

Penerapan Hasil Analisis Tindakan Pemberontakan Residen Napza Medan Plus Menggunakan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

Tasya Uli Marsuara Manurung¹, Anita Maisaroh², Yolanda Oktari Br Bangun³, Mario Delo⁴,
Arnold Munthe⁵

^{1,2,3,4,5}Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Sumatera Utara,
Medan, Indonesia

Email: ¹tasyauli695@gmail.com, ²anitammsrh01@gmail.com, ³Yolandaoktari2003@gmail.com,
⁴marriodelooo@gmail.com, ⁵arnoldmunthe914@gmail.com

Abstrak

Penelitian yang dilakukan para anggota kelompok ini, bertujuan untuk menganalisis masalah yang ada di suatu Panti Rehabilitasi Medan Plus. Para anggota kelompok menulis serta merekam bagaimana kegiatan para residen panti dalam memenuhi fungsi sosialnya selama berada di rehabilitas. Tulisan ini menjelaskan salah satu penyebab dari masalah pemberontakan yang di alami para residen saat berada di panti rehab pusat. Pada penelitian ini, para penulis menggunakan suatu metode penelitian kualitatif yaitu wawancara yang dilakukan terhadap pekerja sosial profesional, manager, dan staff pada panti tersebut. Adapun hasil yang di dapatkan dari analisis kasus ini di dapatkan salah satu penyebab pemberontakan yang dilakukan para residen adalah ketidakmampuan diri untuk dapat menempatkan dirinya di panti tersebut karena adanya aturan bahkan pengawasan yang ketat pada residen. Maka, terjadilah sebuah pemberontakan untuk melarikan diri dari tempat itu, oleh karenanya hasil dari penelitian tersebut di dapat sebuah penyelesaian dari penulis yakni dengan memasukkan sebuah terapi dari psikologi yaitu *Cognitive behavior therapy* (CBT) merupakan salah satu terapi kognitif konseling individu yang fokusnya pada masalah individu, diambilnya terapi ini karena penulis fokus pada residen yang memberontak untuk dilakukannya wawancara secara tertutup dengan menggunakan beberapa pertanyaan untuk mengetahui penyebab dari tindakan yang dilakukan oleh para residen selama di rehabilitas.

Kata Kunci: Rehabilitasi, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), Pemberontakan.

Abstract

The research conducted by the members of this group aims to analyze the problems that exist in a Medan Plus Rehabilitation Center. Group members write and record how the activities of the residents of the orphanage fulfill their social functions while in rehabilitation. This writing explains one of the causes of the problem of rebellion experienced by the residents while in the central rehabilitation center. In this study, the authors used a qualitative research method, namely interviews conducted with professional social workers, managers and staff at the orphanage. As for the results obtained from the analysis of this case, it was found that one of the causes of the rebellion by the residents was the inability to be able to place himself in the orphanage because of the rules and even strict supervision of the residents. So, there was an uprising to escape from that place, therefore the results of this research were obtained by a solution from the author, namely by incorporating a therapy from psychology, namely *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) which is one of the individual counseling cognitive therapies that focuses on individual problems. , this therapy was taken because the authors focused on residents who rebelled to conduct closed interviews by using several questions to find out the causes of the actions taken by residents during rehabilitation

Keywords: Rehabilitation, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), Rebellion.

PENDAHULUAN

NAPZA merupakan singkatan dari Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif, NAPZA sendiri merupakan kumpulan zat alami atau pun sintetis yang jika dikonsumsi mampu menyebabkan perubahan signifikan dalam fungsi fisik dan psikis individu serta potensi terjadinya ketergantungan yang serius terhadap penggunaannya. Dampak dari ketergantungan pada NAPZA ini meliputi serangkaian konsekuensi negatif yang dialami oleh individu pemakainya, mulai dari perilaku kriminal hingga tindakan ekstrem seperti kejahatan serius. Penyalahgunaan NAPZA merupakan ancaman serius yang berpotensi mengancam generasi muda karena berdampak negatif pada kelompok usia tersebut. Ancaman ini didasari oleh data dari Badan Narkotika Nasional (BNN) yang menunjukkan peningkatan kasus narkotika yang ditangani oleh lembaga tersebut pada tahun 2022. Terdapat peningkatan sebesar 14,76% dalam jumlah kasus yang berhasil ditangani, dengan jumlah kasus mencapai 879 kasus dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang mencatat 766 kasus. Disampaikan pula bahwa provinsi dengan jumlah kasus narkotika tertinggi di Indonesia pada tahun 2022 adalah Sumatera Utara, dengan total 76 kasus yang ditangani. Selain itu, data menunjukkan bahwa penanganan kasus narkotika oleh BNN cenderung meningkat dari tahun 2009 hingga, dengan total tersangka yang terlibat mencapai 12.137 selama 14 tahun terakhir (Annur, C, M. 2023).

Data tersebut mengindikasikan peningkatan risiko terhadap generasi muda akibat penyalahgunaan NAPZA, yang semakin diperparah dengan fakta bahwa 4,8 juta penduduk rentang usia 15 hingga 64 tahun terpapar narkotika. Berdasarkan informasi dari BNN, terdapat 768 kasus tindak pidana narkotika dengan 1209 tersangka, melibatkan sekitar 4,8 juta penduduk desa dan kota yang menggunakan narkoba dari tahun 2022 hingga 2023 (Adri, A. 2023). Penyebaran pengguna narkoba yang semakin luas di kalangan masyarakat, dari anak-anak hingga orang dewasa, merupakan hal yang sangat mengkhawatirkan. Penyalahgunaan NAPZA memiliki tingkat bahaya yang kompleks dan dapat merusak pola kehidupan keluarga dan masyarakat, serta mengancam keberlangsungan hidup generasi bangsa secara keseluruhan.

Saat ini prevalensi penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja, khususnya pada tahun 2019 saja telah menunjukkan peningkatan yang signifikan di Indonesia. Data dari Kepala Badan Narkotika Nasional (BNN) mencatat bahwa jumlah individu yang terlibat dalam penyalahgunaan narkoba di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 3,6 juta orang. Di mana jumlah tersebut di dalamnya terdapat peningkatan sebesar 24% hingga 28% pada kelompok remaja yang menggunakan narkoba, hal ini tentu menunjukkan bahwa masalah penyalahgunaan narkoba telah menjadi kronis di Indonesia khususnya para remaja (Lukman, G, A. et. al., 2021)

Karakteristik remaja yang sedang dalam proses pencarian identitas seringkali menunjukkan orientasi sosial yang terfokus pada lingkungan teman sebaya, sehingga rentan terhadap pengaruh dan tindakan yang dilakukan oleh teman sebaya mereka. Penyalahgunaan NAPZA di kalangan generasi muda semakin meningkat di Indonesia, perilaku deviant anak muda tersebut dapat membahayakan keberlangsungan generasi bangsa karena ketergantungan pada NAPZA dapat menyebabkan kondisi kecanduan yang menghasilkan ketidaknyamanan bahkan rasa sakit yang parah pada tubuh. Berdasarkan data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (2021), penggunaan NAPZA terutama terjadi di kalangan anak muda berusia 15-35 tahun, dengan 82,4% sebagai pengguna, 47,1% sebagai pengedar, dan 31,4% sebagai kurir. Menurut Indonesia Drugs Report 2022, jenis NAPZA yang paling umum digunakan di Indonesia adalah ganja sebesar 41,4%, sabu sebesar 25,7%, nipam sebesar 11,8%, dan dextro sebesar 6,4% (Humas BNN, 2022).

Narkotika umumnya memiliki efek depresan yang menyebabkan pengguna merasa tenang, merangsang perasaan euforia, dan dapat menyebabkan kantuk atau kehilangan kesadaran. Sementara stimulan, yang digunakan oleh pengguna, dapat mengurangi rasa lelah, meningkatkan detak jantung, menekan nafsu makan, dan merangsang sistem saraf pusat untuk meningkatkan kegairahan. Di sisi lain, halusinogen dapat mengubah persepsi sensorik dan pikiran, menciptakan sensasi palsu atau halusinasi (Windarni, A, 2019). Tentu dari efek-efek tersebut membuat para pemakai akan ketergantungan dan sulit untuk memulihkannya, dengan ketergantungan tersebut justru dapat membuat para pemakai zat adiktif tersebut melakukan hal-hal dan kegiatan seperti perilaku yang buruk dan negatif agar mendapatkan dan memakai kembali zat adiktif yang berbahaya tersebut. Dalam upaya pencegahan dan penanggulangan penyalahgunaan narkoba, pemerintah telah berusaha menangani masalah ini dengan bantuan pihak berwenang dan Badan Narkotika Nasional (BNN).

Pemerintah telah mendirikan fasilitas rehabilitasi NAPZA untuk individu yang ingin pulih dari ketergantungan narkoba, dengan dukungan tenaga ahli, profesional, dan keluarga. Proses rehabilitasi

NAPZA merupakan langkah pemulihan bagi penyalahguna narkoba, di mana individu yang menjalani rehabilitasi disebut sebagai residen. Undang-undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika menegaskan bahwa pecandu narkotika dan korban penyalahgunaan narkotika wajib menjalani rehabilitasi medis dan sosial. Selain itu, penyembuhan pecandu narkotika dapat dilakukan melalui pendekatan keagamaan dan tradisional oleh instansi pemerintah atau masyarakat, sesuai dengan Pasal 57 Undang-Undang tersebut. Pelaksanaan pengobatan, perawatan, dan pemulihan dalam proses rehabilitasi harus disesuaikan dengan jenis dan tingkat keparahan masalah yang dihadapi, sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Pasal 127 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika.

Diketahui bahwa di samping pemerintah, terdapat kelompok masyarakat yang terdiri dari mantan pecandu narkoba yang turut berkontribusi dalam mendirikan fasilitas rehabilitasi NAPZA, seperti yang terjadi di Rehabilitasi NAPZA Medan Plus. Pendirian Panti Rehabilitasi NAPZA Medan Plus ini bertujuan untuk memberikan bantuan kepada para residen dalam upaya pemulihan dari ketergantungan narkoba. Penanganan pada korban penyalahgunaan NAPZA yang efektif sebaiknya tidak hanya memperhatikan faktor-faktor yang menjadi penyebab penyalahgunaan NAPZA itu sendiri, tetapi juga mempertimbangkan metode yang efektif dalam upaya pencegahan NAPZA. Memberikan rehabilitasi kepada individu yang mengalami penyalahgunaan narkoba dianggap sebagai salah satu langkah yang sangat penting dalam mengurangi penggunaan narkoba dan obat-obatan terlarang. Proses pemulihan korban penyalahgunaan melibatkan beberapa tahap, termasuk pemeriksaan kesehatan, detoksifikasi, stabilisasi mental, dan alternatif solusi lainnya.

Berhenti dari penggunaan narkoba merupakan sebuah tantangan yang kompleks dan sulit, yang dapat menyebabkan sebagian besar residen yang masuk ke panti rehabilitasi kesulitan untuk menerima situasi mereka. Dari beberapa residen yang telah masuk ke dalam panti rehabilitasi bahkan melawan dan tidak puas dengan program-program yang diterapkan, sehingga ada keluarga yang memutuskan untuk membawa pulang residen dan mencari fasilitas rehabilitasi lain yang dianggap lebih sesuai. Namun, proses ini sebenarnya merupakan bagian yang penting dalam pembentukan karakter residen untuk kembali berintegrasi ke masyarakat. Karena dalam program pemulihan setiap residen akan menjalani sesi bimbingan konseling, seperti *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT), untuk mengubah pola pikir mereka terkait kondisi dan masalah yang dihadapi, walaupun sulit untuk dilakukan dan dicoba oleh para residen. Oleh karena itu, para peneliti di sini tertarik untuk mengkaji bagaimana *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) dapat membantu mengatasi pemberontakan yang dialami oleh residen dalam konteks rehabilitasi.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan mengumpulkan informasi. Menurut Dr. H. Zuchri Abdussamad, S.I.K, M.Si pada bukunya yang berjudul “Metode Penelitian Kualitatif” menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang difokuskan pada analisis fenomena atau gejala alami. Hal ini ditegaskan kembali oleh Bogdan dan Taylor (1982) yang mengungkapkan bahwa penelitian kualitatif adalah proses penelitian yang menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan dari individu serta perilaku yang dapat diamati; pendekatannya berfokus pada konteks dan individu secara holistik (Abdussamad, Z, 2021). Pada penelitian kualitatif di sini, para peneliti merumuskan pertanyaan terkait lalu mengaitkannya dengan teori yang ada dengan menggunakan metode deskriptif. Untuk teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui observasi yaitu dengan melakukan wawancara dan menggunakan *tools assessment* sebagai pedoman bantuan dalam berinteraksi kepada residen, lalu di sini peneliti melakukan dokumentasi serta dilakukan reduksi data agar dapat ditarik kesimpulan yang akurat dari data yang telah didapat.

Informan dari penelitian jurnal ini adalah 1 orang pekerja sosial yang bernama Ibu Desi Oktavia Ginting, 1 orang konselor adiksi yaitu Bapak Ricky dan satu orang manajer dari Panti Rehabilitasi Medan plus yaitu Bapak Denny Sugara, dan 10 orang residen dari Panti Rehabilitasi Narkoba Medan Plus. Perlu ditekankan di sini bahwasanya para peneliti melakukan penelitian terhadap dua tempat yang berbeda, pada tempat yang pertama para peneliti meneliti 1 orang staf administrasi yaitu Bapak Ricky dan 1 orang pekerja sosial yakni Ibu Desi Oktavia Ginting yang berada di Kantor Pusat Rehabilitasi Narkoba Medan Plus Pasca Rehab, yang beralamat di Jalan Jamin Ginting, Beringin, Kecamatan Medan Selayang, Kota Medan. Di hari yang berbeda kami kembali melakukan penelitian dengan melakukan wawancara dan observasi di Komplek Stakotoe Medan Plus Desa Salam Tani Kuta Tualah, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang dengan informannya adalah manajer dari panti tersebut yakni Bapak Denny Sugara dan 10 orang residen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyalahgunaan narkotika merupakan salah satu permasalahan signifikan di Indonesia, terutama di kalangan generasi muda. Berdasarkan data yang dirilis oleh Badan Narkotika Nasional (BNN) Republik Indonesia, terdapat sekitar 20.000 pemuda yang terindikasi menggunakan narkotika dan obat-obatan terlarang (Dewi, S., & Nurjannah, 2022). Penyalahgunaan narkotika ini biasanya dimulai dari rasa ingin tahu dan keingintahuan terhadap barang-barang terlarang, yang kemudian menyebabkan individu tersebut menjadi kecanduan terhadap obat-obatan terlarang tersebut. Adapun dampak dari penyalahgunaan narkotika dan obat-obatan terlarang sangat serius, termasuk gangguan kesehatan fisik dan mental, penurunan kualitas hidup, gangguan fungsi sosial, ekonomi, budaya, keamanan nasional, serta risiko penyakit serius seperti HIV/AIDS (Rizqoh, D., et. al., 2021).

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk membantu korban penyalahgunaan narkotika dan obat-obatan terlarang, salah satunya melalui pendirian panti rehabilitasi. Di panti rehabilitasi ini, berbagai program diberikan kepada para residen untuk memfasilitasi proses pemulihan, termasuk program konseling. Hasil penelitian yang dilakukan di panti rehabilitasi Medan Plus menunjukkan bahwa program konseling terindividu diberikan kepada para residen, baik dalam bentuk konseling grup yang dipimpin oleh konselor adiksi maupun konseling individu yang dilakukan oleh psikolog. Penelitian ini juga melibatkan observasi yang cermat untuk mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi para residen dan bagaimana permasalahan tersebut dapat diatasi dengan menggunakan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Salah satu permasalahan utama yang dihadapi adalah pemberontakan para residen, yang diungkapkan melalui wawancara dengan pekerja sosial dan staf administrasi di panti tersebut. Upaya penanganan pemberontakan dilakukan dengan pendekatan yang bijaksana, di mana para konselor adiksi terlibat dalam memberikan nasihat dan bimbingan kepada individu yang melakukan pemberontakan.

Penting untuk mencatat bahwa proses konseling, termasuk pendekatan CBT, memiliki peran yang signifikan dalam mengatasi permasalahan ini. Pendekatan CBT akan dianalisis dan dihubungkan dengan tindakan pemberontakan yang dilakukan oleh residen NAPZA di Medan Plus untuk memahami lebih dalam dinamika yang terjadi dalam lingkungan rehabilitasi tersebut. Aspek perilaku dalam pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) adalah untuk mengubah kaitan yang tidak tepat antara situasi masalah yang dihadapi dengan kebiasaan yang sering dilakukan, termasuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif, serta mampu berpikir dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan guna mencapai status individu yang terhormat dan bermanfaat (Retniyanti, I, 2023).

1. Permasalahan di Panti Rehabilitasi NAPZA Medan Plus

Hasil analisis di Panti Rehabilitasi Medan Plus mengungkapkan bahwa salah satu permasalahan yang muncul adalah pemberontakan yang disebabkan oleh ketidakmenerimaan diri klien terhadap perubahan kondisi. Adapun faktor-faktor tertentu, seperti yang terjadi di Panti Rehabilitasi Medan Plus, menyebabkan klien melakukan pemberontakan, terutama saat berada di lokasi awal penempatan sebelum dipindahkan ke lokasi rehabilitasi di Pancur Batu. Lokasi awal ini memiliki tahapan tertentu dalam menangani klien, termasuk tahap *Engagement*, *intake*, dan *contract*. Sebelum diterima sebagai klien, mereka akan menjalani tes urine menggunakan alat skrining ASSIST untuk mendeteksi zat psikoaktif. Setelah tes urine, tim intervensi berusaha membangun hubungan yang baik dengan klien, menjelaskan program-program rehabilitasi, aturan di panti, dan melakukan pemutusan terhadap konsumsi zat adiktif. Proses pemutusan ini dapat menimbulkan penolakan atau pemberontakan karena klien harus melewati beberapa hari tanpa konsumsi zat adiktif, yang sulit bagi mereka yang sudah kecanduan. Sebagaimana yang telah kami tarik dari hasil wawancara dari pekerja sosial dan staf administrasi yang berada di jalan jamin Ginting. Mereka menjelaskan:

“Sebelum dan sesudah berada pada tahap awal di kantor ini, para residen selalu memberontak bahkan ada yang ingin melarikan diri sampai fasilitas di panti rehabilitasi tersebut pun di rusak dan diguncang-guncang tanda mereka memberontak. Tidak sedikit juga para residen yang berada di tahap awal di sini memberontak dengan suara yang keras dan kasar. Tetapi kami hanya mendiamkan dan sesekali para konselor adiksi mendatangi serta menasehati juga membawa individu yang memberontak tersebut ke hadapan pekerja sosial untuk di tanyai seputar faktor yang mereka lakukan selama ini di panti tersebut.”

Proses pemulihan dihadapi dengan tantangan, salah satunya adalah pemberontakan yang dilakukan oleh klien. Faktor penghambat rehabilitasi di Lembaga Rehabilitasi Medan Plus terletak pada transisi klien

dari kebebasan ke disiplin waktu untuk kegiatan rohani dan keagamaan. Banyak klien melakukan pemberontakan karena menolak aturan dan pengaturan yang diberlakukan selama rehabilitasi. Keterbatasan kebebasan selama proses rehabilitasi dapat memicu pemberontakan dan bahkan pelarian klien. Pemberontakan di panti rehabilitasi narkoba menjadi perhatian serius dalam upaya penyembuhan.



Gambar 1. Wawancara dengan Manajer Panti Rehab Medan Plus

2. Penyelesaian masalah menggunakan *Cognitive behavioral therapy* (CBT)

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) merupakan salah satu intervensi psikologis yang didasarkan pada bukti-bukti kuat untuk pengobatan berbagai gangguan mental seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan somatoform, dan gangguan penggunaan narkoba. Penggunaan CBT telah diperluas baru-baru ini untuk melibatkan gangguan psikotik, pengobatan perilaku, konflik pernikahan, situasi stres, dan berbagai kondisi klinis lainnya (Gautam, M., et. al., 2020). *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) juga membantu individu dalam mengidentifikasi pola pikiran dan gaya berpikir yang menyebabkan ketidakhahagiaan dan kesulitan, serta strategi untuk mengatasi hal tersebut. Hal ini memungkinkan individu untuk menghadapi situasi yang menantang dengan cara yang lebih efektif. CBT membantu individu dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan sehingga dapat mencapai tingkat kehidupan yang lebih baik daripada sebelumnya (Sulistianingsih & Widiantari, D, 2020)

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) adalah kerangka teoritis yang mengaitkan pikiran dengan emosi dan perilaku. CBT dianggap sebagai kontribusi signifikan dalam bidang konseling untuk mengatasi kesalahan dalam proses berpikir yang memengaruhi emosi, perilaku, dan aspek psikologis. CBT memungkinkan individu untuk mempelajari dan mengubah kesalahan yang terjadi. Konseling *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) tidak hanya berkaitan dengan pemikiran positif, tetapi juga dengan pemikiran yang positif. CBT adalah bentuk terapi yang bertujuan untuk meningkatkan dan merawat kesehatan mental. Terapi ini difokuskan pada modifikasi fungsi berpikir, perasaan, dan perilaku, dengan penekanan pada peran otak sebagai pusat analisis, pengambil keputusan, tindakan, dan evaluasi ulang (Budiharjo, I, 2023).

Sedangkan menurut Abdi dan Karneli dalam tulisan Geandra Ferdiansa dan Yeni Karneli, Konseling Individual adalah salah satu layanan dalam bimbingan konseling yang diselenggarakan dalam rangka mementaskan permasalahan-permasalahan yang dialami oleh konseli. Biasanya selama proses konseling perorangan pembahasan masalah yang sedang di hadapi oleh klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien, adanya konseling perorangan maka pikiran, perasaan dan sikap menjadi semakin terarah (Ferdiansa, G & Karneli, Y, 2021).

Konseling individu yang dilakukan dalam penelitian ini adalah konseling individual yang diberikan kepada residen Panti Rehabilitasi Medan Plus di Jl. Jamin Ginting dengan tujuan untuk mengatasi masalah pribadi penghuni agar pikiran, perasaan, dan tindakan mereka menjadi lebih terarah. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) menurut Aaron T. Beck adalah pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan masalah perilaku yang tidak sesuai pada konseli. CBT adalah model teoritis yang mengaitkan pikiran dengan emosi dan perilaku. Tujuan dari CBT menurut Oemarjoedi adalah mengajak konseli untuk menantang pikiran dan emosi negatif dengan membuktikan kebenaran yang bertentangan dengan keyakinan mereka mengenai masalah yang dihadapi. Adapun fokus dari konseling CBT termasuk mengubah pola pikir, keyakinan, sikap, asumsi, dan imajinasi, serta membantu konseli mengidentifikasi dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif (Aini, D, K, 2019).

Terapi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah terapi yang digunakan dalam sesi konseling individu untuk residen yang mengalami gangguan penggunaan zat adiktif (NAPZA). Tujuan terapi ini adalah mengubah pola pikir dan perilaku mereka dengan mengarahkan interpretasi positif terhadap masalah yang dihadapi, sehingga penghuni dapat mencapai keseimbangan antara pikiran, perasaan, dan tindakan. Hal ini berlaku pada kasus residen yang menunjukkan perilaku tidak baik yang perlu diubah menjadi lebih terarah. Terapi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam konteks penelitian ini dapat diamati dari perspektif bagaimana psikolog dan pekerja sosial menjelaskan serta menerapkan pendekatan ini dalam wawancara yang telah diteliti.

Dari hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa CBT digunakan dalam penanganan psikologis oleh para psikolog dan pekerja sosial. Dalam konteks psikologi, penghuni yang memberontak dan stres akan diajak ke ruangan tertutup atau rahasia di mana psikolog akan bertanya dan menangani masalah konseli tersebut. Sementara itu, pekerja sosial akan mencari informasi mengenai masalah yang dihadapi oleh penghuni, seperti yang dijelaskan oleh salah satu pekerja sosial di Panti Rehabilitasi Medan Plus. Salah satu pemberontakan yang sering terjadi disebabkan oleh ketidakmampuan penghuni untuk menyesuaikan diri dengan tata tertib dan lingkungan yang terstruktur, yang merupakan tahap awal dalam mediasi. Konseling individu dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang mengalami masalah untuk memahami penyebabnya, alasan di balik perilaku tersebut, dan hal-hal lain yang relevan.



Gambar 2. *Sharing Session* dan Melakukan *Tools Assesment* pada Residen

Setelah semua hasil wawancara dengan residen telah terkumpul, konselor atau pembimbing dapat memahami alasan di balik perilaku penghuni tersebut. Dalam konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), peran utamanya adalah membantu klien menyelesaikan masalah perilaku yang tidak sesuai, terutama saat berperilaku menyimpang seperti memberontak. CBT juga terintegrasi dalam *Morning Meeting* karena pertemuan pagi yang dilakukan oleh panti juga menerapkan upaya untuk mengubah pola pikir, keyakinan, dan sikap penghuni terhadap narkoba sebagai substansi yang merugikan. Dalam konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), dari hasil wawancara dengan pekerja sosial terungkap bahwa pendekatan untuk menyelesaikan masalah konseling adalah dengan memberikan *reward* kepada klien, di antaranya adalah penambahan batang rokok kepada penghuni yang menunjukkan komitmen dan tanggung jawab terhadap perilaku mereka yang tidak menyimpang. Sebagai contoh, penghuni biasanya diberikan satu batang rokok per hari. Jika penghuni mampu mempertahankan perilaku yang diharapkan, mereka akan menerima tambahan rokok sebagai insentif tambahan. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk mengingatkan penghuni yang berperilaku tidak sesuai agar sadar dan mampu kembali ke lingkungan rehabilitasi dengan memberikan tantangan yang menarik dan menyadarkan akan bahaya narkoba bagi kesehatan mereka.

Menurut Setiawan (Budiharjo, I, 2023), dalam penulisan penelitiannya, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) memerlukan minimal 12 sesi pertemuan di mana setiap langkah akan disusun secara sistematis dan terencana, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) terdiri dari empat tahapan, yaitu: asesmen, penentuan tujuan atau *goal setting*, implementasi teknik, dan evaluasi. Tahapan ini dapat diaplikasikan dalam tindakan pemberontakan yang dilakukan oleh penghuni NAPZA di Panti Rehabilitasi Medan Plus, sebagai berikut:

1. Tahap Asesmen

Pada tahap ini, dilakukan penggalian dan penentuan aktivitas yang dilakukan oleh klien pada saat itu. Asesmen dilakukan untuk mengamati perilaku yang terlihat, perasaan, dan pikiran klien. Dalam proses asesmen, terdapat beberapa informasi yang dapat dikumpulkan, antara lain:

- a. Analisis perilaku yang bermasalah yang dialami klien saat ini. Perilaku yang dianggap negatif dan buruk oleh konselor akan dianalisis lebih lanjut untuk memahami alasan di balik perilaku tersebut, misalnya perilaku memberontak.
- b. Analisis situasi dan peristiwa terkait masalah yang dialami klien. Peristiwa awal yang memicu masalah pada klien diidentifikasi, seperti kesulitan klien untuk menerima diri dan stres akibat perubahan lingkungan di panti rehab. Dampak dari peristiwa ini, seperti depresi dan kesulitan sosialisasi, juga dianalisis.
- c. Analisis motivasional. Dari analisis ini dapat di analisis lebih lanjut adakah motivasi yang dimiliki oleh residen untuk keluar dari panti rehab tersebut dan tentunya di sini akan dilakukan upaya memotivasi residen untuk tidak melakukan pemberontakan lagid.
- d. Analisis kontrol diri. Penting untuk membantu klien mengendalikan perilaku pemberontakan. Reward seperti tambahan rokok diberikan kepada klien yang patuh untuk mendorong kontrol diri merupakan salah satu strategi agar residen tidak memberontak kembali.
- e. Analisis hubungan sosial. Evaluasi hubungan sosial klien untuk lebih memahami interaksi sosialnya.
- f. Analisis lingkungan fisik, sosial, dan budaya. Dilakukan untuk memahami pengaruh lingkungan terhadap perilaku klien.

2. Menentukan Tujuan (*Goal Setting*)

Pada tahap ini, konselor dan residen berkolaborasi untuk menetapkan tujuan terapi berdasarkan informasi yang telah dikumpulkan dan dianalisis. Konselor membimbing klien untuk mengidentifikasi masalahnya dari sudut pandang tujuan yang diinginkan, mempertimbangkan tujuan klien berdasarkan hambatan situasional yang dapat terjadi dan diukur, serta memecah tujuan utama menjadi sub-tujuan yang terstruktur secara berurutan.

3. Implementasi Teknik

Setelah penetapan tujuan terapi, konselor dan klien akan bekerja sama untuk merancang strategi terbaik guna mendukung klien dalam mencapai perubahan perilaku yang diharapkan. Kolaborasi ini melibatkan konselor dan klien, di mana jika terdapat permasalahan perilaku klien, mereka akan diajak untuk merumuskan solusi perbaikan. Sebagai contoh, di Panti Rehabilitasi Medan Plus, klien yang mengalami kesulitan dalam perilaku akan diajak untuk berdiskusi mengenai langkah-langkah perbaikan. Pemberian reward seperti tambahan rokok bertujuan untuk mencegah terjadinya pemberontakan klien, namun penting untuk menekankan pentingnya menjaga agar tidak terjadi pemberontakan di panti rehabilitasi tersebut.

4. Evaluasi dan Terminasi

Proses evaluasi dan terminasi dalam terapi merupakan proses yang berkesinambungan di mana evaluasi dilakukan berdasarkan perilaku klien sebagai dasar untuk menilai efektivitas konselor dan teknik yang digunakan. Misalnya, evaluasi dilakukan melalui pertemuan bulanan dalam konseling atau program-program lain yang bertujuan untuk mencegah perilaku negatif klien. Kegiatan terminasi juga mencakup beberapa aspek, antara lain:

- a. Mengevaluasi langkah terakhir yang dilakukan konselor dan klien, di mana klien diminta untuk memberikan umpan balik mengenai keberhasilan langkah terakhir dan pencapaian yang telah dilakukan.
- b. Menjelajahi kemungkinan perlunya konseling tambahan, untuk memastikan bahwa klien tidak mengalami depresi berlebihan dan dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungan rehabilitasi.
- c. Membantu klien dalam mentransfer pembelajaran dari proses terapi ke perilaku sehari-hari, dengan menggunakan metode *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk membantu klien memahami dirinya sendiri, mengevaluasi diri, dan mengubah perilaku yang tidak diinginkan.
- d. Memantau secara terus-menerus perilaku klien, karena pendekatan CBT bersifat individual, konselor perlu terus memantau perilaku klien dalam kehidupan sehari-hari dan strategi coping yang digunakan dalam menghadapi tantangan emosional.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjelasan mengenai metode *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan penerapan analisis tindakan terhadap pemberontakan penghuni NAPZA di Medan Plus dengan menggunakan CBT, dapat disimpulkan bahwa terdapat beragam jenis konseling dengan metode yang berbeda, termasuk CBT. Penelitian ini menganalisis penerapan CBT di Panti Rehabilitasi Medan Plus terhadap individu yang melakukan pemberontakan atau perilaku menyimpang. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa pemberontakan pada tahap awal tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga melibatkan tindakan fisik yang merusak fasilitas panti rehab dan mengganggu ketertiban. Oleh karena itu, penulis menyimpulkan bahwa individu yang melakukan pemberontakan dapat diatasi dengan menggunakan teknik konseling CBT, yang sesuai untuk menangani penghuni melalui kerja sama antara pekerja sosial dan konselor dalam lingkungan rehabilitasi. Melalui pendekatan CBT, konselor dapat membantu penghuni untuk mengidentifikasi dan mengubah pola pikir serta perilaku yang menyebabkan pemberontakan. Dengan fokus pada mengubah pemikiran negatif menjadi positif dan mengatasi tantangan emosional, CBT memberikan landasan yang kuat untuk menghadapi masalah pemberontakan. Dengan kerja sama antara konselor, pekerja sosial, dan penghuni, penerapan CBT dapat membantu penghuni NAPZA untuk mengatasi pemberontakan dan memperbaiki perilaku mereka menuju pemulihan yang lebih baik di lingkungan rehabilitasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Para anggota penulis, yakni Tasya Uli Marsuara Manurung, Anita Maisaroh, Yolanda Oktari Br Bangun, Mario Delo, dan Arnold Jeferson Munthe mengucapkan terima kasih kepada Bapak Fajar Utama Ritonga selaku dosen pengampu mata kuliah Metode-Metode Pekerja Sosial yang telah mendampingi bahkan membimbing kami dalam mengarahkan pembuatan tulisan ini, hingga akhirnya tulisan yang terlampir di sini dapat di selesaikan dengan tepat waktu dan apa adanya. Serta kami juga menyampaikan terima kasih kepada pihak Panti Rehabilitasi Medan Plus yang telah bersedia serta menyambut kami dengan hangat kedatangan kami untuk mewawancari para pekerja profesional panti tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Syakir Media Press.
- Adri, A. (2023, Maret 25). Peringatan, Ada 4,8 Juta Penduduk Terpapar Narkotika. *Kompas.id*. <https://www.kompas.id/baca/metro/2023/03/25/peringatan-ada-48-juta-penduduk-terpapar-narkotika>.
- Aini, D, K. (2019). Penerapan Cognitive Behavior Therapy dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 39 (1), 82.
- Annur, C, M. (2023, Desember 19). Kasus Narkotika yang Ditangani BNN Meningkat pada 2022. *databoks.katadata*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/12/19/kasus-narkotika-yang-ditangani-bnn-meningkat-pada-2022#:~:text=Teranyar%2C%20kasus%20narkotika%20yang%20berhasil,sebelumnya%20yang%20sebanyak%20766%20kasus>.
- BNN, Humas. (2020, Desember 22). Press Release Akhir Tahun 2020; “Sikap BNN Tegas, Wujudkan Indonesia Bebas dari Narkoba”. *bnn.go.id*. <https://bnn.go.id/press-release-akhir-tahun-2020>.
- BNN, Humas. (2022, September 07). Hindari Narkotika Cerdaskan Muda Bangsa. *bnn.go.id*. <https://bnn.go.id/hindari-narkotika-cerdaskan-generasi-muda-bangsa>.
- Budiharjo, I. (2023). *Implementasi Program Rehabilitasi Sosial Berbasis Metode Cognitive Behavior Therapy (CBT) terhadap Korban Penyalahgunaan Narkotika di Alfazza Indonesia Bersinar Foundation Depok*. (Skripsi Sarjana, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/74637>.
- Dewi, S & Nurjannah. (2022). Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) dalam Upaya Pemulihan Eks Penyalahgunaan Narkotika. *Jurnal Kopasta*, 9 (1), 65-66.
- Ferdiansa, G & Karneli, Y. (2021). Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3 (3), 849.
- Gautam, M., Tripathi, A., Deshmukh, D., & Gaur, Manisha. (2020). Cognitive Behavioral Therapy for Depression. *Indian Journal of Psychiatry*, 62 (2), 223.
- Lukman, G, A., Alifah, A, P., Divarianti, A., & Humaedi, S. (2021). Kasus Narkotika di Indonesia dan Upaya Pencegahannya di Kalangan Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2 (3), 407.

- Retniyanti, I. (2023). *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Melalui Teknik Self Control terhadap Pecandu Narkoba di Loka Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Kalianda Lampung Selatan*. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Raden Intang Lampung). <http://repository.radenintan.ac.id/32128/>.
- Rizqoh, D., Angraini, R., Dita, D, A, A. (2021). Penyuluhan Dampak Negatif Penyalahgunaan Narkoba di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat As-Salam (JPMA)*, 1 (1), 9-10.
- Sulistianingsih & Widiyanti, D. (2020). Konseling Kelompok dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Meningkatkan Kesadaran Pendidikan. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 1 (1), 61.
- Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika. (12 Oktober 2009). Jakarta.
- Windarni, A. (2019). *Mekanisme Rehabilitasi Sebagai Upaya Penyembuhan Korban Penyalahgunaan Narkotika dalam Menjalani Putusan Pengadilan*. (Skripsi Sarjana, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara). <http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/1544>.