiri.⁴¹

⁴⁰William R. Miller and Stephen Rollnick, *Motivational Interviewing*, 25-30.

⁴¹Yuanita Lely Rachmawati, Anton Rahardjo, dan Diah Ayu Maharani, *Mengenal Motivational Interviewing: Metode Wawancara Membantu Perubahan Perilaku*, (Malang: Universitas Brawijaya Press, 2021), 48.

4) Perencanaan (*Planning*)

Perencanaan mencakup pengembangan komitmen untuk berubah dan merumuskan rencana tentang tindakan dari klien itu sendiri. Perencanaan adalah percakapan tentang tindakan yang dapat mencakup berbagai topik, dilakukan dengan cermat untuk mendapatkan solusi dari klien sendiri, menetapkan di dalam pengambilan keputusan mereka dan terus mendapatkan serta memperkuat pembicaraan tentang perubahan saat sebuah rencana sudah muncul. Seperti tiga proses sebelumnya, perencanaan adalah sesuatu yang sering kali perlu ditinjau kembali dari waktu ke waktu. Tantangan tak terduga dan rintangan yang baru muncul dapat menyebabkan seseorang memikirkan kembali rencananya. Prioritas yang lebih tinggi mungkin muncul bersaing untuk mendapatkan perhatian. Perencanaan bukanlah sesuatu yang dilakukan sekali dan kemudian selesai. Perencanaan itu adalah proses yang berkelanjutan seperti melibatkan, memusatkan perhatian, dan membangkitkan hal-hal yang mungkin perlu ditinjau kembali.⁴²

d. Prinsip-Prinsip *Motivational Interviewing*

Motivational interviewing didukung oleh serangkaian prinsip yang menekankan pada hubungan konseling yang kolaboratif dengan menghormati otonomi konseli. Dalam *motivational interviewing*, konselor dipandang sebagai fasilitator bukan seorang ahli yang mengadopsi pendekatan non-konfrontasional untuk memandu konseli

⁴²*Ibid.*, 48.

menuju perubahan. Miller dan Rollnick menjelaskan bahwa terdapat empat prinsip dalam *motivational interviewing* yang menjadi peran dan fungsi konselor dalam proses konseling antara lain:⁴³

1) Mengekspresikan Empati (*Express Empathy*)

Bagaimana konselor berusaha untuk menunjukkan sikap penerimaan tanpa syarat dan menggunakan keterampilan mendengarkan aktif dan reflektif untuk memastikan bahwa konseli merasa dipahami. Dalam melakukan proses konseling, seorang konselor menunjukkan sikap empati, kehangatan, ketulusan, dan penerimaan positif tak bersyarat. Keterampilan seperti mendengarkan dengan aktif dan reflektif akan membuat konseli merasa dipahami.⁴⁴

Terdapat dua tahap empati yang dilakukan. *Pertama*, penghayatan perasaan masuk ke dalam, di mana konselor mengalami perasaan yang sama dengan klien. *Kedua*, lebih menekankan pada kesadaran kognitif, artinya melihat dunia klien sebagaimana ia melihatnya dan selanjutnya diarahkan kepada pandangan yang lebih realistis.⁴⁵ Salah satu cara untuk mengetahui konselor mampu berempati adalah ketika ia dapat melihat sesuatu dari sudut pandang konseli dan mengatakan hal seperti, “Hal tersebut bisa saja terjadi,

⁴³Saurav Kumar, Mona Srivastava, Manushi Srivastava, Avadhesh Kumar, and Abhimanyu Gupta, “Motivational Interviewing Tool for Health Recovery”, *International Journal of Indian Psychology*, 4, no. 1 (2016): 50.

⁴⁴*Ibid.*, 50.

⁴⁵Zulfan Saam, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), 40.

saya bisa mengerti mengapa Anda melihatnya seperti itu".
 Terpenting dalam pernyataan ini adalah poin penerimaan dengan
 secara halus bukan persetujuan.⁴⁶

2) Mengembangkan Diskrepansi (*Developing Discrepancy*)

Mengembangkan diskrepansi artinya melibatkan konselor profesional yang membantu klien secara terampil untuk memverbalisasikan beragam pikiran, perasaan, dan konflik sehingga klien dapat menetapkan diskrepansi-diskrepansi antara bagaimana klien saat ini menjalani hidup dan bagaimana sebenarnya cara yang diinginkan klien untuk menjalani hidup. Perubahan perilaku lebih mungkin terjadi ketika perilaku baru yang diidentifikasi sejalan dengan nilai dan tujuan konseling itu sendiri. Ketika konseli hanya menerima tuntutan eksternal dan aturan individu lain tetapi tidak mempercayainya, maka perubahan perilaku dapat dianggap sebagai akibat dari ancaman, rasa bersalah, atau rasa malu. Karena itu, konseli melakukan perubahan bukan karena keinginan internal melainkan tuntutan eksternalnya.⁴⁷

Namun, perubahan perilaku karena kekuatan eksternal kurang stabil dan bersifat jangka pendek. Dengan demikian, konselor dapat mempromosikan perubahan perilaku dengan membangkitkan, merefleksikan, bahkan memperbesar perbedaan antara nilai-nilai dan

⁴⁶Satyajati dan Monika Windriya. "Menerjemahkan Empati dan Penerimaan dalam Sesi Konseling." *Praxis: Jurnal Sains, Teknologi, Masyarakat dan Jejaring* 2, no.1 (2019): 80-95.

⁴⁷Mulawarman, *Motivational Interviewing*, 9.

tujuan-tujuan konseli dengan perilaku “*status quo*” mereka saat ini. Mengembangkan perbedaan ini dapat memaksa konseli untuk mempertimbangkan dan mungkin mengubah perilaku “*status quo*” untuk menyatu dengan nilai-nilainya sendiri. Misalnya, untuk konseli yang sangat mandiri secara finansial, diskusi fokus pada bagaimana penggunaan narkoba menyebabkan ketergantungan dan berakibat pada masalah keuangan akan dapat meningkatkan motivasi intrinsik untuk menghindari narkoba.⁴⁸

3) Menerima Resistensi (*Roll with Resistance*)

Seorang konselor perlu menerima resistensi yang ada pada konseli dan mengakui bahwa hal tersebut sebagai salah satu bagian penting dan lazim yang dialami dalam proses menuju perubahan positif. Dalam proses perubahan, resistensi sering terjadi sehingga konseli melakukan penolakan untuk berubah sehingga dalam sesi ini konselor sangat menjaga kepercayaan konseli dan konselor selalu memastikan bahwa ia benar-benar mendengarkan cerita yang disampaikan. Resistensi disebut sebagai hasil atau produk dari interaksi antara konselor dengan konseli.⁴⁹

Prinsip ini menggambarkan bahwa konselor harus menerima segala resistensi konseli untuk berubah namun dengan kemampuan refleksi konselor memberikan umpan balik dengan mengajukan

⁴⁸Agus Supriyanto dan Nurlita Hendiani, *Pendekatan Bimbingan dan Konseling Narkoba*, (Yogyakarta: K-Media, 2002), 27.

⁴⁹Vitalis Tarsan, “Memahami dan Mengelola Resistensi Atas Perubahan”, *JIPD: Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar* 2, no. 1 (2018): 98-111.

pertanyaan-pertanyaan dari berbagai sudut pandang serta mengingatkan kembali pernyataan konseli sebelumnya tentang motivasi untuk berubah. Sejalan dengan hal ini, konselor dapat memberikan umpan balik secara halus berupa pernyataan konfrontasi (pertentangan), argumen dan membujuk. Selain itu, konselor dapat mengakui resistensi sambil menambahkan pemikiran-pemikiran baru yang dapat dipertimbangkan oleh konseli sehingga mengarahkan konseli menemukan jalan yang baru.⁵⁰

Dalam *motivational interviewing*, resistensi dianggap sebagai proses interpersonal untuk menemukan dan mengklarifikasi dari sudut pandang konseli alih-alih memberikan koreksi atau interpretasi. Resistensi merupakan proses aktif yang mendorong munculnya perubahan. Perilaku konselor yang meningkatkan resistensi termasuk berusaha meyakinkan konseli bahwa mereka memiliki masalah, berdebat tentang manfaat perubahan, memberitahu konseli cara mengubah, dan memperingatkan mereka tentang konsekuensi tidak berubah. Argumen yang mendukung perubahan meningkatkan resistensi yang kemudian mengurangi kemungkinan bahwa perubahan apa pun akan terjadi. Karena itu, dalam perspektif ini, resistensi adalah bentuk energi yang dapat diintegrasikan atau dikurangi oleh para konselor tergantung pada

⁵⁰Mulawarman dan Mayang T. Afriwilda, *Motivational Interviewing*, 9.

perilaku yang ditunjukkan konseli dan tujuan konselor adalah untuk meminimalkan perlawanan dengan menerimanya.⁵¹

4) Mendukung Efikasi Diri (*Support Self-Efficacy*)

Mendukung efikasi diri yaitu mendorong keyakinan klien dalam mendukung perubahan untuk memperbaiki kehidupan klien. Lewis mengatakan bahwa efikasi diri dapat ditingkatkan dengan memerintahkan klien berbagi cerita-cerita tentang bagaimana klien mengatasi berbagai kendala untuk mencapai kesuksesan di masa lalu. Klien seharusnya didorong menggunakan “*change talk*” menunjukkan meningkatnya efikasi diri dan selanjutnya komitmen klien untuk berubah.⁵²

Miller dan Rollnick mencatat bahwa perubahan perilaku terjadi pada konseli ketika ia menganggap perilaku itu penting dan ketika ia merasa mampu melakukan perubahan. Konselor mengambil sikap dengan menunjukkan harapan dan optimisme untuk perubahan perilaku yang sukses dan menunjukkan kepercayaan pada kemampuan konseli karena konseli itu cenderung merasa lebih kompeten dan, karenanya, perubahan perilaku lebih mungkin terjadi.⁵³

⁵¹*Ibid.*, 9.

⁵²Lewis T., *Substance Abuse and Addiction Treatment: Practical Application of Counseling Therapy*, (New Jersey, NJ: Pearson, 2014), 150.

⁵³Bradley T. Erfoed, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, Edisi Kedua, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 197.

Konsep ini disebut sebagai *self-efficacy* yang merupakan keyakinan pada kemampuan seseorang untuk menjadi kompeten dalam situasi tertentu dan tugas-tugas tertentu. Konselor mendorong dan mendukung konseli untuk meyakini perubahan kehidupannya. Konselor mengungkapkan bahwa konseli punya kemampuan untuk menyelesaikan dan mengatasi tugas atau tantangannya. Dalam efikasi diri, konselor dapat melihat kembali komitmen perubahan yang dilakukan konseli. Perubahan yang dimaksud adalah perubahan yang permanen dengan segala kesadaran akan kebutuhan perubahan perilaku positif lainnya.⁵⁴

Karena itu, metode konseling *motivational interviewing* di atas menjelaskan bahwa konselor harus memperhatikan dan melakukan tahapan-tahapan tersebut untuk memotivasi konseli pada perubahan diri baik perilaku, pikiran, perasaan, dan berbagai hal lainnya untuk pengembangan diri agar kehidupan konseli menjadi lebih baik. Sebab itu, salah satu kekuatan *motivational interviewing* adalah memahami ambivalensi dan resistensi pada perkembangan dan masalah seseorang maka teknik konseling ini cocok bagi permasalahan perkembangan diri seseorang dalam menemukan makna hidupnya.

⁵⁴Mulawarman dan Mayang T. Afriwilda, *Motivational Interviewing...*,9.

2. Makna Hidup

a. Pengertian Makna Hidup

Viktor A. Frankl mengatakan bahwa ia sendiri ragu jika dokter bisa menjawab pertanyaan ini, karena makna hidup seseorang itu berbeda setiap waktunya. Makna hidup seseorang dapat berubah tergantung pada kondisi dan situasi yang dialami oleh seseorang dalam kehidupannya. Karena itu, yang dijelaskan perihal makna hidup bukanlah dilihat secara umum saja tetapi secara khusus atau spesifik melalui kondisi tertentu.⁵⁵

Selain itu, Frankl mengatakan makna hidup merupakan keadaan yang mengukur sejauh mana individu menghayati dan merasakan pentingnya keberadaan hidupnya melalui sudut pandang dirinya sendiri.⁵⁶ Makna hidup dapat ditemukan atau dicari oleh diri sendiri, karena tidak bisa diberikan oleh siapa pun. Makna hidup juga dapat diartikan sebagai kesadaran terhadap suatu kemungkinan yang dilatabelakangi oleh realitas pada situasi tertentu.⁵⁷

Berbagai upaya manusia dalam mencari makna hidup yang dijadikan sebagai motivasi utama dalam kehidupannya, dan bukan “rasionalisasi sekunder” yang terjadi dikarenakan munculnya dorongan

⁵⁵Dharmawan Ardi Purnama, *Pembaharuan Logoterapi Viktor Frankl: Pencarian Makna Hidup Melalui Interpretasi Hermeneutika Naratif Restoratif*, (Yogyakarta: Kanisius, 2021), 2.

⁵⁶H. D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 21.

⁵⁷Prahastia Kurnia Putri dan Tri Kurniati Ambarini, "Makna Hidup Penderita Skizofrenia Pasca-Rawat Inap." *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 1, no. 2 (2012).

nalurinya.⁵⁸ Makna adalah sesuatu yang unik dan khusus, yang hanya dapat dipenuhi oleh individu yang bersangkutan sehingga bisa memiliki signifikansi yang bisa memuaskan keinginannya untuk mencari makna hidupnya. Dalam berbagai kondisi baik dalam tindakan bahkan keputusan terhadap masa depan atau ancaman kematian, seseorang tetap memiliki makna hidup. Makna hidup dapat disebut sebagai penghayatan individu dalam mengaktualisasi potensi, kapasitas, dan kualitas yang dimiliki serta berhasil mencapai tujuan dalam hidupnya.

Menurut Bastaman, makna hidup merupakan suatu hal-hal yang khusus untuk dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan oleh seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup.⁵⁹ Jika seseorang berhasil menemukan makna hidup dan mengembangkannya, maka ia akan merasakan kebahagiaan sebagai hasilnya dan terhindar dari keputusan. Tasmara mengatakan bahwa makna hidup merupakan keyakinan serta cita-cita mulia yang dimiliki seseorang.⁶⁰ Setiap individu pasti menginginkan suatu makna hidup yang akan mewarnai perilaku dan pribadinya, serta menjadi arahan segala kegiatannya dalam keberadaannya di dunia.⁶¹

Menurut Ericson, makna hidup adalah perasaan subjektif jika semua yang terjadi pada individu mempunyai dasar kokoh dan penuh

144. ⁵⁸Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning*, (Jakarta Selatan: Mizan Publika, 2019),

⁵⁹Hanna Djumhana Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk...*, 38.

⁶⁰Toto Asmara, *Membudayakan Etos Kerja Islam*, (Jakarta: Gema Insani, 2002), 187.

⁶¹Hanna Djumhana Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk...*, 155.

arti, tepat dan beres dalam mengambil tindakan, baik yang berhubungan dengan individu maupun orang lain, akan menimbulkan rasa penuh makna.⁶² Rasa penuh makna dapat tercapai ketika individu dapat menyesuaikan diri secara memadai dengan tata nilai yang menjadi kerangka orientasi hidupnya. Berdasarkan pendapat yang dikemukakan, makna hidup adalah suatu hal-hal yang dianggap penting, sebuah keinginan, keyakinan yang didambakan yang memiliki nilai khusus sebagai tujuan hidup berdasarkan nilai-nilai.

b. Dimensi Makna Hidup

Terdapat tiga dimensi yang dapat digunakan dalam mengatasi masalah dan mengembangkan kehidupan bermakna untuk diri sendiri, yaitu:⁶³ *pertama*, dimensi personal meliputi pemahaman diri (*self-insight*) yang dapat meningkatnya kesadaran individu saat ini dalam merespons kekurangan yang dimilikinya serta berkeinginan kuat untuk berubah ke arah yang lebih baik. Individu dapat mengambil sikap yang tepat dalam peristiwa tragis sekalipun. Kemudian, perubahan sikap (*attitudinal changes*) yang terjadi dari negatif atau tidak tepat menjadi sikap positif dalam menangani sebuah masalah serta kondisi hidup yang dialami individu.⁶⁴

⁶²Bastaman, *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*, (Jakarta: Paramadina, 1996), 76.

⁶³Bastaman, *Meraih Hidup Bermakna...*, 90.

⁶⁴*Ibid.*, 90.

Kedua, dimensi sosial merupakan dukungan sosial (*social support*), berupa munculnya seseorang yang dipercaya dan bersedia memberikan bantuan kepada orang-orang yang di sekitarnya. Dukungan sosial sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan individu, mengingat individu adalah makhluk sosial yang selalu berhubungan satu dengan yang lain. Tersedianya dukungan sosial akan memberi pengalaman pada individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, dan diperhatikan. Adanya perhatian dan dukungan dari orang lain akan menumbuhkan harapan untuk hidup lebih lama, sekaligus dapat mengurangi kecemasan individu. Sebaliknya, kurang atau tidak tersedianya dukungan sosial akan menjadikan individu merasa tidak berharga dan terisolasi.⁶⁵

Ketiga, dimensi nilai-nilai yang meliputi makna hidup (*meaning of life*), komitmen diri (*self-commitment*), dan kegiatan yang terarah (*directed activities*). Makna hidup merupakan nilai yang berarti bagi kehidupan individu, berfungsi sebagai penuntun untuk mencapai tujuan. Selanjutnya, ketertarikan diri (*self-commitment*) merupakan komitmen terhadap makna hidup yang telah ditemukan serta tujuan hidup yang telah ditetapkan. Komitmen yang kuat membawa individu untuk mencapai makna hidup yang mendalam. Selanjutnya kegiatan-kegiatan yang terarah (*directed activities*) merupakan upaya yang dilakukan

⁶⁵Baidi Bukhori, "Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesehatan Mental Narapidana." *Jurnal ad-Din* 4, no.1 (2012): 1-19.

secara sengaja dan sadar berupa pengembangan potensi-potensi individu, seperti bakat, kemampuan, dan keterampilan yang positif serta pemanfaatan relasi antar-individu dalam tercapainya makna dan tujuan hidup.⁶⁶

c. Sumber Makna Hidup

Dalam kehidupan, akan ada beberapa sumber atau nilai yang menjadi fondasi seseorang dalam menemukan makna hidup. Menurut Frankl, dalam Bastaman, terdapat tiga jenis sumber makna hidup yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang dapat membuat individu menemukan makna hidup dalam kehidupannya apabila nilai-nilai ini diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Ketiga nilai tersebut adalah *creative values*, *experiential values*, dan *attitudinal values*.⁶⁷

Creative values (nilai-nilai kreatif) yaitu nilai yang dapat diperoleh oleh individu melalui kegiatan, berkarya, bekerja, serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab.⁶⁸ Dengan menekuni suatu kegiatan, aktivitas, atau pekerjaan serta meningkatkan keterlibatan terhadap tugas serta berupaya untuk mengerjakan dengan semaksimal merupakan contoh dalam menumbuhkan nilai-nilai kreatif. Makna hidup ini bukan terletak

⁶⁶Bastaman, *Meraih Hidup Bermakna...*, 90.

⁶⁷Viktor E. Frankl, *Man's Search for Ultimate Meaning*, (New York, NY: Perseus, 2000), 123-124.

⁶⁸Hanna Djumhana Bastaman, *Logoterapi: Psikologi Untuk...*, 47.

pada pekerjaan atau kegiatannya tetapi terletak pada sikap dan cara kerja yang mencerminkan keterlibatan pribadinya dalam kegiatan.⁶⁹

Experiential values (nilai-nilai penghayatan) yang dapat diperoleh oleh individu yang memiliki keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, keindahan, kebaikan, keimanan, dan cinta kasih.⁷⁰

Tidak sedikit orang-orang merasa menemukan arti hidup dari agama yang diyakininya, atau melalui cinta kasih dapat membuat seseorang dapat menghayati perasaan berarti dalam hidupnya. Nilai-nilai penghayatan ini didapat melalui interaksi dengan manusia, lingkungan sosial, serta dengan alam yang terjadi karena penerimaan individu terhadap dunia. Terakhir adalah *attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yang dapat diperoleh oleh individu yang menerima dengan penuh kesabaran, ketabahan, serta keberanian terhadap segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dihindari, seperti sakit yang berkepanjangan, kematian, atau mendapat musibah berat.⁷¹ Frankl mengatakan jika penderitaan memiliki makna dalam dirinya ketika menderita karena sesuatu. Penderitaan merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia yang dapat membentuk karakter sekaligus membentuk kekuatan serta ketahanan diri (*self-reliance*).⁷²

⁶⁹Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 195-196.

⁷⁰*Ibid.*, 195-196.

⁷¹*Ibid.*, 15.

⁷²Viktor E. Frankl, *Man's Search For...*, 97.

Esensi dari nilai-nilai bersikap ini adalah terletak pada usaha, ikhlas, dan berserah diri terhadap sesuatu atau kejadian yang tidak bisa dihindari.

d. Komponen-Komponen Makna Hidup

Terdapat tiga komponen makna hidup yang saling berhubungan erat dan saling mempengaruhi:

1) *Freedom of Will* (Kebebasan Berkehendak)

Kebebasan berkehendak merupakan kebebasan individu dalam menentukan sikap (*freedom to take a stand*) terhadap kondisi-kondisi tertentu, baik dalam kondisi lapangan maupun diri sendiri. Kebebasan berkehendak bukan merupakan kebebasan dari bawaan biologis, kesejarahannya, maupun dari kondisi psiko-sosialnya.⁷³ Kebebasan berkehendak ini harus disertai dengan rasa tanggung jawab agar tidak menjadi kesewenang-wenangan.⁷⁴

2) *Will to Meaning* (Hasrat untuk Hidup Bermakna)

Setiap individu selalu menginginkan dirinya menjadi orang yang bermartabat serta berguna bagi dirinya, keluarga, masyarakat, lingkungan kerja, dan berharga di mata Tuhan. Selain itu, setiap individu juga memiliki cita-cita dan tujuan hidup yang jelas yang akan diperjuangkan dengan semangat. Sebuah tujuan hidup yang

⁷³Viktor E. Frankl, *Man's Search for...*, 41.

⁷⁴Hanna Djumhana Bastaman, *Meraih Hidup Bermakna, Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*, (Jakarta: Paramadina, 1996), 41-49.

menjadi awalan dalam pengarahannya segala kegiatan individu tersebut.⁷⁵

Saat hasrat terpenuhi, kehidupan yang dirasakan akan berguna, berarti, dan berharga. Sebaliknya, saat hasrat tidak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan yang dirasakan oleh individu tak bermakna, kosong, dan hampa. Keinginan untuk hidup bermakna memang menjadi motivasi utama pada manusia. Hasrat inilah yang selalu mendorong individu untuk melakukan kegiatan-kegiatan seperti bekerja, berkarya dan sebagainya agar kehidupan yang dirasakan oleh individu akan berharga dan berarti.⁷⁶

3) *Meaning of Life* (Makna Hidup)

Makna hidup merupakan hal yang berharga dan penting bagi individu sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Kehidupan akan sempurna dan individu dapat mengatasi kesulitan dan masalah dalam hidupnya apabila kehidupannya memiliki makna.⁷⁷ Makna hidup setiap orang selalu berubah tetapi tidak pernah hilang. Dalam penderitaan sekalipun makna hidup akan bisa ditemukan, dan bila makna hidup sudah didapat maka akan menimbulkan perasaan bahagia.

Makna hidup dalam Islam sejalan dengan apa yang telah dikonsepsikan oleh teori Barat, yaitu tujuan dari makna hidup tersebut

⁷⁵*Ibid.*, 42.

⁷⁶ Hanna Djumhana Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 44.

⁷⁷*Ibid.*, 45.

adalah sebuah kebahagiaan. Dalam Islam, kebahagiaan yang hendak dicapai adalah kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat seperti dalam Firman Allah, *“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagian) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagiamu dari (kenikmatan) duniawi”* (Q.S. al-Qashash: 77).⁷⁸ Perbedaan makna hidup ini dapat dilihat dari adanya kebahagiaan di akhirat, di mana dalam Islam ada satu kehidupan abadi yang akan dijalani oleh setiap hamba dan kehidupan dunia adalah sebagai perantara untuk kehidupan akhirat. *“Dan kehidupan dunia ini, hanyalah permainan dan senda gurau belaka. Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidaklah kamu memahaminya?”* (Q.S. Al-An’am: 32)⁷⁹

Meskipun hanya sementara, jika dilihat dari firman Allah SWT sebelumnya bahwa adanya anjuran untuk tetap memperhatikan kebahagiaan dunia, karena bagaimanapun kita hidup di atasnya, dan di kehidupan di dunia juga akan berpengaruh kepada kehidupan akhirat. Karena itu, dalam Islam keberbahagiaan di dunia dan akhirat menjadi sebuah tujuan hidup.

⁷⁸ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahannya* (Jakarta; Dua Sehati, 2012).

⁷⁹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahannya* (Jakarta; Dua Sehati, 2012).

3. Narkoba

a. Pengertian Narkoba

Menurut pakar kesehatan, narkoba adalah senyawa-senyawa psikotropika yang digunakan dokter untuk membius pasien atau obat yang dipakai untuk penyakit tertentu tetapi sesuai dengan anjuran atau dosis dari dokter. Tetapi persepsi itu disalahgunakan sehingga pemakaian yang digunakan tanpa takaran atau melebihi dari dosis anjuran.⁸⁰

Narkoba juga merupakan zat atau obat yang jika dimasukkan ke dalam tubuh akan mempengaruhi kinerja tubuh, seperti gangguan pada susunan sistem saraf atau otak sehingga menyebabkan gangguan kesehatan mental, emosional, jasmani, serta fungsi sosial karena ketagihan atau ketergantungan.

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika, dan bahan adiktif lainnya. Menurut UU Nomor 35 Tahun 2009 pasal 1 ayat 1 Tentang Narkoba bahwa narkoba adalah obat atau zat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, yang sintetis maupun semi sintetis yang dapat menyebabkan perubahan atau penurunan kesadaran, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, hilangnya rasa serta dapat menimbulkan ketergantungan berdasarkan golongan-golongan tertentu.⁸¹

⁸⁰Rosdiana, *Cegah Penggunaan Narkoba Melalui Promosi Kesehatan*, (Makassar: Kafah Learning Center, 2018), 5.

⁸¹*Ibid.*, 8.

Dalam UU Nomor 35 Tahun 2009, terdapat tiga jenis golongan narkotika yaitu:⁸²

1) Narkotika Golongan I

Merupakan narkotika yang digunakan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, dan tidak boleh digunakan dalam terapi serta berpotensi tinggi dalam menyebabkan ketergantungan. Contoh: kokain, daun koka, heroin, opium, jicing, katinon, ganja, MDMA atau ecstasy, dan lain-lain.

2) Narkotika Golongan II

Merupakan narkotika yang berguna dalam pengobatan dan biasanya digunakan sebagai pilihan terakhir, dapat digunakan dalam terapi, serta digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan, dan berpotensi menyebabkan ketergantungan. Contoh: petidin, metadon, morfin, fentanil, dan lain-lain.

3) Narkotika Golongan III

Merupakan narkotika yang memiliki daya adiktif yang ringan, tetapi bermanfaat dan berkhasiat untuk pengobatan. Banyak digunakan dalam pengembangan ilmu pengetahuan. Contoh: etilmorfina, codein, buprenorfin, dan lain-lainnya.

⁸²Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 Tentang Narkotika

b. Sifat-Sifat Penyalahgunaan Zat

Ada tiga sifat dalam penyalahgunaan zat, di antaranya.⁸³

- 1) Depresan (*downer*), jenis ini berfungsi untuk mengurangi aktivitas fungsional tubuh. Saat individu memakai jenis ini maka ia akan menjadi tenang bahkan tertidur seperti tidak sadarkan diri. Apabila dipakai melebihi dari dosis maka akan menyebabkan kematian. Contohnya: putaw, *sedativ* (penenang), *tranquilizer* (anti cemas), opioda (morfin, heroin, codein), dan hipnotik (obat tidur).
- 2) Stimulan (*upper*), jenis ini merangsang fungsi tubuh untuk meningkatkan gairah atau semangat bekerja. Membuat individu menjadi lebih segar, aktif, dan bersemangat. Contoh: kokain, *amphetamine* (shabu, ekstasi).
- 3) Halusinogen, jenis ini dapat memunculkan efek halusinasi yang mengubah perasaan, pikiran, serta menciptakan daya pandang yang berbeda sehingga seluruh perasaan menjadi terganggu. Halusinogen kebanyakan berasal dari tanaman, seperti *psilocybin* dari jamur-jamuran dan *mescaline* dari kaktus. Contoh: mariyuana (ganja).

c. Faktor-Faktor Penyalahgunaan Narkoba

Terdapat tiga faktor utama yang menjadi pemicu individu dalam menyalahgunakan narkoba: faktor individu, obat, dan lingkungan.⁸⁴

- 1) Faktor Individu

⁸³Rosdiana, *Cegah Penggunaan...*, 20.

⁸⁴*Ibid.*, 43.

Keadaan mental, fisik, dan psikologis individu dapat menyebabkan individu menggunakan narkoba. Kondisi mental yang ditandai dengan gangguan mental, gangguan kepribadian, depresi dapat memperbesar kecenderungan tersebut. Faktor individu ini di antaranya:

a) Aspek Biologis

Aspek ini berasal dari dalam individu seperti keinginan untuk bersenang-senang, keingintahuan yang besar untuk mencoba sesuatu tanpa berpikir panjang dan tanpa memikirkan efek atau dampak dari kegiatan yang dilakukan, keinginan untuk diterima di kalangan kelompok atau lingkungan tertentu dan sebagai pelarian dari rasa bosan atau menghadapi masalah hidup yang di luar perkiraan, serta keinginan untuk mengikuti tren atau gaya hidup.⁸⁵

b) Aspek Psikologis

Ditandai dengan kepercayaan diri terhadap ketidakmampuan individu untuk mengelola stres atau masalah yang sedang dihadapi, coba-coba untuk mendapatkan pengalaman yang baru dan ada juga memiliki kondisi mental yang lemah sehingga menyebabkan individu mudah goyah dan terpengaruh dalam ajakan yang buruk.⁸⁶

⁸⁵ Isep Zainal, *Bimbingan Penyuluhan Islam: Pengembangan Dakwah Melalui Psikoterapi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009), 158.

⁸⁶Rosdiana, *Cegah Penggunaan...*, 63.

2) Faktor Obat

- a) Adanya perubahan nilai dan zaman terhadap arti dan alasan penggunaan zat psikoaktif. Contohnya adalah penggunaan obat tidur yang sekarang sering digunakan oleh individu tanpa resep atau takaran yang tepat dari dokter untuk membantu individu yang sulit tidur.
- b) Adanya keyakinan bahwa obat dapat meningkatkan rasa percaya diri dan dapat mengurangi beban atau masalah yang terjadi pada individu.

3) Faktor Lingkungan

a) Hubungan keluarga

Kondisi keluarga yang kurang harmonis serta memiliki banyak masalah mendorong individu untuk melarikan diri ke alam mimpinya melalui obat.⁸⁷ Selain itu juga kurangnya komunikasi atau keterbukaan yang terjadi di dalam keluarga sehingga membuat individu mencari hal lain untuk menyelesaikan permasalahannya.⁸⁸

b) Hubungan teman sebaya

Pengaruh teman memiliki efek yang sangat besar. Adakalanya individu menggunakan zat terlarang agar diterima di kelompok tertentu, atau takut dikucilkan oleh anggota kelompok,

⁸⁷*Ibid.*, 65.

⁸⁸*Ibid.*, 68.

serta akan dipandang sudah dewasa apabila menggunakan zat terlarang.

d. Dampak Penyalahgunaan Narkoba

Dampak ini tergantung pada jenis narkoba yang digunakan oleh individu. Tetapi dampak ini dapat dilihat dari fisik, psikis, sosial dan sebagainya.

1) Dampak Fisik

Adaptasi biologis tubuh individu dengan penggunaan narkoba dalam jangka yang panjang dapat dikatakan cukup ekstensif, terutama untuk kelompok *downers*. Tubuh individu dapat berubah lebih banyak hingga sel-sel atau organ dalam tubuh individu menjadi ketergantungan pada zat terlarang sehingga dapat berfungsi normal apabila individu menggunakan zat tersebut.⁸⁹

Jika perbuatan individu yang menggunakan narkoba dihentikan, ini akan mengubah susunan dan keseimbangan kimia tubuh sehingga memerlukan waktu yang panjang dalam pemulihannya. Efek yang ditimbulkan dari penggunaan narkoba di antaranya:

- a) Gangguan pada sistem saraf (neurologis), seperti kejang-kejang, halusinasi, kerusakan syaraf tepi, hingga gangguan kesadaran.
- b) Gangguan pada kulit (dermatologis), seperti penanahan (abses), eksim, dan alergi.

⁸⁹*Ibid.*, 70.

- c) Gangguan pada jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular), seperti gangguan peredaran darah, dan infeksi akut otot jantung.
 - d) Gangguan pada paru-paru (*pulmoner*), seperti penekanan fungsi pernapasan, dan pengerasan pada jaringan paru-paru.
 - e) Sering sakit kepala, seperti mual, muntah, sulit tidur, serta meningkatnya suhu tubuh.
- 2) Dampak Psikis
- a) Hilangnya kepercayaan diri, penuh curiga, dan apatis
 - b) Sulit berkonsentrasi, perasaan menjadi tertekan, dan sering merasa kesal.
 - c) Pikiran dan perilaku menjadi obsesif kompulsif.
 - d) Adanya sugesti yang muncul dari alam bawah sadar.
- 3) Dampak Sosial
- a) Gangguan mental, anti-sosial dan -susila, serta dikucilkan dari lingkungan.
 - b) Pendidikan atau karier menjadi terganggu.
- 4) Dampak Spiritual

Individu yang menggunakan narkoba akan membuat narkoba menjadi prioritas atau pusat kehidupannya, bahkan dapat dikatakan sebagai pengganti posisi Tuhan.⁹⁰ Narkoba dianggap sebagai sahabat sehingga individu menganggap bahwa narkoba lebih penting daripada

⁹⁰*Ibid.*, 73.

keselamatan hidup. Narkoba juga membuat individu melupakan Tuhannya dan fokus hanya untuk narkoba.

Agama Islam sangat memperdulikan tentang keselamatan hidup. Hal tersebut didasarkan pada ayat Al-Quran yang menjelaskan pentingnya dalam pengambilan keputusan baik ke jalan yang benar maupun tidak, seperti yang dijelaskan oleh Allah dalam firman-Nya:⁹¹

"Kecuali jika Allah menghendaki. Sungguh, Dia mengetahui yang terang dan yang tersembunyi". (Q.S. Al-A'la 87: Ayat 7)

"Dan Kami akan memudahkan bagimu ke jalan kemudahan (mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat)". (Q.S. Al-A'la 87: Ayat 8)

Oleh karena itu, suatu pembelajaran bisa mempergunakan berbagai metode dan pencapaian tertinggi dari proses perkembangan kognitif adalah intelegensi.⁹² Proses aktivitas tersebut terjadi sebagai akibat dari stimulus yang diterima oleh manusia dan merespons terhadap stimulus tersebut sehingga mempunyai arti. Pada saat pengolahan informasi pada otak, disinilah fungsi kognitif terjadi. Melalui proses berpikir ini dan seiring dengan proses perkembangan kognitif yang dialami, seorang individu menentukan perilaku yang ditampilkan apakah memilih perilaku positif atau perilaku negatif seperti perilaku penyalahgunaan narkoba tersebut.

⁹¹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Jakarta: Dua Sehati, 2012).

⁹² Secara umum manusia mengenal inteligensi sebagai istilah yang menggambarkan kecerdasan, kepintaran, maupun kemampuan individu untuk memecahkan masalah. Inteligensi berasal dari kata Latin *intelligere* yang berarti mengorganisasikan, menghubungkan atau menyatukan satu dengan yang lain. Lihat: Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta: Andi Offset, 2002)

5) Dampak Emosional

Saat individu menggunakan narkoba, *mood*, perasaan, dan emosi individu akan berubah. Perubahan yang muncul bukan perubahan yang ringan, karena individu sering mengalami perasaan bersalah, perasaan tidak berguna serta depresi mendalam yang membuat individu ingin bunuh diri.⁹³ Perasaan ini membuat individu ingin terus menerus menggunakannya karena efeknya dapat mematikan perasaan dan emosi individu.

e. Pandangan Islam tentang Narkoba

Ajaran Islam sangat tegas mengharamkan sesuatu yang memabukkan, seperti khamar dan ganja. Hal ini disebutkan dalam Al-Quran dan Hadist sebagai berikut:

1. Menurut Al-Quran

"Hai orang-orang yang beriman! Sesungguhnya arak, judi, berhala, dan undian adalah kotor dari perbuatan syaitan. Karena itu, jauhilah ia supaya kamu bahagia. Syaitan hanya bermaksud untuk mendatangkan permusuhan dan kebencian di antara kamu disebabkan khamar dan judi, serta menghalangi kamu ingat kepada Allah dan sembahyang. Apakah kamu tidak mau berhenti?" (Q.S. Al-Maidah: 90-91).⁹⁴

⁹³*Ibid.*, 77.

⁹⁴Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Quran dan Terjemahannya* (Jakarta; Dua Sehati, 2012).

Surat Al-Maidah menunjukkan tentang keharaman beberapa hal, keharaman tersebut dikarenakan mengandung keburukan apabila dikerjakan. Tentu saja individu yang menggunakan narkoba akan melupakan ibadah kepada Allah. Hari-harinya dihabiskan untuk mencari dan mengonsumsi narkoba karena apabila tidak menikmati barang haram, tubuhnya merasakan sakit. Narkoba dapat mengganggu kemurnian jiwa, merusak moral dan menyebabkan perilaku seks bebas. Dibalik itu semua, narkoba dapat menghabiskan uang dan merobohkan fondasi rumah tangga. Uang yang dipakai untuk membeli bahan makanan atau keperluan rumah tangga tersebut adalah oleh pecandu-pecandu narkoba akan diambilnya dari harta hidup anak-anaknya, orang tuanya, dan istrinya, dan mungkin individu pecandu akan berbelok ke suatu jalan yang tidak baik yaitu dengan mengambil keuntungan dari penjualan narkoba, seperti menjadi. Semua ini dilakukan hanya untuk memenuhi kebutuhan barang haram. Penjelasan ini menunjukkan bahwa individu pengguna zat merusak beberapa hal yaitu agama, jiwa, akal, kehormatan, dan harta padahal agama, jiwa, akal, kehormatan dan harta adalah beberapa hal yang dijaga di dalam ajaran agama Islam.

2. Menurut Hadits

Dari Anas, *“ia berkata: Nabi SAW mencabuk dalam perkara khamar dengan pelapah kurma dan dengan sandal. Abu Bakar*

mencambuk dalam perkara khamar sebanyak 40 kali". (H.R. Bukhari dan Muslim)⁹⁵

Berdasarkan hadits di atas menegaskan bahwa Nabi telah memperingatkan manusia untuk menjauhi khamar sesuatu yang memabukkan dilarang oleh Allah karena dampaknya akan mengalami gangguan mental, gangguan fisik dan penyakit kronis. Selain itu, menjadikan seseorang jauh dari Allah. Islam menangani para pecandu narkoba dengan melakukan terapi agama melalui shalat, membaca Al-Quran dan zikir sebagai sarana pengontrol *qalbu* yang menyimpang dari ajaran agama.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan pendekatan penelitian lapangan (*field research*). Penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan pelaku yang diamati, diarahkan dari latar belakang individu secara utuh (*holistic*) tanpa mengisolasi individu dan organisasinya dalam variabel tetapi memandangnya sebagai bagian dari

⁹⁵ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Lu'lu' wal Marjan*, (Jakarta: Pustaka As-Sunnah, 2008), 138.

suatu keutuhan.⁹⁶ Penelitian kualitatif sering pula disebut metode etnografi, metode fenomenologi, atau metode impresionistik,⁹⁷

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan yang bersifat fenomenologi. Menurut Husserl, fenomenologi adalah penelitian tentang pengalaman subjektif yang menekankan pada masing-masing pribadi.⁹⁸ Dengan menggunakan fenomenologi dapat memahami tentang motivasi, tindakan, perilaku dan lain-lain secara holistik. Pendalaman data telah dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan juga melalui observasi langsung (*observation*). Dalam konteks ini, objek biasa menampakkan sudut pandangnya kepada peneliti.⁹⁹ Secara umum, penelitian ini didasarkan pada prinsip-prinsip deskriptif analitis/analisis deskriptif. Analisis deskriptif dipahami sebagai suatu bentuk analisis yang ditujukan kepada pemecahan masalah yang terjadi pada masa sekarang.¹⁰⁰ Fenomenologi bertujuan untuk mengetahui dunia atau pengalaman partisipasi dari sudut pandang orang yang mengalaminya secara langsung untuk mengekspresikan dengan bebas dunia pengalaman pribadinya.¹⁰¹ Dalam penelitian ini berbagai aspek individu, kelompok,

⁹⁶Nana Sudjana, *Penelitian dan Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2004), 195.

⁹⁷Lexy J Mclcong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi, (Bandung: Remaja Rokdakarya, 2017), 4.

⁹⁸Y. F. La Kahija, *Penelitian Fenomenologis Jalan Memahami Pengalaman Hidup*, (Yogyakarta: Kanisius, 2017), 32.

⁹⁹Sandu Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 109.

¹⁰⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), 62.

¹⁰¹Y. F. La Kahija, *Penelitian...*, 39.

organisasi dikaji sebanyak mungkin mengenai permasalahan pada makna hidup sehingga konselor menerapkan teknik konseling pada saat ini.¹⁰²

2. Sumber Data Penelitian

Sumber data yang peneliti gunakan ada dua, yaitu data primer dan data sekunder.¹⁰³

- a. Sumber data primer adalah data yang langsung diperoleh oleh peneliti yang memiliki wewenang serta tanggung jawab dalam pengumpulan maupun penyimpanan data. Adapun yang menjadi sumber data primer adalah konselor dan residen di Klinik Pratama Segar Waras di BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.
- b. Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh oleh peneliti tidak langsung dari sumber utama. Sumber data ini dapat berbentuk dokumen. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dokumentasi, buku-buku atau arsip dari lembaga.

3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh hasil penelitian yang valid, peneliti perlu menggunakan sumber-sumber yang benar dan dipercaya kebenarannya, untuk mendapatkan data yang sesuai maka peneliti melakukan pengumpulan data dengan teknik sebagai berikut:

- a. Wawancara

22. ¹⁰²Agus Salim, *Teori dan Paradigma Penelitian Sosial*, (Yogyakarta: Tiara Wacan, 2006),

¹⁰³ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 91.

Wawancara merupakan percakapan diantara dua orang dan salah satunya bertujuan untuk mendapatkan dan menggali informasi dengan tujuan tertentu. Teknik ini untuk mendapatkan informasi dan menjawab pertanyaan dari permasalahan utama yang diteliti peneliti. Wawancara ini berfokus pada partisipan dan tetap memegang teguh pada arahan, sasaran dan fokus penelitian yang diteliti.¹⁰⁴ Wawancara yang dilakukan adalah semi terstruktur.

Wawancara semi terstruktur masuk dalam kategori *in-dept interview* yang pelaksanaannya lebih bebas, dan merupakan kombinasi dari wawancara tidak struktur dan wawancara terstruktur. Ciri-ciri dari wawancara ini adalah pertanyaan yang diajukan lebih terbuka, alur pembicaraan dan kecepatan wawancara dapat diatur, ada pedoman wawancara yang dijadikan patokan dalam alur serta wawancara yang fleksibel dan terkontrol.¹⁰⁵

Dalam menggunakan wawancara semi terstruktur, peneliti telah dapat mengembangkan pertanyaan kepada partisipan sesuai dengan kebutuhan peneliti terhadap kedalaman informasi yang peneliti inginkan. Wawancara yang dilakukan berbeda-beda tergantung partisipan, ada yang hanya satu kali atau ada yang lebih, tergantung dengan kelengkapan data dan informasi yang dibutuhkan peneliti.

¹⁰⁴ Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi* (Jakarta: Salemba Humanika, 2015), 118.

¹⁰⁵ Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian, Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas, dan Studi Kasus* (Bandung: Jejak, 2017), 68.

b. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan suatu cara untuk mengumpulkan data dengan mengadakan pengamatan kegiatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang diteliti.¹⁰⁶ Dalam hal ini, peneliti mengamati bagaimana keseharian mereka dalam aktivitas sehari-hari serta cara mereka memaknai hidup.

Observasi yang dilakukan peneliti adalah observasi langsung. Observasi langsung adalah observasi terhadap peristiwa-peristiwa atau perilaku aktual dan melihat pada saat kejadian.¹⁰⁷ Dalam observasi ini, peneliti langsung mengamati partisipan di lapangan dengan melihat dan mendengarkan apa yang partisipan lakukan. Peneliti telah dapat melihat situasi dan kondisi partisipan secara langsung.

Berdasarkan pelaksanaannya, peneliti menggunakan observasi non-partisipan yaitu observasi yang dilakukan peneliti tanpa terlibat langsung dalam kegiatan sehingga peneliti hanya melakukan satu fungsi yaitu sebagai pengamat independen.¹⁰⁸ Peneliti hanya berperan sebagai pengamat dalam mengamati kegiatan partisipan di lembaga klinik ini sehingga mendapatkan hasil yang valid.

c. Dokumentasi

Teknik dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen, baik tertulis,

¹⁰⁶ Hadari Nawawi, *Metodologi Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2019), 100.

¹⁰⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2009), 200.

¹⁰⁸ Lexy J. Molcong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), 176.

gambar maupun elektronik yang digunakan untuk membandingkan suatu keterangan atau informasi penjelasan dalam informasi yang tertulis.¹⁰⁹ Metode ini digunakan untuk memperkuat hasil dari penelitian yang dilakukan, peneliti memanfaatkan arsip atau data yang diberikan oleh Klinik Pratama Segar Waras dan juga dokumentasi wawancara yang peneliti lakukan.

4. Teknik Analisis Data

Dalam analisis data kualitatif yang dilakukan dalam penelitian fenomenologi yaitu menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA).

Menurut Jonathan Smith dalam buku Y. F. La Kahija memaparkan tahap-tahap dalam analisis transkrip data dalam IPA yaitu.¹¹⁰

a. Membaca transkrip berkali-kali (*reading and re-reading*)

Menuliskan transkrip wawancara dari audio rekaman ke dalam transkrip bentuk tulisan kemudian membaca transkrip tersebut berkali-kali agar peneliti dapat mendalami atau menyatu dengan pengalaman partisipasi dalam bentuk tertulis.

b. Membuat catatan-catatan awal (*initial noting*)

Setelah membaca berkali-kali, peneliti membuat catatan-catatan awal dengan memberikan komentar eksploratoris terhadap transkrip tersebut. Analisis ini dilakukan dengan tujuan untuk menghasilkan

¹⁰⁹*Ibid.*, 133.

¹¹⁰Y. F. La Kahija, *Penelitian Fenomenologis...*, 117.

seperangkat catatan dan komentar komprehensif dan mendetail mengenai data.

c. Membuat tema *emergen*

Selanjutnya yaitu membuat tema. Tema yang dibuat pada dasarnya merupakan pemadatan dari komentar yang dibuat sebelumnya. Membaca kembali komentar eksploratoris dari awal kemudian menarik keluar tema-tema *emergen*. Tema *emergen* atau tema yang keluar dari komentar eksploratoris bisa berupa kata atau frasa.

d. Membuat tema *superordinat*

Tema *superordinat* berarti tema yang posisinya berada di atas tema-tema *emergen*. Tema *superordinat* menampung beberapa tema *emergen* dan kemudian mencari hubungan dengan tema-tema yang muncul. Hal ini dilakukan setelah peneliti menetapkan subkategori tema pada transkrip dan kemudian telah diurutkan secara kronologi.

H. Rancangan Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri atas empat bab yang saling berkesinambungan yang utuh. Adapun keempat bab tersebut adalah sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan

Bab ini berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, landasan teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II Gambaran Lokasi Penelitian

Bab ini berisi tentang informasi profil, struktural, program, dan tugas serta fungsi Instansi/Lembaga yang menjadi lokasi penelitian.

BAB III Sisi Positif Penggunaan *Motivating Interviewing*

Bab ini berisi tentang hasil penelitian yang memuat tentang penyajian data, implementasi dalam menangani residen rehabilitasi narkoba dan analisis menjawab rumusan masalah mengenai teknik motivational interviewing dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi narkoba di Badan Narkotika Nasional Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

BAB IV PENUTUP

Bab ini berisi tentang kesimpulan dari penelitian yang dilakukan, serta sumbangsih saran untuk penelitian selanjutnya.



BAB IV

PENUTUP

A. Simpulan

Pada bab ini peneliti akan memaparkan hasil final penelitian yang mencerminkan refleksi dari temuan peneliti di Klinik Pratama Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta terkait teknik *motivational interviewing* dalam menumbuhkan makna hidup residen rehabilitasi dan saran yang merupakan tindakan lanjutan dari penelitian ini.

Layanan teknik *motivational interviewing* pada residen rehabilitasi di Klinik Pratama Segar Waras BNN Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dilaksanakan sebagai bentuk pelayanan klinik. Pelayanan teknik *motivational interviewing* yang diberikan oleh konselor Klinik Pratama Segar Waras kepada residen rehabilitasi diantaranya tahap asesmen, tahap asesmen, mengekspresikan empati, mengembangkan diskrepansi, menerima resistensi, dan mendukung efikasi diri yang diterapkan dalam proses penyembuhan residen sehingga residen menemukan kebermaknaan hidup melalui beberapa aspek.

Aspek yang pertama adalah sumber-sumber makna hidup yang diperoleh dari penelitian adalah nilai-nilai kreatif yang muncul dalam diri partisipan dengan bertanggung jawab dan dengan mengikuti kegiatan dengan baik selama rehabilitasi. Nilai-nilai penghayatan dengan mendekati diri kepada Tuhan dan didapatkan oleh kedua partisipan dikarenakan selama penggunaan narkoba, partisipan tidak mementingkan aspek spiritual dalam diri mereka. Nilai-nilai penghayatan dalam diri partisipan, untuk hal ini partisipan

AB memiliki nilai-nilai penghayatan yang bagus dibandingkan partisipan BC. Sedangkan dalam nilai bersikap residen diajarkan dalam mengontrol emosi, kesabaran sehingga kedua residen sudah dapat mengontrol emosi dengan baik.

Selain itu ada juga dimensi makna hidup yaitu dimensi personal, pemahaman diri dan perubahan sikap yang lebih baik. Untuk hal ini partisipan satu AB lebih dapat memahami dirinya dengan cepat dan mengubah sikapnya dengan baik, sedangkan partisipan kedua BC memiliki pemahaman diri yang lama dan perubahan sikap yang relatif lama. Kemudian dimensi nilai yaitu makna hidup yang dimiliki partisipan melalui beberapa aspek saja, tidak menyeluruh. Kemudian dalam kegiatan terarah untuk pengembangan potensi belum didapatkan semua partisipan karena masih fokus dalam pemulihan. Sehingga partisipan pertama AB menemukan makna hidup lebih cepat dari partisipan lainnya melalui pelayanan rehabilitasi, motivasi individu, agama serta dukungan keluarga atau keluarga. Partisipan kedua BC menemukan makna hidup melalui pelayanan rehabilitasi serta dukungan keluarga.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan kesimpulan, ada beberapa hal yang menjadi saran, diantaranya

1. Peneliti menyarankan kepada partisipan agar dapat menerima segala sesuatu yang dihadapinya sekarang. Menjadi pribadi yang lebih semangat lagi saat menjalani rehabilitasi dan terus berlatih untuk mengontrol emosi ketika berada dilingkungan.

2. Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian, hendaknya terus membangun *rapport* kepada partisipan agar nanti terbuka saat wawancara berlangsung sehingga data yang diperoleh bervariasi dan mendalam.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Asmara, Toto. *Membudayakan Etos Kerja Islam*. Jakarta: Gema Insani, 2002.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Baqi, Muhammad Fuad Abdul. *Al-Lu'lu' wal marjan*. Jakarta: Pustaka As-Sunnah, 2008.
- Bastaman, Hanna Djumhana. *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007.
- _____. *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2005.
- _____. *Meraih Hidup Bermakna, Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina, 1996.
- _____. *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*, Jakarta: Paramadina, 1996.
- Departemen Agama RI. *Al-Quran dan Terjemahannya*. Jakarta: Dua Sehati, 2012.
- Erfoed, Bradley T. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Fitrah, Muh dan Luthfiyah. *Metodologi Penelitian, Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas, dan Studi Kasus*. Jawa Barat: CV Jejak. 2017.
- Frank, Viktor E. *Man's Search For Meaning*. Jakarta Selatan: Mizan Publika, 2019.
- Harlina, Lydia dan Satya Joewana. *Pencegahan dan Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Berbasis Sekolah*. Jakarta: Balai Pustaka, 2006.
- Herdiansyah, Haris. *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika, 2015.
- Himpunan Peraturan Perundang-Undangan, *Undang-Undang Psicotropika, Narkotika dan Zat Adiktif Lainnya*. Bandung: Fokus Media, 2011.

- Imaningtyas, Intan dan Carolina L. Radjah. *Inovasi Penyusunan Program dan Pelaksanaan Berbasis Information and Communication Technologies (ICT)*. Malang: Wineka Media, 2018.
- Kahija, Y. F. La. *Penelitian Fenomenologis Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Yogyakarta: Kanisius. 2017.
- Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana. 2011.
- Meleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi. Bandung: Remaja Rokdakarya, 2017.
- Miller, William R. & Stephen Rollnick. *Motivational Interviewing: Preparing People for Change*. New York, NY: Guilford Press, 2007.
- _____. *Motivational Interviewing Helping People Change*. New York, NY: Guildford Press, 2013.
- Mulawarman dan Mayang T. Afriwilda, *Motivational Interviewing: Konsep dan Penerapannya*. Jakarta: Kencana, 2020.
- Nawawi, Hadari. *Metodologi Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2019.
- Purnama, Dharmawan Ardi. *Pembaharuan Logoterapi Viktor Frankl: Pencarian Makna Hidup Melalui Interpretasi Hermeneutika Naratif Restoratif*. Yogyakarta: Kanisius, 2021.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014.
- Rachmawati, Yuanita Lely, Anton Rahardjo, dan Diah Ayu Maharani. *Mengenal Motivational Interviewing: Metode Wawancara Membantu Perubahan Perilaku*. Malang: Universitas Brawijaya Press, 2021.
- Rosdiana. *Cegah Penggunaan Narkoba Melalui Promosi Kesehatan*. Makassar: Kafah Learning Center, 2018.
- Saam, Zulfan. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Rajawali Pers. 2014.
- Salim, Agus. *Teori dan Paradigma Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Tiara Wacana, 2006.

- Siyoto, Sandu. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Sudjana, Nana. *Penelitian dan Penelitian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2004.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2009.
- _____. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Supriyanto, Agus dan Nurlita Hendiani. *Pendekatan Bimbingan dan Konseling Narkoba*. Yogyakarta: K-Media, 2002.
- Uno, Hamzah B. *Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara, 2016.
- Walgito, Bimo. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset, 2002.
- Winarko, Heru. *Jadikan Narkoba Musuh Kita Bersama*, Press Release Akhir Tahun, Jakarta: BNN, 2019.
- Zainal, Isep. *Bimbingan Penyuluhan Islam: Pengembangan Dakwah Melalui Psikoterapi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009.

Artikel Jurnal dan Thesis

- Afriwilda, Mayang T. dan Mulawarman Mulawarman. "The Effectiveness of Motivational Interviewing Counseling to Improve Psychological Well-Being on Students with Online Game Addiction Tendency." *Islamic Guidance and Counseling Journal* 4, no. 1 (2021): 106–15.
- Almukharomah, Meka dan Padmono Wiwbowo. "Faktor Pendorong Residivisme Tindak Pidana Narkotika di Lembaga Perumahan Masyarakat Kelas II B". *Jurnal Pendidikan Kawarganegaraan Undiksha Arga Makmur* 10, no. 1 (2022).
- Amanda, Maudy Pritha, Sahadi Humaedi, dan Meilanny Budiarti Santoso. "Penyalahgunaan Narkoba Dikalangan Remaja (*Adolescent Substance Abuse*)". *Jurnal Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat* 14, no. 2 (2017): 340.

- Anisah, Laelatul. "Efektivitas Konseling Motivational Interviewing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Broken Home di SMP Negeri 1 Pelaihari". *AL-ULUM SOSIAL HUMANIORA* 6, no. 1 (2020): 20-21.
- Apriyadi, Abi . "Implementasi Teknik Motivational Interviewing Untuk Memperkuat Aktualisasi Diri Siswa MAN 4 Bantul Yogyakarta". *Master's Thesis*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020.
- Argo, Abi Risa Bayu, Karyono, dan Ika Febrian Kristiana. "Kebermaknaan Hidup Mantan Punks: Studi Kualitatif Fenomenologis". *Jurnal Psikologi Undip* 13 no.1 (April 2014): 93-101.
- Ariyanti, Ni Made Putri dan Tience Debora Valentina. "Kehidupan Bermakna Perempuan yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga". *Jurnal Psikologi Udayana* 3, no. 2 (2016): 20–31.
- Azizah, Nurul, Mungin Eddy Wibowo dan Edy Purwanto. "The Effectiveness of Strength Based Intervention Motivational Interviewing Group Counseling to Improve Students' Self Compassion". *Jurnal Bimbingan Konseling* 9, no. 2 (2020): 5.
- Bukhori, Baidi. "Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kesehatan Mental Narapidana". *Jurnal Ad-din* 4, no.1 (2012): 1-19.
- Bustan, Radhiya dan Emmalia Sutiasasmitha. "Pengabdian Kepada Masyarakat Pelayanan Konseling Individu dan Kelompok pada Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Tangerang". *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora* 4, no. 4 (10 Oktober 2018): 237.
- Cahaya, N. I. *Guilty Feeling: Motivasi Berhenti pada Pemakai Napza*, <http://etd.library.ums.ac.id>, diakses tanggal 16 Juni 2020.
- Desi Syaputri, Dwi. "Resiliensi dan Kebermaknaan Hidup Mantan Narapidana Penyalahgunaan Narkoba di Korong Tigo Jerong Kecamatan V Koto Timur Kabupaten Padang Pariaman". *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development* 4, no.1 (2021): 31-44.
- Hairina, Yulia dan Shanty Komalasari. "Kondisi Psikologis Narapidana Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Klas II Karang Intan, Martapura, Kaliresiden Selatan," *Jurnal Studia Insania* 5, no. 1 (31 Mei 2017): 94.
- Hettema, Jennifer. "Motivational Interviewing". *Annual Review of Clinical Psychology* 1, no. 1 (2005): 91-111.

- Hidayati, Ilmi. "Metode Dakwah Dalam Menguatkan Resiliensi Residen Penyalahgunaan Narkobatika, Psikotropika, dan Zat Adiktif Lainnya (NAPZA)". *Jurnal Ilmu Dakwah* 36, on. 1 (2016).
- Kumar, Saurav, Mona Srivastava, Manushi Srivastava, Avadhesh Kumar, and Abhimanyu Gupta. "Motivational Interviewing Tool for Health Recovery". *International Journal of Indian Psychology* 4, no. 1 (2016): 50.
- Kusuma, Emil Niti. "Sumber Makna Hidup Nelayan Pantai Menganti: Studi Interpretative Phenomenological Approach (IPA)". *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity* 1, no. 1 (2019): 62–81.
- Kuswatun, Eni dan Maemonah. "Konseling Religius: Suatu Proses Penemuan Makna Hidup Remaja Gagal Menikah". *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya* 2, no. 2, (2021): 32–37.
- Lin, Li. "Longitudinal Associations of Meaning in Life and Psychosocial Adjustment to the COVID-19 Outbreak in China". *British Journal of Health Psychology* 26, no. 2 (2021): 25–34.
- Ma'ruf, Amar. "Pendekatan Studi Islam dalam Rehabilitasi Penyalahguna Narkoba". *Jurnal Tawadhu* 2, no 1 (2018).
- Mandira, Tria Monja, Marjohan Marjohan, dan Feri Fernandes. "Gambaran Kecemasan Narapidana Wanita di Sumatera Barat". *Holistik Jurnal Kesehatan* 13, no. 3 (Oktober 2019): 213.
- Pranungsari, Dessy dan Fatwa Tentama. "Kebermaknaan Hidup Anak Jalanan Perempuan yang Memiliki Anak atas Kehamilan yang Tidak Dikehendaki". *HUMANITAS* 15, no. 1 (2018): 24.
- Prastiwi, Eka Yuly Budi dan Listyaningsih. "Motivasi Remaja Dalam Mengikuti Rehabilitasi Narkoba di Yayasan Plato Foundation Provinsi Jawa Timur". *Jurnal Kajian Moral dan Kewarganegaraan* 5, no. 2 (2017).
- Putri, Prahastia Kurnia dan Tri Kurniati Ambarini. "Makna Hidup Penderita Skizofrenia Pasca-Rawat Inap". *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 1, no. 2 (2012).
- Rosidah dan Mohammad Salehudin. "Konseling Adiksi Terhadap Efikasi Diri Klien Rehabilitasi Rawat Jalan Badan Narkotika Nasional Provinsi Kalimantan Timur". *Taujih: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 1 (2021).

- Sabrina, Rizqa. “Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus.” *Seminar ASEAN (2nd Psychology & Humanistic)*. 2017.
- Safaria, Triantoro. “Perbedaan Tingkat Kebermaknaan Hidup Antara Kelompok Pengguna Napza Dengan Kelompok Non-Pengguna Napza”. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal* 5, no. 1(2008): 72.
- Saputra, Teuku Amnar. “Living Islamic Value Untuk Menurunkan Stres dan Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Siswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT): Studi pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Sigli”. *Master’s Thesis*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021.
- Satyajati, Monika Windriya. "Menerjemahkan Empati dan Penerimaan dalam Sesi Konseling". *Praxis: Jurnal Sains, Teknologi, Masyarakat dan Jejaring* 2, no.1 (2019): 80-95.
- Setiawan, Arif, Dwi Yuwono Puji Sugiharto, dan Edy Purwanto. “Efektivitas Konseling Motivational Interviewing (MI) Dalam Mereduksi Adiksi Smartphone Siswa”. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* 1, 2021.
- Tarsan, Vitalis. “Memahami dan Mengelola Resistensi Atas Perubahan”. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar* 2, no 1 (2018), 98-111.
- Tristiana, Rr Dian. “Keefektifan Intervensi Psikologis: Motivational Interviewing Program Untuk Meningkatkan Manajemen Diri dan Kontrol Glikemik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2,” *Jurnal Ners Lentera* 4, no. 2 (2016): 66–77.
- Yıldırım, Murat dkk. “Meaning in Life, Religious Coping, and Loneliness During the Coronavirus Health Crisis in Turkey”. *Journal of Religion and Health* 60, no. 4 (2021): 71–85.

Sumber Internet/Web

<https://jogja.suara.com/read/2021/12/16/182448/diy-masuk-lima-besar-penggunaan-narkoba-tertinggi-di-indonesia>

Sobell. *Motivational Techniques and Skill For Health and Mental Health Coaching/Counseling*. www.nova.edu/gsc/forms/mi-techniques-skill.pdf.
Diakses pada tanggal 29 Juni 2021.

Wawancara

Wawancara dengan AB selaku residen rehabilitasi di Klinik Pratama Segar Waras

Wawancara dengan BC selaku residen rehabilitasi di Klinik Pratama Segar Waras

Wawancara dengan Ibu Nurlita selaku konselor di Klinik Pratama Segar Waras

Wawancara dengan Ibu Windy Elfasari, selaku Dokter, Asesor Medis & Konselor di Klinik Pratama Segar Waras