

Peran Dukungan Motivasi Diri dalam Meningkatkan Keberhasilan Pemulihan Pecandu Narkoba: Studi di IPWL Bukit Doa

Vannya Tesalonika Panggabean

Universitas Sumatera Utara

ARTICLE INFO

Article history:

Received May 05, 2025

Revised May 10, 2025

Accepted May 19, 2025

Available online May 25, 2025

Kata Kunci:

Motivasi diri, rehabilitasi narkoba, IPWL Bukit Doa, pemulihan, dukungan sosial

Keywords:

Self-motivation, drug rehabilitation, IPWL Bukit Doa, recovery, social support



This is an open access article under the CC BY-SA license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengkaji peran dukungan motivasi diri dalam meningkatkan keberhasilan pemulihan pecandu narkoba di IPWL Bukit Doa. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian menemukan bahwa program rehabilitasi yang mengintegrasikan aspek spiritual, psikososial, dan pembinaan karakter efektif membangun motivasi intrinsik peserta. Motivasi diri yang awalnya bersifat eksternal, melalui proses internalisasi dan interaksi sosial yang positif, berkembang menjadi motivasi intrinsik yang kuat. Lingkungan sosial yang suportif serta pendampingan intensif turut memperkuat proses pemulihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan mempertahankan hidup bebas narkoba pascarehabilitasi sangat dipengaruhi oleh kekuatan motivasi diri yang dibentuk selama rehabilitasi. Oleh karena itu, sinergi antara lembaga, keluarga, dan masyarakat sangat penting dalam mendukung pemulihan berkelanjutan.

ABSTRACT

This study examines the role of self-motivation support in improving the recovery success of drug addicts at IPWL Bukit Doa. Using a qualitative descriptive approach, the research found that rehabilitation programs integrating spiritual, psychosocial, and character-building aspects are effective in fostering participants' intrinsic motivation. Initially external motivation gradually develops into strong intrinsic motivation through internalization and positive social interactions. A supportive social environment and intensive mentoring further strengthen the recovery process. The findings indicate that sustained drug-free living after rehabilitation is highly influenced by the strength of self-motivation formed during the program. Therefore, synergy between institutions, families, and communities is essential to support sustainable recovery.

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba merupakan salah satu tantangan besar dalam pembangunan kesehatan mental dan sosial masyarakat Indonesia. Data dari Badan Narkotika Nasional (BNN) tahun 2023 mencatat lebih dari 3,3 juta pengguna narkoba di Indonesia, dengan tren peningkatan pada usia produktif. Permasalahan ini tidak hanya menimbulkan dampak buruk terhadap kondisi fisik dan psikologis individu, tetapi juga berkontribusi terhadap degradasi moral, konflik sosial, serta meningkatnya kriminalitas di masyarakat (BNN, 2023).

Upaya rehabilitasi menjadi salah satu strategi penting dalam penanggulangan masalah narkoba. Rehabilitasi bukan hanya proses detoksifikasi fisik, tetapi mencakup dimensi psikologis dan spiritual yang membantu pecandu untuk membangun kembali kontrol diri, nilai hidup, dan relasi sosial yang sehat (Azkiya, 2020). Salah satu komponen utama dalam proses ini adalah motivasi diri atau self-motivation, yaitu dorongan internal individu untuk berubah secara sukarela, berkelanjutan, dan bertanggung jawab.

Motivasi diri menjadi faktor krusial dalam menjaga keberhasilan pemulihan jangka panjang. Menurut Deci & Ryan (2000), motivasi diri merupakan bagian dari Self-Determination Theory (SDT) yang menekankan pentingnya tiga kebutuhan psikologis dasar: kompetensi, otonomi, dan keterhubungan. Jika ketiganya terpenuhi, maka seseorang lebih mampu menginternalisasi tujuan dan membangun perubahan yang stabil. Dalam konteks rehabilitasi narkoba, motivasi diri membantu individu untuk bertahan dalam program, mengatasi dorongan kambuh (relaps), serta memandang dirinya sebagai agen perubahan.

Penelitian Maharani, Ginting, & Ritonga (2023) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat motivasi diri yang tinggi memiliki peluang pemulihan lebih besar dibandingkan mereka yang menjalani rehabilitasi karena tekanan eksternal semata, seperti keluarga atau hukum. Hal ini diperkuat oleh studi Mindiono (2018), yang menyatakan bahwa keberhasilan rehabilitasi sangat bergantung pada kesadaran

personal dan kemauan individu untuk berubah. Sayangnya, tidak semua institusi rehabilitasi mampu membangun lingkungan yang mendukung penguatan motivasi diri.

IPWL (Institusi Penerima Wajib Lapor) Bukit Doa adalah salah satu lembaga rehabilitasi yang mengadopsi pendekatan holistik berbasis spiritual dan psikososial. IPWL ini memiliki program pembinaan mental dan spiritual, kegiatan harian yang terstruktur, serta pendampingan intensif dari konselor dan pemimpin rohani. Namun, hingga saat ini masih sedikit kajian akademik yang mengevaluasi secara sistematis bagaimana IPWL Bukit Doa membentuk dan memperkuat motivasi diri peserta rehabilitasi sebagai bagian dari strategi pemulihan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran dukungan terhadap motivasi diri dalam meningkatkan keberhasilan pemulihan pecandu narkoba di IPWL Bukit Doa. Fokus penelitian meliputi: (1) strategi yang digunakan IPWL dalam membangun motivasi diri; (2) pengalaman mantan pecandu dalam proses internalisasi motivasi; dan (3) hubungan antara motivasi diri dengan keberhasilan pascarehabilitasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan model rehabilitasi narkoba berbasis motivasi dan pendekatan humanistik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena sesuai untuk menggambarkan dan memahami fenomena sosial secara mendalam melalui sudut pandang partisipan penelitian (Creswell, 2016). Dalam konteks ini, peneliti ingin mengetahui secara rinci bagaimana bentuk dukungan motivasi diri yang dialami oleh mantan pecandu narkoba dalam proses pemulihan di lingkungan rehabilitasi sosial.

Jenis penelitian deskriptif kualitatif bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek yang diteliti secara faktual dan akurat (Moleong, 2017). Melalui pendekatan ini, peneliti dapat menangkap makna, nilai, dan pengalaman subjek penelitian yang tidak dapat diukur secara kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan observasi yang dilakukan di IPWL Bukit Doa, ditemukan bahwa dukungan terhadap motivasi diri memainkan peran sentral dalam proses pemulihan mantan pecandu narkoba. Lembaga ini menerapkan pendekatan rehabilitasi yang mengintegrasikan aspek spiritual, psikososial, dan pembinaan karakter dalam satu kesatuan program. Kegiatan harian yang terstruktur, seperti ibadah bersama, pembinaan mental, refleksi kehidupan, serta bimbingan dari konselor dan tokoh rohani, menjadi media utama dalam membangun kesadaran diri peserta akan pentingnya perubahan. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membentuk motivasi internal, sebagaimana dinyatakan oleh Deci dan Ryan (2000) dalam Self-Determination Theory (SDT), yang menekankan pentingnya pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar: kompetensi, otonomi, dan keterhubungan. Ketika peserta merasa mampu, bebas menentukan arah hidupnya, dan diterima dalam lingkungan sosial yang positif, maka motivasi untuk berubah tumbuh secara lebih alami dan berkelanjutan.

Dalam proses internalisasi motivasi diri, para peserta tidak serta-merta memiliki niat yang kuat sejak awal memasuki program. Sebagian besar mengakui bahwa keikutsertaan mereka pada mulanya didorong oleh tekanan eksternal, seperti permintaan keluarga atau kewajiban hukum. Namun, seiring waktu dan melalui pengalaman emosional serta interaksi sosial yang mendalam, mereka mulai mengalami perubahan orientasi motivasional. Salah satu mantan peserta menyatakan bahwa pada awalnya ia merasa terpaksa mengikuti program, namun setelah beberapa bulan mulai merasakan kenyamanan dan kepercayaan diri untuk berbicara jujur tentang kehidupannya, yang pada akhirnya menumbuhkan keinginan untuk berubah karena dorongan dari dalam dirinya sendiri. Transformasi seperti ini mengindikasikan adanya proses internalisasi, di mana motivasi yang awalnya bersifat eksternal perlahan menjadi intrinsik. Proses ini selaras dengan temuan Maharani, Ginting, dan Ritonga (2023), yang menekankan pentingnya pergeseran motivasi agar rehabilitasi tidak hanya bersifat temporer, tetapi berkontribusi terhadap perubahan jangka panjang.

Lingkungan sosial di IPWL Bukit Doa juga sangat berperan dalam memperkuat motivasi peserta. Pendekatan kekeluargaan yang diterapkan oleh staf dan konselor, serta keberadaan mantan pecandu yang telah pulih sebagai mentor, menciptakan atmosfer yang minim stigma dan mendorong terbentuknya relasi yang sehat dan suportif. Hal ini memberikan ruang bagi peserta untuk merasa dihargai, didengar, dan dilibatkan dalam proses penyembuhan secara aktif. Keterlibatan sosial yang positif ini memperkuat rasa keterhubungan (*relatedness*), salah satu elemen penting dalam SDT, yang menurut Deci dan Ryan (2000) merupakan fondasi motivasi internal yang stabil.

Lebih jauh lagi, keberhasilan pemulihan peserta pascarehabilitasi ternyata sangat erat kaitannya dengan tingkat motivasi diri yang berhasil dibangun selama proses rehabilitasi. Informasi dari staf IPWL

menunjukkan bahwa peserta yang menunjukkan komitmen tinggi dan memiliki motivasi intrinsik yang kuat cenderung mampu mempertahankan hidup bebas narkoba, bahkan setelah kembali ke masyarakat. Sebaliknya, mereka yang mengikuti program hanya karena tekanan luar dan belum menginternalisasi dorongan untuk berubah, lebih rentan mengalami kekambuhan (relapse). Temuan ini mendukung pandangan bahwa motivasi diri merupakan indikator penting dalam memprediksi keberhasilan jangka panjang rehabilitasi, sebagaimana ditegaskan oleh Mindiono (2018) dan Sari & Wahyuni (2021) dalam studi mereka.

Temuan-temuan ini mengarah pada kesimpulan bahwa program rehabilitasi yang mampu mendukung pembentukan motivasi diri peserta secara menyeluruh, baik melalui pendekatan spiritual, emosional, maupun sosial, memiliki peluang lebih besar dalam menghasilkan pemulihan yang berkelanjutan. Namun demikian, keberhasilan rehabilitasi tidak hanya ditentukan oleh faktor internal individu, melainkan juga dipengaruhi oleh dukungan eksternal pascarehabilitasi, seperti peran keluarga, komunitas, serta akses terhadap pekerjaan dan lingkungan sosial yang sehat. Oleh karena itu, sinergi antara lembaga rehabilitasi, keluarga, dan masyarakat luas sangat dibutuhkan untuk menciptakan sistem pendukung yang menyeluruh bagi para penyintas adiksi narkoba.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan terhadap motivasi diri memiliki peran yang sangat signifikan dalam keberhasilan proses pemulihan pecandu narkoba di IPWL Bukit Doa. Pendekatan rehabilitasi yang menekankan aspek spiritual, psikososial, serta pembinaan karakter terbukti mampu mendorong peserta untuk menginternalisasi motivasi perubahan secara mendalam. Motivasi yang awalnya bersifat eksternal perlahan berkembang menjadi motivasi intrinsik melalui pengalaman emosional, pembinaan rutin, dan interaksi sosial yang positif. Keberhasilan peserta dalam mempertahankan hidup bebas narkoba setelah rehabilitasi sangat dipengaruhi oleh kekuatan motivasi diri yang dibentuk selama proses pemulihan. Oleh karena itu, penting bagi lembaga rehabilitasi untuk terus menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan motivasi intrinsik, serta melibatkan keluarga dan komunitas dalam upaya pemulihan berkelanjutan.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan untuk berbagai pihak terkait. Pertama, bagi pihak IPWL Bukit Doa, disarankan untuk terus memperkuat program pembinaan yang bersifat holistik, dengan menekankan pentingnya pendekatan spiritual, psikologis, dan sosial yang mampu menumbuhkan motivasi intrinsik peserta secara berkelanjutan. Pelatihan bagi staf dan konselor mengenai teknik peningkatan motivasi, seperti pendekatan berbasis motivational interviewing dan pembimbingan personal, juga perlu ditingkatkan.

Kedua, bagi keluarga peserta rehabilitasi, penting untuk memberikan dukungan emosional dan sosial yang stabil, baik selama proses rehabilitasi maupun pascarehabilitasi. Keluarga perlu dilibatkan secara aktif melalui program edukasi atau konseling keluarga, agar mereka dapat menjadi bagian dari sistem pendukung yang efektif dalam menjaga keberlanjutan pemulihan.

Ketiga, bagi pemerintah dan lembaga terkait, disarankan untuk mendukung pengembangan model rehabilitasi berbasis motivasi diri dengan memberikan pelatihan, regulasi, serta pendanaan yang memadai. Selain itu, program pascarehabilitasi seperti pelatihan kerja, pembinaan komunitas, dan akses reintegrasi sosial juga perlu diperluas agar mantan pecandu memiliki peluang yang lebih besar untuk membangun hidup yang produktif dan bebas dari narkoba.

Terakhir, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan kajian lanjutan dengan pendekatan kuantitatif atau kombinasi metode, agar hasil penelitian lebih komprehensif dan dapat digeneralisasi dalam konteks yang lebih luas. Penelitian juga dapat dikembangkan dengan mengeksplorasi faktor lain seperti peran budaya, gender, atau lingkungan sosial dalam pembentukan motivasi diri pada proses rehabilitasi narkoba.

REFERENSI

- Azkiya, A. M. (2020). Bimbingan Mental Spiritual untuk Mengatasi Problem Psikososial bagi Pecandu Narkoba di IPWL Al-Ma'laa Pekalongan. UIN Walisongo.
- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2023). Data Nasional Pengguna Narkoba. Jakarta.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. (Terj. Achmad Fawaid). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Maharani, N. L., Ginting, B., & Ritonga, F. U. (2023). Motivasi Diri sebagai Faktor Keberhasilan Rehabilitasi Pecandu Narkoba di LRPPN Bhayangkara Indonesia. *KREPA*, 2(1), 93-103.
- Mindiono, I. A. (2018). Mekanisme Koping Penyalahguna NAPZA yang Menjalani Rehabilitasi di IPWL At-Tauhid Jepara. *Philanthropy: Journal of Psychology*.
- Sari, N. L., & Wahyuni, I. (2021). Peran Motivasi Intrinsik dalam Pencegahan Relapse pada Mantan Pecandu Narkoba. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 6(1), 45-57.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods* (6th ed.). Sage Publications