

Peranan Konseling Individu Dengan Teknik Motivational Interviewing Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Mantan Narapidana Narkoba Klien “A” Di Desa Tanjung Atap Ogan Ilir

Fadiya Izzatul Jannah¹, Suryati², Lena Marianti³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Corresponding Author: Fadiya Izzatul Jannah, E-Mail: fadiyatgap22@gmail.com

Published: June, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Peranan Konseling Individu Dengan Teknik *Motivational Interviewing* Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Mantan Narapidana Narkoba Pada Klien “A” Di Desa Tanjung Atap Ogan Ilir”. Penelitian ini dilatarbelakangi dengan kesehatan mental yang dilakukan klien “A”, yang menyebabkan kecemasan, rasa rendah diri, kehilangan dukungan dari keluarga, teman, masyarakat, ketidakmampuan beradaptasi dengan lingkungan serta tekanan psikologis akibat pengalaman masa lalu selama menjalani hukuman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling individu dengan teknik *Motivational Interviewing* untuk meningkatkan kesehatan mental pada klien “A”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode analisis data studi kasus Robert K Yin. Penelitian ini dilakukan empat kali pertemuan konseling dan memiliki tiga tahap konseling yaitu tahap awal, inti, dan akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *motivational interviewing* dalam proses konseling individu mampu memberikan dampak positif terhadap kondisi klien “A” yaitu penerimaan diri, penurunan kecemasan, dan peningkatan motivasi untuk menjalani hidup. Berdasarkan hasil penerapan konseling individu dengan teknik *motivational interviewing* dalam meningkatkan kesehatan mental pada mantan narapidana narkoba pada klien “A” Di Desa Tanjung Atap Ogan Ilir dapat disimpulkan bahwa teknik ini efektif atau bisa mengatasi kesehatan mentalnya.

Kata Kunci: *Motivational Interviewing, kesehatan mental, konseling individu.*

ABSTRACT

This study is entitled “The Role of Individual Counseling with Motivational Interviewing Techniques in Improving Mental Health in Former Drug Convicts in Client ‘A’ in Tanjung Atap Village, Ogan Ilir”. This research is motivated by the mental health of client “A”, which causes anxiety, low self-esteem, loss of support from family, friends, society, inability to adapt to the environment and psychological pressure due to past experiences while serving a sentence. This study aims to determine individual counseling with Motivational Interviewing techniques to improve mental health in client “A”. This research uses a qualitative approach with a case study research method. The data collection techniques used are observation, interview, and documentation methods. And the data analysis technique used in this research is the Robert K Yin case study data analysis method. This research was conducted four times a counseling meeting and has three stages of counseling, namely the initial, core, and final stages. The results showed that the application of motivational interviewing techniques in the individual counseling process was able to have a positive impact on client “A”’s condition, namely self-acceptance, decreased anxiety, and increased motivation to live life. Based on the results of the application of individual counseling with motivational interviewing techniques in improving mental health in former drug prisoners on client “A” in Tanjung Atap Village, Ogan Ilir, it can be concluded that this technique is effective or can overcome mental health.

Keywords: *Motivational Interviewing, Mental Health, Individual Counseling*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Kehidupan akan berjalan lancar dan alami jika seseorang memiliki kesehatan mental yang baik, yang menjadikannya aspek penting dalam kehidupan. Secara umum, kesehatan mental dapat diartikan sebagai keadaan kesehatan mental yang normal dan dorongan untuk menjalani kehidupan yang baik (sesuai dengan nilai-nilai budaya dan agama) dalam semua bidang kehidupan, termasuk bidang pribadi, keluarga, profesional, dan bidang lainnya. Kesehatan mental sangatlah penting. Masalah mental atau kejiwaan dapat menyerang siapa pun. Meskipun demikian, banyak orang menderita kondisi kesehatan mental yang dipengaruhi oleh penyalahgunaan narkoba.

Narkoba adalah akronim untuk obat-obatan terlarang dan narkotika, sedangkan NAPZA adalah akronim untuk alkohol, narkotika, dan zat adiktif lainnya (narkoba yang berbahaya dan dapat menyebabkan ketergantungan). Kurniawan zat kimia yang dikenal sebagai narkoba memiliki kekuatan untuk mengubah aspek psikologis kehidupan seseorang, termasuk perasaan, pikiran, suasana hati, dan perilaku, jika dikonsumsi, disuntikkan, dihirup, atau masuk ke dalam tubuh.

Menurut Al-Qur'an dan hadits, narkotika dilarang dalam Islam. Pelaku tindak pidana narkoba menerima hukuman ta'zir, yang berbentuk rehabilitasi. Arti harfiah dari ta'zir A. Rahman adalah membunuh penjahat karena mereka berjemur. Hukumannya dapat berupa peringatan, denda, kurungan, cambuk, dan tindakan lainnya

Surat Al maidah ayat 90 yang berbunyi :

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

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

Wawancara motivasi adalah teknik konseling yang berfokus pada individu dan dimaksudkan untuk membantu para profesional, seperti konselor, membantu untuk mengeksplorasi diri mereka sendiri dan mengatasi ambivalensi mereka sehingga mereka dapat mencapai tujuan yang diinginkan, menurut Miller dan Rollnick. Namun, perlu ditekankan bahwa konselor hanyalah media agar klien menemukan motivasi mereka sendiri untuk berubah. Menemukan dan meningkatkan dorongan klien yang berkelanjutan untuk berubah adalah tujuan dari strategi ini. Metode ini berfungsi untuk meningkatkan rasa tanggung jawab klien dan inisiatif konselor dalam hal pengambilan keputusan. Teknik *motivational interviewing* ini menciptakan lingkungan yang aman dan empati, sehingga klien "A" pada mantan narapidana narkoba ini merasa dihargai dan didengar. Teknik *motivational interviewing* ini memberikan kekuatan, kemampuan dan kepercayaan klien untuk mengambil kendali atas proses perubahan dengan memberikan titik dalam merencanakan langkah-langkah yang sesuai dengan kenyamanan klien. Dengan dukungan

yang berkelanjutan klien merasa siap untuk menghadapi tantangan dan berkomitmen pada perubahan yang klien inginkan menjadikan teknik ini sebagai alat efektif dalam mencapai kesehatan mental.

METODE PENELITIAN

Teknik riset ini memanfaatkan metodologi kualitatif. Menurut Moleong, tujuan penelitian kualitatif adalah untuk memahami fenomena yang dialami oleh partisipan penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan, antara lain. Untuk meneliti keadaan alamiah objek, peneliti merupakan alat yang paling penting.

Penelitian studi kasus digunakan dalam riset ini. Studi kasus, menurut Robert K. Yin, merupakan metode untuk mempelajari fenomena yang terjadi dalam kehidupan nyata. Karena tantangan ini dilakukan secara mendalam dan hanya difokuskan pada penyelesaian kasus, peneliti akan mengevaluasi kasus dalam suatu kegiatan dan mengumpulkan informasi secara rinci dengan menggunakan berbagai pendekatan pengumpulan data. Dengan demikian, untuk meningkatkan kesehatan mental klien "A" di desa Tanjung Atap, penelitian ini menggunakan metodologi studi kasus.

Subjek Penelitian

Dalam *Peranan Konseling Individu Dengan Teknik Motivational Interviewing Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Mantan Narapidana Narkoba Pada Klien "A" Di Desa Tanjung Atap Ogan Ilir*. Data primer merupakan informasi yang diperoleh langsung dari objek penelitian melalui alat ukur observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data sekunder adalah sumber yang memberikan informasi secara tidak langsung kepada pengumpul data. Temuan penelitian pada buku, tesis, situs web, dan artikel yang berkaitan dengan penyelidikan ini dapat berfungsi sebagai data sekunder untuk penyelidikan ini. Dalam penelitian ini, informan berikut akan diwawancarai ialah klien "A" mantan narapidana narkoba.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Kesehatan Mental Pada Mantan Narapidana Narkoba Pada Klien "A" Di Desa Tanjung Atap Ogan Ilir

Berdasarkan hasil penelitian diatas, bahwa klien "A" merasa kehidupannya telah hancur dan sulit diperbaiki. Klien sering mengatakan bahwa masa depan terasa suram dan tidak memiliki harapan. Hal ini mengindikasikan adanya gejala depresi ringan hingga yang belum mendapatkan penanganan profesional secara konsisten. Hal ini sejalan dengan ungkapan yang dikutip Martínez, Moreno dkk yang dikutip dari teori trauma psikologis yang menyatakan bahwa individu yang pernah mengalami pengalaman traumatis seperti pemenjaraan atau kekerasan, cenderung mengalami gangguan psikologis pascatrauma yang

mencakup kecemasan, gangguan tidur, rasa bersalah, dan menarik diri secara sosial. Hal ini menunjukkan pentingnya intervensi psikologis yang terstruktur untuk membantu proses pemulihan.

2. Penerapan Konseling Individu dengan Teknik *Motivational Interviewing* dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Pada Mantan Narapidana Narkoba pada Klien “A” Didesa Tanjung Atap Ogan Ilir

Setelah diberikan penerapan *motivational interviewing*, klien “A” sudah memiliki perubahan yang signifikan, yaitu terlihat lebih stabil secara emosi, tidak mudah tersinggung, dan mulai menjalani dengan lebih positif. Klien “A” mampu membedakan tindakan yang membawa dampak positif dan negatif, serta menjauhi hal-hal yang berpotensi membawa dirinya kembali ke kehidupan sebelumnya. Teknik ini efektif dalam meningkatkan kesehatan mental pada mantan narapidana narkoba. Hal ini sejalan dengan penelitian dalam jurnal konseling Andi Matappa, yang menunjukkan bahwa penerapan *motivational interviewing* dapat membantu individu dengan latar belakang pengguna obat terlarang untuk menemukan kembali makna hidup dan meningkatkan keefungsian psikologisnya.

KESIMPULAN

Berikut ini adalah beberapa kesimpulan yang dapat diambil dari hasil :

1. Peranan Konseling Individu Konseling individu berperan penting dalam membantu klien "A" memahami permasalahan yang dialaminya pasca menjalani masa hukuman akibat penyalahgunaan narkoba. Melalui sesi konseling yang terstruktur dan fokus pada kebutuhan klien, klien mampu mengidentifikasi emosi negatif, meningkatkan kesadaran diri, serta menyusun tujuan hidup secara lebih realistis.
2. Efektivitas Teknik Motivational Interviewing Teknik *Motivational Interviewing* terbukti efektif dalam menggali motivasi intrinsik klien untuk berubah. Teknik ini mendorong klien untuk berbicara terbuka tanpa tekanan, serta membantu memperkuat komitmen terhadap perubahan perilaku, khususnya dalam menghindari lingkungan dan kebiasaan lama yang berisiko tinggi untuk kambuh (relapse).
3. Peningkatan Kesehatan Mental Setelah dilakukan beberapa sesi konseling, terlihat adanya peningkatan dalam aspek kesehatan mental klien "A", seperti penurunan kecemasan, meningkatnya rasa percaya diri, serta munculnya harapan dan fokus yang lebih baik terhadap masa depan. Hal ini memperlihatkan pendekatan *Motivational Interviewing* sangat relevan dalam konteks rehabilitasi sosial mantan narapidana narkoba.

DAFTAR PUSTAKA

- prof Dr. Syamsu Yusuf L.N., *Kesehatan Mental Perspektif Psikologis Dan Agama*, ed. by E. Kuswandi (PT. REMAJA ROSDAKARYA, 2018).
- Pipin Supini and others, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja', *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2.1 (2024), pp. 166–72, doi:10.57235/jerumi.v2i1.1760.
- Diki Pahlevi, 'Peran Badan Narkotika Nasional (BNN) Dalam Penanggulangan Narkoba Di Kelurahan Pelita Kota Samarinda', *Ilmu Pemerintahan*, 8.1 (2020), pp. 163–76.
- Hardy Purbanto and Bahril Hidayat, 'Systematic Literature Review: Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja Dalam Perspektif Psikologi Dan Islam', *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 20.1 (2023), pp. 1–13, doi:10.25299/al-hikmah:jaip.2023.vol20(1).11412.
- Nurul Ahwat Rantekata and Nurjannah Nurjannah, 'Kritik Terhadap Metode Konseling Motivational Interviewing', *Islamika: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 22.01 (2022), pp. 96–113, doi:10.32939/islamika.v22i01.1095.
- Eliza Putri Harahap and Wiryo Nuryono, 'Studi Kepustakaan Tentang Teknik Motivational Interviewing Untuk Adiksi', *Jurnal BK Unesa*, 12 (2021), pp. 591–609.
- Syifaul Adhimah, 'Peran Orang Tua Dalam Menghilangkan Rasa Canggung Anak Usia Dini (Studi Kasus Di Desa Karangbong Rt. 06 Rw. 02 Gedangan-Sidoarjo)', *Jurnal Pendidikan Anak*, 9.1 (2020), pp. 57–62, doi:10.21831/jpa.v9i1.31618.
- Robert K yin, *Studi Kasus : Desain & Metode* (Jakarta PT Raja Grafindo, 2003).
- P. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D* (Bandung Cv. Alfabeta, 2019).
- Moreno, *Meningkatkan kesehatan mental dan fungsi kognitif pada korban kekerasan : Terapi perilaku kognitif untuk gangguan tidur di kalangan jurnalis, pembela hak asasi manusia, dan keluarga korban hilang di mexico city.* (Mexico, 2025)
- Rik Knipschild, Studi tanpa menyalahkan : Uji coba terkontrol acak dua yang mengevaluasi dampak program psikoedukasi daring bagi remaja yang pernah mengalami kekerasan fisik/seksual atau pelecehan seksual. Dasar pemikiran, desain studi (Belanda, 2024)