

***SELF-FORGIVENESS* PADA PENYINTAS NARKOBA PASCA
KONSELING REHABILITASI DI PABM NAWACITA JOGJA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

Oleh:
Filda Alifatul Farahiyah
NIM 20102020037

Pembimbing:
Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd.
NIP. 19890520 201903 1 009

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-490/Un.02/DD/PP.00.9/03/2024

Tugas Akhir dengan judul : *SELF-FORGIVENESS* PADA PENYINTAS NARKOBA PASCA KONSELING REHABILITASI DI PABM NAWACITA JOGJA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FILDA ALIFATUL FARAHYAH
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020037
Telah diujikan pada : Kamis, 07 Maret 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 65f41e00433e3



Penguji I
Slamet, S.Ag, M.Si
SIGNED

Valid ID: 65f402021b6c5



Penguji II
Nur Fitriyani Hardi, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 65f3e1c3798e5



Yogyakarta, 07 Maret 2024
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 65f7e2715f36

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari:

Nama : Filda Alifatul Farahiyah
NIM : 20102020037
Judul Skripsi : Self-Forgiveness Pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi Di Pabm Nawacita Jogja.


Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.


Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 04 Maret 2024

Pembimbing,

Mengetahui:
Ketua Prodi,


Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd
NIP 19890520019031009


Slamet, S.Ag, M.Si
NIP 196912141998031002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Filda Alifatul Farahiyah
NIM : 20102020037
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Self-Forgiveness Pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi Di Pabm Nawacita Jogja* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penyusun.

Yogyakarta, 04 Maret 2024

Yang menyatakan,



Filda Alifatul Farahiyah
NIM 20102020037

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala rasa syukur atas rahmat Allah yang Maha Pengasih lagi Maha

Penyayang, skripsi ini dipersembahkan kepada:

Ibu Sri Sugiyarti, S. Ag. dan Ayah Sugiyono, M. Pd. I. yang do'a dan cintanya

tidak pernah terputus.



MOTTO

قُلْ لِعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ
الدُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

Surah Az-Zumar (39:53):

"Katakanlah: 'Hai hamba-hamba-Ku yang telah berlebihan terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun, lagi Maha Penyayang.'"¹

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Cordoba, *Al-Qur'an Terjemah*, 39:53.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah dan inayah-Nya kepada kita semua. Sholawat serta salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, serta para pengikut beliau sampai hari kemudian. Atas rahmat dan karunia-Nya, pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul "*Self-Forgiveness* pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja " yang merupakan rangkaian terakhir sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dalam penelitian skripsi ini peneliti menyadari bahwa dalam penyusunannya tak luput dari kesalahan dan kekurangan, peneliti menyadari bahwa tanpa adanya bimbingan, nasihat, serta petunjuk dari beberapa pihak tidak mungkin skripsi ini dapat terwujud dan terselesaikan. Oleh sebab itu, dengan rasa hormat peneliti haturkan beribu-ribu terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Phil Al Makin, M.A., Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof.Dr. Hj. Marhumah, M.Pd., Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Slamet, S.Ag, M.Si., dan Zaen Musyrifin, M.Pd.I. Ketua Prodi dan Sekretaris Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd , selaku pembimbing skripsi yang senantiasa memberikan motivasi, semangat, bimbingan dan do'a serta arahnya dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd, Anggi Jatmiko, M.A, Nailul Falah, S.Ag, M.Si., Fera Puspito Sari, M.Pd, Reza Mina Pahlewi, M.A Selaku Dosen Pembimbing di Laboratorium RnD BKI UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
6. Bapak dan Ibu Dosen beserta staff di jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membimbing membagi ilmunya

selama proses perkuliahan, maupun membantu pelayanan administrasi selama proses perkuliahan hingga sekarang.

7. Kepala balai rehabilitasi PABM Nawacita Jogja beserta staff.
8. Kedua orang tua, ayah tercinta Sugiyono S.Ag., M.Pd.I. dan Ibu tersayang Sri Sugiyarti S.Ag. yang telah membesarkan, memberikan kasih sayangnya tiada batas, membimbing, mendo'akan dan selalu memberikan semangat kepada peneliti. Serta seluruh keluarga besar yang telah memberikan bantuan, baik moril maupun materil.
9. Febri Al diyanto, Nadia Ari Saputri, Ajeng Fatimah Azzahara, Kharisma Laila Ramadhani, Ria Audina, dan Muhammad Irfan Gunawan sebagai sahabat dan teman baik saya yang selalu memberikan *support*, selalu mengingatkan saya dalam kebaikan, selalu membersamai saya dengan sabar, yang dapat memaafkan dan menerima saya dengan baik, serta selalu mendoakan yang terbaik untuk saya.
10. Teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 2020.
11. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun selalu peneliti harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin...

Yogyakarta, 03 Maret 2024

Penyusun

Filda Alifatul Farahiyah

20102020037

ABSTRAK

Filda Alifatul Farahiyah (20102020037), “*Self-Forgiveness* pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja”.

Kebiasaan mengonsumsi narkoba atau zat adiktif yang menyebabkan penurunan atau perubahan psikis maupun fisik serta ketergantungan dalam diri individu tersebut. Rasa bersalah yang dirasakan seorang penyintas kerap menjadi hambatan mereka untuk melanjutkan hidup mereka meski telah pulih dari kecanduan narkoba. Untuk itu dibutuhkan *self-forgiveness* pada diri penyintas agar mereka terbebas dari rasa bersalah dan melakukan penerimaan diri. Dalam *self-forgiveness* terdapat beberapa fase yang diduga dapat dilalui oleh semua penyintas secara keseluruhan atau hanya melalui salah satu saja dalam mencapai *self-forgiveness*. Fase-fase dalam *self-forgiveness* tersebut adalah fase pengungkapan (*Uncovering Phase*), fase keputusan (*Decision Phase*), fase tindakan (*Work Phase*), dan fase pendalaman (*Deepening Phase*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis proses *self-forgiveness* narkoba pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja. Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi dan pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian ini adalah penyintas narkoba yang berada di PABM Nawacita Jogja. Sebagai langkah validasi, peneliti melibatkan subjek pendukung, yakni kepala dan konselor rumah PABM Nawacita Jogja. Partisipasi subjek utama dan subjek pendukung diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan diversifikasi perspektif terkait proses *self-forgiveness* pada penyintas narkoba pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja. Berdasarkan hasil penelitian diketahui kedua subjek telah melalui keempat fase *self-forgiveness* yang terjadi pada waktu dan faktor dorongan yang berbeda-beda.

Kata Kunci: *Self-forgiveness*, Penyintas Narkoba, Pasca Konseling Rehabilitasi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

Filda Alifatul Farahiyah (20102020037), "*Self-Forgiveness in Drug Survivors After Rehabilitation Counseling at PABM Nawacita Jogja.*"

The habit of consuming narcotics or addictive substances that causes psychological or physical decline or changes as well as dependence in the individual. The guilt felt by a survivor often becomes an obstacle for them to continue their life even though they have recovered from drug addiction. For this reason, self-forgiveness is needed in survivors so that they are free from guilt and accept themselves. In self-forgiveness there are several phases that all survivors are thought to be able to go through as a whole or only through one of them in achieving self-forgiveness. The phases in self-forgiveness are the disclosure phase (Uncovering Phase), decision phase (Decision Phase), action phase (Work Phase), and deepening phase (Deepening Phase). The aim of this research is to find out, describe and analyze the process of drug self-forgiveness after rehabilitation counseling at PABM Nawacita Jogja. This research was conducted using a qualitative approach with phenomenological methods and data collection in the form of interviews, observation and documentation. The subjects of this research were drug survivors who were at PABM Nawacita Jogja. As a validation step, the researchers involved supporting subjects, namely the head and house counselor of PABM Nawacita Jogja. The participation of the main subject and supporting subjects is expected to provide deeper insight and diversify perspectives regarding the self-forgiveness process in drug survivors after rehabilitation counseling at PABM Nawacita Jogja. Based on the research results, it is known that both subjects have gone through the four phases of self-forgiveness which occurred at different times and with different motivation factors.

Keywords: *Self-forgiveness, Drug Survivors, Post-Rehabilitation Counseling*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

<i>HALAMAN JUDUL</i>	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang	5
C. Rumusan Masalah	11
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	12
F. Kajian Pustaka	13
G. Kerangka Teori.....	21
H. Metode Penelitian.....	46
BAB II GAMBARAN UMUM PABM NAWACITA JOGJA.....	53
A. Lokasi Penelitian	53
B. Profil dan Pengalaman Subjek Penelitian	64
BAB III PROSES <i>SELF-FORGIVENESS</i> PADA PENYINTAS NARKOBA PASCA KONSELING REHABILITASI DI PABM NAWACITA JOGJA	71
A. Fase-fase <i>Self-Forgiveness</i> Pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi Di PABM Nawacita Jogja.	71
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	87
A. Kesimpulan.....	87

B. Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	94



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Alur layanan Program rumah PABM Nawacita Jogja	63
Gambar 3. 1 Cara Kerja 12 Langkah Nawacita Jogja.....	81



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Daftar subjek penelitian	49
Tabel 2.1 Nama struktur organisasi rumah PAMB Nawacita Jogja	56
Tabel 2. 2 Jadwal Kegiatan harian rumah PABM Nawacita Jogja	64



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul dalam penelitian ini adalah “*Self-Forgiveness* pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja”. Peneliti menegaskan beberapa istilah dalam judul penelitian ini agar jelas, mudah dipahami, dan menghindari kesalahpahaman dalam memaknai. Adapun istilah yang terdapat dalam judul yang perlu ditegaskan adalah sebagai berikut:

1. *Self-Forgiveness*

Self-Forgiveness atau pemaafan diri, menurut Enright adalah bentuk kesediaan untuk meninggalkan rasa kebencian terhadap diri sendiri terhadap sesuatu yang diakui merupakan sebuah kesalahan, sambil memupuk rasa belas kasih, kemurahan hati, dan cinta terhadap diri sendiri.² Kemudian Hall dan Fincham mendefinisikan pemaafan diri sebagai penurunan pikiran negatif dan peningkatan secara positif pada perasaan dan perilaku terhadap diri sendiri.³ Lalu, Cornish dan Wade mengartikan pemaafan diri sebagai proses ketika individu menerima tanggung jawab karena menyakiti orang lain, menyesal, merestorasi

² Enright, Robert D. "Interpersonal forgiving in close relationships": Correction to McCullough et al.(1997)." (1999): 218

³ Julie H Hall and Frank D Fincham, "Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research", Journal of Social and Clinical Psychology, 24.5 (2005), 621–37.

melalui perilaku yang dapat memperbaiki, serta berkomitmen kembali pada nilai-nilai.⁴

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli, peneliti menyimpulkan bahwa pemaafan diri adalah kebersediaan diri untuk meninggalkan rasa benci terhadap diri sendiri dan menerima diri dengan meningkatkan perasaan belas kasih dan cinta terhadap diri sendiri, dengan melepaskan berbagai emosi yang dapat menekan diri sehingga dapat meningkatkan pikiran dan perasaan positif pada diri sendiri.

2. Penyintas Narkoba

Penyintas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berarti orang yang mampu bertahan hidup atau selamat dari suatu kondisi atau keadaan. Kemudian narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psiktropika dan bahan adiktif lainnya. Dalam kementerian kesehatan narkoba biasa disebut narkotika dan zat adiktif. Berdasarkan UU Nomor 35 Tahun 2009 tentang narkotika menyebutkan makna narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan.

Jadi peneliti mengartikan penyintas narkoba adalah individu yang selamat atau mampu bertahan hidup dari kebiasaan mengonsumsi

⁴ Marilyn A Cornish and Nathaniel G Wade, 'A Therapeutic Model of Self-forgiveness with Intervention Strategies for Counselors', *Journal of Counseling & Development*, 93.1 (2015), 96–104.

narkotika atau zat adiktif yang menyebabkan penurunan atau perubahan psikis maupun fisik serta ketergantungan dalam diri individu tersebut.

3. **Konseling Rehabilitasi**

The Commission on Rehabilitation Counselor Certification (CRCC), Amerika Serikat mendefinisikan konseling rehabilitasi sebagai suatu proses sistematis yang membantu penyandang kecacatan fisik, mental, perkembangan, kognitif, dan emosi untuk mencapai tujuan personal, karir, dan kehidupan mandiri dalam *setting* yang seintegrasi mungkin melalui penerapan proses konseling.⁵ Kemudian Szymanski mendefinisikan Konseling rehabilitasi sebagai sebuah profesi yang membantu individu penyandang cacat dalam beradaptasi dengan lingkungan, dan membantu lingkungan dalam mengakomodasi kebutuhan individu tersebut, dan mengupayakan partisipasi penuh penyandang cacat dalam segala aspek kehidupan masyarakat, terutama dalam pekerjaan.⁶

Dari pengertian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa konseling rehabilitasi merupakan sebuah proses pemberian bantuan secara sistematis bagi individu yang mengalami kecacatan baik dalam fisik, mental, perkembangan, kognitif, dan emosi agar dapat beradaptasi dengan lingkungan dan dapat menjalani kehidupan bermasyarakat.

⁵ Didi Tarsidi, 'Definisi Dan Ruang Lingkup Praktek Konseling Rehabilitasi', Makalah Tersedia Pada File. Upi. Edu/.../Definisi_dan_Ruang_Lingkup_Praktek_Konseling_Rehabilitasi. Pdf [3 Januari 2017], 2011.

⁶ Abror Sodik, 'Pengantar Bimbingan Dan Konsling' (Aswaja Pressindo, 2017).

4. PABM Nawacita Jogja

PABM Nawacita Jogja merupakan Lembaga Sosial Masyarakat (LSM) yang menangani penyalahguna narkoba. Sebagai tempat rehabilitasi, lembaga ini menampung para pecandu narkoba yang memiliki keinginan berhenti dan pulih dari kecanduan mengonsumsi narkoba. Dalam menangani para pecandu narkoba, lembaga ini memiliki fasilitas yang memadai dan para terapis profesional, berkompeten, dan berpengalaman.

Berdasarkan beberapa istilah penegasan judul di atas, dapat ditegaskan yang dimaksud dengan judul “*Self-Forgiveness* pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja” adalah proses melepaskan berbagai emosi negatif dan meningkatkan perasaan belas kasih serta rasa cinta diri sehingga dapat meningkatkan pikiran dan perasaan positif dalam diri oleh individu yang selamat atau mampu bertahan hidup dari kebiasaan mengonsumsi narkoba, setelah individu mengikuti proses pemberian bantuan secara sistematis bagi individu yang mengalami kecacatan fisik, mental, perkembangan, kognitif, dan emosi agar dapat beradaptasi dengan lingkungan dan dapat menjalani kehidupan bermasyarakat yang diselenggarakan di PABM Nawacita Jogja.

B. Latar Belakang

Di Indonesia, pada tahun 2021 telah terjadi 6.287 kasus penyalahgunaan narkoba, 33 kasus diantaranya terjadi di Daerah Istimewa Yogyakarta, pada tahun 2022 kasus yang terjadi meningkat menjadi 37 kasus.⁷ Meningkatnya jumlah kasus penyalahgunaan narkoba menunjukkan semakin banyak masyarakat Indonesia mengonsumsi narkoba. Terdapat beberapa alasan seseorang memutuskan mengonsumsi narkoba yang berasal dari beberapa kondisi, seperti kondisi psikologis, trauma sosial, dan gangguan mental.⁸ Individu yang mengalami stres dan tekanan psikologis tinggi cenderung mencari cara untuk meredakan ketegangan dan meningkatkan kesejahteraan emosional mereka. Kurangnya keterampilan mengontrol emosi yang baik juga dapat mempengaruhi penggunaan narkoba sebagai solusi pada suatu masalah.

Akibat dari mengonsumsi narkoba akan mengubah perasaan dan cara pikir orang yang mengonsumsinya seperti perubahan suasana hati menjadi tenang, rileks, gembira dan rasa bebas. Perubahan pada pikiran seperti stres menjadi hilang dan meningkatnya daya khayal. Perubahan perilaku seperti meningkatnya keakraban dengan orang lain tetapi lepas kendali.⁹ Perasaan-perasaan seperti inilah yang pada mulanya dicari oleh pengguna narkoba.

⁷Tim redaksi BNN, “*Press release capaian kinerja akhir tahun 2023 bnn kota yogyakarta*” <https://yogyakartakota.bnn.go.id/press-release-capaian-kinerja-akhir-tahun-2023-bnn-kota-yogyakarta/> (diakses pada 10 Desember 2023, pukul 23.04).

⁸Tim redaksi BNN, “*Alasan seseorang terjerumus jerat Narkoba*” <https://okikab.bnn.go.id/alasan-seseorang-terjerumus-jerat-Narkoba/> (diakses pada 10 Desember 2023, pukul 23.22).

⁹ Martono Harlina, *Modul Latihan Pemulihan Pecandu Narkoba Berbasis Masyarakat*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hlm. 14.

Salah satu efek yang berdampak buruk bagi seseorang yang mengalami kecanduan narkoba adalah keadaan seorang pecandu narkoba yang tidak sadar bahwa dirinya telah kecanduan narkoba. Saat individu telah merasa ketergantungan narkoba ditandai dengan dorongan tidak tertahankan untuk menggunakan narkoba, maka individu tersebut telah menjadi pecandu narkoba. Seorang pecandu narkoba cenderung tidak memiliki kemampuan yang baik untuk mengontrol dirinya.¹⁰ Kegagalan dalam mengontrol diri terjadi karena pecandu terikat dengan penyalahgunaan untuk mengulangi sensasi yang menyenangkan dengan tujuan mengurangi emosi negatif. Tujuan ini juga dapat dikatakan sebuah usaha pelarian diri dari emosi yang dirasakan.

Kegagalan seorang pecandu narkoba dalam mengontrol diri tersebut menunjukkan bahwa seorang pecandu narkoba mengalami kegagalan regulasi diri.¹¹ Regulasi diri dinilai sebagai kekuatan untuk mengontrol emosi, pikiran, dan perilaku dalam diri.¹² Sedangkan hal yang kerap terjadi pada pecandu narkoba adalah keyakinan bahwa narkoba dapat digunakan untuk mengatasi segala emosi yang tidak nyaman seperti ketegangan, cemas dan depresi. Dari semua emosi yang dirasakan, perasaan bersalah berpotensi paling besar menjadi faktor internal pecandu narkoba yang telah berhenti mengonsumsi narkoba kembali *relapse*.¹³

¹⁰Abbas Abolghasemi and Saeed Rajabi, 'The Role of Self-Regulation and Affective Control in Predicting Interpersonal Reactivity of Drug Addicts', *International Journal of High Risk Behaviors & Addiction*, 2.1 (2013), hlm 28.

¹¹ Lopes, *Positive psychology, Exploring the best in people*, USA: Praeger Publisher, 1.1 (2008).

¹² Baumeister, tice, dan Heatherton, *Losing Control: How and Why People Fail at self-Regulation*, United Kingdom: Academic Press, (1994), hlm. 7

¹³ Ridwan, 'Penyalahgunaan Narkoba Oleh Remaja Dalam Perspektif Sosiologi', *Jurnal Madaniyah*, 8.2 (2018)

Dalam upaya pemberian bantuan pada pecandu narkoba, diperlukan penanganan khusus. Upaya tersebut merujuk pada peraturan bersama tahun 2014 tentang penanganan pecandu narkoba dan korban penyalahgunaan narkoba ke dalam lembaga rehabilitasi narkoba, yang telah diatur dalam Undang-Undang Dasar No. 35 tahun 2009 tentang Narkoba dan peraturan pemerintah No. 25 tahun 2011.¹⁴ Upaya ini merupakan tindakan alternatif, karena pelaku penyalahgunaan narkoba juga merupakan korban kecanduan yang memerlukan pengobatan atau perawatan. Pengobatan atau perawatan ini dilakukan melalui fasilitas rehabilitasi.

Tindakan alternatif sebagai bentuk upaya menanggulangi pecandu narkoba yakni pemberian terapi berupa bimbingan dan konseling. Tujuan diberikannya terapi bimbingan dan konseling adalah untuk mengembalikan dan memperkuat kepercayaan diri serta fungsi sosialnya.¹⁵ Sebuah penelitian mengenai efektivitas konseling dalam pelaksanaan rehabilitasi terhadap penyalahguna narkoba, menunjukkan hasil bahwa konseling memiliki peran yang cukup besar terhadap proses rehabilitasi pada penyalahguna narkoba.¹⁶

Lembaga rehabilitasi khususnya di Daerah Istimewa Yogyakarta telah terdapat 272 lembaga yang dilaksanakan oleh BNNP dan BNNK serta 478 orang penggiat anti narkoba. Salah satu lembaga sosial masyarakat yang

¹⁴ Siti Hidayatun dan Yeni Widowaty, 'Konsep Rehabilitasi Bagi Pengguna Narkoba yang Berkeadilan', Jurnal Penegakan Hukum dan Keadilan, 1.6 (2020).

¹⁵ Muhammad Rizki Saputra, Martunis, dan Khairiah, 'Strategi Konseling Bagi Korban Penyalahgunaan Narkoba (Suatu Penelitian Kajian Literatur)', Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, 4.4 (2019).

¹⁶ Ni Wayan Trisnawati, 'Peran Konseling Terhadap Efektivitas Rehabilitasi Penyalahgunaan Narkotika di Badan Narkotika Nasional (BNN) Kabupaten Gianyar', Jurnal Hukum Saraswati (JHS), 04.02 (2022).

menangani penyalahguna narkoba adalah rumah PABM Nawacita Jogja. Rumah PABM Nawacita memiliki mekanisme penanganan yang baik serta program konseling yang dijalankan oleh konselor bersertifikat. Rumah Pemulihan Adiksi Berbasis Masyarakat ini berlokasi di Kadisoka, Kalasan.

Rumah PABM Nawacita Jogja didirikan oleh Bapak Agus pada tahun 2014, berdirinya lembaga rehabilitasi rumah PABM Nawacita dilatar belakangi oleh pengalaman Bapak Agus yang merupakan seorang penyintas narkoba, beliau memiliki kesadaran, dan memiliki niat untuk pulih di dalam rehabilitasi. Keinginan yang kuat untuk membantu korban penyalahgunaan narkoba yang masih mengalami kecanduan menjadi alasan Bapak Agus mendirikan rumah PABM Nawacita Jogja.¹⁷ Hal ini menjadi daya tarik rumah PABM Nawacita Jogja. Karena sangat jarang ditemui lembaga rehabilitasi yang didirikan dan dikelola oleh seorang penyintas narkoba.

Rumah PABM Nawacita Jogja biasanya mendapatkan residen berdasarkan rujukan dari BNN, Kepolisian, ataupun yang datang secara mandiri untuk menjalani rehabilitasi agar berhenti mengonsumsi narkoba serta pulih dari kecanduan yang dialaminya. Dari rujukan tersebut, para pecandu narkoba akan menjalani berbagai macam program di Rumah PABM Nawacita Yogyakarta. Dalam proses layanan rehabilitasi di rumah PABM Nawacita Jogja terbagi menjadi tiga fase, fase awal, fase madya, dan fase akhir. Ketiga fase tersebut memiliki *goals*-nya masing-masing.

¹⁷ Wawancara Pak AD, 28 Februari 2024 Pukul 11.45

Di rumah PABM Nawacita Jogja terdapat fenomena yang peneliti temukan dalam pelayanan rehabilitasi di rumah PABM Nawacita Jogja. Fenomena tersebut adalah proses pelayanan rehabilitasi disana dibantu oleh penyintas narkoba sebagai pendamping sebaya. Penyintas narkoba dipilih untuk membantu perawatan terhadap pecandu narkoba karena penyintas narkoba dipandang dapat lebih memahami keadaan yang terjadi pada pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi dan sedang dalam masa pemulihan.¹⁸

Ketika pecandu narkoba mengalami proses pemulihan, mereka memerlukan waktu yang tidak singkat dan tidak dapat dilakukan dengan mudah. Seorang pecandu narkoba dapat mengalami fase *relapse* atau menggunakan narkoba kembali, walaupun sudah lama berhenti mengonsumsi narkoba.¹⁹ Seorang pecandu narkoba rawan sekali terjadi *relapse*. Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi seorang pecandu narkoba untuk berhenti mengonsumsi narkoba, yakni melalui motivasi internal dan dukungan eksternal.

Permasalahan yang kerap dihadapi oleh penyintas narkoba yang telah mengalami proses pemulihan salah satu alasannya adalah, muncul perasaan bersalah pada pecandu narkoba dikarenakan ia, telah mengetahui bahaya serta larangan penggunaan narkoba.²⁰ Hal yang kerap terjadi untuk mengurangi ketidaknyamanan atas perasaan bersalah yang dirasakan, penyintas narkoba

¹⁸ Wawancara Pak AD, 28 Februari 2024 Pukul 11.45

¹⁹ Afriani, M. S., and K. A. K. Sari. "Proses pengambilan keputusan untuk berhenti menggunakan narkoba pada mantan pecandu narkoba di Wilayah Denpasar". *Archive of Community Health*, 4 (2), 19-27. (2020).

²⁰ George De Leon, 'The Therapeutic Community: Theory, Model, and Method', 2000

cenderung memunculkan respon terhadap rasa bersalah tersebut dengan memblokir pikiran tentang perasaan bersalah yang dirasakan dengan tujuan untuk melepaskan diri dari kemungkinan timbul perasaan bersalah yang lebih besar. Tak jarang tindakan ini mengakibatkan adanya tindakan negatif yang lebih kompleks yakni mengalami *relapse* sehingga penyintas narkoba semakin terlibat dalam perilaku penggunaan obat-obatan.²¹ Disisi lain, respons terhadap perasaan bersalah dapat menjadi lebih efektif ketika penyintas narkoba mampu mengidentifikasi dan membedakan berbagai perasaan bersalah yang dimiliki juga kondisi yang dapat menyebabkan munculnya rasa bersalah, serta perilaku tertentu yang dapat memperbaiki perasaan bersalah tersebut.²²

Ketika penyintas narkoba mampu untuk menyadari dan menerima perasaan bersalah yang ada pada dirinya, hal itu dapat mendorongnya untuk menunjukkan perilaku damai terhadap diri setelah melakukan suatu kesalahan. Menyadari dan menerima perasaan bersalah juga dapat mengubah perilakunya dan melakukan refleksi diri yang dapat mengarahkan penyintas narkoba untuk memunculkan *self-forgiveness*.²³ *Self-forgiveness* atau pemaafan diri berarti menerima tanggung jawab atas pelanggaran nilai moral atau sosial serta

²¹ Gunawan, K., Priyatama, A., dan Setyanto, A. (2016). *Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Self Esteem Pecandu Narkoba di Program Re-Entry Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN)*, Bogor. Solo: Universitas Sebelas Maret. Hlm 29

²² Muhammad Mardli Habibi and Farida Hidayati, 'Hubungan Antara Pemaafan Diri Sendiri, Pemaafan Orang Lain, Dan Pemaafan Situasi Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Baru (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Baru Universitas Diponegoro Semarang)', *Jurnal Empati*, 6.2 (2017), 62–69.

²³ Gunawan, K., Priyatama, A., dan Setyanto, A. (2016). *Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Self Esteem Pecandu Narkoba di Program Re-Entry Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN)*, Bogor. Solo: Universitas Sebelas Maret. Hlm 29

menerima diri sebagai orang yang bernilai.²⁴ Selain itu, *self-forgiveness* juga berpotensi untuk mengurangi pengalaman negatif pada individu. Dalam *self-forgiveness* terdapat fase-fase yang umumnya dialami seseorang agar dapat memunculkan pemaafan diri. Fase-fase tersebut dapat dicapai dengan beberapa faktor. Pada pecandu narkoba fase pemaafan diduga dilalui sebelum mereka memutuskan untuk tidak mengonsumsi narkoba. Hal tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian ini. Oleh sebab itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fase-fase *self-forgiveness* pada penyintas narkoba yang memutuskan untuk melakukan tindakan berhenti pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana fase-fase seorang penyintas narkoba mencapai *self-forgiveness* dalam dirinya pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian dalam penelitian ini yakni untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis

²⁴ Lydia Woodyatt and others, 'Orientation to the Psychology of Self-Forgiveness', Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness, 2017, 3-16

fase-fase seorang penyintas narkoba mencapai *self-forgiveness* dalam dirinya pasca konseling rehabilitasi PABM Nawacita Jogja.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini terbagi menjadi manfaat secara teoritis dan praktis yang ingin dicapai:

1. Secara Teoritis

Manfaat yang dicapai untuk memberikan pengembangan dalam ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Bimbingan Konseling Islam mengenai *Self-forgiveness* pada penyintas narkoba serta dapat menjadi bahan referensi bagi para peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi mahasiswa, Penelitian ini diharapkan mampu secara praktis mendefinisikan bagaimana proses dalam pencapaian *self-forgiveness* pada penyintas narkoba.
- b. Bagi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi konselor dan menjadi bahan rujukan dan pijakan munculnya penelitian-penelitian selanjutnya yang masih berkaitan dengan penelitian ini, agar materi yang dikaji menjadi lebih sempurna dan lengkap. Sehingga keilmuan konseling dapat berkembang dengan baik.
- c. Bagi PABM Nawacita Jogja, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan pemaafan

diri guna menunjang program, serta proses pemulihan residen di PABM Nawacita Jogja.

F. Kajian Pustaka

Berdasarkan hasil penelusuran yang dilakukan peneliti telah menemukan beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dengan judul penelitian yang dilakukan peneliti yaitu “*Self-Forgiveness* pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja”. Beberapa penelitian yang ditemukan antara lain sebagai berikut:

1. Jurnal karya Yustinus Joko Dwi Nugroho dan Lucia Sincu Gunawan dengan judul “Dinamika *Self-Forgiveness* Penyintas Narkoba Di Yayasan Mitra Alam Surakarta”, tahun 2020. Jenis penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif deskriptif. Metode pengumpulan data yang dilakukan adalah melalui observasi dan wawancara. Tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan faktor-faktor yang mendorong serta memberikan gambaran dinamika mantan pecandu narkoba di Yayasan Mitra Alam Surakarta untuk melakukan *self forgiveness*. Informan dalam penelitian ini adalah dua orang mantan pecandu narkoba yang merupakan warga binaan dari Yayasan Mitra Alam yang memiliki rasa bersalah terhadap diri sendiri terhadap perilakunya di masa lalu dan saat ini sedang melakukan proses *self forgiveness*. Hasil dari penelitian ini

adalah mengungkap faktor yang mempengaruhi pemaafan diri (*self forgiveness*).²⁵

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang terletak pada variabel *self-forgiveness* dan penyintas narkoba. Adapun perbedaan antara penelitian tersebut dengan peneliti yaitu pada fokus penelitian, tujuan penelitian, dan metode penelitian. Perbedaan pertama, dalam fokus penelitian. Penelitian karya Yustinus Joko Dwi Nugroho dan Lucia Sincu Gunawan ini berfokus pada dinamika *self-forgiveness* pada penyintas warga binaan di Yayasan Mitra Alam. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap faktor-faktor yang mempengaruhi *self-forgiveness*. Sementara itu penelitian yang dilakukan peneliti terfokus pada fase-fase yang dialami penyintas narkoba di PABM Nawacita Jogja dalam mencapai *self-forgiveness*. Kemudian jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Sedangkan jenis penelitian dari peneliti adalah kualitatif dengan fenomenologi.

2. Jurnal karya Irene Prist dan Sarah Afifah dengan judul “Pemaafan Diri pada Mantan Pecandu Narkoba di Lapas Kelas IIA Banyuasin”, tahun 2024. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan pemaafan diri, untuk mengetahui fase pemaafan dan untuk mengetahui faktor yang dipengaruhi pemaafan pada mantan pecandu narkoba di Lapas kelas IIA Banyuasin. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan rancangan

²⁵ Yustinus Joko Dwi Nugroho And Lucia Sincu Gunawan, ‘*Dinamika Self-Forgiveness Penyintas Narkoba Di Yayasan Mitra Alam Surakarta*’, Jurnal Psikohumanika, 12.2 (2020), 180–97.

deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mantan pecandu narkoba mengalami masalah emosional berupa rasa bersalah, malu dan rasa berdosa. Emosi negatif ini mereka alami ketika menyadari dan mengakui pelanggaran yang dilakukannya selama pembinaan di lapas kelas IIA Banyuasin. Kemudian terkait proses pemaafan diri, secara umum subjek telah melalui keempat fase pemaafan diri dan telah berhasil memaafkan diri atas pelanggaran yang mereka lakukan.²⁶

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang terletak pada variabel pemaafan diri atau *self-forgiveness* dan mantan pecandu narkoba yang memiliki makna yang sama dengan variabel penyintas narkoba pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Serta persamaan lain adalah dalam salah satu tujuan penelitian yakni untuk mengetahui fase pemaafan diri. Adapun perbedaan antara penelitian tersebut dengan peneliti yaitu pada tujuan penelitian dan metode penelitian. Perbedaan pertama, dalam tujuan penelitian. Penelitian karya Irene Prist dan Sarah Afifah ini memiliki beberapa tujuan penelitian yakni untuk menggambarkan pemaafan diri, untuk mengetahui fase pemaafan dan untuk mengetahui faktor yang dipengaruhi pemaafan pada mantan pecandu narkoba di Lapas kelas IIA Banyuasin. Sementara itu, penelitian yang dilakukan peneliti cukup bertujuan untuk mengetahui fase-fase yang dialami penyintas narkoba di PABM Nawacita Jogja. Kemudian jenis

²⁶ Prist, Irene, and Sarah Afifah. "Pemaafan Diri Pada Mantan Pecandu Narkoba di Lapas Kelas IIA Banyuasin." *Indonesian Journal of Psychological Studies (IJPS)* 1.2 (2024): 78-97.

penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Sedangkan jenis penelitian dari peneliti adalah kualitatif dengan fenomenologi.

3. Jurnal karya Agnes Christy Wijaya dan Theresia Indira Shanti dengan judul “Dinamika *Self-Forgiveness* dan *Meaning in Life* pada Pelaku Perselingkuhan dalam Pernikahan”, tahun 2020. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran dinamika *self-forgiveness* dan *meaning in life* pada pelaku perselingkuhan dalam pernikahan. Metode penelitian ini adalah *mixed-method*. Untuk pendekatan kuantitatif, sebanyak 27 partisipan diperoleh menggunakan teknik *sampling non-probabilty*. Uji korelasi dilakukan dalam pendekatan ini dan hasilnya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-forgiveness* dan *meaning in life* pada pelaku perselingkuhan dalam pernikahan. Untuk pendekatan kualitatif, sebanyak empat partisipan diperoleh dengan memilih partisipan yang memiliki skor tinggi dan rendah pada pendekatan kuantitatif. Hasil analisis data kualitatif mampu menjelaskan dinamika *self-forgiveness* dan *meaning in life* pada pelaku perselingkuhan dalam pernikahan.²⁷

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang terletak pada variabel *self-forgiveness*. Adapun perbedaan antara penelitian tersebut dengan peneliti yaitu pada fokus penelitian, tujuan penelitian, dan metode penelitian. Perbedaan pertama, dalam fokus penelitian. Penelitian karya Agnes Christy Wijaya dan Theresia Indira

²⁷ Wijaya, Agnes Christy, and Theresia Indira Shanti. "Dinamika *Self Forgiveness* dan *Meaning in Life* pada Pelaku Perselingkuhan dalam Pernikahan." *Jurnal Psikologi Udayana* 7.1 (2020): 31-9.

Shanti ini berfokus pada dinamika *self-forgiveness* dan *meaning in life* pada pelaku perselingkuhan dalam pernikahan. Sementara itu, fokus penelitian yang dilakukan peneliti adalah fase *self-forgiveness* pada penyintas narkoba. Kemudian perbedaan kedua terletak pada tujuan penelitian. Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat gambaran dinamika *self-forgiveness* dan *meaning in life* pada pelaku perselingkuhan dalam pernikahan. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan peneliti adalah untuk mengetahui fase-fase yang dialami oleh penyintas narkoba dalam mencapai *self-forgiveness*. Untuk perbedaan selanjutnya terletak pada metode penelitian. Penelitian ini menggunakan metode *mixed-method*, yakni menggunakan gabungan antara kuantitatif dan kualitatif. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan peneliti adalah kualitatif dengan metode fenomenologi.

4. Jurnal karya Sebastianus Tahu, Maria Bina, dan Laura De Jesus Pereira. dengan Judul “Gambaran *Self-Forgiveness* pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Kelas II A Kupang”, tahun 2023. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui gambaran *self-forgiveness* pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di lapas kelas IIA Kupang. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar WBP di Lapas Kelas IIA Kupang

berada pada kategori *self-forgiveness* yang tinggi yaitu sebanyak 105 orang WBP (48.2%).²⁸

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang terletak pada variabel *self-forgiveness*. Adapun perbedaan antara penelitian tersebut dengan peneliti yaitu pada fokus penelitian, tujuan penelitian, dan metode penelitian. Perbedaan pertama, dalam fokus penelitian. Penelitian karya Sebastianus Tahu, Maria Bina, dan Laura De Jesus Pereira ini berfokus pada tingkat *self-forgiveness* pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di lapas kelas IIA Kupang. Sementara itu, penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada pengalaman Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-forgiveness*. Sementara itu penelitian yang dilakukan peneliti terfokus pada pengalaman yang dialami penyintas di PABM Nawacita Jogja dalam mencapai *self-forgiveness*. Kemudian perbedaan kedua dilihat dari tujuan penelitian. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran *self-forgiveness* pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di lapas kelas IIA Kupang. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui fase- fase yang dialami penyintas narkoba di PABM Nawacita Jogja. Lalu, perbedaan dalam jenis penelitian. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Sedangkan jenis penelitian dari peneliti adalah kualitatif dengan fenomenologi

²⁸ Tahu, Sebastianus Kurniadi, Maria Y. Bina, and Laura De Jesus Pereira. "Description of Self-Forgiveness in Correctional Inmates (WBP) in Class IIA Kupang Prison." NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871 14.3 (2023): 513-522.

5. Jurnal karya Verra Aprilia Agustin, Tatik Meiyuntariningsih, dan Akta Ririn Aristawati yang berjudul “Hubungan Antara *Self Forgiveness* dan *Meaning in Life* dengan *Psychological Well Being* pada Pecandu Narkoba”, tahun 2024. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self forgiveness* dan *meaning in life* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Dengan hasil Hasil koefisien korelasi pada variabel *self forgiveness* dan *psychological well being* sebesar 0.911 yang menunjukkan bahwa korelasi pada penelitian terdapat hubungan positif. Hasil koefisien korelasi pada variabel *meaning in life* dan *psychological well being* sebesar 0.955 yang menunjukkan bahwa korelasi pada penelitian terdapat hubungan positif.²⁹

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yang terletak pada variabel *self-forgiveness*. Adapun perbedaan antara penelitian tersebut dengan peneliti yaitu pada fokus penelitian, tujuan penelitian, dan metode penelitian. Perbedaan pertama, dalam fokus penelitian. Penelitian karya Verra Aprilia Agustin, Tatik Meiyuntariningsih, dan Akta Ririn Aristawati ini berfokus pada pengujian adakah hubungan antara *self-forgiveness* dan *meaning in life* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba. Sementara dalam

²⁹ Agustin, Verra Aprilia, Tatik Meiyuntariningsih, and Akta Ririn Aristawati. "Hubungan Antara *Self Forgiveness* Dan *Meaning In Life* Dengan *Psychological Well Being* Pada Pecandu Narkoba." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)* 7.1 (2024): 1404-1411

penelitian yang dilakukan peneliti memiliki fokus penelitian pada pengalaman yang dialami penyintas narkoba di PABM Nawacita Jogja dalam mencapai *self-forgiveness*. Kemudian perbedaan kedua dilihat dari tujuan penelitian. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self forgiveness* dan *meaning in life* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui fase- fase yang dialami penyintas narkoba di PABM Nawacita Jogja. Lalu, perbedaan dalam jenis penelitian. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Sedangkan jenis penelitian dari peneliti adalah kualitatif dengan metode fenomenologi.

Dari tinjauan pustaka yang telah diuraikan, terdapat aspek yang menjadi fokus kajian literatur dalam penelitian ini, antara lain *self forgiveness* dan penyintas narkoba. Meskipun terdapat persamaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yakni pada variabel *self forgiveness* dan penyintas narkoba, namun dalam penelitian yang dilakukan peneliti terdapat penekanan mendalam mengenai fase-fase *self forgiveness* pada penyintas narkoba di PABM Nawacita Jogja yang menjadi perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa belum ada penelitian yang mengangkat tema yang sama dengan peneliti yakni tentang “*Self-Forgiveness* pada Penyintas Narkoba Pasca Konseling Rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja”.

G. Kerangka Teori

Bagian kerangka teori ini memiliki kedudukan sebagai pijakan dasar bagi peneliti dalam menganalisis permasalahan dalam penelitian.³⁰ Peneliti menyajikan eksplorasi mendalam terkait landasan teoritis yang digunakan. Kerangka teori ini terbagi menjadi beberapa tinjauan tentang, *self-forgiveness*, penyintas narkoba, dan konseling rehabilitasi.

1. Tinjauan tentang *Self-Forgiveness*

a. Pengertian *Self Forgiveness*

Self forgiveness atau pemaafan pada diri sendiri adalah sebagai bentuk kesediaan untuk melepaskan rasa kebencian diri sendiri dan mengakui bahwa dirinya bersalah, sekaligus menumbuhkan rasa belas kasihan, kemurahan hati, dan cinta terhadap diri sendiri.³¹ Definisi lain mengenai *self-forgiveness* sebagai kerelaan membebaskan perasaan benci terhadap diri sendiri pada sebuah kesalahan yang telah diakui, melewati cara memunculkan dan mendorong rasa kasih sayang, dan cinta kepada diri sendiri. Selain pengertian tersebut *self-forgiveness* adalah sebagai motivasi untuk menjauhi rasa ingin balas dendam dan meningkatkan perbuatan baik kepada diri sendiri.³²

Self-forgiveness memerlukan pelepasan emosi-emosi negatif yang diarahkan terhadap diri. *Self-forgiveness* sendiri

³⁰ Waryono et al., *Pedoman Penulisan Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014), hal. 16–17

³¹ Everett L Worthington Jr, *Handbook of Forgiveness* (Routledge, 2007).

³² Hall, Julie H., and Frank D. Fincham. "Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research." *Journal of social and clinical psychology* 24.5 (2005).

menggambarkan dari suatu filosofi memaafkan orang lain, sejajar dengan proses yang diawali dengan kebencian yang dialami seseorang terhadap orang yang berbuat kesalahan padanya.³³ Kebencian ini dapat diakibatkan karena pemikiran atas hal yang patut dipersalahkan terhadap apa yang telah terjadi serta keinginan untuk membalaskan dendam atau hukuman. Ketika pelaku kesalahan menerima pemaafan sebagai seseorang yang berbuat salah, ia terlepas dari kebencian orang lain atas keputusan altruistik korban untuk memaafkan.³⁴ Mengacu pada teori tersebut, *self-forgiveness* dapat dikatakan sebagai suatu pelepasan rasa dendam/kebencian yang dirasakan seseorang terhadap dirinya atas tindakannya sendiri.

Forgiveness (pemaafan) dapat juga merujuk pada pengamatan kesehatan mental. Hubungan ini diterapkan dalam *self-forgiveness* dan *forgiveness* lain (*other-forgiveness*), namun lebih tepatnya pada *self-forgiveness*. Seseorang yang lebih mampu untuk memaafkan dirinya cenderung memiliki gambaran kesehatan mental yang lebih baik.³⁵ *Self forgiveness* dapat terjadi pada situasi ketika individu menyadari telah melakukan suatu kesalahan dan mereka bersedia bertanggungjawab atas kesalahan tersebut. Proses pemaafan tersebut

³³ Lydia Woodyatt and others, 'Orientation to the Psychology of Self-Forgiveness', *Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness*, 2017, 3–16.

³⁴ Lydia Woodyatt and others, 'Orientation to the Psychology of Self-Forgiveness', *Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness*, 2017, 3–16.

³⁵ Breanna J McGaffin, Geoffrey C B Lyons, and Frank P Deane, 'Self-Forgiveness, Shame, and Guilt in Recovery from Drug and Alcohol Problems', *Substance Abuse*, 34.4 (2013), 396–404.

akan berpengaruh pada kesehatan seseorang dengan *mindfulness* yang berfungsi dengan baik.³⁶

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan *self-forgiveness* merupakan proses penting untuk melakukan pemaafan diri dari sebuah kesalahan yang pernah dilakukannya, sebuah kesediaan untuk melepaskan emosi-emosi negatif dan mengakui bahwa dirinya telah melakukan kesalahan serta kesediaan untuk bertanggung jawab atas kesalahan tersebut, jika seseorang melakukan *self-forgiveness* dengan baik maka orang terbut dapat menjalani kehidupan dengan baik.

b. *Self Forgiveness* menurut Islam

Self forgiveness dalam perspektif islam sama halnya dengan tobat yaitu usaha manusia untuk membebaskan dirinya dari pengaruh perbuatan dosa dan menata kembali kehidupannya. Taubat merupakan yang dilakukan individu untuk membebaskan dirinya dari perasaan bersalah dan keinginan sendiri untuk memperbaiki keadaan. Karena dosa akan mengakibatkan jauh dari pertolongan Allah dan umat manusia, merusak lingkungan, dan hati menjadi keras maka dari itu perlu dilakukannya tobat.³⁷

Tobat juga diartikan sebagai pengakuan, penyesalan dan meninggalkan dosa serta berjanji tidak mengulangi perbuatan dosa tersebut. Tobat bermakna telah meninggalkan perbuatan dosanya dan

³⁶ Mylyn C Dat and Tyler G Okimoto, '*Exploring New Directions in Self-Forgiveness Research: Integrating Self and Other Perspectives on Moral Repair*' (Springer, 2018).

³⁷ Shohib, Muhammad. (2015). "*Tobat Sebagai Metode Dasar Psikoterapi*". Jurnal Seminar Psikologi & Kemanusiaan. Hlm 531-532

Allah telah mengampuni dan menyelamatkannya dari kemaksiatan. Dengan demikian tobat dapat diartikan sebagai kesadaran yang diikuti dengan penyesalan dan keinginan kuat untuk meninggalkan perbuatan dosa dan berupaya memperbaiki kesalahan di masa lalu. Allah SWT berfirman dalam QS. Ali Imran ayat 135:

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ اللَّهُ لَهُ
إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ

“Demikian (juga) orang-orang yang apabila mengerjakan perbuatan keji atau menzalimi diri sendiri, mereka (segera) mengingat Allah lalu memohon ampunan atas dosa-dosanya. Siapa (lagi) yang dapat mengampuni dosa-dosa selain Allah? Mereka pun tidak meneruskan apa yang mereka kerjakan (perbuatan dosa itu) sedangkan mereka mengetahuinya(-nya).”³⁸

Ayat tersebut menjelaskan solusi bagi setiap individu yang telah terlanjur berbuat dosa dan kesalahan agar bertobat kepada Allah dan tidak mengulangi kesalahan tersebut. Pemaafan diri akan timbul pada diri seseorang yang bertobat, dengan bertobat individu tersebut akan menyadari kesalahannya dan berusaha memperbaiki dirinya serta mengatur kembali ritme perilakunya dalam kehidupan bermasyarakat.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa dalam Islam *self forgiveness* berarti seseorang yang dapat bertobat dari kesalahan yang telah ia perbuat maka dirinya telah terbebas dari perasaan bersalah dan keinginan sendiri untuk memperbaiki keadaan selanjutnya.

³⁸ Cordoba, *Al-Qur'an Terjemahan*. 3:135.

c. Faktor *Self Forgiveness*

Dalam proses *self forgiveness* memiliki tiga faktor kontekstual yang dapat memengaruhi perkembangannya, yaitu:

1) Rasa tanggung jawab

Pengampunan diri yang efektif dapat terjadi jika individu mampu membuat atribusi pribadi terhadap tanggung jawab atas kesalahan yang telah dilakukan atau kegagalan dalam memenuhi harapan. Tanggung jawab merupakan rintangan utama dalam proses pengampunan diri karena terdapat beberapa hambatan dalam pengambilan tanggung jawab. Ketika individu mengakui tanggung jawabnya, maka individu juga mengakui bahwa mereka telah melakukan kesalahan. Meskipun dengan pengakuan tersebut dapat mengancam individu terhadap intensitas moral dan sosial, namun hal itu dibutuhkan agar individu dapat memaafkan dirinya sendiri. Memahami peran emosi negatif, seperti perasaan bersalah, rasa malu dan penyesalan bukanlah tanda kegagalan dalam memaafkan diri, melainkan sebagai proses memaafkan diri.

Selain itu, adanya stigma dan penolakan oleh orang lain juga dapat menghambat pengakuan terhadap rasa malu. Adanya stigma dan penolakan sosial pada pelaku menunjukkan sulitnya atau ketidakmungkinan pelaku untuk memperbaiki kesalahan yang telah dilakukan. Selain stigma sosial, perasaan munculnya

jarak dari korban atau kematian dari orang yang terlibat dapat berarti bahwa adanya kemungkinan respons dari orang lain menjadi tidak jelas dan proses perbaikan terlihat semakin sulit.

2) Mengatasi emosi yang muncul

Ketika individu dihadapkan dengan perilaku seseorang yang melibatkan kesalahan atau kegagalan, maka perasaan bersalah, rasa malu, penyesalan, kemarahan, dan emosi yang melibatkan kesadaran diri lainnya dapat muncul. Bagian dari pengampunan diri adalah untuk memahami emosi-emosi tersebut serta fungsi dari emosi-emosi tersebut dan memungkinkan untuk menerima kehadiran mereka tanpa adanya pengelakan, penghindaran atau kembali kebertahanan diri atau keputusan. Strategi dalam memaknai dan menyelesaikan emosi tersebut dibutuhkan individu agar dapat untuk membantu memperbaiki citra baik pada diri mereka.

3) Perbaikan hubungan sosial, psikologi dan spiritual

Dalam perbaikan setidaknya melibatkan dua komponen. Tindakan pendampingan atau perbaikan bertujuan untuk menyembuhkan setiap luka yang dibuat untuk memfasilitasi perbaikan sosial. Selain itu tindakan lain juga dibutuhkan untuk memperbaiki perasaan diri sendiri. Individu juga perlu memperbaiki hubungan dengan komponen yang ketiga, yaitu Tuhan atau hal yang dianggap suci. Perbaikan terhadap ketiga

komponen tersebut sering kali terjadi secara bersamaan. Sementara upaya perbaikan tersebut dapat menyebabkan meningkatnya perasaan bersalah dan rasa malu setelah perilaku berdamai. Namun hal itu juga memungkinkan individu untuk mengatasi permasalahan terkait dengan penghukuman diri yang berkelanjutan. Selain itu upaya perbaikan tersebut juga dapat membuat individu agar dapat kembali ke komunitas untuk membangun kembali identitasnya serta hubungan yang menentukan dirinya.³⁹

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa ada tiga faktor utama yang mempengaruhi *self-forgiveness* yaitu rasa tanggung jawab, perbaikan emosi, dan hubungan sosial.

d. Fase dalam *Self Forgiveness*

Ketika seseorang akan menuju pemaafan diri, orang tersebut akan melalui empat fase, yakni:

1) Fase Pengungkapan (*Uncovering Phase*)

Fase ini terjadi ketika seseorang hendak melakukan pemaafan. Pada fase ini seseorang mulai melakukan identifikasi terhadap masalah yang dialami, seperti masalah psikologis dan menyadari perasaan yang dirasakan. Pada fase ini perlu adanya penguatan yang membantunya untuk sadar.

³⁹ Woodyatt and others.

2) Fase Keputusan (*Decision Phase*)

Fase keputusan terjadi ketika orang tersebut mulai berpikir rasional dan mulai mengeksplorasi pemikiran sebelum benar-benar memaafkan atas kehendak diri sendiri, serta memikirkan kemungkinan untuk memaafkan dan menyadari bahwa keputusan untuk memaafkan menguntungkan bagi dirinya. Namun dalam fase ini orang tersebut belum dapat memberikan maaf sepenuhnya, hal ini disebabkan oleh sifat ragu atau mudah berubah yang masih terdapat dalam diri orang tersebut. Fase ini dianggap bagian kritis dalam proses *self-forgiveness*, karena biasanya orang tersebut dalam keadaan “*sick and tired of being sick and tired*”.

3) Fase Tindakan (*Work Phase*)

Pada fase ini ada pembentukan perspektif berpikir baru (*reframing*) yang mampu memberikan perubahan positif.

Terdapat kemampuan secara *asertif* untuk menanggung perasaan negatif disebabkan oleh pelanggaran yang telah dilakukan oleh pelaku kesalahan. Hal tersebut didukung adanya rasa sadar bahwa *forgiveness* butuh penerimaan terhadap luka yang telah melukai hati.

4) Fase Pendalaman (*Deepening Phase*)

Fase yang merupakan internalisasi dari kebermaknaan pemaafan. Fase dimana orang tersebut memperoleh kelegaan

emosional karena telah terbebas dari perasaan negatif seperti rasa bersalah, penyesalan, kebencian, serta kemarahan. Hal ini merupakan hasil dari kemampuan seseorang dalam menemukan makna dari penderitaan yang dialaminya. Adanya kesadaran berkurangnya afek negatif dan harapan serta meningkatnya efek positif bagi dirinya sendiri, lingkungan, dan semua orang. Selain itu mendapatkan manfaat dari pemaafan berupa kemampuan menentukan tujuan hidup yang lebih baik dan menjadikan orang tersebut memiliki regulasi emosi yang lebih sehat serta *emotional release*.⁴⁰

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang menuju pemaafan diri akan melalui empat fase. Fase tersebut adalah fase pengungkapan (*Uncovering Phase*), fase keputusan (*Decision Phase*), fase tindakan (*Work Phase*), dan fase pendalaman (*Deepening Phase*).

2. Tinjauan Tentang Penyintas Narkoba

a. Pengertian dan Jenis Narkoba

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika, dan bahan adiktif berbahaya.⁴¹ Secara terminologi narkoba adalah obat

⁴⁰ Cynthia Ransley and Terri Spy, *Forgiveness and the Healing Process: A Central Therapeutic Concern* (Routledge, 2004).

⁴¹ Subagyo Partodihardjo, *Kenali Narkoba & Musuhi Penyalahgunaannya* (Esensi, 2006).

yang dapat menenangkan syaraf, menghilangkan rasa sakit, menimbulkan rasa kantuk atau merangsang.

Dalam Islam, sesuatu yang memabukkan itu diharamkan oleh Allah SWT. karena dapat menghilangkan kesadaran, dan merusak akal. Sebagaimana firman Allah SWT. dalam QS. Al-Maidah/5:90.

*“Hai orang-orang yang beriman, Sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan”.*⁴²

Menurut Undang-Undang narkoba Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika menyebutkan bahwa narkotika dibagi menjadi 3 jenis yaitu, narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya. Berikut pengertian dari 3 jenis narkoba tersebut:⁴³

1) Narkotika

Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis maupun semi sintesis. Zat tersebut menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hingga menghilangkan rasa nyeri yang dapat menimbulkan ketergantungan. Narkotika sendiri dibedakan menjadi 3 golongan yang pertama Narkotika golongan 1, dimana jenis Narkotika ini hanya digunakan dengan tujuan pengembangan ilmu pengetahuan, dan tidak digunakan dalam terapi serta mempunyai

⁴² Refrensi Buku, ‘Al-Quran Dan Terjemahannya’, 2009.

⁴³ PRESIDEN REPUBLIK INDONESIA, ‘Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 Tentang Narkotika’.

potensi sangat tinggi yang mengakibatkan ketergantungan, seperti ganja, *heroin*, *kokain* dan *opium*. Kedua adalah Narkotika golongan II, pada Narkotika golongan II dapat digunakan untuk pengobatan sebagai pilihan terakhir dan bertujuan tujuan pengembangan ilmu pengetahuan, yang menyebabkan ketergantungan, seperti, *morfina*, *pentanin*, beserta turunannya. Terakhir adalah Narkotika golongan III juga dapat digunakan untuk pengobatan dan bertujuan untuk pengembangan ilmu pengetahuan, seperti, *kodein*, *metadon* dan *naltrexon*.

2) Psikotropika

Psikotropika adalah zat atau obat baik alami maupun sintesis bukan narkotika, yang berkhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan syaraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas mental dan perilaku. Psikotropika juga dibedakan menjadi 3 golongan yang pertama adalah Psikotropika golongan I yang hanya digunakan untuk tujuan ilmu pengetahuan dan tidak digunakan dalam pengobatan dikarenakan mempunyai potensi ketergantungan yang sangat kuat, contoh dari psikotropika golongan I seperti, MDMA atau ekstasi, LSD, dan STP. Selanjutnya adalah Psikotropika golongan II, yang dapat digunakan dalam terapi dan atau untuk tujuan ilmu pengetahuan, serta mempunyai potensi kuat yang mengakibatkan ketergantungan, contoh psikotropika golongan II, seperti,

amfetamin, meltifenidat, ritalin, kemudian psikotropika golongan III yang dapat digunakan untuk pengobatan dan digunakan untuk tujuan ilmu pengetahuan, dan menyebabkan ketergantungan, contohnya seperti, *lumibal, buprenosina, pentobarbital, flunita*.

3) Zat Adiktif lainnya

Zat adiktif lainnya adalah zat-zat selain narkotika dan psikotropika yang dapat menimbulkan ketergantungan pada pemakainya, yang termasuk zat adiktif seperti, rokok, kelompok alkohol, tiner, lem kayu cat, dan lainnya yang apabila dihirup dapat memabukkan.⁴⁴

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa narkoba merukan bahan adiktif berbahaya yang terdiri dari tiga jenis yaitu, narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya, yang dapat menghilangkan kesadaran, dan merusak akal.

b. Kecanduan Narkoba

Kecanduan atau adiksi menurut adalah suatu kondisi bagi seseorang yang mengerjakan atau kondisi bagi seseorang yang mengerjakan atau menggunakan sesuatu sebagai kebiasaan atau suatu keharusan atau kewajiban, karena jika tidak dilakukan, menyebabkan ketidaknyamanan.⁴⁵ Jadi kecanduan narkoba adalah suatu kondisi bagi seseorang yang mengerjakan atau kondisi bagi seseorang yang

⁴⁴ Partodihardjo.

⁴⁵ Darmono, *'Toksikologi Narkoba dan Alkohol: Pengaruh Neurotoksisitasnya'*, UI Press,

menggunakan narkoba atau narkotika sebagai suatu keharusan, jika tidak digunakan maka pelaku penyalahgunaan narkoba akan mengalami ketidaknyamanan.

Pecandu narkoba menurut pasal 1 angka 13 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 mengatakan bahwa pecandu narkoba adalah orang yang menggunakan narkotika dan dalam keadaan ketergantungan pada narkotika, baik secara fisik maupun psikis.⁴⁶ Yang dimaksudkan ketergantungan pada narkotika adalah suatu kondisi yang ditandai oleh dorongan untuk menggunakan narkotika secara terus menerus dengan takaran yang meningkat agar menghasilkan efek yang sama dan apabila penggunaannya dikurangi dan atau dihentikan secara tiba-tiba menimbulkan gejala fisik dan psikis yang khas.

Pecandu narkoba adalah orang yang menggunakan atau menyalahgunakan golongan narkotika dan atau golongan psikotropika dalam keadaan ketergantungan pada golongan narkotika dan golongan psikotropika, baik secara fisik maupun psikis.⁴⁷

c. **Penyintas Narkoba**

Penyintas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berasal dari kata dasar 'sintas' yang diberi awalan 'peng-'. Kata sintas dalam kamus besar bahasa Indonesia merupakan bentuk kata sifat yang

⁴⁶ Dr Dahlan and M SH, '*Problematika Keadilan Dalam Penerapan Pidana Terhadap Penyalah Guna Narkotika*' (Deepublish, 2017).

⁴⁷ S K M Awet Sandi, *Narkoba Dari Tapal Batas Negara* (Mujahidin Press Bandung, 2016).

berarti terus bertahan hidup atau mampu mempertahankan keberadaannya.⁴⁸ Kata sintas setelah mendapat awalan peng berubah menjadi kata benda penyintas yang berarti orang yang mampu bertahan hidup. Sedangkan pada pasal 58 UU narkotika dikatakan bahwa penyintas narkoba merupakan orang yang telah pulih dari ketergantungan terhadap narkoba secara fisik maupun psikis.⁴⁹

Para penyintas narkoba kebanyakan menilai bahwa kehidupan merupakan hal yang sangat mengerikan, karena di dalam kehidupannya merasa tidak dipedulikan, dipandang rendah, dan dijauhi oleh orang-orang disekitarnya. Penyintas narkoba sering dihadapkan pada situasi-situasi sulit seperti dikucilkan sehingga tidak mau berbau dengan masyarakat. Hal ini disebabkan karena banyaknya stigmatisasi dan diskriminasi masyarakat terhadap pengguna narkoba. Diskriminasi yang dilakukan oleh masyarakat dapat menyebabkan para penyintas termotivasi untuk *relaps* atau mengkonsumsi kembali narkoba.⁵⁰

Penyintas narkoba juga terdapat masalah baik secara intrapersonal maupun interpersonal. Masalah intrapersonal terdiri dari rendahnya kemampuan meregulasi emosi dan optimisme, ketidakmampuan untuk meyakini diri sendiri, dan ketidakmampuan

⁴⁸ KBBi Online. <https://kbbi.web.id/sintas>. Diakses 01 Maret 2024, Pukul 13.31 WIB.

⁴⁹ Partodihardjo S. *Kenali Narkoba dan Musuhi Penyalahgunaannya*. Jakarta: Esensi; 2010.

⁵⁰ Sirait, Agus Sugianto. "Penyalahgunaan Narkotika Ditinjau Dari Pemidanaan Dalam Aspek Hak Asasi Manusia (Ham)." *Lex Administratum* 5.8 (2017).

untuk memecahkan masalah. Sedangkan masalah interpersonal antara lain seperti hubungan yang tidak memadai dengan lingkungan sekitar dan harga diri yang rendah karena adanya stigma negatif. Dalam upaya untuk melepaskan diri dari ketergantungan terhadap narkoba dan dapat melanjutkan kembali pada kehidupan, maka dibutuhkanlah suatu kemampuan untuk dapat bertahan dalam keadaan yang sulit tersebut. Penyintas narkoba harus mampu untuk dapat mempertahankan diri agar tidak *relapse*, serta dapat membangun kembali kualitas hidup menjadi lebih baik.⁵¹

Jadi peneliti mengartikan penyintas narkoba adalah individu yang selamat atau mampu bertahan hidup dari kebiasaan mengonsumsi narkotika atau zat adiktif yang menyebabkan penurunan atau perubahan psikis maupun fisik serta ketergantungan dalam diri individu tersebut.

d. Klasifikasi Pecandu Narkoba

Penyalahgunaan narkoba dapat diklasifikasikan menjadi lima bagian, berikut klasifikasinya:

1) Experiment user

Experiment user adalah pemakai narkoba hanya sesekali dan dosis yang digunakan kecil, belum ada ketergantungan fisik atau psikologis. Pada umumnya penggunaan narkoba kelompok ini

⁵¹ Febrinabilah, Rizki, and Ratih Arruum Listiyandini. "Hubungan antara *self compassion* dengan *resiliensi* pada mantan pecandu narkoba dewasa awal." Prosiding konferensi nasional peneliti muda psikologi indonesia 1.1 (2016): 19-28.

tanpa memiliki motivasi tertentu dan hanya didorong oleh rasa ingin tahu saja. Kelompok pengguna ini jumlahnya sangat banyak.

2) *Rekreational user*

Rekreational user adalah kelompok yang lebih sering menggunakan narkoba, akan tetapi pemakaiannya masih terbatas dan hanya pada waktu tertentu, seperti pada pesta atau rekreasi. Biasanya pemakai memiliki keterikatan tinggi dengan kelompoknya dan pada umumnya mereka belum mengarah pada pemakai yang berlebihan.

3) *Situational user*

Situational user adalah kelompok pemakai narkoba yang menggunakan narkoba jika menghadapi situasi yang sulit, karena mereka menganggap tidak sanggup menyelesaikan masalah tanpa bantuan narkoba. Pengguna narkoba pada golongan ini membentuk pola perilaku tertentu yang mendorong mendorongnya lebih sering mengulangi perbuatan atau memakai narkoba sehingga mereka memiliki risiko untuk menjadi pecandu lebih besar dibandingkan pada kelompok diatas.

4) *Intisified User*

Intisified user adalah pengguna yang sudah menggunakannya secara kronis, paling tidak sehari sekali. Kelompok ini sudah merasa sebagai kebutuhannya atas narkoba

sebagai bentuk kenikmatan dan pelarian diri dari tekanan-tekanan psikologis atau masalah yang sedang dihadapinya.

5) *Compulsive dependence user*

Compulsive dependence user merupakan kelompok dengan gejala yang khas yaitu berupa timbulnya toleransi gejala putus zat dan pengguna akan selalu berusaha untuk memperoleh narkoba dengan berbagai cara seperti berbohong, menipu dan mencuri.⁵²

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diketahui bahwa lima klasifikasi pecandu narkoba adalah *Experiment user, Rekreational user, Situational user, Intisified user, Compulsive dependence user*.

e. **Faktor Penyebab Pecandu Narkoba**

Faktor penyebab penyalahgunaan narkoba dapat dibagi menjadi dua yakni, faktor internal dan eksternal:

1) Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari diri seseorang yang terdiri dari:

a) Kepribadian, apabila kepribadian seseorang labil, kurang baik, dan mudah dipengaruhi orang lain maka lebih mudah terjerumus dalam penyalahgunaan narkoba.

b) Keluarga, Jika hubungan dengan keluarga kurang harmonis (*broken home*) maka seseorang akan mudah putus asa dan frustrasi.

⁵² P Z Herri, J Bethsaida, and S Marti, 'Pengantar Psikologi Untuk Keperawatan (Edisi 1)', Kencana Prenada Media Group, 2011.

- c) Ekonomi, Kesulitan mencari pekerjaan menimbulkan keinginan untuk bekerja menjadi pengedar narkoba. Seseorang yang ekonomi cukup mampu, tetapi kurang perhatian yang cukup dari keluarga atau masuk dalam lingkungan yang salah lebih mudah terjerumus menjadi pengguna narkoba.
- 2) Faktor eksternal, yaitu faktor penyebab yang berasal dari luar seseorang yang mempengaruhi dalam melakukan suatu tindakan, dalam hal ini faktor eksternal penyalahgunaan narkoba antara lain:
- a) Pergaulan, teman sebaya mempunyai pengaruh cukup kuat terjadinya penyalahgunaan narkoba, biasanya berawal dari ikut-ikutan teman terutama bagi remaja yang memiliki mental dan kepribadian cukup lemah.
- b) Sosial/masyarakat, lingkungan masyarakat yang baik terkontrol dan memiliki organisasi yang baik akan mencegah terjadinya penyalahgunaan narkoba, begitu sebaliknya apabila lingkungan sosial yang cenderung apatis dan tidak memedulikan keadaan lingkungan sekitar dapat menyebabkan maraknya penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja.⁵³

⁵³ Libertus Jehani, *'Mencegah Terjerumus Narkoba'*, 2006.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, terjadinya kecanduan narkoba disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor tersebut merupakan faktor internal, yaitu dan kepribadian, keluarga, dan ekonomi eksternal, yaitu dari pergaulan dan sosial/masyarakat.

f. Dampak Narkoba

Ada beberapa dampak umum yang ditimbulkan akibat penyalahgunaan narkoba. Berikut dampak yang ditimbulkan akibat penyalahgunaan narkoba:

1) Dampak tidak langsung narkoba yang disalahgunakan

Secara tidak langsung narkoba mempunyai dampak negatif jika digunakan secara terus menerus seperti akan banyak uang yang dihabiskan untuk penyembuhan dan perawatan kesehatan seorang pecandu narkoba, selain itu pemakai narkoba akan dikucilkan dalam masyarakat dan pergaulan orang baik, karena pecandu narkoba akan bersikap anti sosial. Biasanya pecandu

Narkoba juga akan kehilangan kesempatan belajar karena dikeluarkan dari sekolah yang bersangkutan. Pecandu narkoba juga akan sulit dipercaya oleh orang lain karena pecandu narkoba gemar berbohong dan melakukan tindak kriminal. Mereka juga akan merasa bersalah karena lupa akan kewajiban Tuhan serta menjalani kehidupan yang dilarang oleh ajaran agamanya. Bahkan pelakunya dijebloskan ke penjara.

2) Dampak Narkoba langsung bagi tubuh manusia

Narkoba tentunya mempunyai dampak secara langsung bagi tubuh penggunanya, seperti adaptasi biologis tubuh seorang pengguna narkoba dalam jangka waktu yang ekstensif, terutama pada obat-obatan yang tergolong dalam kelompok *downers*. Tubuh pengguna narkoba berubah sangat banyak, sehingga banyak sel dalam tubuh dan organ menjadi bergantung pada obat untuk menjadi normal. Dampak buruknya yaitu adanya gangguan jantung, *hemoprosik*, traktur urinarius, otak, paru-paru, gangguan sistem pencernaan, infeksi penyakit menular berbahaya seperti HIV AIDS, Hepatitis, Herpes, TBC.

3) Dampak langsung Narkoba bagi kejiwaan manusia

Narkoba juga mempunyai dampak bagi kejiwaan bagi penggunanya, seperti, menyebabkan depresi, gangguan jiwa, menyebabkan bunuh diri, melakukan tindak kekerasan, dan pengrusakan. Ketergantungan mental lebih susah disembuhkan daripada ketergantungan fisik. Ketergantungan mental dikenal dengan sugesti. Sugesti adalah sebuah keinginan untuk selalu menggunakan narkoba, sugesti tidak akan hilang saat tubuh sudah berfungsi secara normal. Sugesti digambarkan sebagai suara-suara yang menggema dalam kepala seseorang yang menggunakan narkoba yang menyuruh pengguna narkoba untuk menggunakannya lagi. Dampak mental lainnya yaitu perilaku

obsesif kompulsif yaitu berkeinginan sangat kuat dan hampir tidak bisa mengendalikan dorongan untuk menggunakan narkoba.

4) Dampak buruk terhadap emosi

Narkoba mempunyai dampak buruk terhadap emosi seperti narkoba dapat mengubah *mood* seseorang. Saat menggunakan narkoba, *mood*, perasaan, serta emosi seseorang akan ikut terpengaruh. Jenis-jenis narkoba yang termasuk kelompok *uppers*, seperti sabu-sabu yang bisa memunculkan perilaku agresif yang berlebihan dan kekerasan, para pecandu narkoba juga akan melakukan tindakan kekerasan terhadap orang yang mencoba menghalanginya untuk menggunakan narkoba.

5) Dampak sosial

Dampak sosial menyangkut kepentingan lingkungan masyarakat yang lebih luas diluar diri pemakai itu sendiri. Yaitu keluarga, sekolah, tempat tinggal, bahkan bangsa.

Penyalahgunaan narkoba yang semakin meluas merugikan masyarakat di berbagai aspek kehidupan mulai aspek kesehatan, sosial psikologis, hukum, hingga ekonomi

6) Dampak pada aspek kesehatan

Dalam aspek kesehatan, pemakai narkoba sudah pasti menyebabkan rendahnya tingkat kesehatan pada pemakainya.⁵⁴

Tetapi penyalahgunaan narkoba tidak hanya berakibat buruk bagi

⁵⁴ Herri, Bethsaida, and Marti.

pemakainya tetapi juga orang yang berhubungan dengan mereka. pemakai narkoba memakai jarum suntik bersama misalnya, telah terbukti menjadi salah satu penyebab meningkatnya secara drastic penyebaran HIV dan AIDS di masyarakat, selain penyakit lain seperti hepatitis.⁵⁵

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dampak dari penggunaan narkoba dapat berdampak secara langsung maupun tidak langsung bagi tubuh, kemudian narkoba dapat berdampak bagi kejiwaan manusia, terhadap emosi, sosial, dan pada aspek kesehatan.

3. Tinjauan tentang Konseling Rehabilitasi

a. Pengertian Konseling Rehabilitasi

Secara etimologis, konseling merupakan alih bahasa dari bahasa inggris “*counseling*”, yang merupakan bentuk infinitif dari kata kerja “*to counsel*”, yang berarti: memberikan nasihat atau memberi anjuran kepada individu lain secara *face to face* atau kontak langsung.⁵⁶ Sedangkan dalam terminologi, konseling yakni sebuah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli yang disebut konselor kepada individu yang sedang mengalami masalah. Bantuan ini diberikan secara kontak langsung dengan cara wawancara sesuai

⁵⁵ Sri Rahayu Amri, ‘Efektivitas Pembinaan Dan Fungsi Pemasyarakatan Pecandu Narkoba Di Kota Palopo’, *Jurisprudentie: Jurusan Ilmu Hukum Fakultas Syariah Dan Hukum*, 5.2 (2018), 199–218.

⁵⁶ Sodik.

keadaan individu yang dihadapinya sehingga tercapai segala tujuan dan kebahagiaan dalam hidupnya.⁵⁷

Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang di yakini sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.⁵⁸ Konseling merupakan salah satu teknik dalam bimbingan, tetapi merupakan teknik inti atau teknik kunci. Hal ini dikarenakan konseling dapat memberikan perubahan yang mendasar, yaitu mengubah sikap. Sikap mendasari perbuatan, pemikiran, pandangan dan perasaan, dan lain-lain.⁵⁹

Sedangkan rehabilitasi berasal dari dua kata, yakni 're' yang berarti kembali dan 'habilitasi' yang berarti kemampuan. Menurut arti katanya, rehabilitasi berarti mengembalikan kemampuan. Rehabilitasi adalah proses atau program penguasaan kesehatan mental atau kemampuan yang hilang diadakan untuk membentuk hasil-hasil dari masalah emosional dan mengembalikan kemampuan-kemampuan yang hilang.⁶⁰

⁵⁷ Elizabeth B Hurlock, *'Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Terj'*, Isti Widiyati, Jakarta: Erlangga, 1996.

⁵⁸ Achmad Juntika Nurihsan, *'Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling'*, Bandung: Refika Aditama, 2005.

⁵⁹ Fenti Hikmawati, *'Bimbingan Konseling, Jakarta: PT'*, Raja Grafindo Persada, 2010.

⁶⁰ Sri Widati and M Pd, *'Rehabilitasi'*, Bandung: YPAC, 1984.

Istilah rehabilitasi dilihat dalam kamus lengkap psikologi adalah restorasi atau perbaikan atau pemulihan, mengarah pada normalitas, atau pemulihan menuju status yang paling memuaskan terhadap individu yang pernah menderita luka atau menderita suatu penyakit mental.⁶¹ Rehabilitasi merupakan sebuah proses perbaikan yang ditujukan pada penderita cacat agar mereka cakap berbuat untuk memiliki seoptimal mungkin kegunaan jasmani, rohani, sosial, pekerjaan dan ekonomi. Karena dalam penelitian ini mengambil rehabilitasi pengguna narkoba, maka pengertian rehabilitasi narkoba itu sendiri adalah sebuah tindakan represif yang dilakukan bagi pecandu narkoba. Tindakan rehabilitasi ditujukan kepada korban dari penyalahgunaan narkoba untuk memulihkan atau mengembangkan kemampuan fisik, mental, dan sosial penderita yang bersangkutan. Selain memulihkan, rehabilitasi juga sebagai pengobatan atau perawatan bagi para pecandu narkotika, agar para pecandu dapat sembuh dari kecanduannya terhadap narkotika.

Pengertian konseling rehabilitasi secara bahasa adalah suatu proses pemberian bantuan di antara dua orang yakni konselor dan konseli. Konseling rehabilitasi adalah suatu bentuk bantuan kepada individu yang dilakukan oleh ahli untuk membantu penyandang kecacatan fisik, mental, perkembangan, kognitif, dan emosi untuk mencapai tujuan personal, karir, dan kehidupan mandiri dalam *setting*

⁶¹ James P Chaplin, 'Kamus Lengkap Psikologi', 1995.

yang terintegrasi mungkin melalui penerapan proses konseling. Proses konseling tersebut melibatkan komunikasi, penetapan tujuan, dan pertumbuhan atau perubahan ke arah yang lebih baik melalui *self-advocacy*, intervensi psikologis, intervensi vokasional, intervensi sosial, dan intervensi *behavioral*.⁶²

Pasca konseling rehabilitasi adalah tahap yang terjadi setelah seseorang menjalani program rehabilitasi. Pasca konseling rehabilitasi yaitu program pemberdayaan bagi penyalahguna narkoba selama menjalani pemulihan.⁶³ Pasca konseling rehabilitasi mengacu pada dukungan, bimbingan, dan intervensi berkelanjutan yang diberikan kepada individu setelah proses konseling rehabilitasi formal. Langkah-langkah spesifiknya akan bergantung pada kebutuhan individu dan sifat program rehabilitasi.⁶⁴ Tujuan dari tahap ini adalah untuk membantu individu yang telah mengalami masalah atau gangguan kembali berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa pasca konseling rehabilitasi merupakan proses setelah pemulihan penyintas narkoba yang mangacu pada pemberian bantuan berupa dukungan, bimbingan, dan intervensi berkelanjutan agar penyintas narkoba dapat kembali berfungsi secara optimal dalam kehidupan.

⁶² Tarsidi.

⁶³ Badan Narkotika Nasional. "*Istilah-istilah dan bahaya penyalahgunaannya*." (2006): 5-7.

⁶⁴ Michiko, Seto. "*Pelayanan Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur Terhadap Penyalahguna Narkoba*." DIA: Jurnal Administrasi Publik 14.01 (2016).

b. Sasaran Konseling Rehabilitasi

Sasaran konseling rehabilitasi terbagi menjadi beberapa, yaitu:

- 1) *Physical Disabilities*, adalah orang yang mengalami hambatan atau kecacatan fisik, sehingga mengalami gangguan pada koordinasi gerak
- 2) *Sensory disabilities*, merupakan orang yang mengalami hambatan atau kecacatan sensori seperti penglihatan atau pendengaran.
- 3) *Development disabilities*, yaitu orang yang mengalami hambatan atau kecacatan dalam perkembangannya.
- 4) *Cognitive disabilities*, adalah orang yang mengalami hambatan atau kecacatan pada kognitifnya.
- 5) *Chronic illness*, merupakan penderita atau mantan penderita penyakit kronis.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan

bahwa sasaran konseling rehabilitasi terbagi dalam *Physical Disabilities*, *Sensory disabilities*, *Development disabilities*, *Cognitive disabilities*, dan *Chronic illness*.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara yang dilakukan seorang peneliti untuk mengumpulkan, mengklarifikasi fakta yang ada di tempat penelitian dengan menggunakan ukuran-ukuran dalam pengetahuan, hal ini dilakukan untuk

menemukan kebenaran.⁶⁵ Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologi, yaitu studi tentang pengetahuan yang berasal dari kesadaran dan cara memahami suatu obyek atau peristiwa yang dialami secara sadar. Tujuan dari fenomenologi adalah bagaimana mereduksi pengalaman individu menjadi esensi atau pengalaman yang bersifat universal.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka maksud dan tujuan dianggap menjadi metode yang tepat dalam penelitian ini, karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman yang dilalui subjek penelitian yang diduga mengalami fase-fase *self-forgiveness*. Studi fenomenologi dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui dan mendeskripsikan pengalaman penyintas narkoba pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja dalam mencapai *Self Forgiveness*.

2. Subjek penelitian

Subjek penelitian adalah individu yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang diteliti. Pemilihan subjek penelitian melalui teknik *purposive sampling*, yakni penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan dalam

⁶⁵ Kontjaraningrat, Metode Penelitian Masyarakat, (Jakarta:PT.Gramedia, 1981), hal.13.

penentuan subjek didasarkan atas ciri-ciri atau kriteria tertentu berdasarkan tujuan penelitian. Proses pemilihan subjek berawal dari siapa saja yang relevan dan berpotensi untuk dijadikan sebagai subjek penelitian. Langkah selanjutnya setelah peneliti mendapatkan daftar individu yang berpotensi menjadi subjek, peneliti dapat mengumpulkan data dari subjek tentu dengan kode etik penelitian.⁶⁶ Adapun kriteria yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Penyintas Narkoba di PABM Nawacita Jogja
- b. Telah melalui proses konseling rehabilitasi,
- c. Mampu berkomunikasi dengan baik,
- d. Bersedia menjadi subjek dalam penelitian,
- e. Memiliki komitmen untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian.

Dari kriteria tersebut peneliti memperoleh subjek yang memenuhi kriteria tersebut yaitu subjek 1 berinisial KR berusia 35 tahun dan Subjek 2 berinisial EZ berusia 25 tahun. Keduanya merupakan penyintas narkoba selaku pendamping sebaya di balai rehabilitasi PABM Nawacita Jogja.

Dalam upaya validasi data dan memastikan kebenaran pernyataan subjek peneliti melakukan pengumpulan informasi dari subjek pendukung. Subjek pendukung dalam penelitian ini merupakan kepala balai rehabilitasi (AG) dan konselor (AD) di balai rehabilitasi PABM Nawacita Jogja.

⁶⁶ Suriani, Nidia, and M. Syahrani Jailani. "Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan." *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam* 1.2 (2023): 24-36.

Tabel 1. 1 Daftar subjek penelitian

No	Nama inisial	Umur	Pekerjaan	Keterangan
1	KR	35 tahun	Penyintas narkoba	Primer
2	EZ	25 tahun	Penyintas nakoba	Primer
3	AG	54 tahun	Kepala Rehab	Sekunder
4	AD	49 tahun	Konselor	Sekunder

3. Objek penelitian

Obyek dalam penelitian ini adalah fase-fase seorang penyintas narkoba mencapai *self-forgiveness* dalam dirinya pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja.

4. Metode Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data diperlukan data valid dan bisa dipertanggung jawabkan serta mampu mewakili seluruh populasi yang diteliti. Jenis observasi yang telah dilakukan dalam penelitian ini adalah.

a. Observasi

Observasi diartikan sebagai pengalaman dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian.⁶⁷ Jenis observasi yang peneliti lakukan adalah Nonpartisipan, yaitu peneliti tidak terlibat secara langsung, dan hanya berperan sebagai peneliti.⁶⁸

⁶⁷ Slamet Margono, 'Metodologi Penelitian Pendidikan', 2005.

⁶⁸ Anasti, Ririn, Lawe Anasta, DKK, "Sukses Menyelesaikan Skripsi dengan Metode Penelitian Kuantitatif dan Analisis Data SPSS.", 2022: Salemba.

Kemudian dari hasil observasi yang didapat, peneliti mencatat hasil observasi untuk kemudian dianalisis dan selanjutnya ditarik kesimpulan serta saran.

b. Wawancara

wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui pengajuan sejumlah pertanyaan secara lisan kepada subjek yang diwawancarai.⁶⁹ Dalam melakukan wawancara peneliti menggunakan panduan wawancara sebagai acuan. Wawancara dengan subjek utama telah dilaksanakan peneliti berdasarkan rambu-rambu panduan wawancara.

c. Dokumentasi

Teknik dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data penelitian melalui sejumlah dokumen (informasi yang didokumentasikan) berupa dokumen tertulis maupun dokumen terekam.⁷⁰ Dalam penelitian ini dokumen yang didapatkan berupa dokumentasi lingkungan, dokumentasi proses pengambilan data, dokumen program-program, jadwal kegiatan, yang dijalankan rumah PABM Nawacita Jogja.

5. Uji Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi sumber dengan melakukan pengecekan data melalui beberapa sumber. Penelitian ini memperoleh data dari subjek utama yaitu KR dan EZ serta subjek

⁶⁹ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Antasari Press, 2011.

⁷⁰ Rahmadi.

pendukung yaitu kepala dan konselor rumah PABM Nawacita Jogja. Data yang telah diperoleh peneliti kemudian dianalisis dan dilakukan *member check*. Agar dapat memperoleh data yang sesuai dengan data dari sumber lainnya yang telah diperoleh.

6. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan peneliti dalam tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan, sebagai berikut:

a. Reduksi data

Peneliti melakukan pencatatan data secara langsung di lapangan dengan Teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Langkah selanjutnya melibatkan penyusunan ringkasan data dan pemilihan informasi sesuai dengan fokus penelitian, yang menitikberatkan pada identifikasi fase-fase *self-forgiveness* yang dilalui penyintas narkoba dalam proses *self-forgiveness*.

b. Penyajian data

Peneliti secara sistematis mendeskripsikan hasil reduksi data dengan memfokuskan pada informasi yang telah terkumpul. Proses deskripsi ini melibatkan pemaparan data yang terpilih dengan mengacu pada pertanyaan 5W+1H, sesuai dengan fokus penelitian mengenai fase-fase *self-forgiveness* yang dilalui oleh penyintas narkoba. Dengan pendekatan ini, peneliti menggambarkan secara rinci dan komprehensif fase-fase yang terdapat dalam proses *self-forgiveness*.

c. Kesimpulan

Seluruh data dan informasi yang telah berhasil dikumpulkan oleh peneliti disusun dengan cermat dan kemudian diolah untuk diambil kesimpulannya. Proses tersebut melibatkan rangkuman dan penyajian data dalam bentuk kualitatif, dengan tujuan untuk memberikan jawaban terhadap rumusan masalah yang berkaitan dengan proses *self-forgiveness* yang dialami penyintas narkoba. Dalam hal ini peneliti secara komprehensif menggambarkan fase-fase *self-forgiveness* yang terjadi.

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini telah menjelaskan tentang proses *self-forgiveness* pada penyintas narkoba pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja. Peneliti menemukan proses *self-forgiveness* pada penyintas narkoba pasca konseling rehabilitasi di PABM Nawacita Jogja dimulai dari fase pengungkapan (*uncovering phase*), fase keputusan (*decision phase*), fase tindakan (*work phase*), fase pendalaman (*deepening phase*). Para subjek mengalami perbedaan dalam terjadinya setiap fase. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dialami masing masing subjek. Faktor tersebut merupakan pengalaman pribadi yang terbagi menjadi faktor internal berupa dorongan aspek kognitif dan psikologis. Lalu faktor eksternal hadir dari keluarga, lingkungan, serta tempat rehabilitasi Nawacita Jogja.

B. Saran

1. Saran bagi Residen yang sedang menjalani rehabilitasi

Penelitian ini memiliki potensi untuk menjadi referensi bagi pecandu narkoba yang sedang menjalani proses rehabilitasi, membantu residen menjalankan proses *self-forgiveness* yang berarti pemaafan terhadap diri sendiri, setelah sebelumnya melewati kehidupan yang diwarnai dengan mengkonsumsi narkotika. Kesimpulan ini dapat memberikan panduan dan dukungan praktis bagi pecandu narkoba yang sedang menjalani

rehabilitasi dapat mendorong dirinya menerima dan memaafkan kesalahan yang sudah terjadi sebelumnya.

2. Saran bagi Lembaga Rehabilitasi

Lembaga rehabilitasi memegang pengaruh besar terhadap pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi, untuk itu lembaga rehabilitasi perlu untuk memperkaya program rehabilitasi dengan integrasi layanan lainnya yang dapat mendukung keberhasilan rehabilitasi. Selain itu, Lembaga perlu meningkatkan pemahaman secara pendekatan dan keilmuan terhadap pegawai, agar layanan rehabilitasi dapat berjalan secara ilmiah.

3. Saran bagi keluarga penyintas

Temuan pada penelitian ini mengungkapkan salah satu faktor yang mempengaruhi proses seorang penyintas narkoba dapat memaafkan dirinya adalah dukungan dari eksternal, dukungan dari keluarga adalah salah satu dukungan eksternal yang memiliki dampak signifikan dalam proses penyintas memaafkan dirinya. Komunikasi, dukungan, dan pemahaman mendalam dari keluarga akan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi penyintas. Selain itu, penting membangun dan mempertahankan kepercayaan penyintas menunjukkan bahwa dukungan keluarga tidak hanya bersifat praktis tetapi juga memberikan keamanan emosional.

4. Saran bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat mengadopsi pendekatan yang lebih holistik dalam mengidentifikasi *self-forgiveness* bagi penyintas pecandu narkoba. Memperluas hal-hal yang dapat dibahas tentang *self-forgiveness* bagi penyintas pecandu narkoba dengan mempertimbangkan rumusan masalah yang lainnya. Penting untuk menambahkan pengaruh-pengaruh lain yang berhubungan bagaimana penyintas pecandu narkoba dapat mencapai pemaafan diri yang sesungguhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abolghasemi, Abbas, and Saeed Rajabi, 'The Role of Self-Regulation and Affective Control in Predicting Interpersonal Reactivity of Drug Addicts', *International Journal of High Risk Behaviors & Addiction*, 2.1 (2013), 28
- Amri, Sri Rahayu, 'Efektivitas Pembinaan Dan Fungsi Pemasarakatan Pecandu Narkoba Di Kota Palopo', *Jurisprudentie: Jurusan Ilmu Hukum Fakultas Syariah Dan Hukum*, 5.2 (2018), 199–218
- Awet Sandi, S K M, *Narkoba Dari Tapal Batas Negara* (Mujahidin Press Bandung, 2016)
- Buku, Refrensi, 'Al-Quran Dan Terjemahannya', 2009
- Chaplin, James P, 'Kamus Lengkap Psikologi', 1995
- Cornish, Marilyn A, and Nathaniel G Wade, 'A Therapeutic Model of Self-forgiveness with Intervention Strategies for Counselors', *Journal of Counseling & Development*, 93.1 (2015), 96–104
- Dahlan, Dr, and M SH, 'Problematika Keadilan Dalam Penerapan Pidana Terhadap Penyalah Guna Narkotika' (Deepublish, 2017)
- Danim, S, *Media Komunikasi Pendidikan: Pelayanan Profesional Pembelajaran Dan Mutu Hasil Belajar* (Bumi Aksara, 1995)
<<https://books.google.co.id/books?id=G3NwNwAACAAJ>>
- Dat, Mylyn C, and Tyler G Okimoto, 'Exploring New Directions in Self-Forgiveness Research: Integrating Self and Other Perspectives on Moral Repair' (Springer, 2018)
- Desrianti, Ane Putri, and Rida Yanna Primanita, 'Hubungan Forgiveness Dengan Meaning In Life Pada Penyalahguna Narkoba Di Sumatera Barat', *Jurnal Riset Psikologi*, 2022.1 (2022)
- Enright, Robert D, "' Interpersonal Forgiving in Close Relationships": Correction to McCullough et Al.(1997).', 1999
- Gunawan, Kadek Widya, 'Pengaruh Pelatihan Pemaafan Terhadap Peningkatan Self Esteem Pecandu Narkoba Di Program Re-Entry Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Lido, Bogor', 2016

- Habibi, Muhammad Mardli, and Farida Hidayati, 'Hubungan Antara Pemaafan Diri Sendiri, Pemaafan Orang Lain, Dan Pemaafan Situasi Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Baru (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Baru Universitas Diponegoro Semarang)', *Jurnal Empati*, 6.2 (2017), 62–69
- Hall, Julie H, and Frank D Fincham, 'Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research', *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24.5 (2005), 621–37
- Herri, P Z, J Bethsaida, and S Marti, 'Pengantar Psikologi Untuk Keperawatan (Edisi 1)', *Kencana Prenada Media Group*, 2011
- Hikmawati, Fenti, 'Bimbingan Konseling, Jakarta: PT', *Raja Grafindo Persada*, 2010
- Hurlock, Elizabeth B, 'Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Terj', *Isti Widiyati, Jakarta: Erlangga*, 1996
- Indonesia, Presiden Republik, 'Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 Tentang Narkotika'
- Jehani, Libertus, 'Mencegah Terjerumus Narkoba', 2006
- Kusuma, Perdana, Rifka Wahdania, and Nurpadilla Nurpadilla, 'Efektivitas Pelatihan Forgiveness Terhadap Tingkat Forgiveness Pada Residen Di Balai Rehabilitasi BNN Baddoka', *ULILALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2.9 (2023), 4233–39
- De Leon, George, 'The Therapeutic Community: Theory, Model, and Method', 2000
- Margono, Slamet, 'Metodologi Penelitian Pendidikan', 2005
- McCullough, Michael E, Everett L Worthington Jr, and Kenneth C Rachal, 'Interpersonal Forgiving in Close Relationships.', *Journal of Personality and Social Psychology*, 73.2 (1997), 321
- McGaffin, Breanna J, Geoffrey C B Lyons, and Frank P Deane, 'Self-Forgiveness, Shame, and Guilt in Recovery from Drug and Alcohol Problems', *Substance Abuse*, 34.4 (2013), 396–404
- Moleong, Lexy J, 'Metodologi Penelitian Kualitatif', (*No Title*), 1989
- Muhamad, Idrus, 'Metode Penelitian Ilmu Sosial; Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif' (Jakarta. Erlangga, 2009)
- Mullet, Etienne, Anne Houdbine, Sophie Laumonier, and Michelle Girard, "“Forgivingness”": Factor Structure in a Sample of Young, Middle-Aged,

- and Elderly Adults', *European Psychologist*, 3.4 (1998), 289–97
- Nugroho, Yustinus Joko Dwi, and Lucia Sincu Gunawan, 'Dinamika Self-Forgiveness Penyintas Narkoba Di Yayasan Mitra Alam Surakarta', *Jurnal Psikohumanika*, 12.2 (2020), 180–97
- Nurihsan, Achmad Juntika, 'Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling', *Bandung: Refika Aditama*, 2005
- Parker, Randall M, and Edna Mora Szymanski, 'Rehabilitation Counseling: Basics and Beyond', (*No Title*), 1992
- Partodihardjo, Subagyo, *Kenali Narkoba & Musuhi Penyalahgunaannya* (Esensi, 2006)
- Pramesti, Mayang, Aulia Ramadhani Putri, Muhammad Hafizh Assyidiq, and Aufa Azmi Rafida, 'Adiksi Narkoba: Faktor, Dampak, Dan Pencegahannya', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12.2 (2022), 355–68
- Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, *Antasari Press*, 2011 <[https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/Pengantar Metodologi Penelitian.pdf](https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/Pengantar%20Metodologi%20Penelitian.pdf)>
- Ransley, Cynthia, and Terri Spy, *Forgiveness and the Healing Process: A Central Therapeutic Concern* (Routledge, 2004)
- Rodiah, N, 'Kondisi Psikologi Orang Tua Terhadap Anak Pengguna Narkoba Di Rehabilitasi Rumah Ummi', *Universitas Negeri Islam Sumatera Utara*, 2019
- Sodik, Abror, 'Pengantar Bimbingan Dan Konsling' (Aswaja Pressindo, 2017)
- Sugiyono, S, 'Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, RnD, Bandung: CV' (Alfabeta, 2010)
- Tarsidi, Didi, 'Definisi Dan Ruang Lingkup Praktek Konseling Rehabilitasi', *Makalah Tersedia Pada File. Upi. Edu/.../Definisi dan Ruang_Lingkup_Praktek_Konseling_Rehabilitasi. Pdf [3 Januari 2017]*, 2011
- Utami, Putri, 'Resiliensi Pada Mantan Pengguna Narkoba' (Universitas Islam Negeri Sultan Sarif Kasim Riau, 2014)
- Veriyanto, Muhammad Viky, and Karyono Karyono, 'Pemaafan Pada Manta Pecandu Narkoba Di Balai Rehabilitasi', *Jurnal EMPATI*, 2.3 (2013), 52–61

Widati, Sri, and M Pd, 'Rehabilitasi', *Bandung: YPAC*, 1984

Woodyatt, Lydia, Everett L Worthington, Michael Wenzel, and Brandon J Griffin, 'Orientation to the Psychology of Self-Forgiveness', *Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness*, 2017, 3–16

Worthington Jr, Everett L, *Handbook of Forgiveness* (Routledge, 2007)

