

KONSELING INDIVIDU MELALUI TEKNIK *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEMBENTUK EFIKASI DIRI PADA PECANDU NARKOBA DI YAYASAN REHABILITAS PONDOK PEMULIHAN ELKANA GUNUNGPATI



SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Disusun Oleh:

RICY STEVE ANDRIANSYAH

NIM: 2101016127

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2025

NOTA PEMBIMBING

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp :-

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya. Maka kami menyatakan bahwa skripsi mahasiswa :

Nama : Ricy Steve Andriansyah

NIM : 2101016127

Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul Skripsi :Konseling Individu Melalui Teknik *Motivational Interviewing* Untuk Membentuk Efikasi Diri Pada Pecandu Narkoba Di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang untuk diujikan dalam Sidang Munaqosyah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 26 Maret 2025

Pembimbing



Yuli Nur Khasanah, S. Ag., M. Hum

NIP. 197107291997032005

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ricy Steve Andriansyah

NIM : 2101016127

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Konseling Individu Melalui Teknik *Motivational Interviewing* Untuk Membentuk Efikasi Diri Pada Pecandu Narkoba Di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati" adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 25 Maret 2025


Ricy Steve Andriansyah
NIM. 2101016127

PENGESAHAN

PENGESAHAN

KONSELING INDIVIDU MELALUI TEKNIK *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEMBENTUK EFIKASI DIRI PADA PECANDU NARKOBA DI YAYASAN REHABILITAS PONDOK PEMULIHAN ELKANA GUNUNGPATI

Disusun Oleh:
Ricy Steve Andriansyah
2101016127


Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada hari Jumat, 11 April 2025 dan dinyatakan telah lulus memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan penguji

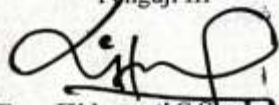
Penguji I


Widayat Mintarsih, M.Pd
NIP. 196909012005012001

Penguji II


Yuli Nur Khasanah, S. Ag., M. Hum
NIP. 197107291997032005


Penguji III


Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.S.I
NIP. 198203072007102001


Penguji IV


Chyndy Febrindasari, S.Pd., M.A
NIP. 199002232020122003

Mengetahui,
Pembimbing


Yuli Nur Khasanah, S. Ag., M. Hum.
NIP. 197107291997032005

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Hukum dan Komunikasi
Rada tanggal, Rabu, 23 April 2025


Prof. Dr. Moh. Fauzi, M.Ag.
NIP. 197205171998031003

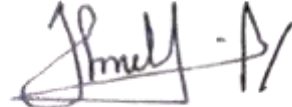
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq serta hidayah-Nya sehingga, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Konseling Individu Melalui Teknik *Motivational Interviewing* untuk Membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati” dengan baik dan lancar. Sholawat serta salam Semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW. terselesaikannya skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, namun berkat keyakinan, kerja keras, dukungan, motivasi, bimbingan dan do’a dari berbagai pihak menjadikan penulisan skripsi ini dapat selesai dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan ucapan terimakasih banyak kepada pihak berikut:

1. Bapak Prof. Dr. Nizar, .M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. Moh. Fauzi, .M.Ag. selaku Dekan Fakultas. Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang beserta seluruh jajaran yang telah memberikan dukungan dan pengalaman ilmu yang luar biasa bagi penulis.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I., M.S.I., Ibu. Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd. selaku Ketua Jurusan dan sekretaris Jurusan Bimbingan. dan Penyuluhan Islam UIN Walisongo Semarang yang telah mengizinkan penelitian dan motivasi. dalam penulisan skripsi ini.
4. Ibu Yuli Nur Khasanah, S.Ag.,Hum. Selaku pembimbing yang selalu bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan bimbingan dalam penulisan ini tanpa lelah.
5. Bapak dan Ibu dosen beserta Staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah membantu kelancaran skripsi ini serta memberikan bimbingan, arahan, kritik, dedikasi dan ilmunya pada penulis selama masa perkuliahan.

6. Bapak Maruli sebagai ketua di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati beserta staf-stafnya yang telah memberikan izin dan bantuan kepada peneliti untuk melakukan penelitian sampai akhir dengan baik.

Semarang, 26 Maret 2025



Ricy Steve Andriansyah
NIM. 2101016127

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin segala puji bagi Allah Swt, dengan penuh rasa syukur dan mengirimkan shalawat kepada Nabi Muhammad Saw, akhirnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Meskipun menghadapi berbagai tantangan dan rintangan, semangat, ketekunan, serta doa dan dukungan dari orang-orang terdekat telah menjadi kekuatan bagi saya dalam menyelesaikan penelitian ini. Sebagai bentuk ungkapan rasa syukur dan kebahagiaan, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Diri saya sendiri, yang telah berusaha dengan tekun, pantang menyerah, tetap kuat, dan selalu berpikir positif hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
2. Bapak Dumeri, Ibu Khodijah, yang tak henti-hentinya memberikan dukungan, semangat, serta doa yang selalu mengiringi setiap langkah saya. Semoga Allah Swt senantiasa melimpahkan kasih sayang, kesehatan, keberkahan, dan ridho-Nya kepada mereka.
3. Kakak-kakakku yang selalu memberikan donatur, motivasi dan semangat selama penulis menyelesaikan skripsinya
4. Teman-teman kontrakan Al-banjariyah dan Almamater. tercinta UIN Walisongo Semarang Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang sudah memberikan kesempatan penulis dalam menimba ilmu sehingga dapat memperluas pengetahuan terimakasih kepada Faruq, Kholis, Wafiq, Dawwam, Ardana, Dimas, Nanda dan Pakman sebagai sahabat.
5. Keluarga besar Ikatan Mahasiswa Tegal (IMT) yang sudah menjadi wadah. Untuk mengembangkan bakat, belajar berjuang, memiliki kebersamaan, memberikan tempat ternyaman, memberikan motivasi dan pengalaman yang sangat luas.
6. Semua teman-teman seperjuangan angkatan 2021 Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam khususnya kelas BPI-D yang menjadi teman seperjuangan di bangku perkuliahan dari awal masuk hingga selesai jenjang studi ini

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

*“Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan,
sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”*

“Q.S. Al- Insyirah, ayat 5 dan 6”

ABSTRAK

Skripsi ini disusun oleh **Ricy Steve Andriansyah** (2101016127) dengan judul **“Konseling Individu Melalui Teknik *Motivational Interviewing* untuk Membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati”**

Kasus penyalahgunaan narkoba di Indonesia terus meningkat setiap tahun, berdampak luas pada individu dan masyarakat. Pada 2023, jumlah penyalahguna mencapai 3,3 juta jiwa dan melonjak menjadi 12 juta jiwa pada 2024. Lonjakan ini menegaskan pentingnya penanganan yang menyeluruh, terutama dalam aspek psikologis seperti efikasi diri, yang berperan dalam proses pemulihan pecandu. Pecandu dengan efikasi diri rendah cenderung lebih sulit lepas dari ketergantungan dan berisiko mengalami gangguan kejiwaan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan rehabilitasi yang tepat, salah satunya melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam konseling individu. Metode ini terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi, membangun keyakinan diri, serta mendorong perubahan positif bagi pecandu agar dapat pulih dan kembali berfungsi di masyarakat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam membentuk efikasi diri pada pecandu narkoba. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang bertujuan untuk memahami fenomena secara mendalam berdasarkan pengalaman dan perspektif subjek penelitian dengan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara dengan pimpinan rehabilitasi elkana, konselor dan klien serta dokumentasi. Untuk memastikan keabsahan temuan data, peneliti menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknis. Teknik analisis data melibatkan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pelaksanaan konseling individu melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) terbukti mampu dalam membentuk efikasi diri pada klien pecandu narkoba. Proses konseling ini dilaksanakan dengan pendekatan yang empatik, kolaboratif, dan berpusat pada klien. Teknik MI mendorong klien untuk membangkitkan motivasi dari dalam dirinya, melalui tahapan-tahapan yang terstruktur mulai dari membangun hubungan, menentukan arah, membangkitkan motivasi internal, hingga merancang rencana tindakan yang konkret. Hasil dari proses ini menunjukkan bahwa sebelum mengikuti konseling, mayoritas klien memiliki efikasi diri yang rendah ditandai dengan ketidakmampuan mengelola stres, keraguan dalam menghadapi tantangan, serta minimnya motivasi dan keyakinan diri. Namun, setelah menjalani konseling dengan teknik MI, terjadi peningkatan signifikan dalam aspek-aspek efikasi diri, termasuk kepercayaan diri, kemampuan mengambil keputusan, dan regulasi emosi. Dukungan yang diberikan oleh konselor melalui pendekatan yang reflektif, suportif, dan tidak menghakimi turut membantu klien merasa lebih diterima dan berdaya.

Kata Kunci: **Konseling Individu, *Motivational Interviewing*, Efikasi Diri, Pecandu Narkoba**

DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Tinjauan Pustaka	6
F. Metode Penelitian	9
1. Jenis Penelitian.....	9
2. Sumber dan Jenis Data	9
3. Definisi Konseptual Variabel	10
4. Teknik Pengumpulan Data	11
5. Teknik Validitas.....	12
6. Teknik Analisis Data.....	14
G. Sistematika Penulisan	15
BAB II	17
TEORI KONSELING INDIVIDU, <i>MOTIVATIONAL INTERVIEWING</i>, EFIKASI DIRI DAN PECANDU NARKOBA	17
A. Konseling Individu	17
1. Pengertian Konseling Individu	17
2. Tujuan Konseling Individu.....	19
3. Fungsi Konseling Individu	20
4. Asas Konseling Individu	21

5.	Tahap Tahapan Layanan Konseling Individu	22
6.	Unsur-unsur Konseling Individu.....	22
B.	<i>Motivational Interviewing</i>	23
1.	Pengertian <i>Motivational Interviewing</i>	23
2.	Tahap Tahapan Pendekatan <i>Motivational Interviewing</i>	25
3.	Prinsip Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	26
C.	Efikasi Diri	26
1.	Pengertian Efikasi Diri.....	26
2.	Aspek-Aspek Efikasi Diri	28
3.	Indikator Efikasi Diri.....	28
4.	Sumber Efikasi Diri	30
D.	Pecandu Narkoba	31
1.	Pengertian Pecandu	31
2.	Ciri-ciri seorang pecandu.....	32
3.	Jenis-jenis Narkoba.....	33
4.	Faktor Penyebab Penyalahgunaan Narkoba.....	34
5.	Dampak Negatif bagi Pecandu Narkoba.....	37
BAB III		39
	GAMBARAN UMUM DAN PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK <i>MOTIVATIONAL INTERVIEWING</i> UNTUK MEMBENTUK EFIKASI DIRI PADA PECANDU NARKOBA	39
A.	Gambaran Umum Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati 39	
1.	Sejarah Berdirinya Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana.....	39
2.	Letak Geografis Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati	40
3.	Visi Misi Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati	40
4.	Struktur Lembaga Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati ...	41
5.	Sarana dan Prasana	43
6.	Tahapan rehabilitasi	44
B.	Pelaksanaan Konseling Individu Melalui Teknik <i>Motivational Interviewing</i> dalam Membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba.	45
1.	Tahapan dalam Pendekatan <i>Motivational Interviewing</i> di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati	47
2.	Prinsip prinsip dalam pendekatan Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	57
3.	Fungsi konseling individual dalam Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	57
4.	Asas konseling individual dalam pendekatan <i>Motivational Interviewing</i>	60

C. Kondisi efikasi diri klien sebelum dan sesudah mengikuti konseling individu menggunakan teknik <i>Motivational Interviewing</i>	63
1. Kondisi klien sebelum mendapatkan konseling individu menggunakan teknik <i>Motivational Interviewing</i>	64
2. Kondisi klien setelah mengikuti konseling individu dengan teknik <i>Motivational Interviewing</i>	93
BAB IV	125
ANALISIS PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MELALUI TEKNIK <i>MOTIVATIONAL INTERVIEWING</i> (MI)	125
A. Pelaksanaan Konseling Individu melalui Teknik <i>Motivational Interviewing</i> dalam Membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba.	125
1. Analisis Tahapan dalam Pendekatan <i>Motivational Interviewing</i> di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati	126
2. Analisis Prinsip prinsip dalam pendekatan Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	128
3. Analisis Fungsi konseling individual dalam Teknik <i>Motivational Interviewing</i>	130
4. Analisis Asas konseling individual dalam pendekatan <i>Motivational Interviewing</i>	131
B. Kondisi Efikasi diri klien sebelum dan sesudah mengikuti konseling individu menggunakan teknik <i>Motivational Interviewing</i>	133
1. Analisis kondisi Efikasi diri klien sebelum mengikuti konseling individu menggunakan teknik <i>Motivational Interviewing</i>	135
2. Analisis kondisi efikasi diri klien setelah mengikuti konseling individu menggunakan teknik <i>Motivational Interviewing</i>	136
BAB V	139
PENUTUP.....	139
A. Kesimpulan.....	139
B. Saran	140
DAFTAR PUSTAKA	141
LAMPIRAN.....	147
Draft wawancara dengan ketua yayasan	147
Draft wawancara dengan konselor.....	147
Draft wawancara dengan klien	148
Draft wawancara dengan teman sekamar	149
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	158

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Struktur lembaga	41
Gambar 3. 2 Alur Layanan Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati.....	44
Gambar 3. 3 Sumber dokumentasi Yayasan Rehabilitasi Elkana Semarang.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Sarana dan Prasarana Yayasan Rehabilitasi Elkana Semarang	43
Tabel 3. 2 Identitas Klien	65
Tabel 4. 1 Indikator Efikasi Diri Klien.....	116

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kata Narkoba yang berarti Narkotika, alkohol, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (NAPZA) yang dilakukan secara berlebihan dan tanpa pengawasan medis yang tepat dapat mengakibatkan berbagai dampak serius pada tubuh dan pikiran penggunanya. Salah satu konsekuensi paling signifikan adalah munculnya kondisi ketergantungan atau adiksi yang sangat kompleks, dimana individu mengalami dorongan yang sangat kuat dan sulit dikendalikan untuk terus mengonsumsi zat-zat tersebut, meskipun mereka menyadari efek negatifnya. Kondisi ketergantungan ini seringkali berkembang menjadi sebuah siklus yang sangat sulit untuk diputus tanpa bantuan profesional dan dukungan yang intensif. (Mintawati & Budiman, 2021:64)

Penyalahgunaan substansi-substansi tersebut dapat mengakibatkan gangguan yang signifikan pada fungsi sistem emosional dan kondisi psikologis penggunanya. Perubahan ini dapat terlihat dari fluktuasi suasana hati yang tidak stabil, ketidakmampuan mengontrol emosi dengan baik, serta terganggunya proses berpikir dan pengambilan keputusan. Dampak-dampak tersebut pada akhirnya berpotensi mengakibatkan perubahan yang substansial pada kesehatan mental individu, yang kemudian termanifestasi dalam bentuk perilaku maladaptif, penurunan fungsi sosial, serta berbagai masalah psikologis lainnya yang dapat menghambat keberfungsian normal dalam kehidupan sehari-hari. (Imron Masyhuri, Dwi S, 2022:405)

Penyalahgunaan narkoba telah menjadi permasalahan serius yang mengancam kesejahteraan masyarakat Indonesia, tidak hanya berdampak pada individu pengguna tetapi juga berimplikasi luas pada aspek sosial, ekonomi, dan kesehatan masyarakat (Lukman et al., 2022:159). Data terkini dari Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia (BNN RI) menunjukkan tren yang mengkhawatirkan, dimana angka penyalahgunaan narkoba terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2023, tercatat sekitar 3,3 juta penduduk Indonesia terlibat dalam penyalahgunaan narkoba. Situasi ini semakin memprihatinkan ketika data yang dirilis pada peringatan Hari Anti Narkoba Internasional tahun 2024 mengungkapkan bahwa jumlah penyalahguna narkoba di Indonesia telah mencapai 12 juta jiwa (RI, 2024).

Hal ini tidak hanya terjadi pada skala nasional, tetapi juga tercermin dalam konteks regional. Mengacu pada BNN Provinsi Jawa Tengah, kasus narkoba mendominasi jenis kejahatan di wilayah tersebut. Data statistik tahun 2021 menunjukkan bahwa dari total 13.331 kasus kejahatan, 5.866 kasus atau sekitar 44% di antaranya berkaitan dengan narkoba. Tren ini berlanjut hingga tahun 2023, dengan peningkatan jumlah pelaku mencapai 602 orang, termasuk 475 narapidana perempuan. Angka-angka ini merefleksikan betapa seriusnya ancaman narkoba terhadap masa depan bangsa, khususnya generasi muda yang menjadi sasaran utama peredaran narkoba. (Jateng, 2023)

Para pecandu narkoba tersebut menghadapi berbagai permasalahan, salah satunya adalah permasalahan psikologis. Salah satu permasalahan psikologis yang dihadapi oleh pecandu narkoba adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan atau kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas, mengatasi hambatan, dan mencapai tujuan tertentu. Pada pecandu narkoba, efikasi diri yang rendah dapat menjadi permasalahan yang signifikan. Pecandu narkoba cenderung memiliki efikasi diri yang rendah, yang dapat menyebabkan mereka merasa tidak mampu mengatasi ketergantungan dan memulihkan diri. Rendahnya efikasi diri dapat membuat pecandu narkoba merasa pesimis, mudah menyerah, dan sulit untuk bertahan dalam proses pemulihan. Oleh karena itu, salah satu aspek penting dalam membantu pemulihan pecandu narkoba adalah meningkatkan efikasi diri mereka.

Keyakinan atau kepercayaan seseorang terhadap suatu situasi yang dihadapi. bisa bersifat personal dan mendalam, dimana individu melakukan evaluasi terhadap kemampuan dan potensi yang dimilikinya dalam menghadapi dan menyelesaikan berbagai kondisi atau keadaan yang spesifik. Evaluasi diri ini tidak terbatas pada penilaian umum, melainkan mencakup berbagai aspek kemampuan yang dimiliki seseorang dalam situasi tertentu. Sebagai salah satu komponen fundamental dalam struktur psikologis manusia, efikasi diri memainkan peran yang sangat penting dan mendasar dalam kehidupan sehari-hari individu. Signifikansi dari aspek psikologis ini terlihat jelas dari pengaruhnya yang substansial dalam membentuk dan mengarahkan pola perilaku seseorang di masa mendatang, serta berkontribusi dalam menentukan bagaimana seseorang akan bertindak dan mengambil keputusan ketika menghadapi berbagai situasi dalam perjalanan hidupnya (Ratih & Utami, 2019:187).

Pecandu narkoba memiliki tingkat kepercayaan diri (efikasi diri) yang rendah, dapat memicu terjadinya kambuh atau penggunaan ulang zat adiktif. Data mengenai tingkat kekambuhan pecandu narkoba di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 11.308 menurut Kementerian Kesehatan dan 41.883 menurut BNN (Rabbani & Rahmasari, 2024:774). Ketergantungan pada narkoba berpotensi mengakibatkan gangguan kejiwaan. Terdapat tiga aspek psikologis yang berisiko muncul pada pengguna narkoba, yakni rendahnya kepercayaan diri, harapan berlebih akan manfaat yang diperoleh, serta tingginya perilaku impulsif. Kepercayaan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi situasi menantang menjadi salah satu aspek yang sangat berkaitan dengan ketergantungan narkoba. Semakin tinggi Efikasi diri pada pecandu narkoba maka akan semakin rendah *relapse* pada pecandu narkoba. Efikasi diri dibutuhkan pecandu narkoba untuk pulih di masa rehabilitasi (Muliati & Soetikno, 2022:1006).

Kompleksitas permasalahan narkoba membutuhkan pendekatan yang komprehensif persoalan penyalahgunaan zat-zat terlarang, khususnya narkoba dan obat-obatan berbahaya, merupakan tantangan yang sangat rumit dan memerlukan solusi yang menyeluruh serta mencakup berbagai dimensi dalam upaya mengatasinya. Diantara berbagai aspek yang perlu ditangani dengan serius, program pemulihan bagi individu yang mengalami ketergantungan narkoba menjadi prioritas utama yang tidak dapat diabaikan. Dalam pelaksanaan program rehabilitasi tersebut, para profesional kesehatan dan praktisi sosial tidak dapat semata-mata menitikberatkan penanganan pada pemulihan kondisi fisik dan perawatan medis semata. Mereka juga wajib memberikan perhatian yang sama besarnya terhadap kesehatan mental dan aspek-aspek sosial dari para pecandu narkoba. Diantara solusi yang dapat menangani permasalahan efikasi diri pada pecandu narkoba adalah melalui bimbingan konseling individual dengan menggunakan teknik *motivational interviewing*.

Konseling Individu yang mengimplementasikan teknik *Motivational Interviewing* (MI) sebuah proses yang dijalankan dengan arah yang jelas namun tetap menjadikan individu yang didampingi sebagai fokus utama dalam seluruh rangkaian intervensi. Dalam praktiknya, praktisi pendamping psikologis tidak mengambil posisi sebagai pemberi solusi, melainkan berperan sebagai mitra yang mendampingi dan memberikan ruang bagi individu untuk melakukan penjelajahan mendalam terhadap berbagai aspek dalam dirinya. Selain itu, pendamping juga membantu individu dalam menghadapi dan mengelola berbagai bentuk ketidakpastian atau pertentangan batin

yang kerap muncul selama proses transformasi perilaku berlangsung (Kurnia Sandi & Noviza, 2023:952).

Konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI) hadir sebagai pendekatan yang menjanjikan dalam membentuk efikasi diri pecandu narkoba, metode konseling yang berfokus pada peningkatan motivasi intrinsik melalui eksplorasi dan resolusi ambivalensi. Keunggulan teknik MI terletak pada prinsip-prinsip dasarnya yang meliputi: mengekspresikan empati, mengembangkan diskrepansi, menghindari argumentasi, mendukung efikasi diri, dan mengikuti resistensi klien. Melalui prinsip-prinsip ini, konselor dapat membantu pecandu narkoba mengidentifikasi nilai-nilai personal mereka, mengeksplorasi ambivalensi terhadap perubahan, dan memperkuat komitmen untuk pulih. Teknik *Motivational Interviewing* (MI) juga membantu pecandu mengembangkan rasa percaya diri dan keyakinan akan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan dalam proses pemulihan (Huuriyyah & Bakti, 2022:42).

Konseling individu sebuah interaksi profesional yang terjalin antara praktisi konseling (konselor) dengan individu yang mencari bantuan (klien). Hubungan profesional ini bertujuan untuk memfasilitasi klien dalam mengeksplorasi dan memperdalam pemahaman tentang perspektif hidupnya, serta membantunya mengembangkan kemampuan dalam mencapai target-target personal melalui serangkaian keputusan yang bermakna, khususnya melalui pendekatan konseling individual yang menggunakan metode *Motivational Interviewing* (MI). proses bantuan konseling dengan pendekatan MI ini dilaksanakan melalui tiga fase yang sistematis dan terstruktur. Fase pertama mencakup tahap pembukaan dan pengumpulan informasi awal untuk memahami kondisi klien. Fase kedua merupakan tahap inti dimana teknik *Motivational Interviewing* (MI) diaplikasikan secara intensif. Sementara itu, fase terakhir berfokus pada pengintegrasian aspek-aspek keagamaan ke dalam proses konseling individual yang menggunakan teknik *Motivational Interviewing* MI (Kendari et al., 2023:58).

Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati, sebagai salah satu lembaga rehabilitasi narkoba, memiliki peran strategis dalam upaya pemulihan pecandu narkoba. Lembaga ini tidak hanya berfokus pada aspek medis rehabilitasi, tetapi juga memberikan perhatian khusus pada pembentukan karakter dan pemberdayaan mental spiritual pecandu. Penerapan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* diharapkan dapat memperkuat program rehabilitasi yang sudah ada, khususnya dalam membentuk efikasi diri pecandu narkoba. Implementasi *Motivational*

Interviewing (MI) dalam setting rehabilitasi narkoba telah menunjukkan hasil yang menjanjikan di berbagai negara. Beberapa penelitian terdahulu mengindikasikan bahwa *Motivational Interviewing* (MI) efektif dalam meningkatkan motivasi untuk berubah, memperkuat komitmen terhadap program rehabilitasi, dan menurunkan tingkat *relapse* pada pecandu narkoba

Berdasarkan pada latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti **“Konseling Individu melalui Teknik *Motivational Interviewing* untuk membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati”**. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan teknik *Motivational Interviewing* (MI) dapat membantu membentuk efikasi diri para pecandu narkoba yang sedang menjalani program rehabilitasi di yayasan rehabilitas pondok pemulihan elkana. Teknik MI dipilih karena pendekatan ini menempatkan klien sebagai pusat dari proses konseling, memberikan ruang bagi mereka untuk mengeksplorasi ambivalensi terhadap perubahan, dan mendukung mereka dalam membangun motivasi intrinsik. Selain itu, melalui konseling individu, klien dapat lebih fokus pada permasalahan personal yang memengaruhi proses pemulihan mereka.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pelaksanaan konseling individu melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam membentuk efikasi diri pada pecandu narkoba di Yayasan Rehabilitas Pondok Elkana Gunungpati?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam membentuk efikasi diri pada pecandu narkoba di Yayasan Rehabilitas Pondok Elkana Gunungpati.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Manfaat dari segi teoretis diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memahami penerapan teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam konteks peningkatan efikasi diri (kepercayaan diri) pada pengguna narkoba. Penelitian ini juga dapat memperkaya pengetahuan tentang hubungan antara efikasi diri dengan keberhasilan pemulihan dari kecanduan narkoba.

2. Manfaat Praktis

Manfaat dari segi praktis hasil penelitian dapat memberikan informasi berharga bagi konselor atau terapis yang bekerja dibidang rehabilitasi dan pemulihan narkoba, sehingga mereka dapat mengoptimalkan penerapan teknik *Motivational Interviewing* MI untuk meningkatkan efikasi diri pada klien.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka atau yang disebut juga dengan kajian literatur merupakan suatu kegiatan untuk memeriksa dan menganalisis kembali berbagai sumber kepustakaan yang telah diterbitkan sebelumnya oleh para akademisi atau peneliti lain terkait dengan topik yang akan diteliti. Dalam rangkaian proses penelitian, baik sebelum, selama, atau setelah melakukan penelitian, peneliti biasanya diminta untuk menyusun tinjauan pustaka yang umumnya menjadi bagian pendahuluan dari proposal penelitian atau laporan hasil penelitian (Mahanum, 2021:2). Terdapat beberapa kajian penelitian terdahulu yang relevan, diantaranya;

1. Penelitian Naelakun Arifah, 2024, dengan judul skripsi “Layanan Konseling Melalui Teknik *Motivational Interviewing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pecandu Narkoba di Rehabilitasi BNN Martapura Kabupaten Oku Timur”, Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Penelitian ini mengungkapkan fakta bahwa kepercayaan diri pecandu narkoba yang rendah seperti minder, malu, dan tidak yakin dengan dirinya. Dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri pecandu narkoba tersebut pelaksanaan layanan konseling melalui teknik *Motivational Interviewing* menggunakan empat penerapan yaitu meekspresikan empati, mengembangkan diskrepansi, menerima resistensi, dan mendukung efikasi diri. Setelah melakukan tahap tahapan dan melakukan konseling ini pecandu narkoba memiliki peningkatan kepercayaan diri di tandai dengan rasa tanggung jawab, pemikiran positif, adanya keterbukaan dan pemahaman yang lebih baik tentang perasaan seseorang.

Persamaan pada penelitian ini dengan yang dilakukan penulis dalam upaya membentuk/ meningkatkan efikasi diri pada pecandu narkoba menggunakan teknik *motivational interviewing* yang di gunakan untuk meneliti pecandu narkoba

2. Penelitian Robi kurnia Sandi, 2023, dengan judul “Implementasi Teknik

Motivational Interviewing untuk Meningkatkan Motivasi Mengaji pada Remaja di Desa Geramat Kabupaten Lahat”, (Kurnia Sandi & Noviza, 2023:953) dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dilakukan untuk memperoleh jawaban mengenai untuk meningkatkan motivasi mengaji pada remaja di Desa Geramat Kabupaten Lahat. Penelitian ini menjelaskan teknik *Motivational interviewing* untuk mendorong individu mengeksplorasi dan menemukan alasan dalam dirinya yang sebelumnya belum pernah dipikirkan untuk mengubah perilakunya Penerapan *Motivational Interviewing* dapat memperbaiki perilaku penderita terhadap pengobatan karena dalam hal ini ditanamkan kesadaran individu untuk mentaati prinsip pengobatan yang didasari adanya keinginan dari diri sendiri untuk sembuh. Aplikasi pendekatan *Motivational Interviewing* dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian penderita dalam pengobatan TB Paru.

Perbedaan pada penelitian ini dengan yang dilakukan penulis adalah terletak pada sasaran dimana sasaran terhadap penelitian untuk meningkatkan motivasi mengaji pada remaja didesa geramat sedangkan sasaran penulis untuk membentuk efikasi diri terhadap pecandu narkoba. Persamaannya adalah sama sama menggunakan teknik *Motivational Interviewing* untuk membentuk efikasi diri

3. Penelitian Nurdiana F Nahdalipa 2021, dengan judul “Pengaruh *Motivational Interviewing* terhadap *Self-Efficacy* Penyalahguna Narkoba di Klinik Pratama Adi Pradana BNN Provinsi Sulawesi Selatan” (Nahdalipa & Gobel, 2021:59) dengan menggunakan metode *Quasi Experiment* dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *Pretest-Posttest with Control Group Design*, dengan menggunakan dua kelompok yaitu kelompok intervensi yang diberikan perlakuan motioovational interviewing dan kelompok kontrol yang hanya diberikan brosur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Ada pengaruh pemberian intervensi konseling terhadap *self-efficacy* pada penyalahguna narkoba dengan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$); Tidak ada pengaruh pemberian brosur terhadap *selfefficacy* pada penyalahguna narkoba dengan nilai p value 0,883 ($p > 0,05$);

Perbedaan pada penelitian ini dengan yang dilakukan penulis adalah terletak pada metode yang dilakukan, sedangkan persamaan pada penelitian ini yaitu untuk meningkatkan dan membentuk efikasi diri pada pecandu narkoba menggunakan teknik *Motivational Interviewing*.

4. Penelitian Izzatul Amani 2023, dengan judul skripsi “Implementasi Teknik *Motivational Interviewing* dalam Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri pada Klien Pecandu Narkoba di Lembaga Mutiara Lentera Mataram. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Penelitian lapangan ini menggunakan data kualitatif dengan 3 pecandu narkoba dan 3 konselor sebagai subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pecandu narkoba yang baru masuk rehabilitasi mengalami kekurangan kepercayaan diri, ditandai dengan perilaku menyendiri, bersikap tertutup, malu, minder, dan berfikir negatif. Proses MI melibatkan empat langkah: membangun hubungan, identifikasi masalah, fasilitasi klien, dan evaluasi

Persamaan pada penelitian ini mengacu kepada teknik *Motivational Interviewing* namun perbedaannya dalam penelitian ini bertujuan untuk mengatasi rasa kurang percaya diri sedangkan penelitian penulis bertujuan untuk membentuk rasa percaya diri pecandu narkoba

5. Penelitian Fissilmy Khaffah Ramadhanu dengan judul skripsi” Implementasi Teknik *Motivational Interviewing* pada Anak Bermasalah Hukum di Balai Pemasarakatan Kelas 1 Surakarta” metode ini menggunakan metode penelitian kualitatif yaitu dengan mengumpulkan data melalui bacaan dari beberapa literatur yang berkaitan dengan pembahasan. Adapun metode penulisan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif hasil penelitian diketahui bahwa teknik *motivational interviewing* untuk dapat mengembangkan motivasi positif pada klien anak bermasalah hukum dari tindakan kriminal yang dilakukan di masa lalu, bimbingan dengan teknik wawancara motivasi melalui tahapan mengekspresikan empati, mengembangkan diskrepansi, menerima resistensi dapat membantu klien untuk mengontrol emosi, pikiran, dan perilaku, dan mendukung efikasi diri

Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian penulis terletak pada tujuan penelitian, dimana penelitian tersebut terpacu kepada anak yang bermasalah terhadap hukum sedangkan tujuan penulis untuk membentuk efikasi diri terhadap pecandu narkoba tetapi penelitian ini sangat relevan karena terdapat persamaan teknik yaitu teknik *Motivational Interviewing*.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang bertujuan untuk memahami fenomena secara mendalam melalui sudut pandang partisipan. Menurut Bogdan dan Taylor (Hartono & Ilyasin, 2025:90), metodologi kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan diamati perilaku. Jenis penelitian ini dipilih karena peneliti ingin mengeksplorasi pengalaman subjektif klien pecandu narkoba dalam proses konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing* (MI)

Sejalan dengan metode kualitatif, penelitian ini menggunakan jenis studi kasus sebagai desain utamanya. Jenis penelitian studi kasus menurut Robert K. Yin (Nazareth et al., 2024:34), merupakan sebuah proses pencarian pengetahuan untuk menyelidiki dan memeriksa fenomena yang terjadi di dalam kehidupan nyata. Penelitian studi kasus ini bertujuan untuk menelaah suatu fenomena secara mendalam dalam konteks kehidupan nyata, khususnya dalam lingkungan rehabilitasi pecandu narkoba

Melalui pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, peneliti tidak hanya memperoleh data deskriptif, tetapi juga menangkap dinamika hubungan antara konselor dan klien, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan konseling. Interaksi yang terjadi selama proses konseling menjadi pusat analisis untuk memahami bagaimana teknik MI dapat membentuk efikasi diri klien yang sebelumnya rendah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan layanan rehabilitasi berbasis konseling, serta menjadi referensi bagi konselor dalam menerapkan pendekatan yang empatik dan terstruktur guna mendukung proses pemulihan pecandu narkoba.

2. Sumber dan Jenis Data

Dalam sebuah penelitian, sumber data merujuk pada segala sesuatu yang dapat menyediakan informasi atau data yang relevan dengan topik yang dikaji. Sumber data dapat dibedakan menjadi dua kategori utama berdasarkan asalnya, yaitu

- a. Data Primer: data yang diperoleh secara langsung dari subjek atau partisipan penelitian. Data ini biasanya dikumpulkan melalui metode seperti wawancara, observasi, atau instrumen lainnya yang melibatkan

interaksi langsung dengan subjek penelitian. Dalam konteks penelitian ini, sumber data primer meliputi pimpinan yayasan, konselor, dan klien yang terlibat di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang. Kriteria yang dipilih karena pengalaman selama menangani klien ditetapkan untuk informan meliputi pimpinan yayasan yang telah menjabat minimal satu tahun dan berpengalaman, konselor yang telah bekerja minimal satu tahun dan berpengalaman,

- b. Data Sekunder: mengacu pada informasi yang diperoleh dari sumber-sumber lain yang tidak terlibat langsung dalam penelitian, atau dengan kata lain, bukan berasal dari sumber asli. Data sekunder dalam penelitian ini dapat diperoleh dari sumber-sumber seperti buku, modul, dan dokumen yang tersedia di Yayasan Pondok Elkana yang berkaitan dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam pengobatan pecandu narkoba.

3. Definisi Konseptual Variabel

- a. Konseling Individu menurut Prayitno (Sulistiyani & Wastuti, 2024:8) menyatakan bahwa, pertemuan konseling secara individual memiliki karakteristik yang khas, yaitu sebuah proses interaksi profesional antara seorang praktisi konseling dengan individu yang mencari bantuan. Inti dari pelayanan ini terletak pada terbangunnya relasi terapeutik yang ditandai dengan terciptanya suasana psikologis yang hangat dan penuh penerimaan. Hubungan profesional ini dicirikan oleh adanya keselarasan emosional, pemahaman mutual, dan kenyamanan dalam berinteraksi antara kedua pihak. Kondisi yang mendukung ini dapat terwujud ketika terdapat kesepahaman, posisi yang setara, penerimaan positif, dan penemuan berbagai kesamaan persepsi, sehingga individu yang mencari bantuan dapat merasa aman dan terbuka dalam menjalin komunikasi dengan praktisi konseling.
- b. Efikasi diri menurut Bandura (Nurita et al., 2023:239) dapat dipahami sebagai suatu bentuk kepercayaan yang tertanam dalam diri seseorang mengenai kapasitas dan kompetensinya untuk mengelola dan mengimplementasikan berbagai rangkaian aktivitas yang dibutuhkan dalam mencapai suatu tujuan tertentu. Konstruk psikologis ini merepresentasikan evaluasi internal seseorang terhadap potensi dan kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai tantangan dan tuntutan kehidupan.

4. Tehnik Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara adalah suatu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mengajukan pertanyaan kepada individu mengenai topik tertentu disebut wawancara. Hal ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman tentang pengalaman dan pandangan mereka. Terdapat dua jenis wawancara, yaitu terstruktur dan tidak terstruktur. Pada wawancara terstruktur, peneliti memiliki daftar pertanyaan khusus yang akan diajukan. Sementara pada wawancara tidak terstruktur, peneliti dapat mengajukan pertanyaan secara lebih bebas sesuai dengan informasi yang ingin diperoleh. Tujuannya adalah untuk membangun hubungan antara peneliti dan narasumber (Adlini et al., 2022:6).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara terstruktur, dimana peneliti telah menyiapkan sejumlah pertanyaan yang akan diajukan kepada subjek penelitian. Subjek penelitian yang akan diwawancarai adalah pimpinan, konselor, dan klien. Melalui teknik wawancara ini, peneliti akan mendapatkan informasi lebih mendalam mengenai penerapan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* untuk membentuk Efikasi diri pada pecandu narkoba,

b. Observasi

Observasi merupakan suatu metode atau cara yang digunakan dalam penelitian dengan melakukan pengamatan secara saksama dan mencatat segala sesuatu yang muncul dan terjadi pada objek yang diteliti. Observasi dilakukan dengan memanfaatkan panca indera manusia, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, peraba, dan pengecap. Melalui observasi, peneliti dapat menyaksikan langsung fenomena atau gejala yang terjadi dilapangan secara rinci dan mendalam. Observasi memberikan kesempatan kepada peneliti untuk merekam peristiwa dalam situasi yang sebenarnya, melihat masalah dan perilaku sebagaimana adanya dalam konteks yang alami (Handayani, 2020:8).

Dalam melakukan observasi, peneliti dapat berperan sebagai pengamat yang hanya mengamati tanpa terlibat langsung dalam kegiatan objek yang diamati, atau berperan sebagai partisipan dengan terlibat

langsung dalam kegiatan objek yang diamati. Kemudian, hasil dari pengamatan tersebut akan dicatat secara rinci dan sistematis, baik dalam bentuk catatan tertulis, gambar, rekaman audio, atau video

c. Dokumentasi

Istilah dokumentasi berasal dari bahasa Inggris, yaitu "*Documentation*". Berdasarkan kamus *Oxford Learner's Dictionaries*, terdapat dua pengertian utama terkait dengan dokumentasi. Pengertian pertama adalah suatu proses menyajikan informasi atau bukti resmi yang berguna untuk keperluan pencatatan atau dokumentasi. Pengertian kedua adalah upaya untuk merekam dan mengkategorikan informasi dalam berbagai bentuk, seperti tulisan, foto, video, dan lainnya. Secara lebih luas, dokumentasi dapat dipahami sebagai suatu kegiatan atau proses sistematis yang melibatkan beberapa tahapan penting. Tahapan tersebut meliputi pencarian, penggunaan, penyelidikan, pengumpulan, dan penyediaan dokumen-dokumen terkait. Proses dokumentasi ini bertujuan untuk memperoleh berbagai informasi, pengetahuan, keterangan, serta bukti-bukti yang dibutuhkan dalam suatu penelitian atau kajian tertentu (Hasan, 2022:24).

Setelah informasi dan data terkumpul melalui proses dokumentasi, maka tahapan selanjutnya adalah menyebarkan atau menyajikan hasil dokumentasi tersebut kepada pihak-pihak yang berkepentingan. Pihak-pihak yang dimaksud dapat berupa peneliti, akademisi, pemerintah, organisasi, atau masyarakat umum yang membutuhkan informasi tersebut (Handayani, 2020:9). Dalam suatu penelitian terdapat dokumentasi menjadi salah satu metode pengumpulan data yang sangat penting. Melalui dokumentasi peneliti dapat memperoleh data dan informasi yang mendalam, akurat, dan terpercaya dari berbagai sumber tertulis yang telah ada sebelumnya. Dokumentasi juga membantu peneliti untuk melengkapi dan memperkaya data yang diperoleh dari sumber lain, seperti observasi atau wawancara, sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif dan valid.

5. Teknik Validitas

Dalam dunia penelitian, terdapat beberapa istilah yang digunakan untuk merujuk pada konsep kepercayaan atau keabsahan data, seperti validitas dan

reliabilitas. Isu utama yang menjadi perhatian dalam menjaga kepercayaan data sebenarnya merupakan permasalahan yang sederhana, yaitu bagaimana seorang peneliti dapat meyakinkan narasumber atau informan, serta dirinya sendiri, bahwa hasil penelitian yang diperoleh adalah dapat dipercaya atau layak untuk dipertimbangkan sebagai temuan yang valid dan reliabel (Syahrani, 2020:22).

Salah satu teknik yang sering digunakan oleh peneliti untuk menguji keabsahan data adalah triangulasi. Triangulasi dapat diartikan sebagai metode terbaik untuk menghilangkan atau meminimalisir perbedaan-perbedaan dalam mengonstruksi realitas yang ada dalam konteks suatu studi saat proses pengumpulan data tentang berbagai peristiwa dan hubungan dari berbagai sudut pandang yang berbeda.

a. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber merupakan suatu pendekatan yang melibatkan pengumpulan data dari berbagai sumber yang berbeda untuk kemudian dilakukan pengecekan dan perbandingan antara satu sumber dengan sumber lainnya (Mustika et al., 2020:7). Tujuannya adalah untuk menguji konsistensi, keakuratan, dan keabsahan informasi yang diperoleh dari setiap sumber data tersebut. Dalam melakukan triangulasi sumber, peneliti akan mengumpulkan data dari berbagai sumber yang relevan, seperti hasil wawancara dengan narasumber, arsip atau dokumen tertulis, rekaman audio atau video, serta sumber-sumber lain yang terkait dengan topik penelitian. Setelah data terkumpul dari berbagai sumber tersebut, peneliti akan melakukan pengecekan secara silang (*cross-check*) untuk melihat apakah terdapat kesamaan, perbedaan, atau bahkan kontradiksi antara informasi yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik dilakukan dengan cara mengumpulkan data dari sumber yang sama namun menggunakan metode atau teknik pengumpulan data yang berbeda-beda. Tujuannya adalah untuk menguji dan memverifikasi kebenaran serta keakuratan data yang diperoleh dengan memastikan bahwa data tersebut konsisten dan valid meskipun dikumpulkan melalui teknik yang berbeda.

Dalam menerapkan triangulasi teknik, peneliti akan menggunakan

beberapa metode pengumpulan data secara bergantian untuk mendapatkan informasi dari sumber yang sama. Misalnya, peneliti dapat mengombinasikan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data dari satu sumber tertentu. Data yang diperoleh dari ketiga teknik tersebut kemudian akan disandingkan dan dibandingkan untuk melihat apakah terdapat kesamaan, perbedaan, atau bahkan kontradiksi di antara data-data tersebut (Alfansyur & Mariyani, 2020:149).

6. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Noeng Muhadjir merupakan proses sistematis dalam meneliti dan mengatur catatan yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan sumber lainnya dengan tujuan membantu peneliti memahami kasus yang sedang diteliti dan mempresentasikannya sebagai temuan bagi pihak lain. Untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan upaya mencari makna yang terkandung di dalamnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa analisis data kualitatif merupakan satu kesatuan dengan aktivitas pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dari hasil penelitian.

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Proses merangkum melibatkan pemilihan elemen-elemen yang paling substansial dan mengutamakan aspek-aspek yang signifikan. Dalam tahap ini, peneliti berupaya mengidentifikasi tema sentral dan pola-pola yang menonjol. Setelah itu, peneliti akan berusaha mengumpulkan data yang relevan dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, yaitu terkait dengan pelaksanaan konseling individu untuk membentuk efikasi diri pada individu yang terlibat dalam penyalahgunaan narkoba. Upaya membentuk efikasi diri ini akan dilakukan dengan menggunakan teknik *Motivational Interviewing* (MI) pada subjek penelitian yang merupakan penerima layanan di Yayasan Pondok Elkana Gunungpati. Pendekatan ini dipilih dengan harapan dapat membantu meningkatkan motivasi intrinsik dan rasa percaya diri para pelaku narkoba dalam mengatasi permasalahan mereka dan memulai kehidupan yang lebih sehat dan produktif.

b. Penyajian Data

Penyajian data atau informasi merupakan bagian penting dalam menyusun laporan penelitian. Proses ini dilakukan dengan cara yang

memungkinkan agar data dapat dianalisis dan dipahami sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Tugas utama dalam menyajikan informasi adalah mengatur kumpulan data secara sistematis dan mudah dipahami, sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan darinya. Informasi yang disajikan harus sederhana, jelas, dan mudah dibaca (Millah et al., 2023:147). Selain itu, tujuan dari penyajian data adalah untuk memfasilitasi pengamat agar dapat dengan mudah memahami apa yang disampaikan oleh peneliti, baik untuk keperluan analisis lebih lanjut maupun untuk tujuan perbandingan.

c. Penarikan Kesimpulan

Proses menarik kesimpulan merupakan aktivitas yang dilakukan peneliti secara berkelanjutan selama berada di lapangan. Sejak awal pengumpulan data, peneliti mencatat pola-pola teratur, memberikan penjelasan, mengidentifikasi konfigurasi, menganalisis alur sebab-akibat, serta memperhatikan proporsi yang ada. Kesimpulan yang dihasilkan pada tahap ini bersifat sementara dan tidak mengikat, serta tetap terbuka untuk dipertanyakan dan dikaji ulang. Verifikasi terhadap kesimpulan-kesimpulan tersebut terus dilakukan selama proses penelitian berlangsung untuk memastikan validitas dan ketepatan temuan (Millah et al., 2023:147).

G. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan pemahaman yang jelas dan menyeluruh mengenai penelitian, penulis telah menyusun struktur penulisan skripsi secara sistematis. Struktur ini menjadi lima bab utama, yang masing-masing bab memiliki sub-bab tersendiri, yang dirancang untuk memudahkan pemahaman pembaca. Bagian-bagian utama tersebut terdiri dari:

Bab I: Pendahuluan, mencakup Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian, dan Sistematika Penulisan.

Bab II: Landasan Teori, berisi informasi tentang landasan teori yang terkait dengan objek penelitian dalam skripsi. Bagian ini mendeskripsikan teori Konseling Individu, yang meliputi (pengertian, tujuan, fungsi, asas-asas dan tahapan), *Motivational Interviewing* (MI) (pengertian, tahap-tahapan pendekatan dan Prinsip), Efikasi Diri (pengertian, aspek- aspek, indikator dan sumber).

Serta pecandu narkoba (pengertian, faktor penyebab, dan dampak negatif)

- Bab III: Gambaran Umum Lokasi dan Hasil Penelitian, terdiri dari tiga sub-bab. Sub-bab I membahas tentang Gambaran umum. Sub-bab II membahas efikasi diri pecandu narkoba sebelum mengikuti konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI). Sub-bab III berisi pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI) untuk membentuk efikasi diri pada pecandu narkoba.
- Bab IV: Analisis Data, berisi penjabaran analisis dari rumusan masalah, yang meliputi analisis efikasi diri pecandu narkoba sebelum mendapatkan konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing*, serta pelaksanaan konseling individu melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam membentuk efikasi diri pada pecandu narkoba
- Bab V: Penutup, berisi kesimpulan singkat yang menjawab rumusan masalah, serta saran untuk pengembangan penelitian lebih lanjut dan perbaikan kekurangan penelitian.

BAB II

TEORI KONSELING INDIVIDU, *MOTIVATIONAL INTERVIEWING*, EFIKASI DIRI DAN PECANDU NARKOBA

A. Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu

Konseling individual merupakan salah satu bentuk layanan yang tersedia dalam bidang bimbingan dan konseling. Layanan ini melibatkan interaksi langsung secara tatap muka antara konselor dengan klien, dengan tujuan untuk membantu klien mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi serta membimbing klien agar mampu menyelesaikan masalahnya secara mandiri. Menurut Tohirin dalam (Dewany et al., 2023:66) menjelaskan bahwa layanan konseling individu melalui proses konselor memberikan dukungan dan arahan kepada klien dalam mengeksplorasi dan menemukan solusi atas persoalan yang dialaminya, sehingga klien dapat mengembangkan kemampuan untuk mengelola dan mengatasi tantangan dalam hidupnya secara lebih efektif.

Layanan konseling individual dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk intervensi psikologis yang diselenggarakan dalam format pertemuan tatap muka antara seorang konselor profesional dengan satu orang konseli, dimana proses bantuan tersebut berlangsung dalam suasana yang bersifat pribadi dan konfidensial. Dalam pelaksanaannya, konseling perorangan ini menitikberatkan pada pemberian bantuan yang mendalam dan komprehensif untuk membantu konseli mengeksplorasi, memahami, dan mencari solusi atas berbagai permasalahan personal yang sedang dihadapinya. Melalui serangkaian sesi yang terstruktur namun fleksibel, konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu konseli mengembangkan wawasan diri, menemukan alternatif penyelesaian masalah, serta memberdayakan konseli untuk mampu membuat keputusan yang tepat dalam mengatasi kesulitan-kesulitan pribadinya secara mandiri (Marten et al., 2024:1911).

Dalam bimbingan dan konseling Prayitno (Sulistiyani & Wastuti, 2024:8) menyatakan bahwa, pertemuan konseling secara individual memiliki karakteristik yang khas, yaitu sebuah proses interaksi profesional antara seorang praktisi konseling dengan individu yang mencari bantuan. Inti dari pelayanan ini terletak pada terbangunnya relasi terapeutik yang ditandai dengan terciptanya suasana

psikologis yang hangat dan penuh penerimaan. Hubungan profesional ini dicirikan oleh adanya keselarasan emosional, pemahaman mutual, dan kenyamanan dalam berinteraksi antara kedua pihak. Kondisi yang mendukung ini dapat terwujud ketika terdapat kesepahaman, posisi yang setara, penerimaan positif, dan penemuan berbagai kesamaan persepsi, sehingga individu yang mencari bantuan dapat merasa aman dan terbuka dalam menjalin komunikasi dengan praktisi konseling.

Dalam prosesnya, praktisi konseling berperan aktif memberikan dukungan untuk memfasilitasi perkembangan personal individu tersebut, sekaligus membantunya mengembangkan kemampuan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Dengan kata lain, layanan konseling perorangan merupakan bentuk pendampingan profesional yang diselenggarakan melalui pertemuan langsung antara dua individu, dimana praktisi konseling membantu mengarahkan dan memberikan perspektif baru terhadap persoalan yang sedang dihadapi oleh individu yang mencari bantuan (Sulistyani & Wastuti, 2024:8).

Konseling individu didalam islam memiliki landasan yang kuat dari Al-Qur'an, seperti yang dijelaskan dalam Firman Allah SWT dalam surat an-Nahl ayat 125 yang berbunyi:

أُدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: "Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk."

Kata *ud`u* berasal dari kata *da`aa-yad`uu da`watan* yang berarti menyeru, memanggil, mengajak, menjamu (Sukandar & Rifmasari, 2022:91). Mengajak yang dimaksud adalah mengajak, membimbing kepada jalan yang baik, yakni kepada jalan Tuhan (*Ila Sabili Rabbika*). Kata *Hikmah* berasal dari kata *hakama-yahkumu-hukman* yang bermakna memerintah, menghukum, dan mengetahui yang benar. Maksud dari kata *hikmah* disini adalah sesuatu yang akan mendatangkan kebaikan, keselamatan, kemudahan dan menghalangi dari kesulitan yang besar. Kata *wal mau`izhatul hasanah* berasal dari kata *wa`azha-*

ya`izhu-wa`zhan-`izhatun yang berarti menasehati, mengajari. Sedangkan *hasanah* berarti baik dan bagus (Sukandar & Rifmasari, 2022:92).

Dapat disimpulkan konseling individual merupakan bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang melibatkan interaksi langsung secara tatap muka antara konselor dengan klien. Hal ini dilakukan dalam suasana yang bersifat pribadi dan konfidensial, sehingga terbangun relasi terapeutik yang ditandai dengan keselarasan emosional, pemahaman mutual, dan kenyamanan dalam berinteraksi. Dengan demikian, konseling individual menjadi wadah bagi konselor untuk memfasilitasi perkembangan personal klien dan membantu klien mengembangkan kemampuan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup secara lebih efektif.

2. Tujuan Konseling Individu

Tujuan konseling individu menurut Prayitno dalam (Mardia, 2022:96) adalah untuk memberikan pendampingan kepada klien dalam memahami dan menata kembali permasalahan yang sedang dialami secara menyeluruh. Melalui proses konseling ini, klien diarahkan untuk mengenali pola hidup atau *life style* yang selama ini dijalani, sehingga klien mampu mengidentifikasi aspek-aspek yang mungkin menjadi pemicu munculnya tekanan psikologis maupun hambatan dalam kehidupan sehari-hari. Konseling juga berfungsi untuk mengurangi kecenderungan klien dalam menilai dirinya secara negative (Ramadhan, 2022:63), serta membantu meredakan perasaan tidak berharga atau rendah diri yang dapat menghambat perkembangan pribadi.

Tujuan konseling individual adalah untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh klien (Muttaqin et al., 2017:182). Permasalahan yang dibahas dalam konseling individu dapat dicirikan sebagai sesuatu yang tidak diinginkan keberadaannya, sesuatu yang ingin dihilangkan, atau sesuatu yang dapat menghambat dan menimbulkan kerugian bagi klien. Melalui proses konseling individual, upaya penyelesaian masalah dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan hal-hal yang tidak diinginkan tersebut (Murtadho et al., 2022:76). Dengan adanya konseling individual, beban yang dirasakan oleh klien dapat diringankan, kemampuan klien untuk mengatasi masalah dapat ditingkatkan, dan potensi yang dimiliki oleh klien dapat dikembangkan secara lebih optimal (Husni & Kunci, n.d.:64).

Pelaksanaan layanan konseling individual memiliki sejumlah tujuan yang komprehensif dan berorientasi pada pertumbuhan pribadi seseorang. Secara fundamental, intervensi konseling perorangan ini dirancang untuk memberikan pendampingan profesional yang memfasilitasi perkembangan optimal berbagai aspek kepribadian individu yang mencari bantuan (Riyadi & Adinugraha, 2021:15). Melalui proses konseling yang sistematis dan terstruktur, diharapkan individu dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dirinya sendiri, memperkuat kapasitas dalam pengambilan keputusan, serta meningkatkan keterampilan dalam mengelola berbagai tantangan hidup (Sujarwo & Khoirunnisa, 2024:3).

Layanan konseling individual juga bertujuan untuk memberdayakan individu dalam mengembangkan kemampuan antisipatoris terhadap berbagai potensi permasalahan yang mungkin muncul di masa depan. Dengan kata lain, melalui proses konseling ini, individu tidak hanya dibantu untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapi (Hidayanti et al., 2016:123), tetapi juga diperkuat dengan berbagai strategi dan keterampilan yang diperlukan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan merespons secara proaktif berbagai situasi problematis yang mungkin terjadi dalam kehidupannya. Hal ini mencakup pengembangan keterampilan dalam mengidentifikasi tanda-tanda awal munculnya masalah, kemampuan menganalisis berbagai alternatif solusi, serta peningkatan kapasitas dalam membuat keputusan yang efektif dan konstruktif (Narkoba et al., 2024).

Jadi tujuan utama konseling individual adalah untuk membantu klien dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi oleh klien. Permasalahan yang dibahas dalam konseling individual dapat berupa sesuatu yang tidak diinginkan keberadaannya, sesuatu yang ingin dihilangkan, atau sesuatu yang dapat menghambat dan merugikan klien. Melalui proses konseling individual, upaya penyelesaian masalah dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi intensitas ketidaksukaan atau beban yang dirasakan oleh klien terhadap hal-hal tersebut.

3. Fungsi Konseling Individu

Terdapat fungsi konseling individu menurut Prayitno dalam (Suhertina, 2014:23) diantaranya:

- a. Fungsi Pemahaman, adalah layanan konseling berperan membantu pihak-

pihak terkait untuk memperoleh wawasan mendalam tentang berbagai aspek yang mendukung perkembangan pribadi. Ini mencakup pengenalan diri, pemahaman lingkungan terdekat (seperti unit keluarga dan institusi pendidikan), serta pemahaman konteks yang lebih luas (meliputi dunia kerja, pendidikan, nilai budaya, keyakinan agama, dan tradisi).

- b. Fungsi Mengatasi Masalah, untuk membantu individu menemukan solusi dan menyelesaikan berbagai tantangan atau permasalahan yang sedang dihadapi.
- c. Fungsi Pengembangan Layanan, ini berfokus pada upaya mengoptimalkan dan menjaga potensi serta aspek-aspek positif yang dimiliki klien. Hal ini menjadi dasar penting dalam proses pemahaman dan penyelesaian masalah yang dihadapi pecandu narkoba
- d. Fungsi Pencegahan dalam Layanan Konseling, mendorong individu untuk mengambil langkah-langkah pencegahan sebelum timbulnya masalah psikologis akibat kurangnya perhatian. Tindakan pencegahan ini melibatkan pengembangan berbagai program dan strategi untuk mengantisipasi serta menghindari risiko-risiko yang sebenarnya dapat dicegah.
- e. Fungsi Advokasi, Ketika klien menghadapi situasi dimana hak-haknya dilanggar dan mengalami perlakuan tidak adil dalam tingkat tertentu, layanan konseling individual dapat memberikan dukungan dalam bentuk advokasi atau pembelaan terhadap kepentingan klien.

4. Asas Konseling Individu

Asas yang paling mendasar dalam layanan konseling individual adalah terjalinnya hubungan interpersonal yang sangat intim antara klien dan konselor. Relasi ini bersifat sangat personal, bahkan dapat dikatakan kedua pihak "saling masuk kedalam" satu sama lain. Maksudnya, konselor menyelami pribadi klien, begitu pula sebaliknya. Proses konseling individual dikembangkan sejalan dengan suasana keterbukaan tersebut, serta memfasilitasi kemampuan spesifik klien untuk kepentingan kehidupannya. Sementara itu, asas-asas konseling menurut (Dewany et al., 2023:67) yang memperlancar proses dan memperkuat struktur layanan konseling individual meliputi:

- a. Asas kerahasiaan.
- b. Asas kesukarelaan dan keterbukaan.
- c. Asas kekinian dan keaktifan.

d. Asas kenormatifan dan keahlian.

5. Tahap Tahapan Layanan Konseling Individu

Menurut (Amalia Zahrah et al., 2024:318) layanan konseling individual melalui 5 tahapan dalam layanan konseling individual yaitu:

- a. Tahap pengantaran (*introduction*), Pada tahap ini, konselor menerima klien, menunjukkan kehangatan, keterbukaan, penerimaan positif dan penghargaan, serta memastikan jarak duduk, sikap duduk, kontak mata, ajakan terbuka untuk berbicara, dan penstrukturan.
- b. Tahap penjajakan (*investigation*), Pada tahap ini, konselor menggunakan teknik seperti pertanyaan terbuka, konfrontasi, refleksi, suasana diam, dan kontak psikologis untuk memahami lebih lanjut masalah klien.
- c. Tahap penafsiran (*interpretation*), Tahap penafsiran meliputi interpretasi hasil konseling dan menentukan langkah selanjutnya untuk mencapai tujuan konseling.
- d. Tahap pembinaan (*intervention*), Dalam tahap ini, konselor memberikan solusi permasalahan yang dialami oleh klien dan membantu klien untuk mengembangkan potensi diri agar mampu bekerja efektif, produktif, dan menjadi manusia mandiri.
- e. Tahap penilaian (*inspection*), Tahap terakhir ini melibatkan evaluasi hasil konseling, dimana konselor mengevaluasi kemajuan klien dan memberikan umpan balik untuk perbaikan.

6. Unsur-unsur Konseling Individu

Layanan konseling terdiri dari beberapa elemen yang saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Komponen utama dalam proses ini meliputi konselor dan konseli. (Namora Lumongga Lubis, 2011:21)

a. Konselor

Konselor merupakan sosok yang memiliki peran penting dalam kehidupan konseli. Konselor menerima konseli apa adanya dan dengan penuh ketulusan membantu mereka dalam menghadapi serta menyelesaikan berbagai permasalahan, termasuk dalam situasi yang genting sekalipun. Tujuan utama konselor adalah mendampingi konseli agar dapat keluar dari kondisi yang kurang menguntungkan, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, sehingga mereka bisa beradaptasi dengan perubahan hidup yang terus berlangsung.

b. Konseli

Konseli sebagai individu yang menerima bimbingan atau bantuan dari seorang konselor, baik atas inisiatif sendiri maupun atas rekomendasi pihak lain. Sementara itu, Carl Rogers, menjelaskan bahwa konseli adalah seseorang yang mendatangi konselor dalam keadaan cemas atau mengalami ketidakstabilan emosional.

B. *Motivational Interviewing*

1. Pengertian *Motivational Interviewing*

Motivational Interviewing (MI) menurut Martin dkk dalam (Samad et al., n.d.:47) merupakan sebuah pendekatan percakapan yang berpusat pada individu dan dilakukan secara kolaboratif oleh tenaga profesional di bidang kesehatan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan motivasi klien agar mau melakukan perubahan dalam diri mereka (Setiawati et al., 2025:1431). Metode ini telah diakui secara global sebagai sebuah intervensi yang efektif dalam mendorong seseorang untuk membuat perubahan positif terkait gaya hidup dan pengelolaan perilaku mereka.

Motivational Interviewing menurut Miller dan Rollnick dalam (Rantekata & Nurjannah, 2022:102) adalah teknik konseling yang berfokus pada individu dan didesain agar tenaga profesional seperti konselor dapat memberikan bantuan kepada individu, sehingga individu tersebut mampu melakukan eksplorasi diri dan dapat mengatasi ambivalensinya (Sugiharto et al., 2019:112), sehingga dapat mengubah perilakunya sesuai dengan tujuan yang diinginkan (Nia Aulia Rahmawati, 2023:86).

Motivational Interviewing merupakan salah satu teknik konseling yang ditujukan untuk mendorong individu mengeksplorasi dan menemukan alasan dalam dirinya yang sebelumnya belum pernah dipikirkan untuk mengubah prilakunya. Teknik *Motivational Interviewing (MI)* yaitu konseling terarah dan berbasis pasien dengan tujuan memperbaiki perilaku dan membantu klien mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi karena pada dasarnya penyalahgunaan zat adalah hanya suatu gejala dari gangguan yang mendasarinya (Kurnia Sandi & Noviza, 2023:954).

Motivasi pada dasarnya dapat dibedakan menjadi dua jenis utama, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik merujuk pada dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan suatu tindakan semata-mata

karena merasa puas, senang, atau menikmati proses yang dijalani tanpa mengharapkan imbalan dari luar. Seseorang yang memiliki motivasi intrinsik cenderung melakukan sesuatu dengan penuh kesadaran dan ketulusan karena aktivitas tersebut memberikan kepuasan batin. (Nurkhasanah, 2017:10)

Di sisi lain, motivasi ekstrinsik berkaitan dengan dorongan yang muncul akibat adanya faktor eksternal. Seseorang yang terdorong oleh motivasi ini biasanya melakukan sesuatu bukan hanya karena menyukainya, tetapi lebih karena adanya manfaat atau penghargaan tertentu yang bisa diperoleh, seperti uang, pengakuan, atau status sosial. Dengan kata lain, tindakan yang dilakukan didasari oleh hasil atau keuntungan yang bersifat materi maupun non-materi yang berasal dari lingkungan sekitarnya.

Pendekatan konseling *Motivational Interviewing* memiliki tujuan fundamental untuk menggali dan menguatkan dorongan internal yang ada dalam diri individu guna melakukan transformasi positif yang sejalan dengan sistem nilai personal mereka. Proses ini dirancang untuk membantu individu menemukan dan mengembangkan motivasi yang berasal dari dalam dirinya sendiri, sehingga perubahan yang dilakukan menjadi lebih bermakna dan berkelanjutan.

Motivational Interviewing dipandang sebagai komponen psikologis yang berperan signifikan dalam meningkatkan kapasitas seseorang untuk membuat keputusan-keputusan penting dalam hidupnya. Ketika motivasi internal seseorang tumbuh dan berkembang, hal ini secara langsung berdampak pada kemampuannya dalam mempertimbangkan berbagai alternatif, menganalisis konsekuensi, dan pada akhirnya mengambil keputusan yang lebih matang dan bertanggung jawab (Indriani et al., 2022:82).

Dapat disimpulkan *Motivational Interviewing* (MI) adalah pendekatan konseling berbasis kolaborasi yang berfokus pada klien untuk meningkatkan motivasi internal mereka dalam melakukan perubahan perilaku positif. Teknik ini membantu individu mengeksplorasi alasan yang mendasari keinginan mereka untuk berubah, mengatasi ambivalensi, dan membuat keputusan yang bermakna dan berkelanjutan. MI diakui sebagai metode efektif dalam mendorong perubahan gaya hidup serta pengelolaan perilaku, dengan tujuan mendukung transformasi positif sesuai nilai-nilai personal individu.

2. Tahap Tahapan Pendekatan *Motivational Interviewing*

Dalam pendekatan *Motivational Interviewing* secara umum memiliki kemiripan dengan pendekatan konseling lainnya. Menurut Miller dan Rollnick dalam (Mulawarman et al., 2021:383) terdapat empat proses utama yang menjadi karakteristik khas dari pendekatan ini:

- a. Tahap membangun keterhubungan (*relationship building*), yang merupakan fase awal dimana konselor dan individu yang mencari bantuan bersama-sama menciptakan ikatan profesional yang konstruktif dan produktif. Pada tahap ini, fokus utamanya adalah mengembangkan aliansi kerja yang efektif dan saling percaya.
- b. Tahap penentuan arah (*directional establishment*), dimana praktisi konseling berperan dalam mengarahkan dan mempertahankan fokus percakapan yang berorientasi pada perubahan. Proses ini melibatkan keterampilan konselor dalam mengelola dinamika dialog agar tetap terarah pada tujuan yang hendak dicapai.
- c. Tahap pembangkitan motivasi internal (*Internal Motivation Activation*), yang menjadi inti dari pendekatan *Motivational Interviewing*. Pada tahap ini, konselor memfasilitasi munculnya dorongan perubahan dari dalam diri individu sendiri. Proses ini sangat krusial karena bertujuan membantu individu mengekspresikan dan mengartikulasikan keinginannya sendiri untuk berubah.
- d. Tahap penyusunan rencana aksi (*Action Planning*), yang mencakup diskusi mendalam tentang langkah-langkah konkret yang akan diambil. Dalam tahap ini, konselor mendukung kemandirian individu dalam mengambil keputusan sambil terus memperkuat komitmen perubahan melalui dialog yang konstruktif. Proses ini juga melibatkan eksplorasi berbagai alternatif tindakan dan penguatan wawasan tentang perubahan yang diinginkan.

Tahap tahapan Pendekatan teknik *Motivational Interviewing* Menurut Velasquez didalam (Mulawarman, Mayang T, 2020:22) Menyebutkan bahwa terdapat lima tahapan dalam teknik *Motivational Interviewing* sebagai berikut:

- a. Tahap precontemplation dimana konseli belum mempertimbangkan perubahan.
- b. Tahap contemplation dimana konseli melakukan evaluasi pertimbangan

untuk melakukan atau menentang perubahan

- c. Preparation dimana perencanaan dan komitmen
- d. Keberhasilan penyelesaian tugas-tugas tahap awal ini mengarah pada action untuk membuat perubahan perilaku spesifik; jika berhasil, tindakan mengarah ke tahap terakhir dari perubahan
- e. Maintenance di mana konseli tersebut bekerja untuk mempertahankan dan mempertahankan perubahan jangka panjang

3. Prinsip Teknik *Motivational Interviewing*

Seorang konselor yang menerapkan teknik Wawancara Motivasional (*Motivational Interviewing*) harus memiliki kecerdasan emosional yang memadai serta kepekaan terhadap berbagai emosi, reaksi, kekuatan, dan tantangan yang muncul baik dalam diri sendiri maupun dalam diri konseli. Teknik ini memiliki 4 prinsip utama menurut Miller dan Rollnick dalam (Nareswari et al., 2020:127), yaitu:

- a. Mengekspresikan empati, untuk membangun kepercayaan konseli dan meyakinkan bahwa konselor menerima konseli apa adanya, sehingga menciptakan rasa nyaman bagi konseli.
- b. Mengembangkan kesenjangan, membantu konselor secara terampil dalam mengeksplorasi perasaan dan pemikiran konseli.
- c. Menerima penolakan, keterampilan konselor dalam memulihkan kepercayaan klien.
- d. Mendukung efikasi diri, konselor dapat mendorong keyakinan dan mendukung perubahan untuk perbaikan diri konseli

C. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Efikasi diri menurut Bandura dalam (Nurita et al., 2023:239) dapat dipahami sebagai suatu bentuk kepercayaan yang tertanam dalam diri seseorang mengenai kapasitas dan kompetensinya untuk mengelola dan mengimplementasikan berbagai rangkaian aktivitas yang dibutuhkan dalam mencapai suatu tujuan tertentu. Konstruk psikologis ini merepresentasikan evaluasi internal seseorang terhadap potensi dan kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai tantangan dan tuntutan kehidupan (Nihayah et al., 2024:69).

Al-Qur'an sebagai pedoman umat muslim juga memberikan motivasi bagi setiap umat muslim untuk selalu meningkatkan efikasi diri dalam beribadah dan bersosial. Dalam surat al-Imran ayat 160:

إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَخْذُلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرُكُمْ مِنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya: “Jika Allah menolongmu, tidak ada yang (dapat) mengalahkanmu dan jika Dia membiarkanmu (tidak memberimu pertolongan), siapa yang (dapat) menolongmu setelah itu? Oleh karena itu, hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakal.”

Surat al-Imran ayat 160 diatas dapat diklasifikasikan menjadi tiga kajian tentang efikasi yang mencakup; Pertama, keimanan dan harapan kepada Allah serta pertolonganNya. Kedua, adanya campur tangan (kekuasaan) Allah pada setiap urusan manusia, dan. Ketiga, kesuksesan yang diraih tidak lain hanya datang dari Allah. (Mughni & Muhammad Marzuk, 2022:110)

Dalam perspektif yang lebih mendalam, efikasi diri berkaitan erat dengan proses penilaian kognitif dimana individu melakukan evaluasi terhadap kapabilitas dirinya sendiri. Penilaian ini tidak hanya mencakup aspek kemampuan fisik semata, tetapi juga meliputi berbagai dimensi kemampuan mental, emosional, dan sosial yang dimiliki seseorang (Mawaddah, 2021:20). Orang dengan tingkat efikasi diri yang minim cenderung mengalami perasaan tidak berdaya serta kesulitan dalam mengendalikan situasi di sekitarnya. Efikasi diri seseorang yang rendah masih dapat berkembang/ditingkatkan melalui dukungan-dukungan yang membangun dan respon yang positif dari lingkungan sekitar (Roswandi, 2021:25). Efikasi diri yang kuat akan mendorong seseorang untuk berusaha keras dan optimis memperoleh hasil yang positif.

Reivich dan Shatte dalam (Dewi & Mugiarto, 2020:31) menyatakan efikasi diri dalam memecahkan berbagai masalah secara tepat mencerminkan tingkat kemampuan dirinya sendiri dalam menyelesaikan masalah, efikasi diri mengacu pada persepsi individu tentang kemampuannya untuk mencapai keberhasilan. Ketika seseorang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi, dia akan memiliki komitmen dalam menghadapi tantangan dan tidak akan mudah menyerah meskipun mengalami kegagalan dalam prosesnya.

Dapat disimpulkan Efikasi diri dapat dipahami sebagai kepercayaan atau keyakinan yang melekat dalam diri seseorang akan kapasitas dan kompetensinya untuk mengelola serta mengimplementasikan berbagai aktivitas yang dibutuhkan dalam mencapai tujuan tertentu. Individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung mengalami perasaan tidak berdaya dan kesulitan dalam mengendalikan situasi di sekitarnya. Meskipun demikian, efikasi diri yang rendah masih dapat ditingkatkan melalui dukungan dan respons positif dari lingkungan. Sebaliknya, efikasi diri yang kuat akan mendorong seseorang untuk berusaha keras dan optimis dalam memperoleh hasil yang positif.

2. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Efikasi diri (*self-efficacy*) menurut Bandura dalam (Pratiwi, 2021:81) memiliki beberapa aspek penting yang perlu diperhatikan Diantaranya:

- a. *level* atau tingkat kesulitan. Aspek ini berkaitan dengan persepsi individu terhadap tingkat kesukaran yang dihadapi, yang akan memengaruhi pilihannya untuk mencoba atau melakukan perilaku tertentu. Semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, semakin besar tantangan bagi individu untuk memilih dan melaksanakan perilaku yang diperlukan.
- b. *Generalisasi* atau cakupan bidang perilaku. Dimensi ini merujuk pada sejauh mana individu meyakini kemampuannya untuk berhasil dalam berbagai situasi dan konteks yang berbeda. Efikasi diri yang tinggi dalam satu domain tidak selalu berarti bahwa individu memiliki efikasi diri yang sama dalam domain lain.
- c. *Strength* kekuatan atau keteguhan keyakinan. Aspek ini mencerminkan seberapa kuat dan mantap keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi tantangan atau permasalahan yang dihadapi. Individu dengan keyakinan yang kuat cenderung lebih gigih dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi hambatan atau kegagalan

Ketiga dimensi tersebut saling terkait dan berkontribusi terhadap pembentukan efikasi diri individu. Semakin tinggi level kesulitan tugas, semakin luas generalisasi, dan semakin kuat keteguhan keyakinan, maka semakin tinggi pula efikasi diri yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi atau tugas tertentu.

3. Indikator Efikasi Diri

Indikator Efikasi diri terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai rintangan, tugas, dan kondisi dapat tercermin melalui beberapa aspek pengukuran efikasi diri memiliki beberapa indikator yang wajib diperhatikan sebagai berikut:

- a. *level*, atau tingkat kesulitan yang sedang dialami seseorang. Indikatornya: (1) keyakinan dengan kemampuannya untuk menghadapi kondisi yang tidak menentu, (2) keyakinan dengan kemampuan menggerakkan motivasi;
- b. *Generality*, keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu menghadapi beragam kondisi (Yulikhah et al., 2019:67) Indikatornya: tidak bisa diprediksikan dan penuh dengan tekanan;
- c. *Strength*, keyakinan seseorang pada kemampuannya. Indikatornya: (a) kemampuan kognitif dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk menggapai sesuatu, (b) keyakinan untuk mencapai target yang telah ditetapkan.

Sedangkan menurut Bandura dalam (Damayanti & Wustari L Mangundjaya, 2023:156) terdapat sejumlah indikator yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi tingkat efikasi diri seseorang sebagai berikut:

- 1) Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)
Tingkat keyakinan seseorang pada potensi dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi berbagai tantangan. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kepercayaan kuat untuk meraih tujuan mereka, meski dihadapkan dengan berbagai hambatan.
- 2) Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)
Efikasi diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi tekana. Individu dengan efikasi tinggi umumnya lebih mampu mengendalikan tekanan dan menemukan jalan keluar, dibanding tenggelam dalam masalah.
- 3) Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)
Seseorang dengan efikasi tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencoba pengalaman baru dengan keyakinan mampu mengatasinya. Mereka tidak terhambat oleh rasa takut untuk gagal dan yakin dapat menguasai keterampilan atau kondisi baru.
- 4) Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang dalam membuat keputusan yang baik. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung percaya bahwa mereka bisa mengambil keputusan yang tepat dan tidak ragu-ragu ketika dihadapkan pada pilihan sulit.

5) Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

Efikasi diri mendorong motivasi seseorang untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuan dan pengetahuannya, meskipun ada tantangan

6) Kegigihan (*Persistence*)

Kegigihan mengukur sejauh mana seseorang tetap termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas yang menantang dan tidak mudah menyerah.

7) Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih baik dalam mengendalikan emosi mereka, terutama dalam situasi stres atau konflik. Mereka dapat mempertahankan kontrol emosional dan mengambil langkah-langkah positif untuk menyelesaikan masalah.

4. Sumber Efikasi Diri

Bandura dalam (Cahyadi, 2022:7) mengidentifikasi empat sumber utama yang mempengaruhi peningkatan atau penurunan efikasi diri seseorang, yaitu:

a. *Mastery Experience*

Sumber ini berasal dari pencapaian hasil kerja yang menunjukkan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas. Keberhasilan dalam menangani tugas tersebut meningkatkan efikasi diri individu terhadap kemampuan mereka sendiri. Kegagalan dianggap sebagai akibat dari kurangnya strategi yang tepat atau usaha dalam menyelesaikan tugas.

b. *Vicarious Learning*

Sumber ini berupa informasi atau pengalaman orang lain yang dapat dipelajari melalui observasi. Ketika seseorang dihadapkan pada tugas yang serupa, klien dapat memanfaatkan pengalaman ini untuk

menyelesaikannya. Dengan demikian, efikasi diri meningkat melalui keyakinan akan keberhasilan.

c. *Verbal Persuasion*

Sumber ini melibatkan dukungan verbal dari orang lain yang memberikan keyakinan kepada individu dalam menyelesaikan tugas. Hal ini mendorong individu untuk berupaya maksimal dan memiliki daya tahan dalam menghadapi tugas yang lebih menantang.

d. *Physiological States*

Sumber efikasi ini berasal dari evaluasi diri individu terhadap kemampuan yang didasarkan pada kondisi fisiologis dan emosional. Individu yang tidak yakin akan kemampuan dirinya cenderung merasa cemas saat menghadapi tugas yang diberikan.

D. Pecandu Narkoba

1. Pengertian Pecandu

Pecandu adalah mereka yang menyalahgunakan zat-zat terlarang tersebut, baik secara fisik maupun mental. Seseorang dapat dikategorikan sebagai pecandu narkoba jika penggunaan narkoba telah memengaruhi seluruh aspek kehidupannya. Pada tahap kecanduan yang parah, individu mengalami gangguan kognitif yang menyebabkan pola pikir dan perilakunya menjadi tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat. Oleh karena itu, program rehabilitasi sangat penting dilakukan untuk memulihkan kondisi seorang pecandu narkoba. (Maulida & Khairulyadi, 2019:3)

Dalam pandangan Islam, segala zat yang dapat mengacaukan akal dan kesadaran, termasuk narkoba, dikategorikan sebagai khamr. Baik efeknya ringan maupun berat, zat-zat tersebut diharamkan dalam ajaran Islam. Hal ini diperkuat oleh pendapat ahli hukum Islam terkemuka, Sheikh Sayyid Sabiq, yang menyetarakan status hukum narkoba dengan minuman beralkohol. Di dalam Al-Qur'an surat al-Maidah: 90 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ
فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Artinya: Belum Wahai orang-orang yang beriman, sesungguhnya minuman keras, berjudi, (berkorban untuk) berhala, dan mengundi nasib dengan anak panah adalah perbuatan keji (dan) termasuk perbuatan setan. Maka, jauhilah (perbuatan-perbuatan) itu agar kamu beruntung.

Pecandu narkoba dapat dipandang sebagai "individu yang berada dalam posisi tidak menguntungkan karena menjadi korban yang mengorbankan diri sendiri" atau "*self-victimizing victims*". Kondisi ini terjadi akibat sindrom ketergantungan yang melekat pada diri mereka sebagai dampak dari kecanduan narkoba. Sesuai dengan Pasal 54 Undang-Undang Narkotika Nomor 35 Tahun 2009, individu yang mengalami ketergantungan dan penyalahgunaan narkotika wajib menjalani proses rehabilitasi yang komprehensif. Rehabilitasi ini tidak hanya memenuhi kebutuhan medis, tetapi juga harus memperhatikan kesejahteraan sosial dan emosional para pecandu. (Yuli W & Winanti, 2019:139)

Dapat disimpulkan bahwa individu yang menjadi korban kecanduan narkoba adalah mereka yang menyalahgunakan zat-zat terlarang tersebut dan mengalami tahap kecanduan yang berdampak buruk secara fisik dan mental. Kondisi ini menghambat kemampuan mereka untuk mengendalikan penggunaan narkoba, sehingga upaya penghentian tiba-tiba akan memicu munculnya gejala-gejala fisiologis dan psikologis yang mengganggu.

2. Ciri-ciri seorang pecandu

Ada banyak anggapan di masyarakat yang menyebutkan bahwa seseorang bisa dikenali sebagai pecandu narkoba hanya dengan melihat raut wajah atau postur tubuhnya. Namun, anggapan tersebut belum bisa dianggap sepenuhnya akurat untuk memastikan seseorang sebagai pecandu narkoba. Menurut (Novitasari, 2017:922), ada cara yang lebih jelas dan mudah untuk mengidentifikasi apakah seseorang sudah menjadi pecandu narkoba. Berikut adalah ciri-ciri yang dapat dikenali pada pecandu narkoba:

a. Tanda-tanda fisik

Pecandu narkoba biasanya menunjukkan penurunan kesehatan fisik dan penampilan. Suhu tubuh mereka sering tidak stabil, jalannya tidak seimbang, bicaranya cadel, dan cenderung acuh tak acuh. Mereka bisa terlihat mengantuk, agresif, atau kesulitan bernapas. Denyut jantung dan nadi melambat, kulit terasa dingin, dan napas menjadi lambat atau bahkan terhenti. Gejala lain termasuk mata dan hidung berair, sering menguap, diare, nyeri di seluruh tubuh, takut air sehingga malas mandi, kejang, kesadaran yang menurun, serta tubuh terlihat tidak sehat. Mereka juga cenderung tidak peduli pada kebersihan diri, gigi rusak atau keropos, dan terdapat bekas suntikan pada lengan atau bagian tubuh lain jika menggunakan jarum suntik.

b. Tanda-tanda di rumah

Pecandu narkoba biasanya mulai melawan saat diberi teguran oleh orang tua, tidak peduli pada aturan keluarga, dan cenderung melupakan tanggung jawabnya. Mereka malas merawat diri, sering tertidur, mudah marah, serta sering berbohong. Pecandu juga sering menghindari anggota keluarga untuk menyembunyikan kecanduannya. Sikap mereka berubah menjadi lebih kasar dibanding sebelumnya, pola tidur mereka berantakan, dan sering mencuri barang berharga di rumah. Mereka juga kerap meminta uang dengan berbagai alasan, sering pergi ke tempat hiburan seperti diskotek, mal, atau pesta, dan bersikap defensif atau penuh kebencian saat ditanya.

c. Tanda-tanda di sekolah

Pecandu narkoba biasanya mengalami penurunan drastis dalam prestasi belajar. Mereka terlihat kurang perhatian terhadap lingkungan sekitar, sering mengantuk di kelas, dan sering keluar saat jam pelajaran dengan alasan pergi ke kamar mandi. Pecandu juga sering terlambat kembali ke kelas setelah jam istirahat, mudah tersinggung, mudah marah, dan sering berbohong. Mereka mulai meninggalkan hobi atau kegiatan yang dulu mereka sukai, seperti olahraga atau ekstrakurikuler. Pecandu juga cenderung merasa terkekang oleh keluarga di rumah, sering mengeluh, dan mulai bergaul dengan teman-teman yang kurang baik di sekolah.

3. Jenis-jenis Narkoba

Ada beberapa jenis-jenis narkoba yang sering digunakan oleh para pecandu narkoba (Mintawati & Budiman, 2021:65):

a. Opium

Opium adalah getah berwarna putih yang berasal dari kotak biji tumbuhan *Papaver somniferum*. Setelah dikeluarkan, getah ini mengeras dan berubah warna menjadi cokelat atau hitam saat mengering. Opium biasanya diolah menjadi candu mentah atau kasar.

b. Morphine

Morphine sering digunakan dalam dunia medis sebagai bahan utama obat pereda nyeri atau obat penenang. Bahan dasarnya berasal dari opium atau candu.

c. Ganja

Ganja, atau dikenal sebagai marihuana (marijuana), berarti zat yang memabukkan atau meracuni. Tumbuhan ini termasuk jenis liar yang bisa tumbuh di wilayah tropis maupun subtropis, menyesuaikan dengan iklim dan musim setempat.

d. Cocaine

Cocaine adalah zat yang berasal dari tumbuhan yang berfungsi sebagai stimulan atau perangsang. Umumnya, tanaman ini banyak ditemukan di Amerika Selatan, Ceylon, India, dan Jawa.

e. Heroin

Berbeda dengan morphine yang masih memiliki manfaat medis, heroin merupakan hasil olahan opium melalui proses kimia yang sangat rumit. Heroin memiliki efek yang jauh lebih kuat dibandingkan morphine.

f. Shabu-shabu

Shabu-shabu berbentuk kristal kecil berwarna putih, tidak berbau, dan mudah larut dalam air maupun alkohol. Penggunaannya memberikan efek cepat seperti merasa berenergi, penuh ide, tidak lelah meski telah bekerja lama, tidak merasa lapar, serta memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

g. Ekstasi

Ekstasi merupakan zat adiktif yang tidak termasuk kategori narkotika atau alkohol. Zat ini tergolong sebagai stimulan yang dapat memberikan efek perangsang.

h. Putaw

Putaw adalah campuran alkohol dan heroin yang mirip dengan ganja. Cara penggunaannya bisa dengan menghisap melalui hidung atau mulut, serta menyuntikkan langsung ke pembuluh darah.

i. Alkohol

Alkohol adalah zat adiktif yang dapat menyebabkan kecanduan dan ketergantungan. Penggunaannya berlebihan dapat menimbulkan efek mabuk atau keracunan.

j. Sedativa/Hipnotika

Dalam dunia medis, sedativa atau hipnotika digunakan sebagai obat penenang. Golongan ini termasuk dalam psikotropika kategori IV.

4. Faktor Penyebab Penyalahgunaan Narkoba

Beberapa faktor yang menyebabkan para pecandu narkoba terjerumus dalam penyalahgunaan narkotika adalah sebagai berikut (Huda, 2021:136)

a. Faktor Kepribadian

Rasa ingin tahu adalah kebutuhan setiap individu yang berasal dari kepribadian seseorang, terutama bagi generasi muda dimana salah satu sifatnya adalah ingin mencoba hal-hal yang baru. Demikian juga dengan faktor penyebab penyalahgunaan narkoba sebagian besar diawali dengan rasa ingin tahu terhadap narkoba yang oleh mereka dianggap sebagai sesuatu yang baru dan kemudian mencobanya, akibat ingin tahu itulah akhirnya menjadi pemakai tetap yang kemudian pemakai yang tergantung.

b. Faktor Keluarga

Banyak pengguna narkoba yang berasal dari keluarga yang tidak harmonis. Keluarga seharusnya menjadi wadah untuk menikmati kebahagiaan dan curahan kasih sayang, wahana silih asih, silih asah, dan silih asuh. Namun pada kenyataannya, keluarga sering sekali justru menjadi pemicu sang anak menjadi pemakai, hal tersebut disebabkan karena keluarga tersebut kacau balau. Hubungan antara anggota keluarga dingin, bahkan tegang atau bermusuhan.

Komunikasi antara ayah, ibu, dan anak-anak sering sekali menciptakan suasana konflik yang tidak berkesudahan, dimana bahwa penyebab konflik tersebut sangat beragam. Solusi semua konflik adalah komunikasi yang baik, penuh pengertian, saling menghargai dan menyayangi, serta ingin selalu membahagiakan. Interaksi antara orangtua dengan anak tidak cukup hanya berdasarkan niat baik. Cara berkomunikasi juga harus baik (El-fikri et al., 2024:36). Masing-masing pihak harus memiliki kesabaran untuk menjelaskan isi hatinya dengan cara yang tepat. Banyak sekali konflik di dalam rumah tangga yang terjadi hanya karena salah paham atau kekeliruan berkomunikasi. Kekeliruan kecil itu, dapat berakibat fatal, yaitu masuknya narkoba ke dalam keluarga.

Konflik di dalam keluarga dapat mendorong anggota keluarga merasa frustrasi, sehingga terjebak memilih narkoba sebagai solusinya. Biasanya yang paling rentan terhadap stres adalah anak, kemudian suami, dan istri sebagai benteng terakhir. Beberapa faktor yang bersumber dari lingkungan

keluarga yang dapat mempengaruhi seseorang atau individu tertentu terjun ke dalam lingkungan penyalahgunaan narkoba tersebut.

c. Faktor Ekonomi

Faktor ekonomi menjadi salah satu pemicu remaja terjebak dalam penyalahgunaan narkoba. Hal ini tidak terlepas dari gaya hidup modern dan tekanan kebutuhan hidup yang kian meningkat. Masyarakat umumnya menginginkan kehidupan yang mapan, namun ironisnya tingkat kesejahteraan yang ada seringkali tidak mampu mengimbangi kebutuhan hidup sehari-hari.

d. Faktor Pergaulan

Faktor pergaulan memegang peran krusial dalam mendorong seseorang mengenal narkoba. Interaksi dengan teman sebaya yang telah terpapar narkoba membuka akses dan peluang untuk mencoba zat terlarang tersebut. Bermula dari rasa penasaran, berlanjut menjadi ketergantungan yang sulit dilepaskan. Para remaja umumnya memiliki rasa solidaritas yang tinggi terhadap kelompoknya. Karakteristik ini, bila tidak diarahkan ke aktivitas positif, berpotensi membawa dampak buruk. Mereka cenderung mengikuti perilaku teman-temannya, termasuk dalam penggunaan narkoba, sebagai bentuk kesetiakawanan. Bahkan ketika ada konflik dengan orangtua atau masyarakat, mereka akan saling membela dan berempati (Kibtyah, 2017:61).

Sikap seperti itulah yang menyebabkan remaja menjadi 'ikut-ikutan' ini biasanya berkembang secara bertahap. Diawali dengan satu anggota kelompok yang mulai merokok, kemudian memengaruhi yang lain hingga seluruh kelompok menjadi perokok aktif. Pola serupa berlanjut ke penggunaan ganja, yang kemudian meningkat ke konsumsi *ecstasy*. Tahap berikutnya, mereka beralih kesabu-sabu dan berakhir dengan ketergantungan pada narkoba. Proses ini menggambarkan bagaimana pengaruh kelompok dapat mendorong peningkatan level penyalahgunaan narkoba secara kolektif.

e. Faktor Lingkungan/Masyarakat

Lingkungan masyarakat yang terorganisir dengan baik dan memiliki sistem pengawasan yang efektif berperan penting dalam menangkalkan penyebaran narkoba. Sebaliknya, ketika sebuah lingkungan sosial tidak tertata dengan baik dan minimnya perhatian warga setempat, para remaja cenderung

memiliki ruang lebih luas untuk terlibat dalam berbagai aktivitas negatif, khususnya penggunaan zat terlarang. Kepedulian masyarakat terhadap kondisi lingkungan sangat dibutuhkan guna mencegah terjadinya penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja (Otu & Onyishi, 2024:93).

5. Dampak Negatif bagi Pecandu Narkoba

a. Dampak dan bahayanya narkoba pada efeknya

- 1) Efek Halusinogenik Zat ini mengakibatkan penggunaannya mengalami halusinasi dengan melihat sesuatu atau merasakan hal-hal yang sebenarnya tidak nyata ketika mengonsumsi dalam jumlah tertentu.
- 2) Efek Stimulan Penggunaan zat ini memacu kerja organ vital seperti jantung dan otak bekerja di atas kapasitas normal. Pengguna umumnya mengalami euforia atau kegembiraan sementara.
- 3) Efek Depresan Zat ini menekan kinerja sistem saraf pusat dan menurunkan fungsi tubuh. Pengguna akan mengalami rasa tenang berlebihan, mengantuk berat, hingga kehilangan kesadaran.

b. Dampak Fisik

- 1) Terdapat adanya gangguan pada system syaraf (neurologis) seperti: kejang-kejang, halusinasi, gangguan kesadaran, kerusakan syaraf tepi.
- 2) Terdapat adanya gangguan pada jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) seperti: infeksi akut otot jantung.
- 3) Terdapat gangguan pada kulit (dermatologis) seperti: alergi, eksim.
- 4) Terdapat gangguan pada paru-paru (pulmoner) seperti: penekanan pada fungsi pernapasan, susah bernafas, pengerasan pada jaringan paru-paru.
- 5) Sering juga sakit kepala, dan mual-mual lalu muntah, dan sulit tidur.
- 6) Terdapat gangguan pada kesehatan reproduksi adalah gangguan pada endokrin, seperti: penurunan fungsi hormon reproduksi (estrogen, progesteron, testosteron), serta gangguan fungsi seksual dll (Pramesti et al., 2022:362)

c. Dampak Psikis dan Sosial

- 1) Lamban dalam bekerja, jadi ceroboh juga dalam bekerja, tegang dan gelisah.
- 2) Hilangnya kepercayaan pada diri, apatis, suka mengkhayal, dan penuh kecurigaan.

- 3) Agresif dan tingkah laku brutal.
- 4) Sulit berkonsentrasi, merasakan tertekan dan kesal.
- 5) Cenderung menyakiti diri, bahkan muncul keinginan untuk bunuh diri.
- 6) Gangguan pada mental, antisosial.
- 7) Pendidikan jadi terganggu, dan masa depan suram (Pramesti et al., 2022:362).

Terdapat keterkaitan yang kompleks antara dampak fisik, mental, dan sosial pada penyalahgunaan narkoba. Ketika seseorang mengalami ketergantungan fisik dan tidak mendapatkan asupan narkoba (putus zat), mereka akan mengalami rasa sakit yang sangat hebat, dikenal dengan istilah sakaw.

Kondisi ini memicu dorongan psikologis yang intens untuk kembali mengonsumsi zat tersebut. Manifestasi fisik dan psikologis tersebut berkorelasi erat dengan perilaku sosial yang menyimpang. Pengguna cenderung mengembangkan berbagai perilaku negatif seperti kebiasaan berbohong pada orangtua, tindakan pencurian, ketidakstabilan emosi yang ditandai dengan mudah marah, bertindak tanpa pemikiran matang (impulsif), dan perilaku manipulatif. Kondisi ini berdampak signifikan pada kemampuan bersosialisasi, baik dalam konteks hubungan antarpribadi maupun dalam dinamika kelompok sosial. Hal ini mengakibatkan terganggunya fungsi sosial individu dalam bermasyarakat.

BAB III

**GAMBARAN UMUM DAN PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN
TEKNIK *MOTIVATIONAL INTERVIEWING* UNTUK MEMBENTUK EFIKASI
DIRI PADA PECANDU NARKOBA**

A. Gambaran Umum Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati

1. Sejarah Berdirinya Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana

Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang berlokasi di Jl. Mr. Wuryanto No.13, RW 004/001, Sumurrejo, Kecamatan Gunung Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah, 50226. Berdiri pada 22 Oktober 2020, yayasan ini telah berjalan selama empat tahun. Menurut Pak Maruli, Pondok Pemulihan Elkana adalah tempat rehabilitasi sosial yang fokus mendidik dan memberikan terapi kepada pecandu agar bisa kembali hidup normal di masyarakat. Ia juga menyatakan bahwa metode terapi komunitas yang diterapkan di yayasan ini menunjukkan perkembangan pemulihan yang cukup baik.

Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang mendapatkan bantuan dana hibah sebesar Rp50 juta dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (Kesbangpol) Jawa Tengah pada tahun 2024. Dana tersebut digunakan untuk program sosialisasi pencegahan narkoba. Namun, ke depan, yayasan ini berharap adanya dukungan pemerintah dalam membantu para mantan pecandu mendapatkan pekerjaan. Selama ini, pasien yang dirawat di Elkana berasal dari berbagai daerah, baik dalam maupun luar provinsi, dengan rentang usia produktif 20-40 tahun. Menurut Pak Maruli, keberhasilan rehabilitasi di yayasan ini membutuhkan proses yang tidak singkat. Beberapa pasien berhasil pulih sepenuhnya, namun ada juga yang kembali kambuh. (wawancara Bapak Marulli sebagai ketua Yayasan 24 Januari 2025)

Latar belakang berdirinya Pondok Pemulihan Elkana Semarang dimulai pada tahun 2020, ketika sekelompok mantan pengguna NAPZA yang prihatin terhadap minimnya layanan rehabilitasi berkualitas di kotanya memutuskan untuk berdiskusi dengan pengelola rehabilitasi di Yogyakarta. Diskusi ini bertujuan membuka cabang layanan rehabilitasi di Semarang. Setelah melalui proses evaluasi yang matang, cabang Elkana di Semarang resmi dibuka pada 22 Oktober 2020. Sebagai lembaga non-profit, yayasan ini berfokus pada penanganan penyalahgunaan NAPZA dengan misi memberikan edukasi,

advokasi kebijakan narkoba, serta mengangkat isu kesehatan berbasis prinsip HAM.

Mayoritas pengurus yayasan adalah mantan pengguna NAPZA yang memiliki pengalaman langsung, didukung oleh pelatihan dan edukasi dari instansi seperti Badan Narkotika Nasional (BNN), Kementerian Sosial (KEMENSOS), serta mitra lainnya. Mereka berkomitmen untuk menyediakan layanan rehabilitasi yang mandiri dan berkualitas. Pondok Pemulihan Elkana menerapkan pendekatan rehabilitasi yang holistik, mencakup empat aspek utama: fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Selain metode Therapeutic Community, yayasan ini juga mengadopsi pendekatan modern seperti Terapi Kognitif Perilaku (CBT), Motivational Interview (MI), serta metode berbasis bukti lainnya.

2. Letak Geografis Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati

Secara geografis letak dari Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang sudah strategis. Karena letaknya yang dekat dengan jalan raya, sehingga mudah dijangkau oleh kendaraan apapun. Walaupun letaknya dekat dengan jalan raya dan kebisingan dari kendaraan, hal itu tidak menghambat kelancaran dari proses rehabilitasi.

Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana terletak di Jl. Mr. Wuryanto No.13 RT. 004/RW. 001, Sumurrejo, Kec. Gunung Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah

3. Visi Misi Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati

Visi dari Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang adalah “Menjangkau para penyalahguna NAPZA untuk mempunyai kemampuan untuk pulih dari penyalahgunaan, serta berfungsi dilingkungan masyarakat”. Sedangkan Misi dari Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang adalah:

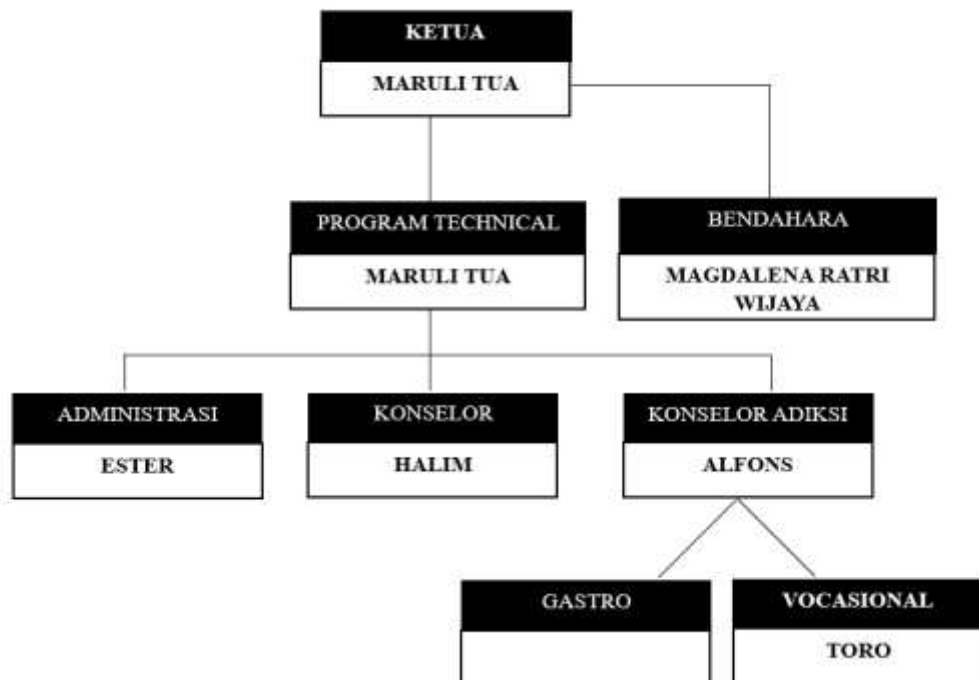
- a. Menyediakan layanan rehabilitasi sosial yang komprehensif bagi korban penyalahguna.
- b. Peran keluarga menjadi konsep dasar pemulihan.
- c. Membangun kemitraan strategis dengan semua pihak terkait penanggulangan masalah NAPZA.
- d. Memberi edukasi para penyalahguna untuk hidup sehat.

- e. Menyediakan konsultasi terkait masalah penyalahgunaan NAPZA.
- f. Mengedukasi generasi muda akan dampak bahaya penyalahgunaan NAPZA
- g. Melibatkan masyarakat dalam kegiatan sosial untuk mengurangi stigma dan diskriminasi kepada para mantan penyalahguna.

4. Struktur Lembaga Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati

Struktur Lembaga di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati adalah sebagai berikut:

Gambar 3. 1 Struktur lembaga



Struktur Lembaga yang berada di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati, Berikut ini adalah penjelasan mengenai tugas utama dan fungsi dari setiap bagian:

- a. Ketua dan Program Technical adalah Maruli, mempunyai tugas dan tanggungjawab untuk Membuat dokumentasi yang bersifat administratif untuk klien yang ditentukan. Fasilitator dalam kegiatan kelas minimal 4x dalam 1 minggu. Mendayagunakan potensi sumber daya manusia. Membuat laporan harian perkembangan klien. Memberikan laporan pelaksanaan kegiatan setiap

hari kepada ketua yayasan baik baik secara langsung maupun tertulis (laporan harian kerja).

- b. Administrasi adalah Ester, mempunyai tugas dan tanggungjawab untuk Melaksanakan pembinaan kegiatan harian, serta memelihara kebersihan kantor. Membuat/ memperbanyak dokumentasi yang bersifat administratif, serta mengumpulkan dan menyusun berkas tersebut. Fasilitator dalam kegiatan kelas minimal 4x dalam 1 minggu. Pelaksanaan harian dalam medis bila dibutuhkan. Mendayagunakan potensi sumber daya manusia. Memberikan laporan pelaksanaan kegiatan setiap hari kepada Pro-Tech. Membuat rangkuman laporan perkembangan populasi dalam panti setiap bulannya. Datang tepat waktu sesuai jadwal yang ditentukan.
- c. Bendahara adalah Magdalena Ratri Wijaya, mempunyai tugas dan tanggungjawab untuk Melaksanakan pengambilan keuangan Bersama Program Direktur dan menyerahkan kepada Program Administrasi keuangan untuk segala pembiayaan. Mengawasi pembuatan laporan keuangan harian, mingguan, dan bulanan. Pengawasan pembuatan RAB bulanan oleh Program Administrasi keuangan. Memberikan laporan pelaksanaan kegiatan setiap hari kepada Bendahara dan Program Direktur baik secara langsung maupun tertulis (laporan harian). Memberikan laporan harian, mingguan dan bulanan keuangan kepada Direktur.
- d. Konselor Adiksi adalah Halim dan Alfons, mempunyai tugas dan tanggungjawab untuk Menyampaikan informasi tentang kondisi klien kepada orang tua/keluarganya, memberikan saran kepada keluarga klien, bekerjasama dengan keluarga klien dalam memecahkan masalah klien serta dalam treatment, dan melakukan interaksi dan komunikasi dengan keluarga klien. Merancang dan menyusun rencana rehabilitasi klien, mengambil keputusan dalam proses rehabilitasi klien, membuat rekomendasi bagi pimpinan lembaga terkait dengan kepentingan rehabilitasi klien. Memberikan dukungan dan bantuan dalam proses pertolongan klien. Memberikan laporan pelaksanaan kegiatan kepada Pro-Tech baik lisan maupun tulisan (laporan harian). Membuat pelaporan perkembangan klien setiap bulan.
- e. Vocasional adalah Toro, mempunyai tugas dan tanggungjawab sebagai Pelaksana harian Program Vokasonal. Membuat dokumentasi yang bersifat administratif selama proses keterampilan usaha berjalan. Fasilitator dalam

kelas minimal 1x dalam 1 minggu. Mendayagunakan potensi sumber daya manusia. Membuat laporan harian perkembangan klien. Memberikan laporan pelaksanaan kegiatan setiap hari kepada Pro-Tech atau ketua Yayasan baik secara lisan maupun tulisan (laporan harian). Membuat rangkuman laporan perkembangan usaha dalam panti setiap bulan.

- f. Gastro, mempunyai tugas dan tanggungjawab untuk Menyediakan kebutuhan makan untuk seluruh residen didalam facility pagi, siang dan malam. Memberikan laporan pelaksanaan kegiatan setiap hari kepada ketua yayasan baik secara langsung maupun tertulis (laporan harian kerja). Membuat rangkuman laporan perkembangan populasi dalam fasiliti setiap bulannya

5. Sarana Dan Prasana

Keberadaan infrastruktur dan fasilitas merupakan aspek yang penting dalam mencapai objektif disebuah instansi. Untuk mendukung kelancaran aktivitas di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang, diperlukan penyediaan peralatan dan perlengkapan yang memadai untuk menciptakan lingkungan yang kondusif. Terdapat sarana dan prasarana yang tersedia di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang sebagai berikut:

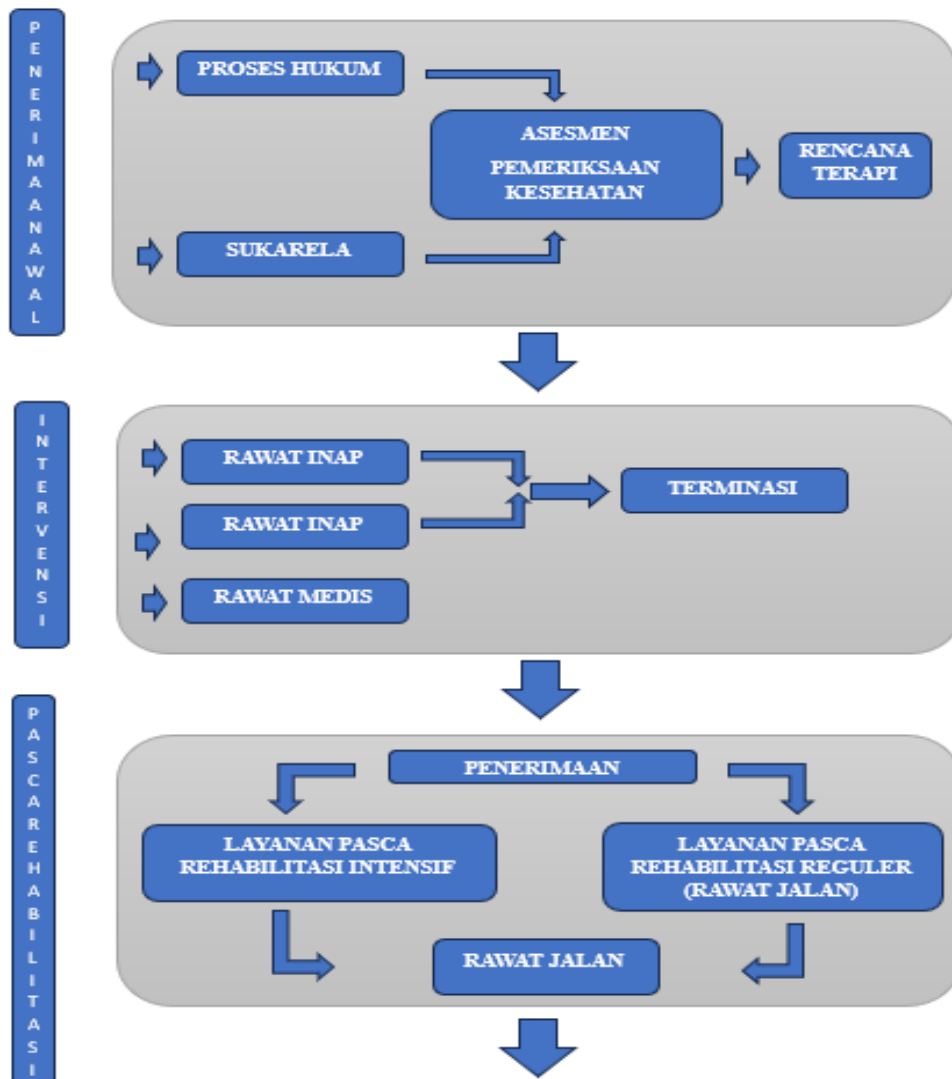
Tabel 3. 1 Sarana dan Prasarana Yayasan Rehabilitasi Elkana Semarang

No.	Gedung	Jumlah
1	Ruang kantor	1
2	Ruang tidur klien	2
3	Dapur	1
4	Ruang pertemuan	1
5	Ruang konseling	1
6	Ruang isolasi	1

Sumber dokumentasi Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati

6. Tahapan rehabilitasi

Gambar 3. 2 Alur Layanan Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati



Gambar 3. 3 Sumber dokumentasi Yayasan Rehabilitasi Elkana Semarang

KLIEN SELESAI PROGRAM	LAYANAN PASCA LANJUT	OUTCOME
<ul style="list-style-type: none"> • RAWAT INAP • RAWAT JALAN 	<ul style="list-style-type: none"> • KONSELING • HOME VISIT • SHARING GROUP • TEST URINE • FAMILY SUPPORT • RUJUKAN 	<ul style="list-style-type: none"> • PULIH • PRODUKTIF • BERFUNGSI SOSIAL

B. Pelaksanaan Konseling Individu Melalui Teknik *Motivational Interviewing* dalam Membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba.

Konseling individu salah satu bentuk layanan inti dalam praktik bimbingan dan konseling, yang dilaksanakan melalui interaksi tatap muka antara konselor dan klien. Dalam proses ini, konselor menyediakan ruang yang aman dan nyaman agar klien dapat menyampaikan persoalan yang sedang mengganggu pikiran maupun perasaannya. Tidak hanya sekadar mendengarkan, konselor juga memfasilitasi proses pemahaman mendalam terhadap situasi yang dihadapi klien dengan cara yang sistematis dan terarah. Tujuan utama dari layanan ini adalah membantu klien mengenali akar persoalan secara lebih jernih, memahami dampak emosional yang ditimbulkan, serta membimbing mereka untuk merancang strategi penyelesaian yang realistis dan sesuai dengan kondisi pribadinya. Melalui percakapan yang reflektif dan penuh empati, konselor mengajak klien untuk lebih mengenal dirinya, mengevaluasi pilihan-pilihan yang ada, dan memperkuat keyakinan dalam mengambil Keputusan.

Selain fokus pada penanganan masalah, konseling individu juga berperan dalam mendorong pertumbuhan pribadi. Klien dibantu untuk membangun kepercayaan diri, memperluas wawasan, serta meningkatkan kesadaran akan potensi positif yang mereka miliki. Sesi konseling tidak hanya bersifat reaktif terhadap persoalan yang muncul, tetapi juga bersifat proaktif dalam menciptakan perubahan yang berkelanjutan. Konseling individu diarahkan untuk membantu seseorang mencapai keseimbangan dalam aspek emosional, sosial, dan kognitif. Proses ini pada akhirnya bertujuan untuk memperkuat ketahanan psikologis klien dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Layanan konseling individual memberikan manfaat yang besar bagi individu yang menghadapi berbagai permasalahan dalam kehidupan mereka. Dengan adanya bimbingan dari konselor, klien dapat memahami dirinya lebih baik, menemukan solusi yang tepat, serta mengembangkan keterampilan untuk menghadapi tantangan di masa depan. Setiap tahapan dalam proses konseling memiliki peran penting dalam membantu klien mencapai perubahan positif dan kesejahteraan emosional. Dengan pendekatan yang tepat dan dukungan yang diberikan, konseling individual dapat menjadi sarana yang efektif bagi individu untuk mencapai pemahaman diri yang lebih baik serta meningkatkan kualitas hidup mereka.

Motivational Interviewing (MI) dengan metode konseling yang berbasis kolaborasi dan berpusat pada klien, bertujuan untuk meningkatkan motivasi internal mereka dalam mengubah perilaku ke arah yang lebih positif. Pendekatan ini membantu individu menggali alasan mendalam di balik keinginan mereka untuk berubah, mengatasi keraguan, dan membuat keputusan yang bermakna serta berkelanjutan. MI dikenal sebagai teknik yang efektif dalam mendorong perubahan gaya hidup dan pengelolaan perilaku, dengan fokus pada mendukung transformasi positif yang selaras dengan nilai-nilai pribadi setiap individu. Seperti yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

Pengertian MI menurut saya adalah memberikan masukan pendapat kepada seseorang supaya ke depannya mendapatkan hasil terbaik, Pengalaman saya melakukan konseling individu menggunakan teknik motivasi interviewing yang pertama usahakan yang kita konsul itu menjadi teman, sahabat buat kita sehingga mereka mau terbuka permasalahan apa yang harus kita gali sama sama, kita pecahkan untuk mendapatkan Solusi sama sama dan misalnya melakukan teknik MI sangat diperlukan dalam recovery dalam pemulihan untuk mereka itu artinya mereka butuh di support, mereka butuh motivasi supaya mereka kedepannya bisa melakukan hal hal baru bagi mereka”(wawancara Bapak Alfons 22 Januari 2025).

Pernyataan dari Bapak Alfons mengenai pengertian *Motivational Interviewing* merupakan teknik dalam konseling yang berfokus pada pemberian masukan serta dorongan kepada individu agar dapat mengambil keputusan terbaik untuk masa depannya. Dalam penerapannya, pendekatan yang bersifat hangat dan bersahabat sangat penting agar konseli merasa nyaman untuk terbuka mengenai permasalahan yang dihadapi. Kedekatan emosional ini memungkinkan terjadinya proses konseling yang lebih mendalam dan solutif. Teknik MI juga dinilai penting dalam proses pemulihan, karena individu yang sedang berjuang membutuhkan dukungan dan motivasi agar mampu membangun kembali semangat serta kesiapan dalam menghadapi perubahan hidup secara positif. Hal ini diperkuat oleh pernyataan dari Ibu Ester melalui wawancara bahwa:

“Motivational interviewing adalah memotivasi dengan wawancara untuk mengarahkan klien ke hal-hal yang baik, Kita konseling untuk memotivasi mereka ya harapannya supaya mereka bisa berubah dari perilakunya, pola pikirnya juga penting mindsetnya itu sebenarnya harus dirubah jadi kita melakukan pendekatan, (wawancara Ibu Ester 22 Januari 2025).

Pernyataan dari Ibu Ester mengenai teknik *Motivational Interviewing* bahwa MI pendekatan konseling yang berfokus pada upaya memotivasi klien untuk melakukan

perubahan ke arah yang lebih positif. Tujuan dari teknik ini tidak hanya mendorong perubahan perilaku, tetapi juga mengarahkan klien untuk memperbaiki cara berpikir atau pola pikirnya. Pendekatan ini dilakukan melalui proses komunikasi yang empatik dan membangun, sehingga klien merasa didukung dan termotivasi untuk berkembang. Dalam praktiknya, MI menjadi alat penting untuk membantu individu memahami dirinya, membuka diri terhadap perubahan, serta membangun keyakinan bahwa perubahan tersebut dapat dicapai. Hal ini diperkuat oleh Bapak Halim selaku konselor:

“Ya kita harus mengerti motivasi apa yang kita muliakan untuk klien kita. Misalnya kalau dalam tahap mungkin kliennya punya masalah apa kalau kita motivasinya kita beda kan melenceng. Jadi kita harus pahami dulu untuk klien apa yang mereka keluhkan apa yang mereka rasakan baru kita kasih motivasi yang di yang apa paling sesuai sama sama motivasinya..”
(wawancara Bapak Halim 24 Januari 2025).

Pernyataan dari Bapak Halim mengenai teknik *Motivational Interviewing* bahwa dalam proses konseling, penting bagi konselor untuk memahami terlebih dahulu kondisi dan keluhan klien secara menyeluruh. Pemahaman ini menjadi dasar dalam memberikan motivasi yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan klien. Setiap individu memiliki latar belakang dan masalah yang berbeda, sehingga pendekatan motivasi yang diberikan juga harus disesuaikan agar tidak menyimpang dari permasalahan yang sebenarnya. Dengan memahami apa yang dirasakan klien, konselor dapat memberikan dorongan yang relevan dan efektif untuk mendukung proses pemulihan klien secara optimal.

Dalam proses konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing* di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati, tahapan, prinsip, fungsi, dan asas menjadi bagian yang tidak terpisahkan. Unsur-unsur tersebut saling berkaitan dan membentuk dasar dalam pelaksanaan konseling. Setiap sesi konseling tidak hanya berfokus pada percakapan antara konselor dan klien, tetapi juga mengacu pada prinsip-prinsip dasar *Motivational Interviewing* seperti empati, pengembangan motivasi internal, serta menghormati otonomi klien. Pelaksanaan konseling individu di yayasan tersebut tidak bisa dipisahkan dari unsur-unsur tersebut, karena penerapannya membantu konselor membimbing klien secara lebih terarah, membangun hubungan yang suportif, serta mendorong perubahan perilaku yang positif secara bertahap dan berkelanjutan.

1. Tahapan dalam Pendekatan *Motivational Interviewing* di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati

Pendekatan *Motivational Interviewing* merupakan salah satu metode konseling yang berfokus pada membangkitkan motivasi internal klien untuk melakukan perubahan positif dalam hidupnya. Pendekatan ini memiliki kesamaan dengan metode konseling lainnya, tetapi yang membedakannya adalah cara konselor membantu klien menemukan dorongan dari dalam dirinya sendiri, bukan sekadar menerima arahan dari pihak luar. Terdapat tahapan dalam Pendekatan *Motivational Interviewing* pendekatan *Motivational Interviewing* secara umum memiliki kesamaan dengan metode konseling lainnya, tetapi terdapat empat proses utama yang menjadi ciri khas pendekatan ini:

a. Tahap Membangun Hubungan (*Relationship Building*)

Tahap awal ini bertujuan menciptakan hubungan profesional yang positif dan produktif antara konselor dan klien. Fokus utamanya adalah membangun kepercayaan serta aliansi kerja yang efektif untuk mendukung proses konseling. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Pak Alfons selaku konselor mengatakan:

“Tahap awal dalam membangun hubungan merupakan dasar yang sangat krusial. Banyak klien datang dengan kondisi mental yang lemah, merasa tidak berharga dan kurang percaya diri. Ketika saya menunjukkan sikap empati dan mendengarkan mereka tanpa menghakimi, perlahan mereka mulai merasa diterima.” (wawancara Bapak Alfons 22 Januari 2025).

Pada tahap awal konseling individu, membangun hubungan yang positif antara konselor dan klien merupakan langkah mendasar yang sangat penting. Tahap ini menjadi fondasi dalam menciptakan rasa aman dan nyaman bagi klien untuk mulai terbuka terhadap proses konseling. Konselor perlu menunjukkan empati, menerima klien tanpa penilaian, dan menciptakan ruang komunikasi yang hangat dan mendukung. Melalui pendekatan yang ramah dan penuh pengertian, klien akan lebih mudah merasa dihargai dan dimengerti, sehingga muncul kepercayaan dan kesiapan untuk bekerja sama dalam proses pemulihan. Aliansi kerja yang terbentuk pada tahap ini akan menentukan efektivitas tahap-tahap berikutnya dalam sesi konseling.

Pada tahap membangun hubungan (*relationship building*) dapat membantu membentuk keyakinan dalam kemampuan diri sendiri pada klien DP dan HSS sebagaimana yang diungkapkan Pak Alfons:

“Dalam tahap membangun keterhubungan dengan DP, yang paling penting adalah membuat DP merasa diterima dulu karena banyak dari mereka datang dalam kondisi tidak percaya pada dirinya sendiri. Jadi saya benar-benar hadir, mendengarkan tanpa interupsi, tanpa langsung memberi solusi. Ketika dia mulai melihat bahwa ada orang lain yang percaya bahwa dia bisa berubah, perlahan dia juga mulai percaya bahwa dirinya mampu. Waktu dia bilang Saya juga capek terus-terusan begini, saya pengen berubah, cuma bingung caranya, Saya juga perkuat dengan afirmasi sederhana tapi tulus, seperti ‘kamu datang ke sini udah langkah besar lho, atau ‘nggak semua orang punya keberanian buat cerita kayak kamu. (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Waktu saya pertama kali bertemu dengan HSS, dia terlihat ragu-ragu, bahkan seperti tidak yakin kenapa HSS ada di ruang konseling. Tapi saya tidak terburu-buru. Saya mulai dengan membangun suasana santai, banyak mendengarkan, dan menunjukkan bahwa saya adalah teman atau keluarga barunya untuk membantu, Begitu HSS merasa aman, dia mulai cerita tentang masa lalu, dan saya tanggap dengan kalimat-kalimat yang mengangkat seperti berarti kamu pernah bisa lepas, dan itu bukan hal kecil dan HSS merespon menganggukan kepalanya. Nah, momen-momen kayak gitu yang memperlihatkan bahwa dia mulai percaya lagi bahwa dia mampu.” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Tahap membangun hubungan dalam teknik *motivational interviewing*, kepercayaan diri klien mulai tumbuh ketika mereka merasa diterima dan didengarkan tanpa dihakimi. Konselor berperan menciptakan suasana aman dan nyaman agar klien mau terbuka. Dengan sikap empati dan dukungan yang tulus, klien mulai yakin bahwa mereka mampu berubah. Saat mereka merasakan bahwa ada orang lain yang percaya pada kemampuan mereka, perlahan muncul keyakinan dalam diri sendiri. Tahap ini menjadi dasar penting untuk membangun semangat dan komitmen klien dalam menjalani proses perubahan

Tahap membangun hubungan (*relationship building*) berperan penting dalam membantu klien seperti DP dan HSS mengembangkan kemampuan dalam menghadapi tekanan dan stres, sebagaimana dijelaskan oleh Pak Alfons:

“Ketika DP mulai merasa diterima dan dihargai, perlahan DP lebih terbuka tentang apa yang bikin DP stres. Dari situ kami bisa mulai bicara: bagaimana selama ini DP merespons tekanan, dan apa alternatif lain yang lebih sehat. Misalnya, dari pada lari ke narkoba, saya bantu dia menyadari bahwa hanya dengan datang ke sesi konseling itu saja dia sudah berhasil menghadapi tekanan dengan cara baru. Ini pelan-pelan membangun kepercayaan dirinya bahwa dia mampu mengelola stres. (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025). Sedangkan HSS Saat dia merasa nyaman dan percaya, dia mulai terbuka tentang apa yang

membuat dia stres. Dari situ saya bantu HSS melihat bahwa tekanan itu bisa dia kendalikan pelan-pelan, setelah HSS merasa punya kendali, dan dari situ mulai tumbuh keyakinan bahwa dia bisa menghadapi tekanan tanpa harus lari ke narkoba” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Tahap membangun hubungan dalam teknik *motivational interviewing* menjadi landasan penting bagi klien dalam mengenali dan mengelola tekanan yang mereka alami. Ketika klien merasa diterima dan dipahami, seperti yang terjadi pada DP dan HSS, mereka lebih mudah untuk membuka diri mengenai beban emosional yang selama ini dipendam. Dalam suasana yang aman dan penuh empati, klien mulai menyadari bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi stres dengan cara yang lebih positif. Pendekatan ini secara bertahap membantu klien menggantikan mekanisme pelarian yang tidak sehat dengan respons yang lebih adaptif. Proses ini tidak hanya memperkuat ketahanan mental, tetapi juga mendorong tumbuhnya keyakinan bahwa perubahan dapat dimulai dari langkah-langkah kecil yang mereka ambil sendiri.

b. Tahap Menentukan Arah (*Directional Establishment*)

Pada tahap ini, konselor berperan dalam mengarahkan percakapan agar tetap terfokus pada tujuan perubahan. Dengan keterampilan komunikasi yang baik, konselor menjaga dinamika dialog sehingga selalu relevan dengan tujuan yang ingin dicapai. Sebagaimana yang dikatakan Ibu Ester selaku konselor:

“Tahap ini memiliki peran penting karena membantu klien menyadari bahwa mereka punya kendali atas hidup mereka sendiri. Sebagai konselor, tugas saya bukan memberikan jawaban, melainkan membimbing mereka untuk menemukan tujuan yang ingin dicapai. Ketika klien merasa bingung, saya mengajak mereka merenung, misalnya dengan bertanya, Apa yang sebenarnya ingin kamu capai? Dengan memberi ruang bagi mereka untuk menentukan arah hidupnya sendiri, kepercayaan diri mereka dalam mengambil keputusan meningkat, sehingga kemampuan membuat keputusan menjadi lebih kuat” (wawancara Ibu Ester 22 Januari 2025).

Pada tahap menentukan arah, konselor memiliki peran penting dalam memfokuskan percakapan agar tetap berjalan sesuai dengan tujuan perubahan yang ingin dicapai oleh klien. Melalui pendekatan yang empatik dan komunikasi yang efektif, konselor membantu klien untuk lebih memahami apa yang sebenarnya mereka harapkan dalam hidup. Tahap ini mendorong klien agar mampu menyadari bahwa mereka memiliki kendali atas keputusan

yang diambil, serta didorong untuk menetapkan arah yang sesuai dengan nilai dan keinginan pribadi. Dengan memberikan ruang bagi klien untuk merefleksikan tujuan mereka sendiri, konselor turut memperkuat kepercayaan diri dan kemampuan klien dalam menentukan pilihan hidup secara mandiri. Pendekatan ini tidak hanya memperjelas tujuan yang ingin dicapai, tetapi juga meningkatkan keterlibatan dan motivasi klien dalam proses perubahan.

Pada tahap Menentukan Arah (*Directional Establishment*), konselor dapat membantu klien seperti DP dan HSS untuk membangun keyakinan dalam menghadapi tantangan baru, seperti yang dijelaskan oleh Pak Alfons:

“Saya ajak dia berpikir tentang hal kecil apa yang ingin dia ubah, lalu saya beri ruang untuk dia sendiri yang menentukan prioritasnya. Dari situ, DP mulai sadar bahwa menghadapi hal baru itu mungkin, asalkan DP punya arah dan kontrol. Ketika DP mulai berani menyusun tujuan meski sederhana, terlihat jelas DP mulai percaya bahwa tantangan bisa dihadapi, asal dijalani selangkah demi selangkah.”(wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Sedangkan HSS waktu masuk tahap menentukan arah, saya lihat HSS masih belum yakin bisa menjalani hidup tanpa ketergantungan. HSS pernah bilang, saya takut kalau keluar nanti balik lagi ke lingkaran lama. Tapi di sini, saya bantu dia lihat bahwa tantangan itu gak harus dihindari, tapi bisa disiapkan. kami duduk bersama, dan saya minta dia bayangkan situasi yang paling dia khawatirkan, lalu bertanya, Kalau itu terjadi, apa yang bisa kamu lakukan? Awalnya dia diam, tapi lama-lama mulai menyebutkan beberapa langkah kedepannya dia mulai melihat tantangan bukan sebagai tembok, tapi sebagai sesuatu yang bisa dihadapi dengan persiapan. Ketika dia sadar dia bisa punya rencana, keberanian untuk hadapi hal baru pun mulai tumbuh” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Pada tahap Menentukan Arah (*Directional Establishment*), konselor membantu klien seperti DP dan HSS untuk membangun keyakinan dalam menghadapi tantangan baru. Konselor memberikan ruang bagi klien untuk menetapkan prioritas dan merencanakan langkah-langkah kecil yang dapat diambil. DP mulai merasa percaya diri karena dia merasa memiliki kendali atas langkah-langkah yang harus diambil. Begitu pula dengan HSS, yang awalnya ragu, tetapi setelah berbicara dengan konselor, HSS menyadari bahwa tantangan bisa dihadapi dengan persiapan yang matang, bukan dihindari.

Tahap Menentukan Arah (*Directional Establishment*) berperan penting dalam membantu klien seperti DP dan HSS mengembangkan kemampuan dalam mengambil keputusan, sebagaimana dijelaskan oleh Pak Alfons

“Di tahap menentukan arah, saya berusaha menggali apa sebenarnya yang ingin DP capai dalam hidupnya. Saya tidak memaksakan pilihan, tapi saya bantu DP menyusun sendiri arah yang menurut dia penting. Saat DP bilang ingin mulai bekerja lagi, saya ajak dia menimbang langkah apa yang paling masuk akal menurutmu untuk memulai itu, Ketika DP mulai menyebut satu dua hal yang bisa DP lakukan, seperti berhenti bergaul dengan teman lama atau ikut pelatihan, saya lihat dia jadi lebih yakin. Dari situ, saya tahu bahwa dia mulai percaya pada kemampuannya mengambil keputusan. (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Sedangkan HSS, saat masuk tahap menentukan arah, saya tidak langsung bicara soal target atau rencana. Saya ajak HSS merenung lewat pertanyaan terbuka seperti, Menurut kamu, kalau kamu bebas memilih, apa langkah pertama yang ingin kamu ambil? Dari situ, HSS mulai terlihat berpikir, dan untuk pertama kalinya, HSS menyampaikan sesuatu dari dirinya sendiri bukan karena disuruh. Bahkan ketika dia bilang, saya pengen coba kerja lagi, saya dukung dan bilang bahwa itu keputusan dia, dan itu berharga. Saat dia menyadari dia bisa membuat keputusan kecil sendiri, saya lihat wajahnya berubah lebih yakin.” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Tahap Menentukan Arah (*Directional Establishment*) sangat penting dalam membantu klien seperti DP dan HSS untuk membangun kemampuan dalam membuat keputusan. Pak Alfons menjelaskan bahwa dalam tahap ini, konselor membantu klien menggali tujuan hidup mereka dan memberi mereka ruang untuk menentukan arah yang diinginkan. DP, misalnya, mulai menyadari bahwa dengan merencanakan langkah-langkah kecil seperti berhenti bergaul dengan teman lama atau mengikuti pelatihan, dia mulai percaya bahwa dia bisa mengambil keputusan yang baik. Begitu juga dengan HSS, yang awalnya ragu, namun setelah diberi kesempatan untuk merenung dan memikirkan langkah pertama yang ingin diambil, dia mulai merasa lebih yakin dan percaya diri untuk membuat keputusan sendiri.

c. Tahap Membangkitkan Motivasi Internal (*Internal Motivation Activation*)

Tahapan ini menjadi inti dari pendekatan *Motivational Interviewing*. Konselor membantu klien mengidentifikasi dan mengungkapkan keinginan mereka sendiri untuk berubah. Fokusnya adalah pada dorongan perubahan yang muncul dari dalam diri klien, bukan dari tekanan eksternal.

Sebagaimana yang disampaikan serupa oleh Pak Halim selaku konselor mengatakan:

"Di tahap ini, kita menggali alasan klien untuk berubah dari dalam diri mereka. Ketika klien mulai menyadari bahwa dorongan untuk berubah datang dari mereka sendiri, itu membangkitkan semangat yang lebih kuat. Misalnya, seorang klien yang merasa tidak berdaya bisa menemukan alasan pribadi seperti saya ingin anak saya bangga pada saya. Ketika itu datang dari dalam, mereka merasa lebih kuat untuk menghadapi hambatan dan ini membangun persistence (kegigihan)."(wawancara Bapak Halim 24 Januari 2025).

Pada tahap membangkitkan motivasi internal, konselor berperan dalam membantu klien menemukan alasan pribadi yang mendorong keinginan mereka untuk berubah. Fokus utama dalam tahapan ini adalah menggali kesadaran diri klien mengenai nilai, harapan, dan tujuan hidup yang penting bagi mereka. Perubahan yang berasal dari dorongan internal cenderung lebih kuat dan bertahan lama dibandingkan perubahan yang dipicu oleh tekanan dari luar. Ketika klien menyadari bahwa alasan untuk berubah berasal dari dirinya sendiri, rasa tanggung jawab dan komitmen terhadap proses pemulihan pun meningkat. Konselor mendorong klien untuk merefleksikan tujuan hidup yang bermakna sehingga muncul semangat dan keteguhan dalam menghadapi tantangan. Pendekatan ini memperkuat keinginan klien untuk bangkit dan menjalani perubahan secara mandiri dan sadar.

Pada tahap membangkitkan motivasi internal (*Internal Motivation Activation*), konselor dapat membantu klien seperti DP dan HSS untuk membangun motivasi untuk belajar dan berkembang, seperti yang dijelaskan oleh Pak Alfons:

"Waktu saya tanya ke DP, Apa yang bikin kamu tetap ingin bertahan sembuh?, DP jawab Saya pengen bisa kerja lagi, belajar hal-hal baru, biar enggak dianggap gagal terus. Dari situ saya lihat ada dorongan dalam dirinya, meski masih kecil, untuk berkembang Dari sana, saya lihat DP mulai punya motivasi bukan karena tekanan dari luar, tapi karena ingin memperbaiki kualitas dirinya.(wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Saya mulai ajak HSS ngomongin harapan-harapannya ke depan. Waktu saya tanya, Kalau kamu bisa mulai dari nol, apa yang pengen kamu coba? Dia bilang pelan, Saya pengen buka warung kopi kecil-kecilan, ketika HSS merasa ada hal yang bisa HSS lakukan dan menghasilkan, itu jadi titik tolak motivasinya. Saya enggak langsung dorong HSS untuk mulai usaha besar, tapi saya bilang, 'Kita bisa

pelan-pelan cari tahu caranya.” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Pada tahap membangkitkan motivasi internal, konselor membantu klien seperti DP dan HSS untuk menemukan semangat dari dalam diri mereka sendiri. DP mulai merasa ingin belajar dan bekerja lagi bukan karena tekanan, tetapi karena ingin memperbaiki hidupnya. Hal ini menunjukkan bahwa DP mulai memiliki dorongan untuk berkembang. Begitu pula dengan HSS, saat dia diajak berbicara tentang masa depannya, muncul keinginan untuk membuka usaha kecil. Konselor tidak memaksa, melainkan mendukung dan membimbing secara perlahan agar keinginan itu bisa menjadi motivasi nyata. Tahap ini membuat klien lebih percaya bahwa mereka mampu berubah dan punya harapan ke depan.

Pada tahap membangkitkan motivasi internal (*Internal Motivation Activation*), konselor dapat membantu klien seperti DP dan HSS untuk membangun kegigihan, seperti yang dijelaskan oleh Pak Alfons:

“Pernah swaktu itu DP absen karena merasa gagal, tapi di sesi berikutnya DP datang lagi dan bilang, saya enggak mau terus jatuh, saya coba bangkit. Nah, itu menurut saya bentuk kegigihan DP mulai bisa melihat bahwa kegagalan itu bukan akhir, tapi bagian dari proses belajar. Dan MI memberi ruang untuk dia menyadari itu sendiri, bukan karena dipaksa. (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025). Sedangkan HSS Pada tahap membangkitkan motivasi internal, saya banyak mengajak HSS untuk merefleksikan HSS cerita sekarang terbiasa bangun pagi, ikut kegiatan tanpa disuruh. Dulu katanya di rumah semua dibantu pembantu, sekarang HSS senang bisa lakukan sendiri. Dari situ saya lihat ada semangat untuk tidak menyerah dan terus berusaha, dan itu menurut saya adalah bentuk awal dari kegigihan yang muncul dari dalam dirinya sendiri.” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Pada tahap membangkitkan motivasi internal, konselor berperan penting dalam membantu klien mengembangkan kegigihan melalui pendekatan yang reflektif dan memberdayakan. Klien seperti DP menunjukkan tanda-tanda ketekunan ketika memilih untuk kembali mengikuti sesi konseling meskipun sebelumnya merasa gagal. Hal ini mencerminkan adanya kesadaran bahwa kegagalan merupakan bagian dari proses menuju pemulihan, bukan akhir dari segalanya. Sementara itu, HSS mulai menunjukkan perubahan perilaku yang mencerminkan semangat untuk mandiri dan tidak bergantung pada orang lain. Kebiasaan baru yang dijalani secara konsisten menjadi bukti bahwa dorongan

untuk terus berusaha muncul dari dalam dirinya. Melalui pendekatan ini, konselor tidak memberikan tekanan, melainkan menciptakan ruang yang aman bagi klien untuk menemukan sendiri alasan dan kekuatan untuk bertahan dan terus maju.

d. Tahap Merancang Rencana Tindakan (*Action Planning*)

Tahap terakhir melibatkan diskusi mendalam tentang langkah-langkah konkret yang perlu diambil untuk mencapai perubahan. Konselor mendorong klien untuk mengambil keputusan secara mandiri, sekaligus memperkuat komitmen mereka terhadap rencana yang telah disusun. Selain itu, tahap ini juga mencakup eksplorasi alternatif tindakan dan pemahaman mendalam tentang perubahan yang diinginkan. Sebagaimana yang diungkapkan Pak Alfons selaku konselor mengatakan

“Setelah klien memahami alasan di balik keinginan mereka untuk berubah dan menentukan tujuan yang ingin dicapai, kami bersama-sama menyusun rencana tindakan yang jelas dan sesuai dengan kemampuan mereka. Karena klien sendiri yang mengambil keputusan atas langkah-langkah tersebut, mereka merasa lebih memiliki kendali atas proses perubahan. Saat mereka berhasil menjalankan langkah-langkah kecil tersebut, rasa percaya diri mereka tumbuh. Hal ini juga membantu mereka menjadi lebih siap dalam menghadapi situasi sulit dan mengelola emosi dengan lebih baik.” (wawancara Bapak Alfons 22 Januari 2025).

Pada tahap akhir proses konseling dengan teknik *motivational interviewing*, fokus utama adalah mendorong klien untuk menetapkan langkah nyata dalam mencapai perubahan yang diharapkan. Konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu klien menyusun rencana tindakan yang realistis dan sesuai dengan kondisi mereka. Tahap ini menekankan pentingnya pengambilan keputusan secara mandiri, sehingga klien merasa memiliki kendali penuh terhadap proses perubahan yang dijalani. Selain menyusun rencana, klien juga diajak untuk mengevaluasi berbagai alternatif tindakan serta memahami dampak dari setiap pilihan. Komitmen terhadap rencana yang telah disepakati diperkuat melalui dukungan konselor yang terus mendorong klien untuk tetap konsisten. Ketika klien mulai berhasil melaksanakan langkah-langkah kecil tersebut, kepercayaan diri mereka pun meningkat, sehingga mereka lebih siap dalam menghadapi tantangan dan mengelola emosi secara sehat.

Pada tahap Merancang Rencana Tindakan (*Action Planning*) konselor dapat membantu klien seperti DP dan HSS untuk membangun kemampuan mengelola emosi, seperti yang dijelaskan oleh Pak Alfons:

“DP menunjukkan upaya untuk mengelola emosinya dengan lebih baik. Kami telah menyepakati beberapa langkah, seperti mengambil waktu untuk berhenti sejenak saat emosi mulai memuncak, atau mencoba berbicara dengan seseorang yang dia percayai. Meskipun dia sedang berusaha keras, saya tahu DP belum sepenuhnya merasa mampu mengendalikan emosinya. Namun, saya juga melihat ada kemajuan kecil, seperti saat DP bisa menahan diri untuk tidak bereaksi impulsif dalam beberapa situasi yang sebelumnya mungkin membuatnya tergoda untuk kembali ke kebiasaan lama. Saya merasa ini adalah langkah awal yang positif untuk membangun keyakinannya pada kemampuannya sendiri dalam mengelola emosi (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Sedangkan HSS pada tahap merancang rencana tindakan, saya melihat HSS memang masih dalam proses untuk mengelola emosinya. Meskipun HSS belum sepenuhnya merasa menguasai, ada perkembangan positif yang terlihat. contohnya, saat ditegur atau diberikan masukan, HSS cenderung lebih banyak diam, dan tidak lagi memberontak seperti sebelumnya. Ini menunjukkan bahwa HSS mulai bisa mengendalikan reaksi emosionalnya, meskipun hanya sedikit. Tentu, ini adalah kemajuan kecil, namun sangat berarti dalam membangun keyakinannya bahwa dia bisa mengelola emosinya lebih baik.” (wawancara Bapak Alfons 16 April 2025).

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa melalui proses konseling, klien dapat merasa lebih mengendalikan perubahan yang mereka jalani. Dengan merancang rencana tindakan yang sesuai dengan kemampuan dan tujuan mereka, klien merasa memiliki kendali lebih atas proses perubahan tersebut. Keberhasilan menjalankan langkah-langkah kecil ini turut menumbuhkan rasa percaya diri mereka. Dalam hal pengelolaan emosi, meskipun baik DP maupun HSS masih dalam proses, terlihat adanya kemajuan. DP, meskipun belum sepenuhnya mampu mengelola emosinya, mulai menunjukkan kemampuan untuk menahan diri dalam situasi-situasi yang menantang. HSS juga menunjukkan perkembangan dengan lebih mampu mengendalikan reaksi emosionalnya, yang sebelumnya sering kali lebih impulsif. Ini menunjukkan bahwa dengan dukungan yang tepat, klien dapat berkembang dan lebih yakin pada kemampuan diri mereka dalam mengelola emosi dan menghadapi tantangan.

2. Prinsip prinsip dalam pendekatan Teknik *Motivational Interviewing*

Seorang konselor yang menggunakan Teknik (*Motivational Interviewing*) perlu memiliki kecerdasan emosional yang baik serta mampu merasakan dan memahami berbagai emosi, respons, kekuatan, dan tantangan, baik dalam dirinya sendiri maupun dalam diri konseli. Pendekatan ini didasarkan pada empat prinsip utama. yaitu:

- a. Mengekspresikan empati, untuk membangun kepercayaan konseli dan meyakinkan bahwa konselor menerima konseli apa adanya, sehingga menciptakan rasa nyaman bagi konseli.
- b. Mengembangkan kesenjangan, membantu konselor secara terampil dalam mengeksplorasi perasaan dan pemikiran konseli.
- c. Menerima penolakan, keterampilan konselor dalam memulihkan kepercayaan klien.
- d. Mendukung efikasi diri, konselor dapat mendorong keyakinan dan mendukung perubahan untuk perbaikan diri konseli

3. Fungsi konseling individual dalam Teknik *Motivational Interviewing*

Kegiatan konseling individual di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati bertujuan untuk memperkuat ketahanan psikologis klien agar mampu menghadapi berbagai tantangan hidup. Melalui proses ini, konselor membimbing klien untuk mengenali diri secara lebih mendalam, memahami permasalahan yang dihadapi, serta merancang langkah konkret menuju perubahan positif. Tujuan utamanya tidak hanya terletak pada pemulihan perilaku, tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup secara menyeluruh.

Dalam pelaksanaannya, konseling individual di yayasan ini mencakup lima fungsi utama yang saling mendukung yaitu:

1. Fungsi pemahaman, Tahapan ini membantu konselor melihat aspek-aspek psikologis yang mempengaruhi sikap dan perilaku klien selama menjalani masa rehabilitasi. Sebagaimana yang dijelaskan Bapak Halim mengungkapkan:

“Ya, fungsi pemahaman ini kami awali sejak klien pertama kali masuk ke yayasan, kami melakukan asesmen awal melalui wawancara dari situ, kami bisa tahu pendekatan apa yang paling sesuai.” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Fungsi pemahaman membantu konselor mengenali kondisi psikologis klien sejak awal masa rehabilitasi. Konselor melakukan asesmen melalui wawancara untuk mengetahui latar belakang, perilaku, dan pola pikir klien. Dari proses ini, konselor dapat menentukan pendekatan yang sesuai agar pendampingan berjalan efektif dan terarah. Tahap ini juga memperkuat hubungan antara konselor dan klien, sehingga proses pemulihan menjadi lebih optimal.

2. Fungsi mengatasi masalah, yang bertujuan untuk membantu individu menemukan solusi dan menyelesaikan berbagai permasalahan yang sedang dihadapi. Sebagaimana yang dijelaskan Bapak Halim mengatakan:

“Setiap klien pasti datang dengan beban yang berbeda-beda kami tidak langsung memberikan solusi, tapi mendorong dan mengarahkan mereka untuk menemukan jalan keluar sendiri Misalnya, ketika klien merasa putus asa karena ditinggal keluarga, kami bantu mereka untuk membangun kembali harapan dan menyusun langkah-langkah penyelesaian.”(wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Fungsi mengatasi masalah berperan penting dalam mendukung klien menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama proses rehabilitasi. Dalam tahap ini, konselor tidak serta-merta memberikan solusi, melainkan memfasilitasi klien untuk mengenali inti permasalahan serta membimbing mereka menemukan cara penyelesaian yang sesuai dengan kondisi pribadi masing-masing. Pendekatan ini bertujuan untuk membangun kemandirian klien dalam menghadapi tekanan, serta menumbuhkan kepercayaan diri dalam mengambil keputusan. Dengan cara ini, proses pemulihan menjadi lebih bermakna dan berkelanjutan.

3. Fungsi pengembangan layanan, berfokus pada upaya mengoptimalkan dan menjaga potensi serta aspek-aspek positif yang dimiliki klien. Sebagaimana yang dijelaskan Bapak Halim mengatakan:

“Kami percaya bahwa setiap klien punya potensi baik yang masih bisa dikembangkan, di sini klien kami ajak untuk ikut kegiatan seperti pelatihan keterampilan, pembinaan spiritual, sampai kegiatan morning meeting.” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Fungsi pengembangan layanan memiliki peran penting dalam mendorong klien untuk mengenali serta mengoptimalkan potensi diri yang mereka miliki. Melalui berbagai program pembinaan, seperti pelatihan keterampilan, penguatan

nilai spiritual, dan kegiatan harian yang terstruktur, klien didorong untuk membangun kembali rasa percaya diri serta meningkatkan aspek positif dalam kehidupannya. Pendekatan ini tidak hanya membantu proses pemulihan, tetapi juga memperkuat kesiapan klien dalam menghadapi kehidupan sosial setelah masa rehabilitasi berakhir.

4. Fungsi pencegahan dalam layanan konseling, mendorong individu untuk mengambil Langkah-langkah pencegahan Sebagaimana yang dijelaskan Bapak Halim mengatakan:

“Kami melakukan edukasi terus-menerus mengenai bahaya relaps dan bagaimana cara mencegahnya” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Fungsi pencegahan dalam layanan konseling bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada klien mengenai potensi risiko yang dapat menghambat proses pemulihan, serta mengajarkan cara-cara untuk mencegah terjadinya relaps. Melalui edukasi yang berkelanjutan, konselor membantu individu memahami bahaya yang dapat muncul dan memberikan strategi untuk menghadapinya. Pendekatan ini penting untuk menjaga klien tetap fokus pada proses pemulihan dan mengurangi kemungkinan terjerumus kembali ke dalam perilaku negatif yang dapat merugikan diri mereka sendiri.

5. Fungsi advokasi yang digunakan untuk memberikan dukungan dalam bentuk advokasi atau pembelaan terhadap kepentingan klien. Sebagaimana yang dijelaskan Bapak Halim mengatakan:

“Advokasi ini penting agar hak-hak klien tetap dihargai dan mereka punya semangat untuk kembali menjalani hidup yang lebih baik.” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Fungsi advokasi dalam layanan konseling memiliki peran yang sangat penting dalam melindungi hak-hak klien serta memberikan dukungan yang dibutuhkan agar mereka dapat menjalani kehidupan yang lebih baik. Dalam proses ini, konselor bertindak sebagai pembela bagi klien, memastikan bahwa kebutuhan dan kepentingan mereka dihargai. Advokasi tidak hanya berfokus pada perlindungan hak, tetapi juga mendorong klien untuk kembali memiliki semangat dan keyakinan dalam memperbaiki kualitas hidup mereka.

4. Asas konseling individual dalam pendekatan *Motivational Interviewing*

Proses konseling individual dengan pendekatan *Motivational Interviewing* (MI) bertujuan untuk menciptakan suasana yang terbuka dan mendukung perkembangan diri klien. Konselor membantu klien untuk menggali dan mengembangkan kemampuan yang diperlukan dalam menghadapi tantangan hidup mereka, dengan mendengarkan dengan empati dan memberikan dukungan, tanpa memaksakan solusi. Klien diberikan ruang untuk menemukan cara mereka sendiri dalam mengatasi masalah. Sementara itu, terdapat asas-asas konseling yang memperlancar proses konseling individu yaitu:

1. Asas kerahasiaan dimana dalam layanan konseling, setiap informasi yang diberikan oleh klien harus dijaga kerahasiaannya, konselor tidak boleh membocorkan data. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Pak Alfons selaku konselor mengatakan:

“Konseling individu ini sifatnya rahasia jadi tidak ada satupun orang yang diikut sertakan karena ada hal hal yang harus disampaikan kepada kliennya supaya kita sebagai konselornya bisa menggali informasi yang baik dan informasi tersebut bakal aman, tidak disebar luaskan/disampaikan keorang lain,” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pemaparan dari Bapak Alfons tentang asas kerahasiaan bahwa kalau konseling individu memang bersifat sangat pribadi. Tidak ada pihak lain yang ikut campur, karena ada informasi penting yang cuma bisa disampaikan langsung ke klien, supaya konselor bisa benar-benar paham kondisi klien dan informasi itu tetap aman, nggak bocor ke mana-mana. Hal ini dikuatkan oleh Ibu Ester selaku konselor:

“Sayakan konselor jadi wajib bagi saya untuk menjaga informasi dan cerita klien. Bahkan ketika ditanya oleh keluarganya sekalipun, saya tidak langsung jawab. Saya akan tanya izin dulu ke klien. Ini bentuk kenyamanan terhadap klien jadinya klien bakal cerita apa yang dirasakan” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan dari Ibu Ester tentang asas kerahasiaan bahwa menjaga informasi klien itu udah jadi tanggung jawab utama. Bahkan kalau keluarga klien bertanya tentang informasi klien, konselor meminta izin terhadap klien tetap jadi prioritas. Soalnya, dengan menjaga kenyamanan ini, klien bakal merasa lebih

leluasa untuk terbuka dan cerita apa adanya. Hal ini dibenarkan oleh Bapak Halim selaku konselor:

“Kerahasiaan adalah pondasi, pondasi untuk saling menjaga kepercayaan klien. Saya selalu bilang bahwa apapun yang diceritakan dalam sesi konseling individu tidak untuk disebarluaskan sehingga klien bisa mengutarakan permasalahannya dengan tenang”. (wawancara Bapak Halim 19 Februari 2025).

2. Asas kesukarelaan dan keterbukaan yaitu konseling dilakukan atas dasar kesadaran dan keinginan klien sendiri tanpa paksaan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Pak Alfons selaku konselor mengatakan:

“Usahakan yang kita konsul itu menjadi teman, sahabat buat kita sehingga mereka mau terbuka permasalahan apa yang harus kita gali sama sama, kita pecahkan untuk mendapatkan Solusi sama sama dan misalnya melakukan teknik MI sangat diperlukan dalam recovery dalam pemulihan untuk mereka itu artinya mereka butuh di support, mereka butuh motivasi supaya mereka kedepannya bisa melakukan hal hal baru bagi mereka”(wawancara Bapak Alfons 22 Januari 2025).

Pemaparan dari Bapak Alfons tentang asas kesukarelaan dan keterbukaan bahwa Konselor sebaiknya bisa jadi teman atau sahabat bagi klien, supaya mereka ngerasa nyaman dan mau terbuka pernyataan ini diperkuat oleh Ibu Ester selaku konselor:

“Awalnya memang ada klien yang terpaksa datang karena diminta keluarga. Tapi lama-lama, saat mereka merasa nyaman dan tidak dihakimi, mereka mulai terbuka bahkan ada yang meminta dengan sendirinya untuk melakukan sesi konseling individu. Nah, di situlah proses konseling baru benar-benar dimulai” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan dari Ibu Ester tentang asas kesukarelaan dan keterbukaan bahwa yang asas keterbukaan itu muncul ketika klien udah siap dan mau sendiri. Hal ini dibenarkan yang oleh Bapak Halim selaku konselor:

“Keterbukaan harus datang dari kesadaran klien sendiri. Saya hanya fasilitator, bukan penyelamat. Tugas saya membantu mereka melihat jalan keluar, bukan menarik mereka dengan paksa” (wawancara Bapak Halim 19 Februari 2025).

3. Asas kekinian dan keaktifan dalam pendekatan konseling harus selalu relevan dengan kondisi serta tantangan yang dihadapi klien di masa sekarang.

“Kekinian cara berpikir. Meskipun kami disini konselor tapi kami juga mengikut seminar dan pelatihan supaya bisa memahami pola pikir

generasi sekarang. Dengan begitu, klien merasa lebih dipahami, dan mereka jadi lebih aktif dalam sesi” (wawancara Bapak Alfons 19 Februari 2025).

Pernyataan dari Bapak Alfons tentang asas kekinian dan keaktifan bahwa generasi sekarang punya cara pikir yang beda. Dengan pemahaman yang *up-to-date*, klien juga ngerasa lebih dimengerti, dan mereka jadi lebih aktif pas konseling berlangsung. Pernyataan ini dibenarkan oleh Ibu Ester selaku konselor:

“Sekarang konseling harus benar-benar mengikuti perkembangan zaman. Di teknik MI, saya dorong mereka aktif refleksi diri, bukan saya yang banyak ngomong. Saya arahkan mereka untuk sadar sendiri lewat pertanyaan terbuka yang relevan dengan realitas mereka saat ini.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan dari Ibu Ester tentang asas kekinian dan keaktifan bahwa konseling sekarang harus ngikutin zaman. Teknik MI (*Motivational Interviewing*) jadi andalan karena bisa bantu klien mikir dan menyadari masalahnya sendiri lewat pertanyaan-pertanyaan terbuka pernyataan tersebut dikuatkan oleh Bapak Halim selaku konselor:

“Saya menyesuaikan pendekatan dengan kehidupan mereka saat ini. Misalnya, kalau klien sedang menghadapi tekanan karena masalah pekerjaan atau keluarga, saya bantu mereka fokus pada strategi jangka pendek yang realistis dan aplikatif. Tujuannya agar mereka tetap semangat menghadapi hari ke hari.” (wawancara Bapak Halim 19 Februari 2025).

4. Asas kenormatifan dan keahlian konselor yang memberikan layanan harus memiliki keahlian dan kompetensi yang memadai agar dapat membantu klien dengan cara yang profesional. Sebagaimana yang dijelaskan Pak Alfons selaku konselor mengatakan:

“Asas kenormatifan itu penting banget, karena kita bekerja langsung dengan manusia dan masalah hidupnya. Saya pegang teguh kode etik, terutama dalam hal tidak memaksakan kehendak. Ada beberapa yang punya trauma masa lalu kalau kita nggak punya keahlian, bisa-bisa kita justru buka luka lama mereka” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan dari Bapak Alfons tentang asas kenormatifan bahwa penting banget buat pegang kode etik dan ngerti cara menangani klien secara profesional, tanpa maksain pendapat pribadi. Hal ini dikuatkan dengan pernyataan dari Ibu Ester selaku konselor:

“Menjadi konselor bukan hanya soal empati, tapi juga tanggung jawab etis. Saya wajib menjaga kode etik, seperti menjaga rahasia, menghormati otonomi klien, dan tidak melibatkan relasi di luar ruang konseling. Selain itu, saya terus belajar teknik baru, karena klien sekarang datang dengan masalah yang sangat kompleks.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan dari Ibu Ester tentang asas kenormatifan bahwa jadi konselor itu tidak bisa asal asal ada tanggung jawab etis yang harus dijaga. Misalnya menjaga rahasia klien, menghargai keputusan mereka, dan nggak menjalin hubungan di luar ruang konseling. Pernyataan ini dibenarkan oleh Bapak Halim selaku konselor:

Saya sering dihadapkan pada klien yang manipulatif karena terbiasa hidup di lingkungan keras. Di situ penting banget punya keahlian agar kita nggak termakan cerita mereka begitu saja. Asas kenormatifan saya jaga dengan tidak menjalin relasi di luar sesi dan tidak menghakimi klien” (wawancara Bapak Halim 19 Februari 2025).

C. Kondisi efikasi diri klien sebelum dan sesudah mengikuti konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing*

Biasanya parapecandu menggunakan narkoba karena faktor pergaulan, Faktor pergaulan memegang peran yang penting dalam mendorong seseorang mengenal narkoba. Interaksi dengan teman sebaya yang telah terpapar narkoba membuka akses dan peluang untuk mencoba zat terlarang tersebut. Bermula dari rasa penasaran, berlanjut menjadi ketergantungan yang sulit dilepaskan. Para remaja umumnya memiliki rasa solidaritas yang tinggi terhadap kelompoknya. Karakteristik ini, bila tidak diarahkan ke aktivitas positif, berpotensi membawa dampak buruk. Mereka cenderung mengikuti perilaku teman-temannya, termasuk dalam penggunaan narkoba, sebagai bentuk kesetiakawanan. Bahkan ketika ada konflik dengan orangtua atau masyarakat, mereka akan saling membela dan berempati.

Efikasi diri, atau kepercayaan yang ada dalam diri seseorang tentang kemampuannya untuk mengelola dan menjalankan berbagai aktivitas yang diperlukan demi mencapai tujuan tertentu. Hal ini berkaitan erat dengan proses evaluasi kognitif, di mana individu menilai sejauh mana dirinya mampu menghadapi tantangan. Penilaian ini mencakup bukan hanya kemampuan fisik, tetapi juga aspek mental, emosional, dan sosial. Seseorang dengan tingkat efikasi diri yang rendah cenderung merasa tidak berdaya dan menghadapi kesulitan dalam mengontrol keadaan di sekitarnya. Seperti yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Efikasi diri pecandu narkoba sebelum mendapatkan konseling individu mereka semuanya efikasi dirinya rendah dimana mereka terasa dibuang sama keluarga disini dan akhirnya klien merasa marah pada keluarganya hal seperti ini yang perlu di motivasi kepada klien bahwa mereka dibawa kesini karena klien bisa sembuh jauh dari Narkoba.” (wawancara Bapak Alfons selaku konselor 22 Januari 2025)

Pemaparan dari bapak alfons tentang efikasi diri klien menggambarkan bahwa rendahnya efikasi diri pada pecandu narkoba sering kali dipengaruhi oleh perasaan ditolak oleh keluarga, yang kemudian memunculkan kemarahan dan kehilangan arah. Pernyataan tersebut diperkuat oleh pernyataan dari Ibu ester melalui wawancara bahwa:

“Efikasi diri pada klien sebelum mendapatkan Teknik MI sangat rendah kurang percaya diri masih ingin menggunakan barang tersebut.” (wawancara Ibu Ester selaku konselor 22 Januari 2025)

Pernyataan dari ibu ester tentang efikasi diri pada klien bahwa sebelum diberikan pendekatan konseling individu melalui Teknik *Motivational Interviewing* (MI), banyak klien masih menunjukkan rasa tidak percaya diri dan keinginan untuk terus menggunakan narkoba. Pernyataan ini dibenarkan dengan yang disampaikan oleh Bapak Halim yaitu:

“Efikasi diri pada klien Pertama-tama ya mereka mereka ya takut dulu mereka kan nggak mau terbuka mereka takut gitu sih. Ya kalau untuk tahap awal ya kita mungkin kalau untuk pertama masuk ke yayasan ya kita enggak langsung kita konseling dulu. Kita tahapnya dulu kita kan ada namanya screening asesmen. Dalam asesmen itu kan kita sedikit banyak kita mengetahui mengetahui mereka pemakaian mereka dalam kesehariannya apa kan dalam asesmen kan ada juga. Ya mereka pernah kenal hukum apa nggak mungkin kita konseling kan. Konseling kan kita ngelihat kalau kita ngelihat asesmennya dari pertanyaan asesmen asesmen pertama kita asesmen asesmen si klien kira kira asesmennya dia pernah kena hukum ya bisa kita bisa tahu.” (wawancara Bapak halim selaku konselor 24 Januari 2025)

Pada tahap awal kedatangan klien ke yayasan, mereka cenderung merasa takut dan enggan untuk terbuka. Oleh karena itu, sebelum memulai sesi konseling, proses screening dan asesmen terlebih dahulu dilakukan untuk memahami latar belakang mereka, termasuk pola penggunaan narkoba serta apakah mereka pernah terlibat dengan hukum. Hal ini sangat penting karena asesmen tersebut memberikan gambaran awal tentang kondisi klien, yang kemudian akan menentukan pendekatan konseling yang tepat. Terdapat kondisi klien sebelum dan sesudah mendapatkan konseling individu menggunakan teknik *motivational interviewing* (MI).

- 1. Kondisi klien sebelum mendapatkan konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing***

Pada penelitian ini, peneliti mengambil lima responden pecandu narkoba untuk melihat kondisi efikasi diri klien sebelum mengikuti kegiatan konseling individu dengan teknik *motivational interviewing* (MI). Adapun klien tersebut, memiliki informasi sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Identitas Klien

No.	Nama	Usia	Asal
1.	DP	37 Tahun	Jakarta
2.	HSS	42 Tahun	Cirebon
3.	MLT	26 Tahun	Pontianak
4.	RS	28 Tahun	Pati
5.	KD	30 Tahun	Semarang

Sesuai dengan kebijakan Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati, peneliti diberikan izin untuk mewawancarai beberapa klien rawat inap yang tengah menjalani proses rehabilitasi. Berikut adalah ringkasan hasil wawancara dengan klien DP, HSS, MLT, RS dan KD

a. Klien DP

Klien DP berusia 37 Tahun asalnya dari Jakarta DP mengalami rasa trauma pada waktu kecil hingga dewasa karena lingkungan yang kurang mendukung klien DP melampiaskannya dengan menggunakan narkoba awalnya DP menggunakan narkoba waktu DP masih SMP dan sekarang DP ingin berhenti menggunakan narkoba DP sadar kalau lingkungannya kurang mendukung, pasti akan terus terus menggunakan narkoba maka dari itu DP lebih memilih untuk direhabilitasi Efikasi diri diukur oleh beberapa indikator didalamnya yaitu sebagai berikut:

1) Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

Tingkat keyakinan seseorang pada potensi dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi berbagai tantangan. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kepercayaan kuat untuk meraih tujuan mereka, meski dihadapkan dengan berbagai hambatan.

“Belum ms, saya belum yakin dengan diri saya (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan DP selaku klien, DP mengungkapkan bahwa dirinya belum merasa yakin dengan kemampuannya untuk berubah. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Belum, dia itu pertama kesini engga mau ngomong sama konselor maupun keluarganya pas dia untuk mengungkapkan pendapatnya dia masih ragu, karena dia takut bahwa apa yang dia sampaikan itu ditolak” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ester yang menjelaskan bahwa pada awal kedatangannya, klien sangat tertutup dan sulit diajak berkomunikasi. Bahkan untuk menyampaikan pendapat DP masih ragu, karena ada ketakutan bahwa dirinya akan ditolak, baik oleh keluarga maupun oleh lingkungan sekitarnya. Pernyataan ini dibenarkan oleh klien H selaku teman sekamarnya:

“Belum mas, waktu itu dia masih ingin menggunakan narkoba lagi jadi dia belum yakin dengan dirinya sendiri” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP masih memiliki efikasi diri yang rendah. DP belum yakin dengan kemampuannya untuk berubah dan cenderung merasa takut ditolak saat menyampaikan pendapat. DP juga masih tertutup dan kesulitan berkomunikasi, baik dengan konselor maupun orang terdekat. Selain itu, keinginannya untuk kembali menggunakan narkoba menunjukkan bahwa DP belum percaya penuh pada dirinya sendiri.

2) Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

Efikasi diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi tekana. Individu dengan efikasi tinggi umumnya lebih mampu mengendalikan tekanan dan menemukan jalan keluar, dibanding tenggelam dalam masalah.

“Saya belum bisa mengatasi stress, ketika saya sedang stres pasti emosi saya engga stabil saya selalu mengamuk.” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan DP menunjukkan bahwa DP belum mampu mengelola stres dengan baik. Saat mengalami tekanan emosional, klien cenderung melampiaskan emosinya secara meledak-ledak, bahkan

mengaku sering mengamuk ketika stres datang. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Belum mas, dia sering ngamuk mas saat dia stress, sering lempar barang kalau dia ngamuk” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ester yang menjelaskan bahwa DP sering menunjukkan perilaku agresif, seperti melempar barang saat sedang marah, terutama ketika berada dalam kondisi tertekan. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Dia pernah memukul saya karena apa saya ngga tau tiba-tiba mukul saya mungkin ya dia lagi kangen sama keluarga” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP belum memiliki kemampuan yang memadai dalam mengelola stres. Saat berada dalam tekanan, DP cenderung meluapkan emosinya dengan cara yang tidak terkendali, seperti marah secara berlebihan hingga menunjukkan perilaku agresif. Ketidak mampuannya mengendalikan emosi tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri, tetapi juga berpotensi mengganggu orang di sekitarnya.

3) Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

Seseorang dengan efikasi tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencoba pengalaman baru dengan keyakinan mampu mengatasinya. Mereka tidak terhambat oleh rasa takut untuk gagal dan yakin dapat menguasai keterampilan atau kondisi baru.

“Waktu itu saya belum bisa menerima tantangan baru, pas awal masuk direhabilitasi disini aja saya engga tau harus ngapain, bingung.” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan DP menunjukkan bahwa DP belum siap menghadapi perubahan dan tantangan baru. Saat pertama kali menjalani rehabilitasi, DP merasa bingung dan tidak tahu harus melakukan apa, yang menandakan ketidaksiapan mental dalam menerima situasi baru. Hal ini didukung oleh Ibu Ester yaitu:

“Belum, klien DP masih ragu dia masih ingin berada dizona nyaman dan tidak ingin buat keluar” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ester yang menyebutkan bahwa DP masih enggan keluar dari zona nyamannya dan menunjukkan sikap ragu-ragu untuk berkembang. Keengganan ini membuat klien lebih memilih

bertahan dalam kenyamanan lama, meskipun itu tidak membawanya pada perubahan positif. Hal ini Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Klien DP sering mbolos tidak mengikuti kegiatan disini kadang yaa sudah saya beritahukan tapi dia tetep engga ikut” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP masih menunjukkan ketidaksiapan dalam menghadapi tantangan baru. Pada masa awal menjalani rehabilitasi, DP merasa bingung dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan serta aktivitas yang ada. DP juga cenderung enggan keluar dari zona nyaman dan menunjukkan sikap pasif terhadap kesempatan yang dapat mendorong perkembangan diri. Kurangnya partisipasi dalam kegiatan yang telah disediakan menjadi indikator bahwa DP belum sepenuhnya terbuka terhadap proses adaptasi maupun pembelajaran baru.

4) Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang dalam membuat keputusan yang baik. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung percaya bahwa mereka bisa mengambil keputusan yang tepat dan tidak ragu-ragu ketika dihadapkan pada pilihan sulit.

“Belum ms, waktu itu saya masih merasa bodoamat tentang peraturan yang ada disini.” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP pada awal masa rehabilitasi belum menunjukkan sikap patuh terhadap peraturan yang berlaku. DP mengaku bahwa saat itu masih bersikap acuh dan tidak peduli terhadap aturan-aturan yang ada di lingkungan rehabilitasi. Pernyataan ini didukung oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Belum bisa mas apa yang saya bilang tadi dia masih ngamuk” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ester yang menjelaskan bahwa DP belum bisa mengendalikan emosinya dan masih sering melampiaskan kemarahan secara tidak terkendali, menandakan kurangnya kesadaran dalam mengikuti proses rehabilitasi dengan baik. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Disinikan ada kegiatan kegiatan ya mas dimana ada kegiatan moorning meeting terkadang DP itu engga ikut kegiatan tersebut

padahal sudah diberitahu sama temen-temenya itu salah dimana kalo engga ikut kegiatan moorning meeting pasti dapat hukumannya tapi dia itu masih seperti itu,” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP masih mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan yang tepat, terutama dalam menyesuaikan diri dengan aturan dan tanggung jawab selama menjalani rehabilitasi. DP menunjukkan sikap acuh terhadap peraturan yang berlaku dan kurang memiliki kesadaran terhadap pentingnya mengikuti proses pemulihan secara disiplin.

5) Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

Efikasi diri mendorong motivasi seseorang untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuan dan pengetahuannya, meskipun ada tantangan

“Belum Sih. saya berpikir buat apa saya berkembang sedangkan saya berada disini dan saya juga pengguna buat apa saya berkembang”
(wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP belum memiliki dorongan dari dalam diri untuk berkembang. Saat ditanya mengenai keinginannya untuk maju, DP mengaku tidak melihat manfaat dari berkembang, karena merasa dirinya hanya seorang pengguna narkoba dan sedang berada dalam lingkungan rehabilitasi. Pandangan negatif terhadap diri sendiri ini menghambat tumbuhnya motivasi dan efikasi diri. Ibu Ester selaku konselor memperkuat pernyataan tersebut yaitu:

“Klien DP mudah menyerah dia beraanggapan bahwa dia udah engga ada masa depan lagi” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ester yang menjelaskan bahwa DP adalah pribadi yang mudah menyerah. DP menilai bahwa klien merasa tidak lagi memiliki harapan atau masa depan, sehingga tidak ada alasan untuk berusaha lebih baik. Hal ini dibenarkan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Tergantung moodnya dia sih mas.” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP belum menunjukkan motivasi internal untuk berkembang. DP masih memandang dirinya secara negatif dan merasa tidak memiliki masa depan karena statusnya sebagai pengguna narkoba. Pandangan ini menjadi penghambat utama dalam membangun efikasi diri serta semangat untuk

belajar dan memperbaiki diri. DP juga cenderung mudah menyerah dan kurang konsisten dalam menjalani proses rehabilitasi, yang ditunjukkan oleh sikapnya yang bergantung pada suasana hati.

6) Kegigihan (*Persistence*)

Kegigihan mengukur sejauh mana seseorang tetap termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas yang menantang dan tidak mudah menyerah.

“Belum ms, saya masih merasa bodoamat dengan yang ada disini ms.”(wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP belum menunjukkan sikap gigih dalam menjalani proses rehabilitasi. Dalam pernyataannya, DP mengaku masih bersikap acuh terhadap kegiatan dan aturan yang ada, menandakan bahwa motivasi internalnya untuk berubah masih sangat rendah. Pernyataan ini diperkuat oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Belum, kalo dia gigih pasti tidak masuk ke rehabilitasi lagi.”
(wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ester yang menyampaikan bahwa jika DP memiliki kegigihan, seharusnya DP tidak perlu kembali masuk ke tempat rehabilitasi. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya semangat untuk terus berusaha dalam proses pemulihan. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Dia itu yaa mas kalo ada kegiatan moorning meeting itu jarang ikut paling dia mau ikut kalo ada pak maruli atau moodnya lagi bagus.”(wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP belum menunjukkan kegigihan dalam menjalani proses rehabilitasi. DP masih bersikap acuh terhadap kegiatan dan aturan yang berlaku, yang mencerminkan rendahnya motivasi untuk berubah. Sikap ini menunjukkan bahwa DP belum memiliki dorongan kuat dari dalam diri untuk menghadapi tantangan secara konsisten.

7) Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih baik dalam mengendalikan emosi mereka, terutama dalam situasi stres atau konflik. Mereka

dapat mempertahankan kontrol emosional dan mengambil langkah-langkah positif untuk menyelesaikan masalah

“Tergantung mood ms, kalo mood saya lagi jelek yaa udahh ngga bisa dikontrol lagi pasti mukulin orang atau engga ya ngamuk cari musuh.”
(wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Berdasarkan wawancara dengan DP diketahui bahwa DP masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosinya, terutama ketika suasana hatinya sedang buruk. DP mengaku bahwa saat emosinya tidak stabil, DP bisa melampiaskan kemarahan dengan cara memukul orang atau mencari masalah, yang menunjukkan belum terbentuknya kemampuan regulasi emosi secara optimal. Ibu Ester selaku konselor membenarkan hal tersebut yaitu:

“Belum mas DP masih sering ngamuk tapi kalo sekarang dia sedang berusaha untuk mengelola emosi” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP masih sering menunjukkan ledakan emosi, namun saat ini sedang berusaha belajar mengelola perasaannya agar tidak lagi bersikap agresif seperti sebelumnya. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“DP awal-awalkan suka mukul yaa mas tapi sekarang sudah mendingan bisa mengontrol emosinya” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa DP masih menghadapi tantangan dalam mengendalikan emosi, terutama ketika berada dalam kondisi tertekan atau suasana hati yang buruk. DP cenderung merespons stres dengan perilaku agresif, seperti memukul atau mencari konflik, yang menunjukkan kemampuan regulasi emosi belum terbentuk secara optimal

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa DP belum yakin pada kemampuannya untuk berubah dan masih takut ditolak saat menyampaikan pendapat. Saat menghadapi tekanan, DP cenderung meluapkan emosinya secara berlebihan dan belum mampu mengelola stres dengan baik. Dalam menerima tantangan baru, DP terlihat belum siap dan lebih memilih untuk tetap berada di zona nyaman.

Klien juga belum menunjukkan kesadaran dalam membuat keputusan yang tepat, terbukti dari sikap acuh terhadap aturan yang berlaku. Motivasi untuk belajar dan berkembang pun masih lemah karena DP merasa tidak memiliki masa depan. Klien kurang gigih dalam menjalani proses rehabilitasi dan mudah menyerah saat menghadapi kesulitan. Pengelolaan emosi juga masih menjadi

tantangan, meskipun ada sedikit usaha untuk memperbaikinya. Secara keseluruhan, klien memerlukan dukungan yang konsisten agar mampu membangun kepercayaan diri dan semangat untuk berubah.

b. Klien HSS

Klien HSS berusia 42 Tahun asal Cirebon, HSS mengungkapkan dia menggunakan narkoba waktu HSS kuliah tapi dia pakai narkobanya tidak waktu kuliah melainkan waktu HSS pulang kampung dicirebon karena faktor lingkungannya seperti itu HSS pun takut untuk menolaknya akhirnya setiap HSS pulang langsung mengonsumsi barang tersebut dengan teman temannya, HSS kesini karena dibawa oleh keluarga HSS untuk direhabilitas. Efikasi diri diukur oleh beberapa indikator didalamnya yaitu sebagai berikut:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

Tingkat keyakinan seseorang pada potensi dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi berbagai tantangan. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kepercayaan kuat untuk meraih tujuan mereka, meski dihadapkan dengan berbagai hambatan.

“Waktu itu saya belum yakin dengan kemampuan saya setiap saya mengambil keputusan selalu salah.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS belum memiliki keyakinan penuh terhadap kemampuan dirinya sendiri, terutama dalam mengambil keputusan dan menghadapi tantangan. HSS menyampaikan bahwa sering merasa salah dalam setiap keputusan yang diambil. Hal ini diperkuat oleh penjelasan dari Bapak Halim selaku konselor bahwa:

“Belum, Klien HSS sering merasa dirinya gagal dan tidak memiliki masa depan yang cerah karena kecanduan narkoba” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pemaparan dari Bapak Halim yang menyatakan bahwa HSS kerap merasa dirinya gagal dan pesimis terhadap masa depannya akibat kecanduan narkoba yang dialami. Sejalan yang diungkapkan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

‘Belum bisa, HSS sering bilang kalau dia nggak bisa berhenti pakai narkoba karena udah terjerumus.’ (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa HSS belum memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dirinya sendiri, terutama dalam mengambil keputusan dan menghadapi tantangan hidup. HSS masih sering meragukan kemampuannya dan merasa setiap keputusan yang diambil berujung pada kesalahan. Pandangan negatif terhadap diri sendiri ini diperparah oleh rasa putus asa akibat ketergantungan narkoba yang membuatnya merasa gagal dan tidak memiliki masa depan. Keraguan tersebut juga terlihat dari sikap pesimis HSS terhadap kemungkinan pulih sepenuhnya, bahkan menganggap dirinya sudah terlanjur terjerumus.

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

Efikasi diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi tekana. Individu dengan efikasi tinggi umumnya lebih mampu mengendalikan tekanan dan menemukan jalan keluar, dibanding tenggelam dalam masalah.

“Kalo mengatasi stress yaa paling diam sih ms, lagian buat apa cerita dia cuma ingin tahu yang saya rasakan tapi tidak ada solusi ya mending saya diam.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS masih kesulitan dalam menghadapi tekanan emosional, terutama ketika dihadapkan pada situasi yang membuatnya stres. Dalam pengakuannya, HSS menyampaikan bahwa lebih memilih diam dan menutup diri, karena merasa tidak mendapatkan solusi dari orang-orang di sekitarnya, bahkan ketika HSS mencoba berbagi perasaan. Hal ini dibenarkan oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Belum bisa, dia masih mengasiani diri sendiri dia merasa tidak berdaya dan lain sebagainya.” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pemaparan dari Bapak Halim bahwa HSS cenderung masih larut dalam perasaan kasihan terhadap dirinya sendiri, dan belum mampu melihat potensi diri untuk bangkit dari keadaan. Hal ini menunjukkan bahwa klien belum memiliki efikasi diri yang cukup untuk menghadapi tekanan secara aktif. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Iya mau gimana yaa mas sama seperti yang diatas kalau ada apa apa dia lebih memilih diam dan tertutup kalau ada masalah dia ngga mau cerita” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa HSS masih mengalami kesulitan dalam mengelola stres dan tekanan emosional. HSS cenderung memilih diam dan menutup diri ketika menghadapi masalah, karena merasa tidak mendapatkan solusi dari orang lain dan kurang percaya bahwa berbagi perasaan akan membawa perubahan. Sikap ini menunjukkan kecenderungan untuk larut dalam rasa kasihan terhadap diri sendiri, tanpa adanya upaya aktif untuk mencari jalan keluar

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

Seseorang dengan efikasi tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencoba pengalaman baru dengan keyakinan mampu mengatasinya. Mereka tidak terhambat oleh rasa takut untuk gagal dan yakin dapat menguasai keterampilan atau kondisi baru.

“Belum ms, saya sudah gagal menjadi pribadi yang lebih baik, saya takut mengecewakan keluarga saya lagi” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS masih merasa takut untuk mencoba hal-hal baru, terutama karena adanya rasa bersalah dan ketakutan akan mengecewakan keluarganya kembali. Hal ini diperkuat oleh Bapak Halim selaku konselor melalui wawancara bahwa:

“Belum, karena dia masih tertutup, pola pikirnya engga terbuka” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS belum memiliki pola pikir yang terbuka, serta masih menutup diri dari peluang untuk berkembang. Senada yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Belum mas HSS takut gagal” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa HSS masih menunjukkan ketidaksiapan dalam menghadapi tantangan baru. HSS merasa terhambat oleh rasa takut gagal dan khawatir mengecewakan keluarganya, sehingga enggan untuk mencoba hal-hal baru. Pola pikir yang belum terbuka dan kecenderungan untuk menutup diri memperlihatkan bahwa HSS belum memiliki keyakinan yang cukup terhadap kemampuannya sendiri.

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang dalam membuat keputusan yang baik. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung percaya

bahwa mereka bisa mengambil keputusan yang tepat dan tidak ragu-ragu ketika dihadapkan pada pilihan sulit.

“Belum ms, engga tau kenapa setiap saya mengambil keputusan selalu salah contohnya ini saya menggunakan narkoba niatnya biar bisa berteman dengan teman saya biar engga kesepian tapi nyatanya saya salah mengambil keputusan.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahawa HSS belum bisa untuk mengambil keputusan. Pernyataan ini didukung oleh Bapak Halim melalui wawancara:

“Belum, contohnya dia engga bisa ngapa-ngapain jangankan mengambil keputusan dia aja disini engga tau mau ngapain, dia masih bingung” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS masih sering kebingungan dan belum mampu menentukan arah atau tujuan dalam proses rehabilitasi. Bahkan untuk hal-hal sederhana sekalipun Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“HSS itu orangnya takutkan mas, dia mau cerita aja dia masih takut.”(wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa HSS masih mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan, terutama dalam situasi yang menuntut pertimbangan matang. Ketidakyakinannya terhadap kemampuan sendiri membuat HSS cenderung ragu, bahkan merasa keputusan yang diambil selama ini sering berujung pada penyesalan.

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

Efikasi diri mendorong motivasi seseorang untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuan dan pengetahuannya, meskipun ada tantangan.

“Sebelum mendapatkan konseling saya masih belum ingin berkembang karena saya merasa saya kuliah itu sia sia pada akhirnya saya malah di rehabilitasi.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS tidak memiliki keinginan untuk berkembang. HSS merasa bahwa pendidikan yang telah HSS tempuh, termasuk kuliah, tidak membuahkan hasil karena pada akhirnya ia tetap harus

menjalani rehabilitasi. Pernyataan ini didukung oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Belum HSS masih tidak ingin membaur dengan temannya jadinya gitu mas sulit untuk berkembang tapi sekarang dia udah sangat berkembang.”
(wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS pada awalnya menutup diri dan enggan berbaur dengan orang lain, sehingga proses pengembangannya berjalan lambat Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“HSS itu lebih memilih buat tidur dari pada mengikuti kegiatan yang ada disini meskipun sudah diajak sama konselor tapi tetep engga mau”
(wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, pada awal masa rehabilitasi, HSS belum menunjukkan motivasi untuk berkembang. HSS merasa bahwa pengalaman akademiknya tidak membawa manfaat karena pada akhirnya tetap harus menjalani rehabilitasi, sehingga muncul sikap pesimis terhadap masa depan.

f. Kegigihan (*Persistence*)

Kegigihan mengukur sejauh mana seseorang tetap termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas yang menantang dan tidak mudah menyerah.

“Belum ms, soalnya setiap ada hal yang baru itu saya adaptasinya lama jadi kaya kegigihan pas waktu pertama kesini ya saya malas malasan.”
(wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa tingkat kegigihannya masih rendah saat pertama kali menjalani rehabilitasi. Bapak Halim selaku konselor menyampaikan bahwa:

“Kalau masalah ini klien “HSS” kasus khusus ya mas dia juga punya keinginan untuk mengubah gender jadi itu artinya ya kita harus mengembalikan gender dia semula menjadi lebih kuat sebagai pria sebagai gender laki-laki dia harus tau jatidirinya saat ini adalah laki-laki.”
(wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS merupakan klien dengan kasus khusus, karena selain menghadapi kecanduan, HSS juga tengah mengalami konflik identitas gender. Hal ini menjadi tantangan tersendiri dalam proses pemulihannya, karena HSS perlu dibantu untuk menemukan kembali jati

dirinya dan memperkuat keyakinan terhadap peran gender yang HSS miliki. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Yang saya lihat HSS itu orangnya sudah terlalu nyaman berada di zona nyaman mas, dia tidak ingin keluar dan tidak ingin berubah” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa HSS menunjukkan kesulitan dalam menjaga kegigihan, terutama pada awal proses rehabilitasi. Saat pertama kali memasuki program rehabilitasi, HSS merasa malas dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih baik dalam mengendalikan emosi mereka, terutama dalam situasi stres atau konflik. Mereka dapat mempertahankan kontrol emosional dan mengambil langkah-langkah positif untuk menyelesaikan masalah

“Sudah ms, saya mengelola emosi dengan cara diam ms jadi saya rasa udah sih ms.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS sudah mampu mengelola emosi, terutama saat sedang merasa marah atau stres. HSS menjelaskan bahwa cara yang HSS gunakan untuk meredam emosinya adalah dengan diam dan tidak bereaksi secara berlebihan. Namun pandangan berbeda yang disampaikan oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Mengelola emosi Belum bisa, dia emosian bukan bentuk verbal sih lebih kediah jadi kita mengajak ngomong dia engga merespon apa apa.” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS sebenarnya belum sepenuhnya mampu mengelola emosinya secara sehat. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Engga tau mas, tapi kalo dia lagi emosi keliatan diam biasanya HSS itu ceria mas.” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa kemampuan HSS dalam mengelola emosinya masih perlu diperbaiki. Meskipun HSS mengungkapkan bahwa ia mengatasi emosi dengan cara diam, hal ini menunjukkan bahwa HSS cenderung menahan diri daripada mengelola emosinya dengan cara yang konstruktif.

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa HSS masih menghadapi banyak kesulitan terkait efikasi diri. HSS belum memiliki keyakinan penuh terhadap kemampuannya, terutama dalam membuat keputusan dan menghadapi tantangan. HSS sering merasa gagal dan ragu dengan dirinya sendiri, terutama akibat ketergantungan pada narkoba. HSS juga kesulitan mengatasi stres dan tekanan emosional, lebih memilih diam dan menutup diri daripada mencari solusi. Ketika menghadapi tantangan baru, HSS merasa takut gagal dan khawatir mengecewakan orang lain, yang membuatnya enggan mencoba hal baru. Dalam hal pengambilan keputusan, HSS merasa bingung dan ragu-ragu, bahkan untuk hal-hal sederhana sekalipun.

Motivasi untuk berkembang pun masih rendah, karena HSS merasa pendidikan yang dijalani tidak membawa hasil. Kegigihan HSS juga masih rendah, terutama pada awal rehabilitasi, di mana HSS kesulitan beradaptasi. Meskipun HSS mengaku mampu mengelola emosi dengan diam, cara ini menunjukkan bahwa HSS masih belum sepenuhnya bisa mengendalikan emosinya dengan baik.

c. Klien MLT

Klien MLT berusia 37 Tahun asal Pontianak MLT mengungkapkan bahwa dia menggunakan narkoba karena rasa penasaran dan rasa ingin tahu karena pengaruh teman-teman ini membuat mereka merasa bahwa penggunaan narkoba adalah hal yang biasa, sehingga tanpa berpikir panjang, mereka akhirnya ikut terjerumus. MLT kesini karena dibawa keluarganya. Efikasi diri diukur oleh beberapa indikator didalamnya, yaitu sebagai berikut:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

Tingkat keyakinan seseorang pada potensi dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi berbagai tantangan. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kepercayaan kuat untuk meraih tujuan mereka, meski dihadapkan dengan berbagai hambatan.

“Yang saya rasakan saya belum yakin, saya engga yakin bahwa saya bisa melakukan suatu hal” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT belum memiliki keyakinan penuh terhadap kemampuan pribadi untuk melakukan suatu hal, termasuk

dalam proses pemulihan. MLT masih meragukan apakah dirinya mampu berubah. Pernyataan ini dikuatkan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, dia masih bingung kenapa dia berada di rehabilitasi.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku teman konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT tampak kebingungan dan belum sepenuhnya memahami alasan dirinya berada di tempat rehabilitasi. Kebingungan ini menunjukkan bahwa keyakinannya terhadap diri sendiri masih rendah. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“MLT belum bisa yakin dengan dirinya bisa lepas narkoba” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT masih belum memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya sendiri, khususnya dalam proses pemulihan. MLT merasa bingung dan meragukan apakah dirinya mampu berubah, bahkan mempertanyakan alasan keberadaannya di rehabilitasi.

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

Efikasi diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi tekana. Individu dengan efikasi tinggi umumnya lebih mampu mengendalikan tekanan dan menemukan jalan keluar, dibanding tenggelam dalam masalah.

“Pas dulu saya belum bisa mengatasi stress, kadang juga saya melampiaskannya dengan cara mengamuk atau marah” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT belum mampu mengelola tekanan dan stres dengan baik. MLT menyampaikan bahwa di masa lalu, ketika merasa tertekan, dirinya cenderung melampiaskan emosi dengan marah atau mengamuk. Hal ini dikuatkan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum maksimal, karena MLT jauh ya mas jaraknya dengan keluarganya dia bukan orang jawa tengah tapi dia di rehabilitasi di jawa tengah pasti dia ada tekanan sendiri dia merasa di buang dengan keluarganya dan tekanan itu selalu muncul di dalam pikirannya, padahal keluarga merehabilitasi klien agar si klien bisa sembuh ya mas.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT kemampuan MLT dalam mengatasi stres belum optimal. Menurutnya, MLT merasakan tekanan

tersendiri karena harus menjalani rehabilitasi jauh dari kampung halamannya di Pontianak. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Belum, MLT kalau stress pasti ngamuk mas” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT masih kesulitan dalam mengelola stres dan tekanan. MLT mengakui bahwa di masa lalu, saat menghadapi stres, dirinya cenderung melampiaskannya dengan cara mengamuk atau marah. Hal ini menunjukkan ketidakmampuan MLT dalam mengendalikan emosinya saat tertekan.

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

Seseorang dengan efikasi tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencoba pengalaman baru dengan keyakinan mampu mengatasinya. Mereka tidak terhambat oleh rasa takut untuk gagal dan yakin dapat menguasai keterampilan atau kondisi baru.

“Waktu itu, saya tidak suka tantangan baru.” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT kurang menyukai tantangan baru. MLT belum memiliki keberanian untuk menghadapi pengalaman baru karena merasa tidak siap secara mental. Hal ini dibenarkan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum juga, MLT belum mau berkomunikasi yang ada disini dan MLT disini karena merasa hukuman buat dia” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT sempat menolak mengikuti program kegiatan, karena menganggapnya tidak bermanfaat. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Belum, Waktu itu disuruh ikut program kegiatan direhabilitasi, dia langsung mundur dan bilang nggak ada manfaatnya saya ikutan kaya gitu.” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT cenderung kurang terbuka terhadap tantangan baru. MLT pada awalnya dirinya tidak suka dengan tantangan baru, bahkan merasa tidak siap secara mental untuk menghadapinya. MLT belum memiliki keyakinan yang cukup untuk menghadapi tantangan baru, yang dapat

dilihat dari ketidakinginannya untuk mencoba hal-hal baru dan keterbatasan mental dalam menghadapi perubahan.

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang dalam membuat keputusan yang baik. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung percaya bahwa mereka bisa mengambil keputusan yang tepat dan tidak ragu-ragu ketika dihadapkan pada pilihan sulit.

“Belum ms, saya takut salah langkah lagi, takut jauh sama keluarga” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT masih ragu dalam mengambil keputusan, terutama karena takut salah langkah dan kehilangan dukungan keluarga. Bapak Alfons menguatkan hal tersebut melalui wawancara bahwa:

“Belum, dia selalu butuh orang lain buat mutusin sesuatu.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT bergantung pada orang lain dalam menentukan pilihan Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Belum mas, dia aja kalau ada kegiatan disini, dia malahan nanyain kesaya ikut apa engga, kalau saya ikut dia ikut.” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT masih menunjukkan ketidakpastian dalam mengambil keputusan. MLT merasa takut untuk mengambil langkah yang salah, terutama karena khawatir akan kehilangan dukungan dari keluarganya

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

Efikasi diri mendorong motivasi seseorang untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuan dan pengetahuannya, meskipun ada tantangan

“Waktu itu saya bingung ms saya disini mau ngapain”. (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT mengaku bingung dengan apa yang harus dilakukan. MLT merasa tidak memiliki arah atau motivasi untuk berkembang karena masih terbebani oleh perasaan bahwa MLT "dibuang" oleh

keluarganya. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, karena MLT masih merasa dibuang sama keluarganya dan dia tidak ingin keluar dari zona nyamannya.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT cenderung bertahan dalam zona nyamannya dan enggan membuka diri untuk berkembang. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Engga tau mas MLT selalu ngikutin saya pas awal awal dia masuk sini.” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT mengalami kesulitan dalam menemukan motivasi untuk berkembang. MLT mengungkapkan kebingungannya mengenai tujuan dan arah selama menjalani rehabilitasi, yang mencerminkan kurangnya keinginan untuk belajar dan tumbuh. Perasaan MLT yang merasa "dibuang" oleh keluarganya turut memperburuk situasi, membuatnya enggan keluar dari zona nyaman.

f. Kegigihan (*Persistence*)

Kegigihan mengukur sejauh mana seseorang tetap termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas yang menantang dan tidak mudah menyerah.

“Saya gampang bosan ms, mau ngapain aja ngga tau ms tapi kalo ada yang ditargetkan pasti bisa gigih” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT mudah merasa bosan dan kurang semangat ketika tidak memiliki tujuan yang jelas. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum MLT masih merasa dia tidak akan ada masa depannya lagi buat dia” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT masih menunjukkan sikap pesimis terhadap masa depannya. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Belum kayaknya sih ms, mandi aja sehari cuma sekali dia.” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT masih menunjukkan kurangnya kegigihan dalam menghadapi tantangan. MLT mengungkapkan bahwa ia mudah merasa bosan dan kurang memiliki semangat apabila tidak ada target atau tujuan yang jelas.

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih baik dalam mengendalikan emosi mereka, terutama dalam situasi stres atau konflik. Mereka dapat mempertahankan kontrol emosional dan mengambil langkah-langkah positif untuk menyelesaikan masalah.

“Bisa ms, saya bisa menghandel feeling dan bisa mengontrol emosi dimana saya harus tertawa dan dimana waktu saya marah” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT mampu mengendalikan perasaan dan emosi, dan mengetahui kapan harus tertawa maupun kapan harus marah. Namun berbeda dengan yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, dia itu sering marah marah dan teriak teriak” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT sering menunjukkan ledakan emosi, seperti marah-marah dan berteriak ketika sedang emosi. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Belum kalau dia keinget sama keluarganya dan engga bisa ketemu dia akan teriak mas” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, bahwa MLT mengaku memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi, kenyataannya MLT masih mengalami kesulitan dalam mengelola perasaan, terutama saat menghadapi situasi yang emosional. MLT menyatakan dapat mengatur kapan harus tertawa dan marah, namun kenyataannya, MLT sering menunjukkan ledakan emosi seperti marah atau berteriak, terutama ketika teringat keluarganya atau dalam situasi yang memicu stres.

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa MLT masih menghadapi berbagai kesulitan terkait efikasi diri. MLT belum sepenuhnya percaya pada

kemampuannya, terutama dalam pemulihan, dan merasa bingung dengan tujuannya di rehabilitasi. MLT juga kesulitan mengelola stres dan emosi, sering melampiaskannya dengan marah. Selain itu, MLT kurang terbuka terhadap tantangan baru dan merasa tidak siap secara mental. Dalam pengambilan keputusan, MLT masih bergantung pada orang lain dan takut mengambil langkah yang salah. MLT juga merasa terperangkap dalam zona nyaman dan kesulitan menemukan motivasi untuk berkembang. Kegigihan MLT pun masih rendah karena mudah bosan tanpa tujuan yang jelas. Meskipun mengaku bisa mengontrol emosi, MLT sering menunjukkan ledakan emosi, terutama terkait keluarganya.

d. Klien RS

Klien RS berusia 28 Tahun asal Pati, mulai menggunakan narkoba sejak tahun 2008. Keputusan tersebut awalnya dikarenakan oleh pengaruh teman-temannya yang sudah lebih dahulu menggunakan narkoba. Efikasi diri diukur oleh beberapa indikator didalamnya yaitu sebagai berikut:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

Tingkat keyakinan seseorang pada potensi dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi berbagai tantangan. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kepercayaan kuat untuk meraih tujuan mereka, meski dihadapkan dengan berbagai hambatan.

“Saya sering merasa tidak percaya diri dalam banyak hal, Saya selalu merasa tidak cukup baik dan takut gagal.” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS mengaku sering kali merasa tidak percaya diri dalam menjalani berbagai hal. Pernyataan tersebut dibenarkan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum mas RS masih belum yakin dengan dirinya apa dia bisa sembuh.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS masih meragukan kemampuannya sendiri, termasuk dalam proses pemulihannya dari ketergantungan narkoba. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum, dia pernah bercerita ke saya dia mimpi pake narkoba dan setelah dia bangun, dia mencari narkobanya tapi engga ada dan seketika dia

sakau dan ngamuk-ngamuk” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

Efikasi diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi tekana. Individu dengan efikasi tinggi umumnya lebih mampu mengendalikan tekanan dan menemukan jalan keluar, dibanding tenggelam dalam masalah.

“Belum kalau ada masalah, saya cenderung lari dari situasi itu daripada menghadapinya” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS cenderung menghindari ketika menghadapi masalah. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Klien RS belum bisa mengatasi stressnya mas meskipun contohnya dia mengingat kejadian dimasa lalunya dia langsung takut” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS belum mampu mengelola stres dengan baik, terutama ketika memikirkan pengalaman masa lalunya, yang sering membuatnya merasa takut dan cemas. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum bisa menghadapinya mas.” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

Seseorang dengan efikasi tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencoba pengalaman baru dengan keyakinan mampu mengatasinya. Mereka tidak terhambat oleh rasa takut untuk gagal dan yakin dapat menguasai keterampilan atau kondisi baru.

“Malas ms buat apa menghadapi tantangan baru” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS tidak memiliki semangat untuk menghadapi tantangan baru dan merasa enggan melibatkan diri dalam sesuatu yang dianggap tidak penting. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Tentunya belum bisa menerapkan, contohnya klien “RS” itu tidak bisa melupakan kehidupannya yang dulu masih mengingat kehidupan waktu dia masih memakai atau menggunakan zat sehingga dia masih ingin

menggunakan narkoba.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS belum mampu melepaskan diri dari gaya hidup lamanya yang berkaitan dengan penggunaan narkoba, sehingga enggan membuka diri terhadap hal baru. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum bisa mas, contohnya yaa disini mas dia belum bisa mengikuti kegiatan disini dia merasa disini ribet banyak aturan” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang dalam membuat keputusan yang baik. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung percaya bahwa mereka bisa mengambil keputusan yang tepat dan tidak ragu-ragu ketika dihadapkan pada pilihan sulit.

“Saya bingung ms hal hal kecil aja saya mengikuti temen-temen contohnya ada kegiatan disini saya pasti nanya ketemen ikut apa engga? kalau temen saya ikut yaa saya ikut” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS sering merasa bingung dalam mengambil keputusan, bahkan untuk hal kecil sekalipun. Bapak Alfons membenarkan hal ini melalui wawancara bahwa:

“Belum ms, kita sudah memberitahukan panjang lebar sih, Cuma permasalahannyakan keputusan itukan dari individu masing-masing. Tetapi kita percaya dengan berjalannya waktu dia akan memikirkan kedepannya akan seperti apa dan bisa memutuskan hal yang baik” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS memang masih kesulitan dalam membuat keputusan secara mandiri. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“RS masih bingung hal apa yang harus dia lakukan disini” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

Efikasi diri mendorong motivasi seseorang untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuan dan pengetahuannya, meskipun ada tantangan

“Belum buat apa belajar masa depanku aja udah ngga ada”
(wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS tidak memiliki motivasi untuk belajar, karena merasa masa depannya sudah hancur. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, dia masih terbawa dengan hal- hal yang buruk jadi dia merasa buat apa belajar” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS masih terlalu larut dalam pikiran negatif dan pengalaman buruk di masa lalu, sehingga belum muncul dorongan untuk memperbaiki diri. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum mas pas RS baru masuk, dia pernah bilang, “Gue udah nggak ada harapan, buat apa belajar?.” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

f. Kegigihan (*Persistence*)

Kegigihan mengukur sejauh mana seseorang tetap termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas yang menantang dan tidak mudah menyerah.

“Belum” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS secara singkat menjawab bahwa dirinya belum memiliki semangat juang. Hal ini dibenarkan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, RS masih menghiraukan ucapan dari konselor dan masih melanggar aturan tata tertib disini ms.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS sering kali mengabaikan nasihat konselor dan masih kerap melanggar tata tertib di tempat rehabilitasi. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

Belumm mas.” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih baik dalam mengendalikan emosi mereka, terutama dalam situasi stres atau konflik. Mereka dapat mempertahankan kontrol emosional dan mengambil langkah-langkah positif untuk menyelesaikan masalah

“Waktu dulu saya hobinya cuma marah-marah bener deh ms”(wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS mudah marah dan sering meluapkan emosinya dengan cara yang tidak sehat. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, RS belum bisa menjaga ucapannya sering kali yang keluar kata kata yang tidak boleh jika RS marah.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa RS sering mengeluarkan kata-kata kasar dan kurang bisa menahan emosinya dalam situasi tertentu. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum mas, RS sering marah-marah, RS sering teriak teriak” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa efikasi diri RS dalam hal keyakinan terhadap kemampuan diri, RS merasa tidak percaya diri, takut gagal, dan ragu akan kemampuannya untuk sembuh dari ketergantungan narkoba. RS belum yakin dengan dirinya sendiri dan masih sering merasa tidak cukup baik. Saat menghadapi tekanan atau stres, RS cenderung menghindar daripada menyelesaikan masalah. RS juga belum mampu mengelola emosi, terutama saat mengingat masa lalu, yang sering memicu rasa takut dan cemas.

RS juga belum siap menghadapi tantangan baru. RS terlihat malas dan tidak tertarik mencoba hal-hal baru karena masih terjebak dalam kebiasaan lama dan kenangan masa lalu. Dalam pengambilan keputusan, RS cenderung bingung dan bergantung pada pendapat teman. Bahkan untuk hal kecil, RS masih ragu dan menunggu keputusan orang lain. Motivasi RS untuk belajar dan berkembang juga masih sangat rendah. RS merasa masa depannya tidak ada harapan, sehingga tidak melihat pentingnya belajar atau memperbaiki diri. Hal ini menunjukkan bahwa RS masih terjebak dalam pikiran negatif. Dari segi kegigihan, RS belum menunjukkan usaha yang konsisten. RS masih sering melanggar aturan dan tidak mematuhi arahan dari konselor, yang menunjukkan kurangnya semangat untuk berubah.

Pengendalian emosi, RS masih sering marah-marah dan meluapkan emosinya secara berlebihan. RS belum mampu mengendalikan diri saat emosi muncul, terutama dalam situasi yang membuatnya tertekan. Secara keseluruhan, RS masih membutuhkan dukungan, pendampingan, dan pendekatan psikologis

yang tepat untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan mengelola stres, emosi, serta membangun kembali motivasi dan semangat hidupnya.

e. Klien KD

Klien KD berusia 30 Tahun asal Semarang, KD mengungkapkan bahwa dia tidak menggunakan narkoba, melainkan hanya mengonsumsi obat-obatan. KD mengungkapkan alasannya, yaitu karena obat-obatan tersebut memberikan efek menenangkan. Efikasi diri diukur oleh beberapa indikator di dalamnya yaitu sebagai berikut:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

Tingkat keyakinan seseorang pada potensi dirinya dalam menyelesaikan berbagai tugas dan menghadapi berbagai tantangan. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki kepercayaan kuat untuk meraih tujuan mereka, meski dihadapkan dengan berbagai hambatan.

“Belum” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD belum sepenuhnya yakin pada kemampuannya sendiri. Sedangkan perbedaan pendapat menurut Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Dia sudah menerapkan keyakinan pada dirinya bahwa dia bisa sembuh” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD mulai menunjukkan keyakinan bahwa ia mampu pulih dan sembuh dari kondisinya. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“KD sudah yakin dengan dirinya mas dia juga yakin sama Allah bahwa Allah bisa membantunya dikala dia sulit” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

Efikasi diri mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatasi situasi tekana. Individu dengan efikasi tinggi umumnya lebih mampu mengendalikan tekanan dan menemukan jalan keluar, dibanding tenggelam dalam masalah.

“Belum ms, stress banget karena pas itu saya belum bisa mengatasi tekan yaa gimana ya ms yang bawa saya kesini yaa keluarga saya sendiri” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD engaku masih kesulitan dalam menghadapi tekanan, terutama karena merasa kecewa pada keluarganya yang membawanya ke tempat rehabilitasi. KD merasa sangat stres dan belum bisa menerima sepenuhnya kondisinya. Hal ini dibenarkan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Belum mas, kalau stress dia sering teriak-teriak” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD kerap meluapkan stres dengan cara berteriak, terutama saat emosi memuncak. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Belum, dulu dia kalo malam malam sering teriak teriak” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

Seseorang dengan efikasi tinggi cenderung lebih terbuka untuk mencoba pengalaman baru dengan keyakinan mampu mengatasinya. Mereka tidak terhambat oleh rasa takut untuk gagal dan yakin dapat menguasai keterampilan atau kondisi baru.

“Tantangan sih biasa biasa aja ms karena sebenarnya saya tidak ada masalah” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD tidak merasa memiliki tantangan yang berarti, karena KD merasa tidak sedang bermasalah. Hal ini berbeda dengan yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Waktu dia pertama disini dia masih engga mau ketemu sama orang dia belum bisa menerima kenapa dia ada disini.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD sempat mengalami kesulitan saat awal masuk rehabilitasi. KD menutup diri dan belum menerima kenyataan bahwa dirinya berada di tempat tersebut. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Tantangan baru yah mas, dia dia dulu pendiam mas mungkin karena belum kenal.” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang dalam membuat keputusan yang baik. Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung percaya

bahwa mereka bisa mengambil keputusan yang tepat dan tidak ragu-ragu ketika dihadapkan pada pilihan sulit.

“Belum pas itu saya masih syok karena saya engga bermasalah, engga pake narkoba juga kenapa saya dibawa tempat rehabilitasi apalagi yang bawa keluarga berasa dibuang saya” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD merasa syok dan bingung ketika pertama kali ditempatkan di rehabilitasi. Hal ini serupa yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Belum KD masih bingung.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD masih kebingungan dan belum mampu membuat keputusan secara mandiri. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Dulu mungkin belum mas” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

Efikasi diri mendorong motivasi seseorang untuk terus belajar dan berkembang. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuan dan pengetahuannya, meskipun ada tantangan

“Dulu ya ms meski saya ini sedang kuliah tapi selama saya masuk disini saya engga pernah belajar buat apa belajar” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD meskipun sebelumnya KD tengah menjalani kuliah, sejak masuk ke tempat rehabilitasi KD kehilangan motivasi untuk belajar.hal ini serupa yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Belum, KD masih putus asa dia masih merasa keluarganya membuang dia.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD masih terjebak dalam rasa putus asa, khususnya karena merasa dikhianati oleh keluarganya Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Engga tau mas” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

f. Kegigihan (*Persistence*)

Kegigihan mengukur sejauh mana seseorang tetap termotivasi untuk terus berusaha meskipun menghadapi kesulitan atau kegagalan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dalam menyelesaikan tugas yang menantang dan tidak mudah menyerah.

“Sudah ms saya sering bangun pagi yaa meski tidur lagi” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD enunjukkan sedikit usaha, meski belum konsisten. Serupa yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Kayaknya semua klien sama sih mas mengenai kegigihan pasti klien pas datang kesini pasti belum bisa atau tidak ingin mengikuti program disini jadi jawabannya belum” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa semua klien termasuk KD masih belum menunjukkan kegigihan yang nyata di awal masa rehabilitasi. Mereka cenderung pasif dan belum sepenuhnya beradaptasi dengan program. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Belum, disini juga ada peraturan yaa mas contoh hal kecilnya dia masih seenaknya disini” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

Individu dengan efikasi diri tinggi cenderung lebih baik dalam mengendalikan emosi mereka, terutama dalam situasi stres atau konflik. Mereka dapat mempertahankan kontrol emosional dan mengambil langkah-langkah positif untuk menyelesaikan masalah

“Mengelola emosi agak susah sih ms karena emosi itu naik turun, itu agak susah yaa itu kadang kita emosinya lagi turun yaa di jalanin aja, kalau dinaikin juga engga bisa” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD mengendalikan emosi adalah hal yang sulit baginya Serupa yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Sebelumnya dia itu suka marah-marah, suka ngamuk-ngamuk, suka nangis sambil teriak-teriak” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD sebelumnya sering meluapkan emosinya dengan marah-marah, berteriak, bahkan menangis. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“*Tergantung moodnya mas.*” (wawancara dengan RS selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa efikasi diri KD dari segi keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, KD masih belum sepenuhnya percaya pada kemampuan dirinya sendiri. Hal ini terlihat dari sikap ragu dan kurang yakin ketika menghadapi tantangan maupun membuat keputusan penting. Selain itu, KD juga menunjukkan kesulitan dalam mengelola tekanan dan stres, terutama karena faktor keluarga yang menjadi pemicu emosionalnya. Dalam hal menerima tantangan baru, KD terlihat belum siap secara mental. KD cenderung menghindari interaksi dan belum sepenuhnya menerima keadaan. Kemampuan dalam mengambil keputusan juga masih lemah karena KD masih diliputi rasa bingung dan penolakan terhadap situasi yang KD alami.

Kondisi ini juga berdampak pada motivasinya untuk belajar dan berkembang. Sebelumnya KD aktif sebagai mahasiswa, namun kini kehilangan semangat untuk belajar selama menjalani masa rehabilitasi. Dari segi kegigihan, KD belum menunjukkan konsistensi dalam menjalani rutinitas atau mengikuti program rehabilitasi dengan sungguh-sungguh. KD terlihat pasif dan belum disiplin dalam menjalani aturan yang ada. Selain itu, kemampuan mengelola emosi juga menjadi tantangan tersendiri. KD masih mudah terpancing emosi dan belum bisa mengontrol perasaannya dengan baik.

2. **Kondisi klien setelah mengikuti konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing***

a. Klien DP

Setelah mengikuti konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI) kini DP mengungkapkan perubahan pada dirinya berikut beberapa perubahan yang terjadi pada dirinya yaitu:

1) Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

“*Setelah mendapatkan sesi konseling ini saya lebih mulai percaya pada kemampuan diri sendiri contohnya saya sudah bisa mengontrol emosi saya dengan tenang*” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan DP menyampaikan bahwa setelah menjalani konseling dengan teknik MI, DP mulai memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya sendiri, hal ini dibenarkan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Dia sedang berusaha iya emang dia kadang-kadang dia cari cara untuk dia bisa dalam hal apapun jadi klien DP sedang berusaha” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, dapat dilihat DP sedang berusaha untuk percaya sama kemampuan dirinya. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya:

“Saya melihat DP menjadi lebih percaya diri. Contohnya, dulu dia sering ragu untuk berbicara di depan banyak orang, tetapi sekarang dia berani untuk memotivasi saya dan temen-temen yang lain” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

2) Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

“Ada banyak hal sih mas yang saya lakukan sih kalau waktu saya jenuh, waktu saya bosan, waktu saya ngerasa kayaknya banyak kali kan saya merasa waktu direhab saya gak perlu rehab keluar sekarang juga udah bisa sih. Tapi ternyata belum bisa keluar kan gitu kan. Salah satunya mungkin saya mendekatkan diri kepada Allah berdoa. Kedua mungkin saya akan cari teman atau cari konselor atau staff untuk ngobrol untuk sharing.” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP punya cara baru untuk menenangkan diri saat stres, seperti berdoa, mencari teman bicara, atau berjalan-jalan. Pernyataan ini diperkuat oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Sedikit ada, kalau dia sedang stress mungkin dia mengajak ngobrol konselornya begitu atau mungkin dia bisa menenangkan diri dengan pergi keluar ditaman jalan jalan jadi tidak mengamuk” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Dari wawancara tersebut, dapat dilihat DP sudah lebih mampu mengelola stres. Saat tertekan, DP tidak lagi mudah meledak, melainkan memilih untuk berbicara atau menenangkan diri. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sekarang DP kalau dia lagi stress dia lebih terbuka, cerita kesaya ataupun ke konselor untuk menenangkan dirinya dan kadang ya jalan jalan ditaman” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

3) Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

“Sudah sih ms, Contohnya saya mungkin udah ada planning sih ketika saya keluar supaya tidak jatuh lagi dalam narkoba saya harus bagaimana. Mungkin saya kan belum diterima di keluarga saya untuk saat ini. Saya akan pergi ke saya akan pergi ke satu tempat dan saya akan bekerja. Seperti itu. Saya akan lebih produktif lah. Untuk menghadapi orang-orang sekitar saya juga saya tidak akan menunjukkan saya sebagai pecandu narkoba mas. Seperti itu aja sih.”(wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025)

Dari pernyataan ini menunjukkan bahwa DP sudah membuat rencana matang untuk masa depannya, termasuk mencari pekerjaan dan menjauhi lingkungan lama. DP sadar bahwa proses pemulihan adalah perjuangan yang berkelanjutan. Pernyataan ini ditegaskan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Kalau dibilang sudah tapi belum full lah, tapiikan sedang berusaha kearah sana, contohnya dia sudah menyusun rencana nanti setelah dari sini dia mau ngapain dia sudah mengambil langkah-langkah” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP sudah mulai merencanakan langkah ke depan, meski masih dalam proses pembentukan. Niat dan arah sudah ada, tinggal konsistensi yang perlu dijaga. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah ms, misalnya ketika ada temen yang sedang stress dan DP menenangkannya terus memberikan motivasi dan yang saya ingat waktu itu DP bilang ayo berjuang bersama sembuh bersama kita pasti bisa” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

4) Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

“Untuk kemampuan mengambil keputusan ya mas. Saya akan lebih apa ya thinking feeling action sih mas. Saya itu dapat teknik itu di rehab TC ya. Saya juga mengajarkan itu. Thinking udah berpikir, berpikir dulu, feeling kita tahu dulu feeling kita apa gitu marah sedih, baru kita action gitu.”(wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP mulai menerapkan pola *thinking-feeling-action* sebelum bertindak. DP belajar untuk tidak impulsif dan lebih memahami emosinya sebelum mengambil keputusan. Hal ini berlawanan dengan pernyataan dari Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Ini dia belum bisa mengambil keputusan untuk dirinya sendiri, makanya saya bilang tadi dia masih berusaha dia masih merumuskan

dia mau berbuat apa tapi masih belum bisa memutuskan” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP masih mencari bentuk dalam mengambil keputusan. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Mengambil keputusan ya ms, DP itu sekarang selalu berpikir sebelum bertindak contohnya dia sedang marah sama saya, dia diam dulu untuk berpikir habis itu dia langsung baikan sama saya dan kayak biasa” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

5) Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

“Konseling MI membuat saya sadar bahwa saya masih bisa berkembang. Sekarang saya lebih termotivasi untuk belajar hal-hal baru. Saya mulai membaca semua buku-buku yang ada disini buat ngisi waktu jenuh aja ms.” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP lebih semangat belajar. DP membaca buku untuk mengisi waktu, dan merasa punya keinginan kuat untuk terus berkembang Serupa yang disampaikan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Sudah, disini dia sudah bisa mengarahin temen-temenya, memotivasi temen-temenya dia sudah bisa mengasih ketemen-temennya disini kita mau apa sih, kita harus berubah kita harus berusaha paling tidak untuk diri sendiri” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP mulai memotivasi teman-temannya. DP menjadi penggerak kecil di lingkungannya untuk mendorong perubahan dan semangat belajar bersama Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Seperti yang saya katakan ya ms, DP sering memotivasi ke saya ataupun temen temen yang lain ketika ada yang salah sama temen-temen yang lain langsung ditegur dan dikasih motivasi” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

6) Kegigihan (*Persistence*)

“Kegigihan saya misalnya waktu saya itu pengen keluar pengen pakai kadang kalau kita mau pakai dalam mimpi aja sering kali mimpi kita pakai gitu mas. Dan begitu bangun rasa pengen pakai itu besar sekali. Tapi kegigihan saya saya mengalihkan itu gitu saya tanamkan pada diri

saya kalau saya tidak boleh pakai lagi saya tidak boleh pakai lagi. Jangan sampai gue ketemu sama orang-orang di luar nanti yang pemakai juga dan buat gue jatuh lagi.”(wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP sudah menanamkan niat kuat untuk tidak menyerah, pernyataan ini diperjelas oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Dikatakan sudah juga belum, lagi proseslah intinya ms, contoh hal kecilnya dia engga mudah menyerah pasti berusaha kembali” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP tidak mudah menyerah dan selalu mencoba kembali jika jatuh. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“Dulu DP sering menyerah jika menghadapi kesulitan. Namun, sekarang DP lebih gigih dalam menyelesaikan sesuatu contohnya disini ada kegiatan pelatihan meskipun DP gagal pasti dia akan terus mencobanya” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

7) Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

“Sudah sih mas. Kemampuan mengelola emosi sebenarnya sudah. Ya banyak kali ya saya dapat pelajaran kemampuan mengelola emosi gitu mas. yang pertama saya mungkin kalau tidak tahan atau saya sudah tidak bisa mengontrol emosi saya atau emosi saya sudah mau meledak mungkin saya akan pergi dari tempat itu dari situasi itu saya akan pergi. Atau saya akan melaporkan kepada staff atau konselor supaya ditengahi gitu supaya emosi saya tidak meledak. Kedua, mungkin saya akan diam dan merenung dulu, berpikir dulu. Dan biasanya saya berpikir saya di sini dengan tujuan saya mau sembuh gitu secara emosi dan jiwa saya kan jadi saya akan merendah entah bagaimana caranya saya akan merendah sih. Seperti itu mas” (wawancara dengan DP selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP udah lebih bisa mengontrol emosinya. DP memilih menjauh dari konflik atau meminta bantuan ketika emosi sulit dikendalikan. Senada yang disampaikan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Dia sedang berusaha mengelola emosi tapi kalo buat mampu sepenuhnya sih belum” (wawancara dengan Ibu Ester selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa DP Belum sempurna, tapi sudah menuju ke arah yang lebih baik. Sejalan yang disampaikan oleh klien H selaku teman sekamarnya yaitu:

“DP sekarang lebih tenang dalam menghadapi situasi emosional. Sebelumnya, jika ada masalah kecil, DP mudah marah atau tersinggung. Namun, sekarang DP lebih bisa menahan diri” (wawancara dengan H selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dari berbagai narasumber, menyatakan bahwa konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing* memberikan pengaruh yang nyata terhadap perkembangan pribadi DP. Pendekatan ini tidak hanya mendorong perubahan perilaku, tetapi juga membantu DP membangun pola pikir yang lebih sehat dan konstruktif. Meski proses pemulihan masih terus berlangsung, DP menunjukkan peningkatan dalam hal kepercayaan diri, pengendalian emosi, serta semangat untuk terus berproses menjadi pribadi yang lebih mandiri dan bertanggung jawab. Hal ini mencerminkan keberhasilan konseling dalam membangkitkan motivasi internal dan membentuk sikap yang lebih adaptif dalam menghadapi kehidupan.

2. Klien HSS

Setelah menjalani sesi konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing* (MI), HSS kini merasakan adanya perubahan dalam dirinya. Berikut adalah beberapa perubahan yang HSS alami:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

“Kalau keyakinan diri dalam soal narkoba makai apa enggak itu saya udah enggak selesai udah enggak gitu itu saya udah jauh banget gitu sudah yang dalam banyak masalah dulu ya udah berlalu gitu dari tinggalin buang jauh jauh” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS ulai menunjukkan tanda-tanda bahwa HSS percaya pada kemampuannya untuk menjauh dari narkoba. Senada yang disampaikan oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Sedikit sih, dikarenakan proses pemulihan itu tidak bisa dipaksakan mas paling tidak dia sudah bisa melakukan sedikit aja udah baik” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa perkembangan ini masih dalam tahap awal. Bapak Halim menekankan bahwa proses pemulihan memang tidak bisa dipaksakan, dan kemajuan sekecil apa pun tetap patut diapresiasi. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“HSS sedang berusaha untuk yakin dengan diri sendiri dari dengan hal kecil seperti mengikuti kegiatan disini.” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

“Kalau stres sih ya kadang kadang ya ya suka lupa lupa diri sering sih cuma kalau stres masalah keluarga sih ya kadang kadang kangen sama keluarga. Terus terus kalau misalnya masalah ya tinggal biasanya kalau ya kalau soal makanan ekonomi apa sih udah biasa gitu kalau di sini ya betah aja gitu.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS masih sering merasa stres, terutama jika menyangkut kerinduan pada keluarga, pernyataan tersebut berbeda dengan yang disampaikan oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Dia orangnya tertutup sih mas jadi ada masalah dan ngga ada masalah iya sifatnya seperti itu tapi paling tidak kita sudah memberi tahu untuk caranya bagaimana untuk bisa memberikan solusi semisal kita sedang dihadapkan situasi yang tidak enak” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS cenderung tertutup. HSS tidak selalu menunjukkan perasaannya secara langsung, sehingga sulit terlihat apakah HSS sedang mengalami tekanan atau tidak. Meski begitu, konselor sudah berupaya memberikan arahan bagaimana menghadapi situasi sulit, terutama saat emosi memuncak atau pikiran terasa berat. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah ms, sebelumnya dia kalo ada masalah pasti dia diam dan rautmukanya cemberut terus, sekarang HSS kalo ada tekanan pasti langsung cerita kesaya tapi ya dia pengen ceritanya engga disebarkan keyang lain” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

“Kalau saya justru malah senang di rehabilitasi gitu lebih zonanya lebih aman di rehabilitasi gitu. Kalau misalnya kalau di sini ya udah persiapan persiapan gitu takutnya saya godaan-godaannya banyak”

takutnya balik kembali lagi gitu. Kalau di sini kan lebih bebas lebih kekeluargaan lebih kekerabatannya lebih tinggi gitu” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS sudah mulai menyadari tantangan yang ada di luar, kepercayaannya untuk menghadapinya masih belum sepenuhnya kuat. Pernyataan ini diperkuat oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Sudah, dia setelah keluar ditempat ini dia mau membangun suatu usaha jadi dia tidak tergabung dengan komunitas yang lama” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS secara mental HSS sudah mulai merancang masa depan yang lebih positif dan mandiri. Berbeda yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“HSS ya ms kalo sudah nyaman dengan suatu hal pasti dia akan terus dengan yang nyaman contohnya dia pas awal masuk dia masih ingin pulang dan sekarang dia malahan ngga mau pulang atau keluar karena sudah nyaman dengan tempat rehabilitasi” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

“Mengambil Keputusan untuk sekarang ada orang yang menawarkan narkoba saya akan engga udah kapok sih mas. Dulu dari dulu udah pernah pernah ditipu cuma dapat sisa ini doang sabunya enggak utuh makanya saya kapok duitnya udah keluar banyak kan banyak.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS mulai bisa membuat keputusan berdasarkan pengalaman dan pertimbangan pribadi, bukan lagi dorongan sesaat. Pernyataan yang berbeda dari Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Sedikit, dia tipikal orang yang lebih kezona nyaman dengan nyaman kehidupan yang seperti itu ya sudah tapi kita sudah memberitahukan kamu harus berani keluar dari zona nyaman supaya kamu cita-citakan apa yang akan menjadi masa depan kamu bisa terwujud dan tercapai” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS masih cenderung nyaman berada di zona amannya. Ia belum sepenuhnya berani mengambil keputusan besar yang menantang dirinya untuk keluar dari kebiasaan lama atau

menghadapi situasi baru Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah ms misalnya waktu malam HSS sudah memplaning besok dia mau ngapain aja sudah memplaningnya” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

“Belajar sih ya lagi lagi terus terpacu gitu soalnya kita terus terpacu gitu untuk berkembang ya seluas itu ya kita lagi menitih gitu.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS memiliki kesadaran diri yang tinggi akan pentingnya perkembangan pribadi sebagai bagian dari proses pemulihan. Pernyataan tersebut memiliki dukungan dari Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Sudah, basicnya dia itu suka musik salah satunya keyboard disinikan ada, kita memfasilitasi alat musik keyboard disitu dia mulai mengembangkan skilnya lagi itu sih mas.” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS menunjukkan semangat dalam mengasah kembali minat dan bakat yang sempat terabaikan, salah satunya di bidang musik. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah ms dia sedang belajar menjadi lebih baik, contohnya yaitu dia sudah memplaning setiap harinya setelah kegiatan mau ngapain” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

f. Kegigihan (*Persistence*)

“Ya kalau habit-nya udah terbiasa bangun pagi ya bangun pagi. Soalnya di sini peraturannya kan ada cupin ada gastro ada apa saya ikutin aja ya seneng aja gitu. Kalau di rumah kan malas gitu apa-apaan dikit dikit pembantu apa apa dikit dikit pembantu.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS memiliki kegigihan yang cukup kuat dalam menjalani rutinitas dan perubahan gaya hidup di lingkungan rehabilitasi. Pernyataan ini dikuatkan oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Sudah kok ms dia sudah menemui jati dirinya sebagai laki-laki dan karena kegigihan dia, dia berusaha menjadi lebih strong”
(wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS mulai menemukan jati dirinya dan menunjukkan keteguhan hati untuk menjadi pribadi yang lebih kuat. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Udah ms, dia sering bangun pagi dan sering olahraga ditaman”
(wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

“Kontrol emosi ya tantangan ya sabar aja ya. Ya banyak banyak doa aja. Emosi saya kadang kadang belum labil apa kita yang diam diri aja gitu. Jangan terlalu dipaksa banget nanti malah tambah naikin emosi.” (wawancara dengan HSS selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa HSS menyadari pentingnya tidak memaksakan diri agar emosi tidak semakin memuncak, yang menunjukkan adanya kesadaran diri dalam proses pengendalian emosi. Pernyataan ini diperkuat oleh Bapak Halim melalui wawancara bahwa:

“Mengelola emosi bisa ya meskipun hanya sedikit tetapi tadi apa yang saya bilang diawal dia lebih banyak diam, tidak memberontak dan lain sebagainya jika dia ditegur dia dikasih masukan dia lebih banyak diam” (wawancara dengan Bapak Halim selaku konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa meskipun HSS adalah pribadi yang tertutup, HSS cenderung tenang dan tidak memberontak ketika diberi teguran atau masukan. Sejalan yang disampaikan oleh klien A selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah ms dia lebih tenang mengontrol emosinya dengan cara diam dulu dikamar habis itu biasa lagi.” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Secara keseluruhan, proses konseling dengan pendekatan *Motivational Interviewing* telah berhasil membantu HSS mengenali permasalahan yang dihadapi, serta menumbuhkan dorongan dari dalam dirinya untuk berubah. Pendekatan ini turut memberikan ruang bagi HSS untuk merefleksikan pilihan hidupnya dan mengambil langkah awal menuju pemulihan. Walaupun perubahan yang terjadi belum sepenuhnya stabil dan masih memerlukan pendampingan

lanjutan, kemajuan yang ditunjukkan menjadi indikator positif bahwa HSS sedang bergerak ke arah kehidupan yang lebih sehat, mandiri, dan bermakna..

3. Klien MLT

MLT juga menyadari berbagai perkembangan dalam dirinya setelah mengikuti konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI). Berikut adalah beberapa perubahan yang MLT alami:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

“Kalau secara keyakinan ada itu mengandalkan Allah tapi kalo secara diri sendiri pada saat ada masalah saya yakin saya bisa menyelesaikan permasalahan tersebut” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT menunjukkan tingkat keyakinan diri yang cukup kuat. MLT merasa mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan bersandar pada keyakinan spiritual sebagai pendukung utama. Pernyataan ini didukung oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Dengan berjalannya waktu dia mulai belajar dan mulai bisa melakukan hal tersebut contohnya dia lebih percaya diri untuk melakukan kegiatan ditempat ini dan dia yakin dia bisa” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku teman konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT mulai menunjukkan peningkatan kepercayaan diri. MLT sudah berani mengambil bagian dalam berbagai aktivitas di tempat rehabilitasi dan tampak lebih yakin dengan kemampuannya sendiri. Pernyataan ini diperkuat oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Waktu itu MLT cerita kesaya bahwa dia yakin pada dirinya sendiri setiap ada masalah dia selalu berusaha untuk bisa menyelesaikannya” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

“Pernah saya menghadapi klien lain yang disini dan klien itu tidak mau berubah secara tingkahlaku, secara ucapan dia itu masih tidak mau menerima bahwa dia salah karena menggunakan narkoba, melihat kesehariannya saya menjadi stress dan menghadapi stres dengan cara menyendiri, Sama selama ini sama meminta ketuhan misalnya badan saya sakit atau stress saya meminta tuhan bebaskan

untuk menghilangkan rasa sakit itu” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT memilih untuk menyendiri dan mendekati diri kepada Tuhan sebagai bentuk pelampiasan emosional dan sarana menenangkan diri. Strategi ini menjadi bentuk adaptasi yang cukup positif, meskipun belum sepenuhnya ideal. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah, karena diakan dengan keluarga jauh jaraknya dia bukan orang Jawa Tengah tetapi sejalan waktu dan kita sering melakukan konseling individu akhirnya dia mengerti bahwa kalau dia sudah selesai dia akan ketemu dengan keluarganya” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Meskipun MLT sempat mengalami tekanan emosional akibat kerinduan terhadap keluarga yang tinggal jauh, MLT perlahan mampu mengelola perasaannya melalui sesi konseling individu. Pemahaman bahwa suatu saat MLT akan kembali berkumpul dengan keluarganya menjadi motivasi tersendiri bagi MLT. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah mampu mengatasi tekanan seperti yang saya katakan tadi (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

“Sudah, contohnya tantangan apa aja yang dihadapi saya sudah lebih percaya diri karena bersama Allah, karena dengan iman yang kuat saya sudah lebih percaya diri.” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT menunjukkan keyakinan yang kuat dalam menghadapi berbagai tantangan hidup setelah menjalani program rehabilitasi. Pernyataan ini diperkuat oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah, contohnya dia punya tujuan yang jelas setelah selesai melakukan program ditempat ini dia mau ngapain, dia sudah memutuskan dia tidak akan kembali kehidupan yang dulu” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT sudah memiliki tujuan yang jelas setelah masa rehabilitasi berakhir. MLT menunjukkan kemauan untuk

meninggalkan lingkungan dan kebiasaan buruknya di masa lalu. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah yakin dengan dirinya kalo dia udah keluar dia tidak ingin menggunakan narkoba dan berani menolak barang tersebut”
(wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

“Saya belum berani mengambil keputusan takut salah mengambil Keputusan,” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT masih merasa belum sepenuhnya percaya diri dalam mengambil keputusan, terutama karena MLT takut membuat kesalahan. Hal ini menunjukkan bahwa MLT masih dalam proses belajar dan membangun keberanian untuk lebih mandiri dalam menentukan pilihan hidupnya Terdapat berbeda pernyataan dari Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah, dia mulai bisa mengambil keputusan apa yang harus dia lakukan apa yang boleh dan apa yang tidak boleh dia lakukan.”
(wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT perlahan sudah mulai mampu memilah mana tindakan yang benar dan mana yang sebaiknya dihindari. Pernyataan ini diperkuat oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah ms waktu itu kita sedang sharing-sharing nanti setelah keluar dari sini mau ngapain, dan MLT menjawab saya akan bekerja dan tidak menggunakan narkoba” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

“Yang saya terapkan belajar dari kemampuan diri sendiri apa yang saya dapat disekolah dan apa yang saya dapat direhabilitasi itu semua ilmunya saya gunakan bukan hanya buat diri sendiri tapi kebersamaan juga dan saya ingin mengembangkan bisnis sablon sama bikin pakaian” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan MLT menunjukkan semangat yang besar untuk terus belajar dan berkembang, baik dari pengalaman di sekolah maupun selama masa

rehabilitasi. MLT bahkan sudah memiliki cita-cita untuk membangun bisnis sablon dan pakaian, yang menjadi indikasi kuat bahwa MLT tidak hanya berpikir untuk dirinya sendiri, tapi juga untuk berkontribusi secara sosial. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Bisa, dia semakin hari terlihat progres kemajuan dalam pemulihannya sangat baik dan MLT bisa mengambil keputusan yang tepat dan baik itu sangat membanggakan kami sebagai konselor” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT mengalami kemajuan yang membanggakan dalam proses pemulihannya. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“MLT itu berkembang banget ms, berbeda dengan awal dia kesini, dia tau apa yang harus dia lakukan disini.” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

f. Kegigihan (*Persistence*)

“Kalo kegigihan udah full setiap hari pas disini karena kitakan biasanya waktu sesi konseling itu 2x dalam seminggu biasanya saya meminta sesi konseling secara terus menerus karena saya ingin berubah itu langkah saya” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025)

Pernyataan ini MLT menunjukkan tingkat kegigihan yang tinggi selama menjalani proses rehabilitasi. MLT secara aktif meminta sesi konseling tambahan di luar jadwal yang ditentukan karena memiliki keinginan kuat untuk berubah. Pernyataan ini diperkuat oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah dia semakin mengerti arti kehidupannya, mungkin selama ini dia merasa dia tidak akan ada masa depan dan lain sebagainya tetapi dengan berjalannya waktu dia mulai mengerti kalau dia direhabilitasi itu artinya ini bukan hukuman tapi itu tempat pembelajaran buat dia supaya dia menjadi pribadi yang lebih kuat lagi” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT perlahan-lahan mulai memahami arti kehidupan dan tidak lagi melihat rehabilitasi sebagai hukuman, melainkan sebagai kesempatan untuk tumbuh. Hal ini menjadi

fondasi penting dalam proses pembentukan jati diri yang lebih kuat. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“MLT orangnya inisiatif kadang-kadang dia bersihin kamarnya dan dia juga rajin sholat” (wawancara dengan M selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

“Kalau saya sudah saya terapkan kalau sayakan direhabilitasi saya sudah tahu bahwa disini itu engga boleh emosi jadi saya juga harus jangan emosi karena yang ngajarin itu konselor semua jadi ada suatu pegangan saya yang bikin orang ini engga bisa emosi, tapi kalau emosinya sudah membludak dengan cara mengamuk didepan orangnya teriak yang keras tapi kita ngga boleh memukul Cuma teriak teriak atau mengungkapkan perasaannya dan ada konselor yang mendampingi atau menjaga biar engga sampe memukul” (wawancara dengan MLT selaku klien 22 Januari 2025).

Pernyataan MLT telah menunjukkan kemajuan dalam mengelola emosinya. MLT menyadari pentingnya mengontrol emosi, terutama di lingkungan rehabilitasi yang memiliki aturan ketat mengenai perilaku. Serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah, dia setelah melakukan konseling individu dengan MI ini dia bisa menghendel fealing dia tidak suka marah marah dan dia sudah menerapkan, melakukan apa yang kita sudah ajarkan ditempat ini” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MLT tidak lagi mudah marah seperti sebelumnya dan sudah mulai menerapkan strategi yang diberikan selama konseling. Sejalan yang disampaikan oleh klien M selaku teman sekamarnya yaitu:

“Sudah mas dulu dia emosiankan apalagi kalau keinget keluarganya pasti teriak teriak, sekarang dia itu sudah menerima semuanya” (wawancara dengan A selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Berdasarkan keseluruhan proses yang telah dijalani, MLT menunjukkan kemajuan yang signifikan setelah mengikuti sesi konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing*. Pendekatan ini berkontribusi dalam membentuk kepercayaan diri, ketangguhan, serta pemahaman yang lebih jelas mengenai arah hidupnya. Meskipun pemulihan masih berlangsung secara bertahap, transformasi yang tampak pada sikap dan perilaku MLT mencerminkan potensi

besar untuk mencapai kehidupan yang lebih sehat, mandiri, serta memiliki makna dalam jangka panjang..

4. Klien RS

Setelah mengikuti sesi konseling individu dengan metode *Motivational Interviewing* (MI), RS mulai merasakan adanya transformasi dalam dirinya. Beberapa perubahan yang RS alami antara lain:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

“Sudah, kalau aku sembuh aku mau kerja di aluminium ya meskipun nanti banyak tantangan” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Hal ini menggambarkan bahwa RS mulai percaya diri terhadap kemampuannya. RS menyampaikan bahwa jika sembuh nanti, RS ingin bekerja di bidang aluminium, meskipun menyadari adanya tantangan di masa depan. Pernyataan tersebut dikuatkan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah ms, contohnya dari hal kecil misalnya bangun pagi, melakukan aktivitas, ikutin program dan lain sebagainya.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Ucapan tersebut mencerminkan bahwa konselor melihat RS sudah menunjukkan perubahan positif, seperti bangun pagi, mengikuti aktivitas dengan teratur, dan mulai percaya diri menjalani proses pemulihan. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“RS sudah yakin dalam kemampuannya sendiri, dia yakin bahwa semua yang dilakukannya di tempat ini pasti ada hal yang baik” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

“Sudah, ketika aku merasa stres karena perubahan pola hidup yang drastis, aku berusaha untuk berbicara dengan konselor atau teman-teman sesama rehabilitasi. Dengan cara bercerita, aku merasa lebih lega untuk menghadapi tekanan” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Ucapan tersebut mencerminkan bahwa RS merasa stres akibat perubahan pola hidup, namun mampu menghadapinya dengan cara bercerita kepada konselor atau teman. RS merasa lega setelah berbagi. Pernyataan ini diperjelas oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Iyaa seharusnya sudah tapi terkadang dia belum bisa melakukannya hal itu, kembali lagi kepada RS kita sudah memberitahukan kamu harus bisa menghadapi tekanan dan stres yang ada tetapi terkadang klien itu memiliki masalah masing-masing ya ms, mungkin ada yang kangen rumah, kangen keluarga dan lain sebagainya. Sebenarnya dia sudah bisa mengatasinya setelah melakukan kegiatan konseling individu dengan teknik MI” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Hal ini menggambarkan bahwa RS sudah mampu mengatasi tekanan, meskipun ada saat-saat tertentu di mana emosi RS masih naik-turun karena faktor pribadi sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Sudah, RS waktu ada masalah biasanya langsung diutarakan kepada teman temannya contohnya, RS keinget sama masa masa kelamnya dia langsung minta pendapat atau saran ke saya mas.” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

“Engga ada sih” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan tersebut terlihat bahwa RS belum menghadapi tantangan tertentu atau belum merasa siap secara eksplisit. Berbeda dengan yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah, contohnya dia sudah membuat planing setelah selesai dari tempat ini dia mau ngapain diluar sana salah satunya yang menjadi impian dia satu tahun atau dua tahun kedepan dia akan menikah” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Dapat disimpulkan bahwa konselor justru melihat adanya progres. RS sudah memiliki rencana jangka panjang, seperti bekerja dan menikah setelah menyelesaikan program rehabilitasi. Berbeda yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“belum kayaknya ms, dia takut untuk kembali kerumah takut lingkungannya engga menerima RS” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

“Sudah, yang seperti aku katakan kalau aku sembuh aku mau kerja di aluminium” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Dapat disimpulkan bahwa RS menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam mengambil keputusan. RS sudah memiliki rencana untuk masa depan, seperti bekerja di bidang aluminium setelah pulih, dan menunjukkan sikap bertanggung jawab dalam membuat keputusan kecil sehari-hari pernyataan ini diperjelas oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Sudah, contohnya mengambil keputusan mana yang boleh dan mana yang tidak boleh ditempat ini misalnya dalam ibadah kita sudah menerapkan apapun agama dan kepercayaan masing-masing ditempat ini ya agama itu menjadi satu faktor utama dalam kehidupan kita” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Ucapan tersebut mencerminkan bahwa RS mulai memahami batasan serta memilih tindakan yang tepat berdasarkan norma dan nilai yang berlaku. Ini menandakan bahwa secara umum RS mulai berani mengambil keputusan meskipun masih dalam tahap belajar. Sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Oohh tentu sudah ms, contohnya dia mau minjem barang orang lain tapi engga ada orangnya dia engga mau minjem soalnya dia tau dia belum izin kalo dia udah izin baru dia minjem barangnya” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

e. *Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (Motivation for Learning and Development)*

“Belum” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan tersebut terlihat bahwa RS belum menunjukkan kemajuan yang signifikan. RS sendiri mengakui belum memiliki dorongan untuk berkembang serupa yang disampaikan oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Kalau belajar iya sih, tapi kalo berkembang dia masih tahap untuk mencapai hal itu” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Dapat disimpulkan bahwa RS masih berada dalam proses menuju kesadaran tersebut, berbeda dengan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum ms, saya lihat RS baca aja engga pernah apalagi buat belajar” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

f. Kegigihan (*Persistence*)

“Belum” (wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Dari hasil wawancara, terlihat bahwa RS belum memperlihatkan kegigihan yang kuat dalam menghadapi tantangan selama masa rehabilitasi. Hal ini diperkuat oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum mas, terkadang “RS” sudah terlanjur nyaman dengan kehidupan masing-masing dan itu butuh proses untuk lebih strong lebih kuat lagi untuk menghadapi suatu masalah” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Dapat disimpulkan bahwa RS masih terlalu nyaman dengan kondisi saat ini dan belum menunjukkan tekad untuk berjuang lebih keras. Pernyataan tersebut diperkuat oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belumm mas. dia gampang menyerah dan bosen” (wawancara dengan KD selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

“Waktu dulu saya hobinya cuma marah-marah”(wawancara dengan RS selaku klien 24 Januari 2025).

Kemampuan RS dalam mengendalikan emosi juga masih perlu banyak pembenahan. RS sendiri mengakui bahwa sebelumnya RS sering meluapkan kemarahan dengan mudah. Pernyataan ini diperkuat oleh Bapak Alfons melalui wawancara bahwa:

“Belum, contohnya RS belum bisa menjaga ucapannya sering kali yang keluar kata kata yang tidak boleh.” (wawancara dengan Bapak Alfons selaku Konselor 19 Februari 2025)

Dapat disimpulkan bahwa konselor menilai RS belum sepenuhnya bisa untuk mengelola emosinya sejalan yang disampaikan oleh klien KD selaku teman dekatnya yaitu

“Belum mas, RS sering marah-marah, RS sering teriak teriak” (wawancara dengan KD selaku teman sekamarnya 19 Februari 2025)

Secara keseluruhan, RS telah memperlihatkan perkembangan positif, terutama dalam peningkatan rasa percaya diri dan kemampuannya dalam membuat

keputusan. Meskipun begitu, proses pemulihan RS masih membutuhkan bimbingan yang lebih intensif, khususnya dalam menguatkan semangat belajar, daya tahan menghadapi tekanan, serta keterampilan mengelola emosi. Dengan dukungan yang berkelanjutan dan lingkungan yang kondusif, RS memiliki peluang besar untuk terus berkembang dan membekali dirinya guna menghadapi tantangan kehidupan secara lebih matang dan bertanggung jawab..

5. Klien KD

Setelah mendapatkan bimbingan melalui sesi konseling individu dengan metode *Motivational Interviewing* (MI), KD mulai merasakan adanya perkembangan dalam dirinya. Beberapa perubahan yang dia alami meliputi:

a. Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*)

“Sudah ms, saya udah yakin semuanya bisa berlalu” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Dapat disimpulkan bahwa KD merasa sudah lebih yakin bahwa dirinya mampu melewati semua masalah. Pernyataan tersebut diperjelas oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“KD ini kalau dibilang menerapkan keyakinan, dia yakin dia sudah menerapkan dia berusaha untuk yakin bahwa dia mampu mengatasi masalahnya hanya saja dia tidak yakin dengan nanti lingkungannya terutama keluarganya karena dia bermasalah dengan keluarga” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa Ibu Ester mengakui KD sudah berusaha yakin terhadap kemampuannya, meskipun masih ada ketidakpastian soal penerimaan dari keluarga. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Sekarang KD setelah mengikuti sesi konseling, lebih percaya diri dalam hal apapun” (wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

b. Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*)

“Iyaa karena udah mau dua bulan disini iyaa biasa aja” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD sudah merasa biasa saja dalam menghadapi tekanan karena mulai terbiasa dengan situasi di tempat rehabilitasi. Serupa yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Kalau KD ini kasusnya beda dengan yang lainnya kalau KD ini kan minum obat yah, jadi memang tergantung dia minum obat, selama dia minum obat pasti dia masih bisa berfikir dengan baik dia bisa mengatasi stress nya” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD mampu mengelola stres selama rutin minum obat, yang membantu pikirannya tetap stabil. sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Dulu kalau KD sedang ada masalah dia sering marah-marah sekarang dia lebih memilih menenangkan diri ya meski kadang marah marah sih” (wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

c. Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*)

“Seperti yang saya katakan tadi ms, tantangan ya biasa aja saya juga engga ada masalah tinggal bagaimana saya bisa beradaptasi ditempat tersebut” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan KD Menganggap tantangan bukan hal besar dan merasa mampu beradaptasi dengan lingkungan baru, pernyataan ini dibenarkan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Sudah, contohnya waktu dia pertama disini dia masih engga mau ketemu sama orang sekarang dia sudah bisa mengikutin semua, dia juga sering dibawa buat seminar diluar dia sudah bisa berkomunikasi dengan orang.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Dapat disimpulkan bahwa KD sekarang lebih terbuka, mau ikut seminar, dan tidak lagi menutup diri seperti saat awal masuk, sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Sudah kok ms dia sudah bisa menerima teman-teman yang disini engga seperti dulu”(wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

d. Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*)

“Sudah ms, buktinya sekarang saya menerima keadaan saya yang sekarang, sudah menerima kenapa saya bisa disini” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan KD sudah mampu menerima kondisi dan membuat keputusan untuk berdamai dengan keadaan. Pernyataan ini diperjelas oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Kalau untuk diri sendiri dia sudah menerapkan tapi kembali lagi kekeluarga yang belum mempercayai.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan KD mampu membuat keputusan untuk dirinya sendiri, meski dukungan keluarga masih jadi tantangan. sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Sudah contohnya saat ada sesi morning meeting dia kadang mengambil keputusan untuk yang mepin doa” (wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

e. Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*)

“Sudah contohnya belajar untuk adaptasi, belajar disini ternyata pengguna narkoba itu engga seburuk yang mereka lihat yaa mungkin mereka terjerumus tapi sebenarnya hati mereka itu baik kok walaupun kelakuan mereka gimana gimana itu sih yang saya belajari disini” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan KD belajar banyak hal dari tempat rehabilitasi, termasuk memahami orang lain dengan lebih bijak hal ini diperkuat yang disampaikan oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Udah, dia sudah bisa memotivasi dirinya dengan memberikan motivasi kepada yang lain dia mengajarkan mana yang boleh mana yang tidak dan dia sudah berkembang.” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Dapat disimpulkan bahwa KD sudah menunjukkan motivasi tinggi, bahkan mampu memberi motivasi ke teman-temannya, sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu:

“Sudah ms dia sekakarang berkembang contohnya dia sekarang mau diajak seminar sama konselor dan dia lebih percaya diri” (wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

f. Kegigihan (*Persistence*)

“Sudah ms, saya ingin sembuh ms makanya saya mengikuti program-program yang ada disini” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan keinginan kuat untuk sembuh dan mengikuti semua program yang ada. Pernyataan ini diperkuat oleh Ibu Ester selaku konselor yaitu:

“Sampe saat ini sudah sih, contohnya dia mau sembuh, dia mau pulih, dia mau mengikuti semua kegiatan disini apa yang kita sarankan dia ikutin semua” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menegaskan bahwa KD mengikuti semua arahan dengan antusias karena ingin pulih sepenuhnya. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Dia gigih ms dia senang banget kalo diajak ikut seminar dan habis itu dia sharing-sharing ke kami ms” (wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

g. Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*)

“Mengelola emosi ya ms, sudah sepertinya ms seenggaknya bisa menghendel feeling saya” (wawancara dengan KD selaku klien 24 Januari 2025).

Pernyataan ini menunjukkan KD merasa sudah mulai bisa mengontrol perasaan dan tidak mudah terpancing emosi seperti dulu. Serupa yang disampaikan oleh ibu ester selaku konselor yaitu:

“Sudah sebelumnya dia itu suka marah-marah, suka ngamuk-ngamuk, suka nangis sambil teriak-teriak tapi sekarang kalau dia lagi badmood dia masuk kamar dia menenangkan diri dan setelah itu dia bisa lagi sama teman-teman” (wawancara dengan Ibu Ester selaku Konselor 19 Februari 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa KD kini memilih menenangkan diri ketika bad mood, dibandingkan meluapkan emosi seperti sebelumnya. Sejalan yang disampaikan oleh klien RS selaku teman dekatnya yaitu

“Saya lihat akhir akhir ini udah engga pernah ngamuk-ngamuk lagi sih ms mungkin udah bisa mengelola emosinya ya ms” (wawancara dengan RS selaku teman dekatnya 19 Februari 2025)

Secara menyeluruh, KD menunjukkan kemajuan yang cukup baik selama menjalani proses rehabilitasi. Walaupun masih terdapat beberapa tantangan, khususnya terkait penerimaan penuh dari pihak keluarga, KD telah memperlihatkan keterbukaan, tekad untuk sembuh, serta antusiasme dalam memperbaiki diri. Apabila dukungan yang diberikan tetap berkelanjutan dan lingkungan sekitar

mampu memberikan rasa aman serta dorongan positif, KD memiliki peluang besar untuk mencapai pemulihan yang menyeluruh dan menjalani kehidupan yang lebih stabil, sehat, serta mandiri di masa mendatang.

Tabel 4. 1 Indikator Efikasi Diri Klien

No	Klien	Indikator Efikasi Diri	Perubahan Perilaku Terhadap Klien		
			Sebelum Mendapatkan Konseling Individu	Progres Konseling Individu dengan teknik MI	Sesudah Mendapatkan Konseling Individu
1.	DP	Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri	Belum bisa yakin dengan dirinya sendiri	Dalam proses konseling individu pada pertemuan pertama masih tahap pengenalan lingkungan	Mulai Percaya pada kemampuan diri sendiri seperti memotivasi keteman-temannya
		Mengatasi Tekanan Dan Stress	Belum bisa mengatasi tekanan, sering ngamuk-ngamuk, lempar barang dan memukul temannya jika dia stress	Pada pertemuan ke dua mulai mengikuti sesi konseling, menjelaskan apa	Mulai mendekati diri kepada Allah S.W.T, menceritakan kepada teman atau konselor tekanan atau stress yang dihadapinya
		Keyakinaan Dalam Menghadapi Tantang Baru	Masih belum bisa beradaptasi dengan tantangan baru	sesi konseling dan membangun kenyamanan terhadap DP	Sudah membuat planing ketika sudah keluar dari tempat rehabilitasi

		Kemampuan Mengambil Keputusan	Belum bisa mengambil keputusan, merasa bodoamatan dengan lingkungan	Pada pertemuan ke tiga mulai beradaptasi dan ikut program	Sedang berusaha untuk bisa mengambil keputusan, setidaknya berpikir dulu sebelum bertindak
		Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang	Masih mudah menyerah masih beranggapan dia udah tidak ada masa depan	Pada pertemuan keempat menunjukkan progres kemajuan dalam pemulihan	DP sering memotivasi terhadap temen-temenya agar temen-temenya bisa berubah menjadi lebih baik
		Kegigihan	Belum gigih sering melanggar aturan yang ada di Yayasan Rehabilitasi Elkana	Pada pertemuan kelima mulai memplaning setelah selesai masa rehabilitasi	Tidak mudah menyerah dan selalu untuk berusaha kembali ketika gagal
		Kemampuan Mengelola Emosi	Belum bisa mengelola emosinya, masih sering ngamuk-ngamuk, mukulin orang	Pada pertemuan keenam planning yang sudah dibikin menjadi motivasi untuk cepat pulih	Sedang berusaha untuk mengontrol emosinya, Lebih tenang menghadapi situasi emosinya atau menahan dirinya

2.	HSS	Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri	Masih belum yakin bahwa dirinya bisa sembuh dari narkoba	Dalam proses konseling individu pada pertemuan pertama HSS masih terbawa perasaan badannya di rehabilitasi pikirannya dirumah	Sedang berusaha untuk yakin dengan diri sendirinya seperti mengikuti kegiatan yang ada di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati
		Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress	Belum bisa mengatasi tekanan, dia masih mengasiani diri sendiri dia merasa tidak berdaya dan lain sebagainya	contohnya ingat keluarga Pada pertemuan kedua tahap pengenalan lingkungan	Mengatasi tekanan dengan cara menceritakan apa yang di rasakan cuma dia mau cerita kepada orang-orang tertentu saja
		Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru	Belum bisa yakin menghadapi tantangan baru masih merasa takut	Pada pertemuan ketiga mulai membangun kenyamanan dan kepercayaan dengan HSS	Belum bisa menghadapi tantangan baru karena takut untuk keluar dari zona nyaman
		Kemampuan Mengambil Keputusan	Belum bisa mengambil keputusa, masih merasa setiap mengambil	Pada pertemuan keempat mulai terbuka pola pikirnya	Sudah berani mengambil keputusan untuk menolak narkoba karena, pernah ditipu

			keputusannya selalu salah	Pada pertemuan kelima mulai terbiasa dirinya dilingkungan rehabilitasi	oleh penjual narkoba, Sudah bisa memplaning kegiatan besok dia mau ngapain, sudah terplaning
		Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang	Masih merasakan keputusasaan sehingga lebih memilih tidak mau berkembang	Pada pertemuan keenam menunjukkan progres atau kemajuan dalam pemulihan	Mulai bisa mengembangkan potensinya seperti memainkan alat musik keyboard dan mengembangkan sklinya
		Kegigihan	Belum mau untuk keluar dari zona nyamannya	Pada pertemuan ketuju Memulai buat perencanaan selesai rehabilitasi	Mulai bisa bangun pagi dan sering olahraga
		Kemampuan Mengelola Emosi	Belum bisa untuk mengelola emosi, jika sedang emosi MLT lebih memilih diam engga bicara sama sekali sama yang lain itu bisa berhari-hari		Sudah mulai bisa mengontrol emosi dengan cara diam dulu dikamar habis itu bisa kembali lagi moodnya

3.	MLT	Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri	Belum bisa yakin dengan dirinya, belum bisa yakin bahwa dirinya bisa melakukan hal apapun	Dalam proses konseling individu pada pertemuan pertama masih tahap pengenalan lingkungan Pada pertemuan kedua membangun	Mulai bisa yakin dalam kemampuan diri sendiri, lebih percaya diri untuk melakukan kegiatan ditempat Rehabilitasi dan yakin dia bisa melewatinya
		Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress	Belum bisa mengatasi tekanan dan stres selalu melampiaskan dengan cara ngamuk-ngamuk	hubungan yang nyaman Pertemuan ketiga mulai mengikuti program, seperti sesi moorning	Mulai bisa mengatasi stress dengan cara mengerti bahwa kalau sudah sembuh dia akan bertemu dengan keluarganya
		Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru	Masih belum bisa beradaptasi dengan lingkungan baru	meeting, sesi konseling dll Pertemuan	Sudah memiliki planning ketika MLT sudah keluar dari rehabilitas
		Kemampuan Mengambil Keputusan	Belum bisa mengambil keputusan lebih mengikuti orang lain	keempat mulai bisa menerima dirinya di tempat ini	Mulai bisa mengambil keputusan apa yang harus dia lakukan, sudah berani untuk menolak narkoba

		Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang	Masih bingung apa yang harus dikembangkan dan apa yang harus di belajari	Pertemuan kelima menunjukkan progres kemajuan dalam pemulihan	Mulai bisa berkembang dan terlihat progres kemajuan dalam pemulihan yang sangat baik
		Kegigihan	Masih merasa sudah tidak ada masa depan lagi	Pertemuan keenam sudah bisa mengambil keputusan yang baik	Sudah mulai bisa mengerti arti kehidupannya
		Kemampuan Mengelola Emosi	Belum bisa mengelola emosi sering marah-marah		Sudah bisa untuk menghendel fealingnya, sudah tidak marah-marah
4.	RS	Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri	Belum bisa yakin dengan dirinya masih merasa takut gagal	Dalam proses konseling individu pada pertemuan pertama belum bisa menerima dirinya kenapa dia ada disini	Sudah bisa mengerti apa yang dilakukannya selama direhabilitas terdapat hal baik
		Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress	Belum bisa mengatasi tekanan setiap ada tekanan selalu lari dari situasi yang dihadapinya	Pada pertemuan kedua masih tahap pengenalan lingkungan	Sudah bisa untuk mengatasi stess dengan cara bercerita untuk meminta pendapat
		Keyakinan Dalam Menghadapi	Belum bisa menerapkan, RS belum bisa	Pada pertemuan ketiga mulai membangun	Belum bisa menghadapi tantangan baru

		Tantangan Baru	melupakan kehidupannya yang dulu masih mengingat kehidupan waktu dia masih memakai atau menggunakan zat sehingga dia masih ingin menggunakan narkoba	kenyamanan dan kepercayaan Pada pertemuan keempat mulai mengikuti sesi-sesi yang ada di rehabilitasi Pada pertemuan	karena takut lingkungannya engga bisa menerima kehadirannya
		Kemampuan Mengambil Keputusan	Belum bisa mengambil keputusan, masih bingung	kelima mulai menunjukkan progres dalam pemulihan seperti sudah yakin dengan dirinya Minggu	Sudah mulai bisa untuk mengambil keputusan seperti mana yang boleh dan mana yang tidak boleh ditempat rehabilitas
		Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang	Belum bisa berkembang karena masih terbawa hal-hal yang buruk	pertemuan membuat planing setelah selesai di rehabilas ini	Mulai bertambah berkembang
		Kegigihan	Masih melanggar aturan tata tertib di Yayasan Rehabilitasi Elkana		Masih mudah menyerah dan mudah bosan

		Kemampuan Mengelola Emosi	Belum bisa menjaga ucapannya jika marah ucapannya yang keluar tidak boleh		Masih belum bisa mengelola emosinya, belum bisa menjaga ucapannya seringkali keluar kata-kata yang tidak boleh
5.	KD	Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri	Sudah yakin bahwa KD bisa sembuh	Dalam proses konseling individu pada pertemuan pertama masih	Mulai bisa yakin dengan dirinya sudah yakin bisa mengatasi masalahnya
		Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress	Belum bisa mengatasi tekanan dan stress, kalau stress selalu teriak-teriak	merasa bingung kenapa dia berada di rehabilitasi Pada pertemuan ke dua tahap pengenalan lingkungan direhabilitasi	Sudah mulai bisa untuk menenangkan dirinya
		Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru	Belum bisa menerima kenapa dirinya ada disini dan tidak mau ketemu orang dan temen-temen	Pada pertemuan ketiga mulai membangun keterhubungan dan rasa nyaman	Mulai menerima orang-orang disekitar, mau diajak ikut seminar diluar dan mau berkomunikasi secara langsung dengan orang baru
		Kemampuan Mengambil Keputusan	Belum bisa mengambil keputusan, masih bingung	Pada pertemuan keempat sudah	Mulai bisa mengambil keputusan

		Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang	Belum ada, masih merasa putus asa karena merasa dibuang sama keluarganya	mulai menerima dirinya disini dan mengikuti sesi-sesi disini Pada pertemuan kelima mulai menunukan progres pemulihan mulai	Sudah bisa memotivasi dirinya dengan memberikan motivasi kepada yang lain KD mengajarkan mana yang boleh mana yang tidak dan KD sudah berkembang
		Kegigihan	Belum bisa mengikuti praturan yang ada diYayasan Rehabilitasi Elkana, masih seenaknya dia	dari bisa mengelola emosnya, bisa mengemabil keputusan Pertemuan	Dia ingin sembuh, ingin pulih dengan cara mengikuti semua kegiatan yang ada direhabilitas
		Kemampuan Mengelola Emosi	Belum bisa mengelola emosinya sering ngamuk, sering marah-marah, sering teriak-teriak	keenam mulai berani ikut acara seminar di sekolah-sekolah ataupun kampus	Mulai bisa menhendel feeling

BAB IV
ANALISIS PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MELALUI TEKNIK
MOTIVATIONAL INTERVIEWING (MI)

A. Pelaksanaan Konseling Individu Melalui Teknik *Motivational Interviewing* dalam Membentuk Efikasi Diri pada Pecandu Narkoba.

Pelaksanaan konseling individu merupakan bagian fundamental dalam layanan bimbingan dan konseling yang berfungsi untuk membantu individu menghadapi, memahami, dan menyelesaikan permasalahan hidupnya secara efektif. Berdasarkan pendapat Tohirin (Dewany et al., 2023:66), konseling individu adalah proses bantuan tatap muka yang dilakukan dalam suasana yang pribadi dan konfidensial, di mana konselor memfasilitasi klien untuk mengeksplorasi masalah serta menemukan solusi secara mandiri. Proses ini diperkuat oleh Marten (2024:1911), yang menjelaskan bahwa konseling individu membantu konseli memahami dirinya, menggali potensi, dan mengambil keputusan secara mandiri dalam mengatasi tantangan hidup. Dalam praktiknya, layanan ini menitikberatkan pada penciptaan hubungan terapeutik yang hangat dan empatik, sebagaimana diuraikan oleh Prayitno (Sulistiyani & Wastuti, 2024:8) yang menyatakan bahwa relasi profesional antara konselor dan klien menjadi kunci keberhasilan konseling.

Konseling individu tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga memiliki dimensi pengembangan dan pencegahan. Sebagaimana dijelaskan oleh Ahmad Putra (2019:104), konseling memiliki fungsi pemahaman, pengembangan, pengentasan masalah, pencegahan, hingga advokasi. Fungsi-fungsi ini memberikan landasan teoritis yang kuat bahwa konseling individu tidak semata menyelesaikan masalah yang ada, tetapi juga membekali klien dengan keterampilan antisipatif dalam menghadapi tantangan masa depan. Dengan kata lain, proses konseling berperan besar dalam membentuk pribadi yang tangguh secara emosional dan sosial.

Dalam konteks pecandu narkoba, pendekatan konseling yang digunakan harus mampu menyentuh dimensi psikologis yang terdalam, yaitu motivasi untuk berubah. Pendekatan *Motivational Interviewing* (MI) sangat relevan digunakan dalam kasus ini. Menurut Martin (Samad et al., n.d.:47), *Motivational Interviewing* adalah pendekatan konseling yang bersifat kolaboratif dan berpusat pada individu, yang bertujuan untuk membangkitkan motivasi internal klien dalam melakukan perubahan perilaku. Kurnia Sandi & Noviza (2023:954) menyebutkan bahwa *Motivational Interviewing* adalah teknik

konseling terarah yang membantu individu mengeksplorasi ambivalensi, yaitu konflik batin antara keinginan untuk berubah dan rasa takut atau ragu dalam mengambil tindakan.

Penerapan *Motivational Interviewing* juga memiliki keselarasan dengan tahapan layanan konseling individu sebagaimana dikemukakan oleh Amalia Zahrah (2024:318), yang meliputi tahap pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan, dan penilaian. *Motivational Interviewing* menurut Miller dan Rollnick (Mulawarman et al., 2021:383) mencakup empat proses utama, yaitu membangun keterhubungan, menetapkan arah, membangkitkan motivasi, dan menyusun rencana aksi. Kesesuaian struktur ini membuktikan bahwa *Motivational Interviewing* dapat diintegrasikan dengan pendekatan konseling konvensional tanpa kehilangan substansi nilai kemanusiaannya.

Prinsip utama dalam *Motivational Interviewing* mencakup empati, pengembangan kesenjangan, penerimaan terhadap penolakan, dan penguatan efikasi diri (Nareswari et al., 2020:127). Prinsip-prinsip ini mendukung terciptanya lingkungan konseling yang aman, terbuka, dan memberdayakan. Efikasi diri, sebagai bagian penting dari pendekatan ini, merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatasi tantangan hidup Bandura (Nurita et al., 2023:239). Semakin tinggi efikasi diri seseorang, semakin besar pula peluang individu tersebut untuk bertahan dan beradaptasi dalam proses pemulihan dari kecanduan narkoba.

Selain mendukung pemulihan, *Motivational Interviewing* juga membantu klien dalam memperbaiki pola pikir atau *mindset*. Seperti yang ditegaskan oleh Indriani (2022:82), motivasi internal yang terbangun melalui *Motivational Interviewing* berdampak pada kemampuan klien dalam membuat keputusan yang lebih matang, realistis, dan bertanggung jawab. Hal ini sangat penting dalam proses rehabilitasi karena keberhasilan pemulihan bukan hanya bergantung pada terapi medis, tetapi juga pada kekuatan motivasi dan kesadaran diri klien.

Di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati, pelaksanaan konseling individu berbasis MI dilakukan dengan memperhatikan asas-asas konseling seperti kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, dan keahlian (Dewany et al., 2023:67). Asas-asas ini menciptakan dasar yang kuat bagi terbentuknya hubungan konseling yang produktif dan manusiawi. Dengan memperhatikan kondisi psikologis, spiritual, dan sosial klien, pendekatan *Motivational Interviewing* menjadi jembatan antara kebutuhan personal klien dengan proses transformasi hidup yang lebih bermakna

1. Analisis Tahapan dalam Pendekatan *Motivational Interviewing* di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati

Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing* di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati menunjukkan penerapan yang terstruktur sesuai dengan empat tahapan utama *Motivational Interviewing* menurut Miller dan Rollnick (Mulawarman et al., 2021:383), yaitu membangun keterhubungan (*relationship building*), menentukan arah (*directional establishment*), membangkitkan motivasi internal (*internal motivation activation*), dan menyusun rencana aksi (*action planning*). Pendekatan ini berfokus pada penguatan motivasi dari dalam diri klien agar perubahan perilaku yang dilakukan bersifat sukarela, mendalam, dan berkelanjutan.

- a. *Relationship building*, menjadi landasan awal dalam membangun aliansi kerja antara konselor dan klien. Sejalan dengan pendapat Prayitno (Sulistiyani & Wastuti, 2024:8), hubungan profesional yang dibangun dalam konseling individual harus ditandai dengan keselarasan emosional dan penerimaan positif, sehingga menciptakan suasana yang mendukung proses pembukaan diri oleh klien. Dalam praktiknya, konselor menunjukkan empati, mendengarkan secara aktif, dan memberikan penguatan positif agar klien merasa aman secara emosional. Hal ini selaras dengan prinsip pertama *Motivational Interviewing*, yaitu mengekspresikan empati, yang diyakini sebagai fondasi dalam membangun kepercayaan klien terhadap proses konseling (Nareswari et al., 2020:127).
- b. Tahap menentukan arah (*Directional establishment*), konselor membantu klien untuk mengidentifikasi arah perubahan yang diinginkan dan menetapkan tujuan yang jelas. Dalam tahap ini, konselor menggunakan komunikasi terbuka untuk membantu klien menyadari nilai-nilai pribadinya, serta menyelaraskan arah hidup dengan tujuan pemulihan. Pendekatan ini juga berkaitan dengan fungsi konseling menurut Ahmad Putra (2019:104), terutama fungsi pengembangan dan pengambilan keputusan, di mana individu didorong untuk meningkatkan kapasitas dalam menentukan sikap yang tepat terhadap berbagai pilihan hidup yang dihadapi.
- c. Tahap membangkitkan motivasi internal (*Internal motivation activation*), yaitu proses membangkitkan dorongan perubahan dari dalam diri klien. Menurut Kurnia Sandi & Noviza (2023:954), *Motivational Interviewing* bertujuan untuk membantu individu mengatasi ambivalensi kebimbangan antara ingin berubah dan tetap bertahan dalam kebiasaan lama. Melalui

pertanyaan reflektif dan eksplorasi nilai pribadi, konselor memfasilitasi klien untuk menyadari pentingnya perubahan, bukan karena paksaan eksternal, tetapi karena kebutuhan yang bersumber dari kesadaran diri. Proses ini juga erat kaitannya dengan konsep efikasi diri dari Bandura (Nurita et al., 2023:239), yang menekankan pentingnya kepercayaan diri individu dalam mengelola perubahan dan mencapai tujuan tertentu.

- d. Tahap merancang rencana tindakan (*Action planning*), merupakan bentuk konkret dari motivasi yang telah dibangun. Pada tahap ini, konselor mendampingi klien menyusun langkah-langkah realistis yang sesuai dengan kondisi, kemampuan, dan kesiapan klien. Dengan menyusun rencana tindakan yang bersifat mandiri, klien dilatih untuk mengambil keputusan yang matang, mengevaluasi risiko, dan mengelola emosi dalam menghadapi hambatan. Tahap ini mencerminkan indikator efikasi diri seperti kemampuan mengambil keputusan, mengelola stres, dan membangun keteguhan dalam menjalani proses perubahan (Damayanti & Wustari L Mangundjaya, 2023:156).

Keempat tahapan *Motivational Interviewing* ini saling berkaitan dan membentuk kerangka kerja yang efektif dalam konseling individual, khususnya bagi klien dengan latar belakang ketergantungan narkoba. Dengan pendekatan yang kolaboratif dan berbasis klien, *Motivational Interviewing* tidak hanya memberikan jalan keluar atas masalah yang dihadapi, tetapi juga menjadi medium transformasi psikologis yang memberdayakan. Efektivitas pendekatan ini juga diperkuat oleh kemampuan konselor dalam menerapkan asas-asas konseling seperti kerahasiaan, kesukarelaan, dan keahlian, sebagaimana dirumuskan oleh Dewany (2023:67). Pelaksanaan *Motivational Interviewing* di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati telah mencerminkan integrasi yang kuat antara praktik lapangan dan dasar teori konseling yang holistik dan berorientasi pada pemulihan berkelanjutan.

2. Analisis Prinsip prinsip dalam pendekatan Teknik *Motivational Interviewing*

Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing* (MI) menuntut konselor tidak hanya menguasai teknik komunikasi, tetapi juga memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Kecerdasan emosional menjadi landasan penting bagi konselor dalam membangun hubungan terapeutik

yang kuat dengan konseli, karena melalui kemampuan ini konselor mampu mengenali, memahami, dan mengelola emosi, baik emosi diri sendiri maupun emosi klien. Sebagaimana dengan prinsip konseling individu menurut Prayitno (Sulistiyani & Wastuti, 2024:8) menyatakan bahwa keberhasilan hubungan konseling sangat ditentukan oleh kualitas penerimaan dan kehangatan dari konselor terhadap konselinya. Dalam praktik *Motivational Interviewing*, konselor dituntut untuk hadir secara penuh, menunjukkan empati secara tulus, serta bersikap reflektif terhadap proses konseling yang berlangsung.

Pendekatan *Motivational Interviewing* memiliki empat prinsip utama yang menjadi pilar dalam membangun perubahan perilaku konseli yaitu:

- a. Mengekspresikan empati, yang berarti konselor perlu menampilkan sikap penerimaan tanpa menghakimi, serta mengkomunikasikan pemahaman mendalam atas perasaan dan sudut pandang konseli. Prinsip ini sejalan dengan konsep hubungan empatik yang dijelaskan oleh Carl Rogers, di mana empati menjadi prasyarat dalam membantu klien mencapai pemahaman diri secara lebih utuh. Miller dan Rollnick (Mulawarman et al., 2021:383) menekankan bahwa empati merupakan inti dari komunikasi motivasional karena mampu membangun kepercayaan dan kenyamanan emosional bagi konseli.
- b. Mengembangkan kesenjangan (*developing discrepancy*), merujuk pada keterampilan konselor dalam membantu konseli menyadari adanya perbedaan antara perilaku saat ini dengan nilai atau tujuan hidup yang mereka inginkan. Pendekatan ini mendorong kesadaran internal konseli bahwa terdapat jarak antara kondisi sekarang dengan kondisi ideal yang diharapkan, sehingga memunculkan motivasi untuk berubah. Sebagaimana dijelaskan oleh Nareswari et al. (2020:127), kesenjangan ini dibentuk melalui dialog reflektif yang tidak memaksa, tetapi mengajak klien berpikir dan merasa secara mendalam terhadap konsekuensi dari pilihannya.
- c. Menerima penolakan (*rolling with resistance*), di mana konselor tidak melawan langsung resistensi yang muncul dari konseli, tetapi meresponsnya secara adaptif dan tidak konfrontatif. Penolakan dalam konseling sering kali muncul sebagai bentuk pertahanan diri akibat pengalaman traumatis atau rasa tidak percaya. Keterampilan konselor dalam menerima dan merespons penolakan dengan empati dan kesabaran akan memulihkan rasa aman dan kepercayaan dalam hubungan konseling. Menurut Martin (Samad et al.,

n.d.:47), sikap ini akan membantu konseli membuka diri secara lebih perlahan dan bertahap, yang pada akhirnya memperlancar proses perubahan perilaku.

- d. Mendukung efikasi diri (*supporting self-efficacy*), merupakan aspek krusial dalam *Motivational Interviewing* karena menyangkut kepercayaan konseli terhadap kemampuannya untuk berubah. Bandura (Nurita et al., 2023:239) menyatakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu bahwa dirinya mampu mengorganisir dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks konseling, konselor perlu memberikan dorongan positif, mengakui pencapaian kecil klien, dan membantu klien menyadari bahwa perubahan berada dalam kendali mereka sendiri. Pemberian afirmasi yang realistis dan dukungan emosional secara konsisten akan memperkuat keyakinan konseli bahwa dirinya mampu menjalani perubahan hidup secara mandiri.

3. Analisis Fungsi konseling individual dalam Teknik *Motivational Interviewing*

Kegiatan konseling individual di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati bertujuan untuk memperkuat ketahanan psikologis klien agar mampu menghadapi berbagai tantangan hidup. Melalui proses ini, konselor membimbing klien untuk mengenali diri secara lebih mendalam, memahami permasalahan yang dihadapi, serta merancang langkah konkret menuju perubahan positif. Tujuan utamanya tidak hanya terletak pada pemulihan perilaku, tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup secara menyeluruh, terdapat fungsi konseling individual dalam Teknik *Motivational Interviewing*

- a. Fungsi pemahaman dalam layanan konseling individual di yayasan ini sejalan dengan konsep dari Ahmad Putra (2019), yang menekankan pentingnya pemahaman mendalam terhadap kondisi psikologis klien sebagai dasar dalam merancang pendekatan yang tepat. Melalui asesmen awal dan hubungan terapeutik yang hangat, konselor dapat memperoleh gambaran holistik tentang klien, termasuk faktor-faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi perilakunya selama masa rehabilitasi.
- b. Fungsi mengatasi masalah tercermin dalam pemberdayaan klien untuk menemukan solusi atas permasalahan yang mereka hadapi, bukan sekadar menerima solusi dari konselor. Pendekatan ini menunjukkan kesesuaian dengan prinsip *Motivational Interviewing* (MI), yang mendorong munculnya

motivasi intrinsik dan mengatasi ambivalensi dalam diri klien (Kurnia Sandi & Noviza, 2023:954). Dalam konteks ini, konselor berperan sebagai fasilitator, bukan pengendali, yang membimbing klien secara reflektif agar mampu mengambil keputusan dengan keyakinan diri yang lebih kuat.

- c. Fungsi pengembangan layanan yang dijalankan melalui pelatihan keterampilan, pembinaan spiritual, dan aktivitas terstruktur merupakan bagian dari penguatan efikasi diri. Bandura (Nurita et al., 2023:239) menyatakan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan (*mastery experience*) dan dukungan sosial-verbal (verbal persuasion), dua elemen yang hadir secara nyata dalam kegiatan yayasan. Ketika klien diberi ruang untuk mengembangkan potensi dan mendapatkan penguatan positif, mereka akan merasa lebih mampu dan percaya diri dalam menghadapi tantangan hidup.
- d. Fungsi pencegahan dalam konseling yang berfokus pada edukasi risiko relaps sangat berkaitan dengan prinsip antisipatif dari tujuan konseling individu, yaitu membekali klien dengan keterampilan dan kesadaran untuk menghindari masalah di masa depan (Sujarwo & Khoirunnisa, 2024). Hal ini mencerminkan fungsi preventif dalam kerangka konseling modern yang tidak hanya menangani masalah yang telah terjadi, tetapi juga mencegah kemunculan masalah baru melalui peningkatan kesadaran dan ketahanan psikologis.
- e. Fungsi advokasi menunjukkan dimensi etis dan sosial dari praktik konseling, yakni membela hak serta kepentingan klien yang seringkali terpinggirkan akibat stigma sebagai pecandu narkoba. Sebagaimana yang dijelaskan dengan pendapat Ahmad Putra (2019) bahwa konseling memiliki peran dalam memperjuangkan keadilan sosial bagi klien. Menurut Bandura (Damayanti & Wustari L Mangundjaya, 2023:156) Dalam praktiknya, advokasi ini memperkuat efikasi diri klien melalui aspek keyakinan diri dan pengambilan Keputusan, sehingga mendorong klien untuk bangkit dan menjalani hidup yang lebih bermakna.

4. Analisis Asas konseling individual dalam pendekatan *Motivational Interviewing*

Asas-asas dalam konseling individual yang diterapkan dalam pendekatan *Motivational Interviewing* (MI) di Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana setiap asas yang diangkat tidak hanya mendukung proses intervensi psikologis

yang efektif, namun juga menjadi fondasi bagi terbentuknya relasi terapeutik yang sehat dan memberdayakan klien.

- a. Asas kerahasiaan merupakan landasan fundamental dalam praktik konseling individual. Menurut Dewany (2023:67), asas ini menjamin bahwa informasi yang diungkapkan klien selama sesi konseling tidak disebarluaskan tanpa persetujuan. Hal ini menciptakan rasa aman dan kepercayaan antara konselor dan konseli, yang sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif untuk eksplorasi diri. Menurut Miller dan Rollnick (Nareswari et al., 2020:127) Dalam suasana aman ini menjadi prasyarat untuk menumbuhkan motivasi intrinsik klien dalam proses perubahan
- b. Asas kesukarelaan dan keterbukaan menekankan pentingnya kesadaran dan kemauan klien dalam mengikuti proses konseling. Dalam *Motivational Interviewing*, hal ini sangat krusial karena perubahan yang berkelanjutan hanya dapat dicapai jika berasal dari dorongan internal klien, bukan paksaan dari luar (Samad et al., n.d.). Sulistyani & Wastuti (2024:8) menegaskan bahwa keterbukaan hanya dapat tercipta dalam hubungan konseling yang setara, di mana klien merasa dihargai dan tidak dihakimi. Konselor dalam *Motivational Interviewing* berperan sebagai fasilitator yang membimbing klien melalui percakapan reflektif untuk menemukan solusinya sendiri.
- c. Asas kekinian dan keaktifan menunjukkan relevansi pendekatan konseling terhadap dinamika kehidupan klien saat ini. Dalam praktik *Motivational Interviewing*, konselor menggunakan teknik pertanyaan terbuka dan refleksi yang memungkinkan klien mengeksplorasi permasalahan sesuai konteks aktual mereka (Mulawarman et al., 2021:383). Penyesuaian pendekatan dengan gaya berpikir dan kondisi sosial klien terutama generasi muda menunjukkan bahwa konselor memahami pentingnya komunikasi yang kontekstual dan responsif. Sujarwo & Khoirunnisa (2024) menambahkan bahwa konseling yang efektif adalah yang mampu menjangkau realitas personal klien secara langsung dan aktif.
- d. Asas kenormatifan dan keahlian menjadi pengingat bahwa konselor harus bekerja berdasarkan kode etik dan kompetensi profesional. Konselor dituntut tidak hanya memiliki empati, tetapi juga pengetahuan dan keterampilan dalam menangani isu kompleks seperti trauma atau kecanduan (Ahmad Putra, 2019:104). Dalam Miller dan Rollnick *Motivational Interviewing*, keahlian

konselor tercermin dalam kemampuannya menyeimbangkan empati dengan ketegasan, serta dalam keterampilan mendorong klien mengatasi ambivalensi yang mereka alami (Nareswari et al., 2020:127).

Penerapan asas-asas tersebut menunjukkan bahwa pendekatan *Motivational Interviewing* di Yayasan Elkana telah terintegrasi dengan baik ke dalam praktik konseling individual. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada pemulihan perilaku adiktif, melainkan juga berupaya membangun kembali identitas dan efikasi diri klien melalui relasi yang etis, kolaboratif, dan kontekstual. Pendekatan ini memperkuat fungsi konseling sebagai sarana transformasi psikologis yang berkelanjutan dan berorientasi pada nilai-nilai personal klien.

B. Kondisi Efikasi diri klien sebelum dan sesudah mengikuti konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing*

Kondisi efikasi diri klien sebelum mengikuti konseling individu berbasis *Motivational Interviewing* (MI) di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati berada dalam kategori rendah. Hal ini dapat dilihat dari sikap klien yang menunjukkan rasa takut, enggan terbuka, serta keyakinan diri yang lemah terhadap kemampuan mereka untuk berubah dan menjalani kehidupan tanpa narkoba. Efikasi diri secara teoritis diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kapasitas dirinya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Nurita et al., 2023:239). Individu dengan efikasi diri rendah cenderung melihat tantangan sebagai ancaman, merasa tidak berdaya, dan kurang mampu mengelola tekanan psikologis secara adaptif.

Faktor utama penyebab rendahnya efikasi diri klien berasal dari pengalaman ditolak oleh lingkungan sosial, khususnya keluarga, serta adanya perasaan marah dan terasing. Hal ini diperkuat oleh pandangan Damayanti dan Mangundjaya (2023:156), yang menyatakan bahwa efikasi diri sangat dipengaruhi oleh pengalaman emosional individu, terutama yang berkaitan dengan dukungan sosial dan penghargaan diri. Dalam konteks pecandu narkoba, rasa keterasingan dari keluarga dan perasaan tidak berharga kerap memicu penurunan rasa percaya diri serta ketidakmampuan untuk memproyeksikan masa depan yang lebih sehat dan positif.

Kecenderungan klien untuk menolak keterlibatan awal dalam proses konseling menunjukkan kurangnya kesiapan dalam menghadapi perubahan. Sebagaimana dengan penjelasan Mulawarman et al. (2021:383), yang menjelaskan bahwa individu

dengan efikasi diri rendah menunjukkan resistensi terhadap perubahan karena belum percaya bahwa mereka mampu mengatasi tekanan atau mengubah perilaku yang telah menjadi kebiasaan. Dalam kasus ini, tahapan awal seperti asesmen dan proses pendekatan informal sangat penting untuk mengenali pola pikir dan latar belakang klien, sehingga pendekatan *Motivational Interviewing* dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kesiapan psikologis masing-masing individu.

Rendahnya efikasi diri juga ditandai oleh minimnya kontrol diri terhadap emosi dan impuls, serta ketergantungan terhadap pengaruh kelompok. Kurnia Sandi dan Noviza (2023:954) menyebutkan bahwa klien rehabilitasi narkoba umumnya mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan karena belum memiliki kepercayaan diri yang kuat dan belum mampu mengelola emosi dalam situasi stres. Dalam konteks ini, kehadiran konselor sangat diperlukan untuk membangun hubungan yang suportif dan memfasilitasi eksplorasi nilai-nilai positif yang masih dimiliki klien. Setelah mengikuti konseling dengan pendekatan *Motivational Interviewing* secara bertahap, terjadi peningkatan signifikan pada dimensi efikasi diri klien, terutama dalam hal keterbukaan terhadap perubahan, pengambilan keputusan, dan kemampuan mengelola tekanan. Teknik MI, sebagaimana dijelaskan oleh Nareswari et al. (2020:127), dirancang untuk menggali motivasi intrinsik dan memperkuat persepsi diri klien terhadap kemampuannya untuk berubah. Proses ini dilakukan melalui dialog reflektif yang empatik dan kolaboratif, tanpa paksaan, sehingga klien merasa dihargai dan memiliki kendali terhadap arah hidupnya sendiri.

Dengan adanya pendekatan yang tepat, seperti *Motivational Interviewing*, konseling individu tidak hanya berperan dalam membantu klien keluar dari ketergantungan narkoba, tetapi juga menjadi sarana untuk membangun kembali kepercayaan diri dan rasa keberdayaan yang sempat hilang. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa efikasi diri bukanlah atribut tetap, melainkan kapasitas psikologis yang dapat dikembangkan melalui interaksi yang positif, dukungan emosional, dan penguatan terhadap nilai-nilai diri. Pelaksanaan konseling berbasis MI sangat relevan dalam konteks rehabilitasi pecandu narkoba karena mampu menyentuh aspek motivasional dan personal yang paling mendasar.

1. Analisis kondisi Efikasi diri klien sebelum mengikuti konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing*

Sebelum mengikuti konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* (MI), klien-klien di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati seperti DP, HSS, MLT, RS, dan KD menunjukkan kondisi efikasi diri yang tergolong rendah. Secara umum, mereka mengalami krisis kepercayaan diri, perasaan tidak berdaya, dan kecenderungan untuk menghindari tantangan. Hal ini menggambarkan karakteristik efikasi diri rendah sebagaimana yang dijelaskan oleh Nurita (2023:239), yaitu ketidakpercayaan terhadap kemampuan pribadi dalam menghadapi tekanan psikologis dan sosial.

Klien DP, contohnya, memperlihatkan gejala penolakan terhadap situasi rehabilitasi, merasa marah terhadap keluarganya, dan menganggap dirinya dibuang. Sikap ini menunjukkan bahwa DP mengalami penurunan makna hidup dan kehilangan arah. Menurut Damayanti dan Mangundjaya (2023:156), pengalaman ditolak secara emosional oleh lingkungan dekat, seperti keluarga, dapat menjadi pemicu utama penurunan efikasi diri karena klien tidak lagi merasa dihargai atau memiliki dukungan sosial yang cukup untuk bangkit dari keterpurukan.

HSS, di sisi lain, menunjukkan kecemasan sosial yang tinggi, rasa takut untuk terbuka, dan kekhawatiran bahwa dirinya tidak akan mampu menjalani hidup tanpa narkoba. Ketakutan ini memperlihatkan adanya kegagalan dalam membangun kontrol diri, yang menjadi bagian dari komponen utama efikasi diri menurut Nareswari. (2020:127). Ketika seseorang tidak mampu mengendalikan emosinya dan takut terhadap perubahan, maka kemungkinan untuk bertahan dalam proses pemulihan pun menjadi lebih kecil.

MLT juga memperlihatkan gejala yang serupa. MLT merasa tidak memiliki harapan dan tidak layak untuk menerima bantuan. MLT menganggap bahwa dirinya “tidak pantas diselamatkan”. Sikap ini menunjukkan kerusakan pada dimensi harga diri dan keberdayaan pribadi, yang menurut Kurnia Sandi & Noviza (2023:954), dapat melemahkan motivasi internal. Rendahnya *self-worth* ini membuat klien sulit melihat potensi dalam dirinya dan menolak segala bentuk perubahan sebagai sesuatu yang mungkin.

Sementara itu, RS menunjukkan sikap pasif dan enggan mengambil keputusan. RS lebih banyak bergantung pada arahan orang lain dan merasa tidak mampu mengelola kehidupannya sendiri. Kondisi ini berkaitan erat dengan teori dari

Mulawarman (2021:383), yang menyebutkan bahwa rendahnya efikasi diri menyebabkan ketergantungan tinggi terhadap lingkungan, serta kurangnya keberanian dalam mengambil inisiatif. RS merasa dirinya gagal karena berbagai tekanan hidup dan tidak melihat ada solusi yang datang dari dalam dirinya sendiri.

KD, meskipun tampak lebih tenang secara emosional, sebenarnya menyimpan rasa takut yang mendalam terhadap penolakan sosial dan kembali ke lingkungan lamanya. KD menghindari konflik, menutup diri, dan belum menunjukkan keberanian untuk membayangkan masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri KD masih bersifat rapuh dan belum berkembang secara utuh. Efikasi diri yang belum terbentuk secara optimal akan membuat individu kesulitan untuk membangun rencana hidup yang mandiri, sebagaimana diuraikan dalam model efikasi diri oleh Bandura (Nurita et al., 2023:239).

2. Analisis kondisi efikasi diri klien setelah mengikuti konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing*

Setelah mengikuti sesi konseling individu dengan pendekatan *Motivational Interviewing* (MI), klien di Yayasan Rehabilitasi Elkana Gunungpati menunjukkan peningkatan signifikan dalam aspek efikasi diri. Perubahan ini terlihat jelas pada lima klien yaitu DP, HSS, MLT, RS, dan KD. Secara umum, mereka mulai menunjukkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan, mengelola emosi, dan membuat keputusan secara mandiri. Hal ini sesuai dengan penjelasan Nurita et al. (2023:239) bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menjalani dan menyelesaikan tugas-tugas yang penting dalam kehidupan, termasuk dalam proses pemulihan dari ketergantungan narkoba.

Klien DP mengalami peningkatan pada aspek ketegasan diri dan kemampuan mengambil keputusan. KD mulai menata kembali arah hidupnya dan menunjukkan keberanian untuk memutus hubungan dengan lingkungan lama yang negatif. Perubahan ini mencerminkan fungsi konseling *Motivational Interviewing* dalam menumbuhkan motivasi intrinsik dan kesadaran diri, seperti yang dijelaskan oleh Kurnia Sandi & Noviza (2023:954), bahwa teknik *Motivational Interviewing* dapat membangkitkan dorongan internal untuk berubah dan memperkuat kepercayaan klien terhadap potensi diri mereka.

HSS yang sebelumnya penuh keraguan, kini mulai merancang rencana masa depan dan menyusun langkah konkret seperti membuka usaha kecil. HSS mulai

terbuka dalam proses konseling, berani mengungkapkan pendapat, dan mampu merespons tekanan secara lebih tenang. Menurut Nareswari et al. (2020:127), efikasi diri yang meningkat akan memperkuat kemampuan individu dalam mengelola stres serta membentuk sikap positif dalam menghadapi masalah.

MLT menunjukkan kemajuan dalam hal pengelolaan emosi dan pemaknaan diri. MLT mampu menyalurkan emosinya melalui cara-cara yang lebih sehat dan spiritual, seperti menyendiri secara positif, berdoa, dan berdialog reflektif dengan konselor. Proses ini mencerminkan bahwa teknik *Motivational Interviewing* berhasil menyentuh aspek spiritual konseli, yang menurut Mulawarman et al. (2021:383), sangat penting untuk mendorong transformasi psikologis jangka panjang dalam rehabilitasi penyalahgunaan zat.

RS, yang sebelumnya sangat pasif, mulai menunjukkan inisiatif untuk ikut serta dalam kegiatan harian di yayasan dan mulai membuat keputusan kecil dalam hidupnya. Meskipun perubahan yang ditunjukkan belum terlalu kuat dalam aspek motivasi belajar, namun RS mulai menunjukkan tanda-tanda berkembangnya efikasi diri melalui keterlibatan aktif dan keberanian untuk berpendapat. Ini menunjukkan bahwa proses *Motivational Interviewing* mampu menjangkau klien dengan tingkat resistensi tinggi, sebagaimana ditegaskan oleh Damayanti & Mangundjaya (2023:156), bahwa efikasi diri dapat dibangun secara bertahap melalui dukungan emosional dan penguatan pengalaman keberhasilan kecil.

KD, di sisi lain, memperlihatkan perkembangan paling menyeluruh. KD mulai memiliki motivasi belajar, menjadi pribadi yang suportif terhadap klien lain, serta mampu mengelola emosinya dengan baik. KD bahkan menunjukkan potensi sebagai peer counselor dalam kelompok kecil, menandakan bahwa efikasi diri sosialnya meningkat. Menurut teori efikasi diri sosial yang disampaikan oleh Nurita (2023), individu yang telah melewati proses reflektif dan mendapatkan afirmasi dari lingkungannya akan lebih mudah mengembangkan kepercayaan untuk berkontribusi secara sosial.

Teknik *Motivational Interviewing* efektif dalam meningkatkan efikasi diri klien melalui proses yang empatik, eksploratif, dan berfokus pada penguatan motivasi internal. Perubahan positif yang dialami kelima klien menunjukkan bahwa pendekatan ini berhasil menumbuhkan keyakinan diri, kemampuan mengelola tekanan, serta komitmen dalam menjalani kehidupan bebas dari ketergantungan narkoba. Penerapan

Motivational Interviewing yang konsisten dan kontekstual dapat menjadi strategi yang tepat dalam penguatan ketahanan psikologis individu dalam program rehabilitasi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI) terbukti mampu dalam membentuk efikasi diri pada klien pecandu narkoba. Proses konseling ini dilaksanakan dengan pendekatan yang empatik, kolaboratif, dan berpusat pada klien, dimana konselor tidak hanya menjadi fasilitator perubahan, tetapi juga pendamping yang memberikan ruang aman bagi klien untuk mengeksplorasi diri dan mengungkapkan emosinya tanpa tekanan.

Teknik MI mendorong klien untuk membangkitkan motivasi dari dalam dirinya, melalui tahapan-tahapan yang terstruktur mulai dari membangun hubungan, menentukan arah, membangkitkan motivasi internal, hingga merancang rencana tindakan yang konkret. Dalam praktiknya, klien dibantu untuk mengidentifikasi nilai dan tujuan hidupnya, menyadari kemampuan yang dimiliki, serta didorong untuk menghadapi tantangan secara aktif dan bertanggung jawab. Pelaksanaan konseling dengan MI juga menunjukkan peningkatan dalam aspek-aspek efikasi diri, seperti kepercayaan diri, kemampuan mengelola stres, kemauan menghadapi tantangan baru, dan kegigihan dalam menjalani proses pemulihan. Selain itu, pendekatan ini turut memperkuat kapasitas klien dalam mengambil keputusan yang tepat serta meningkatkan keterampilan pengelolaan emosi.

Hasil dari proses ini menunjukkan bahwa sebelum mengikuti konseling, mayoritas klien memiliki efikasi diri yang rendah ditandai dengan ketidakmampuan mengelola stres, keraguan dalam menghadapi tantangan, serta minimnya motivasi dan keyakinan diri. Namun, setelah menjalani konseling dengan teknik MI, terjadi peningkatan signifikan dalam aspek-aspek efikasi diri, termasuk kepercayaan diri, kemampuan mengambil keputusan, dan regulasi emosi. Dukungan yang diberikan oleh konselor melalui pendekatan yang reflektif, suportif, dan tidak menghakimi turut membantu klien merasa lebih diterima dan berdaya. Oleh karena itu, teknik *Motivational Interviewing* layak dipertimbangkan sebagai strategi intervensi psikologis yang dapat memperkuat proses pemulihan dan memfasilitasi transformasi positif dalam diri klien pecandu narkoba.

B. Saran

1. Saran bagi klien Diharapkan klien dapat menjalani rehabilitasi dengan kesungguhan dan niat yang kuat, serta berusaha mengendalikan diri agar tidak kembali terjerumus dalam penyalahgunaan narkoba
2. Saran untuk Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang adalah untuk menambah konselor atau medatangkan konselor lagi biar tidak kecapean mengurus klien
3. Saran bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing*, disarankan untuk memperdalam pemahaman mengenai topik ini secara lebih mendalam. Selain itu, penting untuk meneliti efikasi diri seseorang dengan pendekatan yang lebih sesuai, khususnya dalam konteks layanan bimbingan dan konseling. Hal ini dapat dilakukan dengan memilih metode serta instrumen penelitian yang lebih akurat agar hasil yang diperoleh lebih optimal. Dengan begitu, penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang lebih besar serta memiliki dampak yang lebih luas bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974–980. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Alfansyur, A., & Mariyani. (2020). Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik , Sumber Dan Waktu pada Penelitian Pendidikan Sosial. *Historis*, 5(2), 146–150.
- Amalia Zahrah, A., Dian Pratiwi, I., Fahmy Dalimunthe, S., Feronika Nababan, L., & Natalina Br Ginting, S. (2024). *Konseling Individual Untuk Perencanaan Karir Siswa*. 2(5), 310–320.
- Cahyadi, W. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri terhadap keberhasilan*. PT inovasi pratama internasional.
- Damayanti, C. A. D., & Wustari L Mangundjaya. (2023). Efikasi Diri (Self-Efficacy) Sebagai Prediktor Kepuasan Hidup. *Ezra Science Bulletin*, 1(2), 153–165. <https://doi.org/10.58526/ez-sci-bin.v1i2.23>
- Dewany, R., Hariko, R., & Karneli, Y. (2023). Teknik Penstrukturan Dalam Layanan Konseling Individual. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(2), 62–69.
- Dewi, Y. P., & Mugiarto, H. (2020). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Efikasi Diri Dalam Memecahkan Masalah Melalui Konseling Individu Di Smk Hidayah Semarang. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 29. <https://doi.org/10.22373/je.v6i1.5750>
- El-fikri, D. N. S., Maulina, A. S., Ratu, A., Asri, K., Masfia, I., & Fahmi, Z. (2024). *Navigating communication barriers : The role of family dynamics in deaf adolescents ' social interaction*. 5(1).
- Handayani, R. (2020). Metode Penelitian Sosial. In *Bandung* (Issue September).
- Hartono, I., & Ilyasin, M. (2025). *Gaya Kepemimpinan Kepala Madrasah dalam Mengembangkan Budaya Kerja Guru*. 5(1), 86–96.
- Hasan, H. (2022). Pengembangan Sistem Informasi Dokumentasi Terpusat Pada STMIK Tidore Mandiri. *Jurasik (Jurnal Sistem Informasi Dan Komputer)*, 2(1), 23–29. <http://ejournal.stmik-tm.ac.id/index.php/jurasik/article/view/32>
- Hidayanti, E., Hikmah, S., Wihartati, W., & Handayani, M. R. (2016). Kontribusi Konseling Islam Dalam Mewujudkan Palliative Care Bagi Pasien Hiv/Aids Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. *Religia*, 19(1), 113. <https://doi.org/10.28918/religia.v19i1.662>

- Huda, M. N. (2021). Factors Caused About Narcotics Abuse Among Youth in Pamekasan District. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 07, 2442–6873.
- Husni, M., & Kunci, K. (n.d.). *Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme*.
- Huuriyyah, F., & Bakti, C. P. (2022). Strategi Layanan Konseling Individual Teknik Motivational Interviewing Untuk Mengembangkan Motivasi Belajar Peserta Didik. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pelaksanaan Program Pengenalan Lapangan Persekolahan*, 2(1), 40–45.
- Imron Masyhuri, Dwi S, et. a. (2022). Survei Nasional Penyalahgunaan Narkoba 2021. *Pusat Penelitian , Data, Dan Informasi Badan Narkotika Nasional*, 2(3), 405.
- Indriani, I., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2022). Effectiveness of Solution-Focused Brief Counseling and Motivational Interviewing in Improving Students' Self-Disclosure. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 81–88. <https://doi.org/10.17977/um001v7i22022p81-88>
- Jateng, H. (2023). *Pemprov Jateng Dorong Sinergi Seluruh Elemen Perkuat Pemberantasan Narkoba*. BNN Jateng. https://humas.jatengprov.go.id/detail_berita_gubernur?id=8421
- Kendari, I., Sultan, J., No, Q., & Fax, T. (2023). *Konseling Individual Dengan Teknik Motivational Interviewing (Mi) Pada Pasien Rawat Jalan Di Poliklinik Pratama Addiction Recovery Bnn*. 3(1), 51–58.
- Kibtyah, M. (2017). Pendekatan Bimbingan Dan Konseling Bagi Korban Pengguna Narkoba. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 35(1), 52–77. <https://doi.org/10.21580/jid.v35.1.1252>
- Kurnia Sandi, R., & Noviza, N. (2023). Implementasi Teknik Motivational Interviewing Untuk Meningkatkan Motivasi Mengaji Pada Remaja Di Desa Geramat Kabupaten Lahat. *Humaniora Dan Seni (JISHS)*, 01(4), 951–956. <http://jurnal.minartis.com/index.php/jishs>
- Lukman, G. A., Alifah, A. P., Divarianti, A., & Humaedi, S. (2022). Kasus Narkoba Di Indonesia Dan Upaya Pencegahannya Di Kalangan Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 405. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.36796>
- Mahanum, M. (2021). Tinjauan Kepustakaan. *ALACRITY : Journal of Education*, 1(2), 1–12. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v1i2.20>
- Mardia, B. (2022). *Penerapan Konseling Individual Untuk Mengatasi*. 02(02), 95–99.
- Marten, R. R., Aulania, A. F., Indahsari, H. P., Rahmi, P. A., Ratnasari, F., Yasin, J. A., Wiyono, B. D., & Nursilowati, L. (2024). Implementasi Konseling Individu Solution Focused Brief Therapy (SFBT) untuk Menurunkan Agresifitas Verbal Siswa. *Edukatif*:

- Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(3), 1909–1919. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.6566>
- Maulida, D., & Khairulyadi. (2019). Relapse pada Pecandu Narkoba Pasca Rehabilitasi (Studi Kasus pada Pecandu di Yakita Aceh). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsiyah*, 4(4), 1689–1699.
- Mawaddah, H. (2021). Analisis Efikasi Diri pada Mahasiswa Psikologi Unimal. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(2), 19. <https://doi.org/10.29103/jpt.v2i2.3633>
- Millah, A. S., Apriyani, Arobiah, D., Febriani, E. S., & Ramdhani, E. (2023). Analisis Data dalam Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 140–153.
- Mintawati, H., & Budiman, D. (2021). Bahaya Narkoba Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Abdi Putra*, 1(2), 27–33. <https://doi.org/10.52005/abdiputra.v1i2.95>
- Mughni, S., & Muhammad Marzuk. (2022). TAFSIR AYAT PSIKOLOGI, Memaknai Ayat Al-Qur'an Tentang Resiliensi Jiwa Dan Urgensinya Dalam Kehidupan Sosial. *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 5(4), 101–114. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v5i4.319>
- Mulawarman, Mayang T, A. (2020). *Motivational Interviewing: Konsep dan Penerapannya*. KENCAN A Jl.TamboraRaya No.23 Rawamangun-Jakarta.
- Mulawarman, Dahriyanto, L. F., Antika, E. R., Nugraheni, E. P., Mulyawati, V., & Waluyan, V. A. (2021). Peningkatan Keterampilan Konseling melalui Pelatihan Online Strategi Motivational Interviewing (MI) bagi Konselor Sekolah di Kota Semarang. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(19), 381–387. <http://journal.ilinstitute.com/index.php/caradde/article/view/648>
- Muliati, E., & Soetikno, N. (2022). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP SELF EFFICACY PADA*. 1005–1012.
- Murtadho, A., Hussain, S. M., Perhan, R. A. R., & Ahmad, I. Bin. (2022). The effectiveness of the Aggression Replacement Training (ART) model to reduce the aggressive level of madrasah aliyah students. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 3(1), 70–93. <https://doi.org/10.21580/jagc.2022.3.1.11788>
- Mustika, D., Fajarini, H., & Muldiyana, T. (2020). Evaluasi Pelayanan Obat Non Resep Di Apotek Manjur Desa Petunjunan. *Jurnal Ilmiah JOPHUS: Journal Of Pharmacy UMUS*, 1(02), 5–12. <https://doi.org/10.46772/jophus.v1i02.131>
- Muttaqin, M. A., Murtadho, A., & Umriana, A. (2017). Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Lrc-Kjham Semarang. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 177. <https://doi.org/10.21580/sa.v11i2.1454>

- Nahdalipa, N. F., & Gobel, F. A. (2021). Pengaruh Motivational Interviewing Terhadap Self-Efficacy Penyalahguna Narkoba Di Klinik Pratama Adi Pradana BNN Provinsi Sulawesi Selatan. *Journal of Muslim Community Health (JMCH)*, 2(2), 58–71.
- Namora Lumongga Lubis. (2011). *MEMAHAMI DASAR-DASAR KONSELING DALAM TEORI DAN PRAKTIK* (pertama). KENCANA.
- Nareswari, S. R., Khairi, A. M., & Nafi', A. (2020). Konseling Individual dengan Teknik Motivational Interviewing untuk Menangani Penyesuaian Sosial pada Remaja Tindak Pidana Pencurian di Yayasan Sahabat Kapas Karanganyar. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 4(1), 123–137. <https://doi.org/10.21043/konseling.v4i1.7362>
- Narkoba, P., Sentra, D. I., & Pakuan, G. (2024). *Prefix DOI : 10.3287/ljpbk.v1i1.325.* 2(2), 1–10.
- Nazareth, D. T. E., Wijaya, A. M., & ... (2024). Upaya Sekolah Dan Guru Dalam Mengatasi Hambatan Mata Pelajaran Ips Era Pandemi Covid-19 Pada Siswa (Studi Kasus Kelas Viii A) Smp Negeri 3. ... *Jurnal Pendidikan Sejarah ...*, 5. <https://jurnal.unipar.ac.id/index.php/sandhyakala/article/view/1620%0Ahttps://jurnal.unipar.ac.id/index.php/sandhyakala/article/download/1620/1339>
- Nia Aulia Rahmawati. (2023). *Penerapan Konseling Individu Teknik Motivational Interviewing untuk Mengurangi Adiksi Game Online pada Peserta Didik SMP di Surabaya* *PENERAPAN KONSELING INDIVIDU TEKNIK MOTIVATIONAL INTERVIEWING UNTUK MENGURANGI ADIKSI GAME ONLINE PADA PESERTA DIDIK SMP D.* 84–92.
- Nihayah, U., Manggarani, M., & Mintarsih, W. (2024). *Islamic spiritual guidance as a solution to the problem of spiritual well-being.* 5(1).
- Novitasari, D. (2017). Rehabilitasi Terhadap Terhadap Anak Korban Penyalahgunaan Narkoba. *Jurnal Hukum Khaira Ummah*, 12(4), 917–926. <http://lppm-unissula.com/jurnal.unissula.ac.id/index.php/jhku/article/view/2567>
- Nurita, F. W., Anggraeni, S., Tetuko, H., & Abid, D. F. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Efikasi Diri pada Penyandang Tuna Daksa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 237–243. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/5285%0Ahttps://jptam.org/index.php/jptam/article/download/5285/4397>
- Nurkhasanah, Y. (2017). Persepsi Dan Motivasi Ibu Terhadap Pemilihan Ponpes Sebagai Tempat Pendidikan Bagi Anak. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(1), 1.

<https://doi.org/10.21580/sa.v12i1.1465>

- Otu, M. S., & Onyishi, C. N. (2024). *A culturally nuanced exploration of adolescent career decision-making and mental health challenges*. 5(2).
- Pramesti, M., Ramadhani Putri, A., Hafizh Assyidiq, M., & Azmi Rafida, A. (2022). Adiksi Narkoba: Faktor, Dampak, Dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(2), 355–368. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Pratiwi, R. M. A. (2021). Analisis Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Sd Ditinjau Dari Tingkat Kecerdasan Intelektual. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 4(2), 79–90. <http://repository.upi.edu/54235/>
- Rabbani, M. B., & Rahmasari, D. (2024). *Efikasi Diri Pada Penyintas Narkoba Dalam Mencegah Relapse Self-Efficacy In Drug Survivors In Preventing Relapse Article History*. 11(02), 772–796. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p772-796>
- Ramadhan, M. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(1), 1349–1358. <https://doi.org/10.30829/alirsyad.v14i1.19706>
- Rantekata, N. A., & Nurjannah, N. (2022). Kritik Terhadap Metode Konseling Motivational Interviewing. *Islamika: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 22(01), 96–113. <https://doi.org/10.32939/islamika.v22i01.1095>
- Ratih, E. P., & Utami, M. S. (2019). Efektivitas Terapi Kognitif Perilaku untuk Meningkatkan Efikasi Diri Abstinan NAPZA. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 4(2), 185. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.46327>
- RI, H. B. (2024). *Hani(Hari Anti Narkoba Internasional) Masyarakat Bergerak, Bersama Melawan Narkoba Mewujudkan Indonesia Bersinar*. BNN RI. <https://bnn.go.id/hani-2024-masyarakat-bergerak-bersama-melawan-narkoba-mewujudkan-indonesia-bersinar/>
- Riyadi, A., & Adinugraha, H. H. (2021). The Islamic counseling construction in da'wah science structure. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 2(1), 11–38. <https://doi.org/10.21580/jagc.2021.2.1.6543>
- Roswandi, D. A. (2021). . *Menguji Komitmen Penyuluh KB*. Jejak Pustaka.
- Samad, R., Anwar, A. I., Akbar, F. H., Rahmayani, A., Ilmu, D., & Gigi, K. (n.d.). *The effectiveness of motivational interviewing method in changing the dental and oral health behavior of pregnant women at RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar Efektivitas metode motivational interviewing terhadap perubahan perilaku kesehatan gigi dan mulut ibu*. 46–49. <https://doi.org/10.35856/mdj.v13i1.858>
- Setiawati, A., Ramadhani, D. A., Rustina, Y., Hayati, H., & Huda, M. H. (2025). *Pengaruh edukasi motivational interviewing terhadap efikasi , pengetahuan , perubahan perilaku*

pada masalah kesehatan anak : Tinjauan sistematik. 18(11), 1430–1439.

- Sugiharto, D. Y. P., Hariyadi, S., Amin, Z. N., Mulawarman, M., Muslikah, M., & Nugraheni, E. P. (2019). Pengembangan Kompetensi Konselor Melalui Pelatihan Konseling Motivational Interviewing (Mi) Berbasis Local Wisdom Budaya Jawa. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(2)*, 111–115. <https://doi.org/10.31960/caradde.v1i2.62>
- Suhertina. (2014). *DASAR-DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING*. CV. MUTIARA PESISIR SUMATRA.
- Sujarwo, S., & Khoirunnisa, K. (2024). Peran Konseling Individual Untuk Korban Penyalagunaan Narkoba Di Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Selatan. *Journal of Human And Education, 4(4)*, 908–913.
- Sukandar, W., & Rifmasari, Y. (2022). Bimbingan dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Qur'an Surat An-Nahl ayat 125. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat, 5(1)*, 87–100. <https://doi.org/10.31869/jkpu.v5i1.3302>
- Sulistiyani, & Wastuti, S. N. Y. (2024). Konseling Individual Sebagai Upaya Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Smk Pab 2 Helvetia. *KHIDMAT: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial, 2(1)*, 6–16.
- Syahran, M. (2020). Membangun Kepercayaan Data dalam Penelitian Kualitatif. *Primary Education Journal (Pej), 4(2)*, 19–23. <https://doi.org/10.30631/pej.v4i2.72>
- Yuli W, Y., & Winanti, A. (2019). Upaya Rehabilitasi Terhadap Pecandu Narkoba Dalam Perspektif Hukum Pidana. *ADIL: Jurnal Hukum, 10(1)*. <https://doi.org/10.33476/ajl.v10i1.1069>
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora, 4(1)*, 65–76. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196>

LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Lampiran Draft Wawancara Penelitian

Draft wawancara dengan Ketua Yayasan

1. Bagaimana sejarah Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang dalam menangani masalah penyalahgunaan NAPZA?
2. Apa visi dan misi yayasan dalam menangani pecandu narkoba?
3. Berapa kapasitas klien yang dapat ditampung di yayasan ini?
4. Bagaimana struktur organisasi dan pembagian tugas di yayasan?
5. Apa saja program rehabilitasi yang ditawarkan di yayasan ini?
6. Bagaimana proses penerimaan dan asesmen awal klien?
7. Berapa lama rata-rata masa rehabilitasi yang dijalani klien?
8. Siapa saja yang terlibat dalam pemberian layanan konseling?
9. Bagaimana kualifikasi dan kompetensi konselor yang memberikan layanan?

Draft wawancara dengan Konselor

1. Apa pengertian *motivational interviewing*?
2. Pengalaman saudara dalam melakukan konseling individu dengan menggunakan teknik *motivational interviewing*?
3. Bagaimana proses persiapan yang saudara lakukan sebelum melakukan sesi konseling individu dengan teknik *motivational interviewing*?
4. Bagaimana langkah-langkah yang dilakukan dalam sesi konseling individu dengan menggunakan teknik *motivational interviewing*?
5. Bagaimana menerapkan prinsip-prinsip *motivational interviewing*, seperti mengeksplorasi ambivalensi, menumbuhkan motivasi internal, dan mendukung efikasi diri dalam sesi konseling?
6. Apakah ada tantangan atau kendala yang dihadapi dalam menerapkan teknik *motivational interviewing* pada klien yang merupakan pecandu narkoba?
7. Bagaimana mengevaluasi keberhasilan dan efektivitas sesi konseling individu dengan menggunakan teknik *motivational interviewing*?
8. Apa kelebihan dari teknik *motivational interviewing* dalam meningkatkan efikasi diri pada pecandu narkoba?
9. Apa kekurangan dari teknik *motivational interviewing* dalam meningkatkan efikasi diri pada pecandu narkoba?
10. Bagaimana tahapan MI, penerapan Tahap membangun keterhubungan (*relationship building*), Tahap penentuan arah (*directional establishment*), Tahap pembangkitan motivasi internal (*Internal Motivation Activation*), Tahap penyusunan rencana aksi (*Action Planning*), apakah diterapkan?
11. Bagaimana prinsip MI, penerapan Mengekspresikan empati, Mengembangkan kesenjangan, Menerima penolakan, Mendukung efikasi diri, apakah diterapkan?
12. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*), pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?

13. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*) pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?
14. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*) pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?
15. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*) pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?
16. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*) pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?
17. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Kegigihan (*Persistence*) pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?
18. Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI, Apakah klien sudah menerapkan Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*) pada saat apa dan seperti apa saja contoh sikap yang diterapkan?

Draft wawancara dengan Klien

1. Siapakah nama saudara?
2. Berapakah usia saudara?
3. Dari mana asal saudara?
4. Sejak kapan saudara menggunakan narkoba?
5. Apa yang membuat saudara menggunakan narkoba?
6. Apa jenis narkoba yang saudara konsumsi?
7. Apa yang mendorong saudara untuk mengikuti sesi konseling individu dengan teknik *motivational interviewing*?
8. Bagaimana pendapat saudara tentang proses dan suasana sesi konseling individu dengan teknik *motivational interviewing* yang saudara ikuti?
9. Apakah saudara merasa bahwa teknik *motivational interviewing* membantu saudara dalam menumbuhkan motivasi internal untuk berhenti menggunakan narkoba?
10. Bisakah saudara menjelaskan perubahan yang saudara rasakan dalam hal efikasi diri (kepercayaan diri dan kemampuan untuk menghadapi tantangan) setelah mengikuti sesi konseling individu dengan teknik *motivational interviewing*?
11. Apa manfaat atau dampak positif yang saudara rasakan setelah mengikuti sesi konseling individu dengan teknik *motivational interviewing*?
12. Bagaimana cara saudara mengatasi masalah yang sedang terjadi?
13. Bagaimana cara saudara bisa mengontrol emosi saudara jika ada tantangan yang sedang terjadi?
14. Bagaimana cara saudara mengambil Keputusan? jika ada orang yang menawarkan Kembali narkoba?
15. Bagaimana perasaan saudara pada saat pertama kali mendapatkan pelayanan di sini?
16. Bagaimana perasaan dan sikap saudara pada saat pertama kali mengikuti sesi konseling?

17. Apakah saudara sudah menerapkan Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*), Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
18. Apakah saudara sudah menerapkan Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
19. Apakah saudara sudah menerapkan Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
20. Apakah saudara sudah menerapkan Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
21. Apakah saudara sudah menerapkan Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
22. Apakah saudara sudah menerapkan Kegigihan (*Persistence*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
23. Apakah saudara sudah menerapkan Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?

Draft wawancara dengan Teman Sekamar

1. Siapakah Nama saudara?
2. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Keyakinan Dalam Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Confidence*), Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
3. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Kemampuan Mengatasi Tekanan Dan Stress (*Stress Management*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
4. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Keyakinan Dalam Menghadapi Tantangan Baru (*Facing New Challenges*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
5. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Kemampuan Mengambil Keputusan (*Decision-Making Confidence*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
6. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Motivasi Untuk Belajar Dan Berkembang (*Motivation for Learning and Development*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
7. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Kegigihan (*Persistence*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?
8. Apakah teman sekamar saudara sudah menerapkan Kemampuan Mengelola Emosi (*Emotional Regulation*) Sebelum dan sesudah mendapatkan teknik konseling individu dengan teknik MI?



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185
Telepon (024) 7606405, Faksimill (024) 7606405, Website : www.fakdakom.walisongo.ac.id

Nomor : 98/Un.10.4/K/KM.05.01/01/2025
Hal : **Permohonan Ijin Riset**

Semarang, 5/01/2025

Kepada Yth.
Pimpinan Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Semarang
di Tempat

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Ricy Steve Andriansyah
NIM : 2101016127
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Lokasi Penelitian : Yayasan Rehabilitasi Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati
Judul Skripsi : Konseling Individu Melalui Teknik Motivational Interviewing Untuk Membentuk Efikasi Diri Pada Pecandu Narkoba Di Yayasan Rehabilitas Pondok Pemulihan Elkana Gunungpati

Bermaksud melakukan Riset penggalan data di tempat penelitian pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dekan,
Kepada Bagian Tata Usaha

M. N. TOHA


Tembusan Yth. :
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

Lampiran 1. 3 Lampiran Dokumentasi Penelitian

Dokumentasi dengan Konselor Ibu Ester



Dokumentasi dengan Konselor Bapak Alfons



Dokumentasi dengan Konselor Bapak Halim



Dokumentasi dengan Klien DP



Dokumentasi dengan Klien HSS



Dokumentasi dengan Klien MLT



Dokumentasi dengan Klien RS



Dokumentasi dengan klien KD



Dokumentasi dengan dengan teman sekamar Klien



Dokumentasi dengan dengan teman sekamar Klien



Dokumentasi dengan dengan teman sekamar Klien



Dokumentasi dengan dengan teman sekamar Klien



Dokumentasi dengan dengan teman sekamar Klien



DAFTAR RIWAYAT HIDUP



1. Nama Lengkap : Ricy Steve Andriansyah
2. NIM : 2101016127
3. Tempat, Tanggal Lahir : Tegal, 06 Januari 2003
4. Alamat : Desa Lebeteng Kecamatan Tarub RT 04/RW 01
5. Jenis Kelamin : Laki-Laki
6. Agama : Islam
7. Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
8. Riwayat Pendidikan :
 - a. TK Aisyiyah Lebeteng
 - b. SD Negeri Lebeteng 02
 - c. SMP Negeri 01 Tarub
 - d. SMK Bina Nusa Slawi
 - e. S1 Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Walisongo Semarang
9. No HP : 085742818054
10. Email : ricysteveandriansyah@gmail.com
11. Instagram : @ricy_stevvxxzzz
12. Facebook : Ricy Steve

Semarang, 2025

Ricy Steve Andriansyah

NIM 2101016127