

Pengaruh Religious Self-monitoring Terhadap Kecenderungan Kambuh Pada Pecandu Narkoba

Nurhikmah^{1*}, Widyastuti², Ahmad³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

* E-mail: nurhikmahhk21@gmail.com

Abstract

The tendency to relapse is the process of changing the behavior, mind, and feelings of drug addicts to return to using drugs while undergoing a period of rehabilitation. This study aims to determine the effect of religious self-monitoring on the tendency to relapse drug addicts at Lapas Kelas IIA Sungguminasa. Participant in this study 10 people and were prisoners who underwent rehabilitation and experienced a tendency to moderate, high, and very high relapses. The measuring instrument used in this study was a recurrence tendency scale compiled by researchers with Alpha Cronbach 0,797. Data analysis using non-parametric statistical analysis Wilcoxon test. The results showed that there was an influence of religious self-monitoring on the relapse of drug addicts at Lapas Kelas IIA Sungguminasa with a significance value of 0.008 ($p < 0.05$). Of the 10 participants, 9 of them experienced a change in the score of relapse and 1 participant did not experience a change in score. Religious self-monitoring can reduce the tendency for participants to relapse so that it can be used in the rehabilitation process.

Keyword: Drug Addicts, Religious Self-Monitoring, Tendency of Relapse.

Abstrak

Kecenderungan kambuh merupakan proses perubahan perilaku, pikiran, dan perasaan pecandu narkoba untuk kembali menggunakan narkoba saat menjalani masa rehabilitasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh religious self-monitoring terhadap kecenderungan kambuh pada pecandu narkoba di Lapas Kelas IIA Sungguminasa. Partisipan penelitian berjumlah 10 orang dan merupakan warga binaan Lapas yang menjalani rehabilitasi dan mengalami kecenderungan kambuh sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecenderungan kambuh yang disusun oleh peneliti dengan Alpha Cronbach 0,797. Analisis data menggunakan analisis statistik non parametrik uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan pelatihan religious self-monitoring dapat menurunkan kecenderungan kambuh pecandu narkoba dengan nilai signifikansi sebesar 0,008 ($p < 0,05$). Dari 10 partisipan, 9 diantaranya mengalami perubahan skor kecenderungan kambuh dan 1 partisipan tidak mengalami perubahan skor. Religious self-monitoring dapat menurunkan kecenderungan kambuh partisipan sehingga dapat digunakan dalam proses rehabilitasi.

Kata kunci: *Kecenderungan Kambuh, Pecandu Narkoba, Religious Self-Monitoring.*

PENDAHULUAN

Pecandu narkoba memiliki kecenderungan untuk kembali mengonsumsi narkoba. Hawari (2002) melakukan penelitian tentang kekambuhan pada 293 pasien yang ketergantungan narkotika, alkohol, dan zat adiktif (NAZA), dan diperoleh faktor kekambuhan disebabkan oleh stres 54 pasien (18,43%), sugesti 68 pasien (23,21%), dan 171 pasien (58,63%) faktor teman sebaya. Melemis (2015) mengemukakan bahwa individu sebelum kembali menggunakan narkoba secara fisik, akan menunjukkan tanda kecenderungan kambuh secara emosional maupun mental.

Razali, Madon, Juhari, dan Samah (2016) mengemukakan bahwa kecenderungan kambuh merupakan tanda yang ditunjukkan para pecandu berupa keinginan untuk kembali menggunakan narkoba. Pecandu narkoba yang sedang berada pada proses kecenderungan kambuh akan ditandai dengan perubahan secara emosi, mental, dan fisik. Razali dkk (2016) lebih lanjut menjelaskan bahwa aspek kecenderungan kambuh terbagi menjadi 4, yaitu emosi, mental, kontrol diri, dan lingkungan. Aspek pertama yakni emosi pada pecandu ditandai dengan perasaan yang mengarah pada kemungkinan kambuh. Perasaan yang ditunjukkan pecandu narkoba dengan kecenderungan kambuh tinggi yaitu perubahan emosi ke arah yang negatif akibat pengaruh dari luar dan emosi positif yang meningkatkan keinginan untuk bersenang-senang dan menguji kemampuan diri pada penggunaan narkoba.

Razali dkk (2016) menjelaskan aspek kedua dari kecenderungan kambuh yakni kontrol diri individu yang ditandai dengan kemampuan untuk memprediksi, mengontrol, merespon, dan mengambil keputusan sesuai dengan stimulus dan peristiwa yang ada. Adapun aspek mental merupakan keadaan yang membuat individu untuk sulit membuat pilihan antara tidak atau kembali menggunakan narkoba. Sedangkan aspek lingkungan memberikan pengaruh yang besar terhadap perubahan pola perilaku para pecandu narkoba setelah masa rehabilitasi selesai.

Hassanbeigi, Askari, Hassanbeigi, dan Puurmovahed (2013) melakukan penelitian pada 150 responden berjenis kelamin laki-laki yang mengalami kecanduan opium diperoleh bahwa stres memberikan korelasi positif terhadap tingkat kecanduan individu dan setelah diberikan proses rehabilitasi selama dua tahun terjadi penurunan tingkat kecanduan. Rahmawati (2010) mengemukakan bahwa pecandu narkoba dapat kembali menggunakan narkoba jika dipengaruhi oleh kondisi yang menjadi pemicu penggunaan kembali narkoba lebih tinggi daripada strategi koping yang dimiliki. Hasanah dan Fadlilah (2018) mengemukakan bahwa strategi koping

merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam berpikir, bersikap, dan memecahkan masalah, sehingga dapat bertahan dalam situasi yang menekan. Pertiwi (2011) mengemukakan bahwa pecandu narkoba dapat dibantu untuk bertahan pada kondisi yang menekan agar tetap kuat dan tidak kembali menggunakan narkoba jika memiliki kemampuan religiusitas yang baik.

Hawari (2002) melakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan religiusitas pada pasien NAZA khususnya pada ketaatan menjalankan ibadah pada 293 pasien. Penelitian Hawari (2002) memperoleh hasil bahwa 6,83% pasien yang taat menjalankan ibadah memiliki resiko kekambuhan yang rendah, 21,50% sedang, dan 71,67% tinggi. Pertiwi (2011) melakukan penelitian di BNN Lido pada 124 residen dan diketahui bahwa terdapat pengaruh antara dimensi religiusitas dengan resiliensi residen.

Peneliti lebih lanjut melakukan asesmen pada 195 calon partisipan di Lapas Kelas IIA Sungguminasa yang akan mengikuti pelatihan pada tanggal 27 Oktober 2019 dan diketahui bahwa 61% (118 orang) partisipan mengalami kecenderungan kambuh sangat rendah, 25% (49 orang) kategori rendah, 9% (18 orang) sedang, 4% (8 orang) tinggi, dan 1% (2 orang) sangat tinggi. Namun, 28 orang partisipan di kategori sedang, tinggi, dan sangat tinggi diketahui bahwa 43% (12 orang) partisipan telah menjalani rehabilitasi sosial kurang lebih 2 tahun dan berada pada tingkatan atas, sedangkan 21% (6 orang) partisipan pada tingkatan menengah, dan 36% (10 orang) pada tingkatan dasar. Selain itu, juga diketahui bahwa 68% (19 dari 28 orang) partisipan sedang dan atau pernah mengikuti proses rehabilitasi lain seperti pesantren kilat dan konseling, sedangkan 23% (9 orang) partisipan hanya mengikuti rehabilitasi sosial saja.

Yunitasari (2018) mengemukakan bahwa di tempat rehabilitasi untuk membuat pecandu narkoba pulih akan dibantu dengan menggunakan terapi fisik dan mental. Terapi mental dapat membantu pencandu narkoba untuk mencegah kekambuhan dan meningkatkan religiusitasnya. Terapi mental dengan pendekatan keagamaan yang dapat digunakan adalah *religious self monitoring*.

Qudsyi, Sholeh, dan Afsari (2018) mengemukakan bahwa *religious self-monitoring* merupakan strategi yang diberikan kepada individu berupa refleksi dan monitoring berbasis islam yang bertujuan untuk meningkatkan kontrol diri individu dengan melibatkan kekuasaan dari Sang Maha Pencipta. Penerapan intervensi *religious self-monitoring* melibatkan tiga sumber dasar monitoring, yakni diri sendiri, lingkungan sekitar, dan Tuhan Yang Maha Menciptakan. Dalam islam, konsep *self-monitoring* dapat dimaknai melalui konsep muraqabah. Ramayulis (2002) mengemukakan bahwa muraqabah dapat diartikan sebagai perasaan dikontrol dan diamati secara terus menerus sehingga menimbulkan kekhawatiran dari dalam

diri saat melakukan perbuatan yang menyimpang.

Anjuran *muraqabah* dalam Al-Qur'an disampaikan dalam firman Allah SWT QS. Al-A'raf ayat 201 yang berbunyi:

Artinya : *إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ*
"Sesungguhnya orang-orang yang bertaqwa, apabila mereka ditimpa bayang-bayang pikiran jahat (berbuat dosa) dari setan, mereka pun segera ingat kepada Allah. Maka, ketika itu juga mereka melihat kesalahan-kesalahannya"

Muraqabah juga disampaikan dalam As-Sunnah yang berbunyi: "Beribadahkan kepada Allah seolah-olah engkau melihat-Nya. Dan sekalipun engkau tidak melihat-Nya. Dia sungguh melihat engkau". (HR. Bukhari dan Muslim)

Erdayarti (2015) mengemukakan bahwa anjuran *muraqabah* terbagi menjadi lima, yaitu: (1) menghadirkan Allah sebagai Yang Maha Menciptakan dan Yang Maha Mengetahui dalam kehidupan individu, (2) percaya bahwa malaikat akan selalu mencatat setiap perbuatan yang telah kita lakukan, (3) memahami dan memaknai Al-Qur'an sebagai firman Allah, (4) menjadikan Rasulullah saw sebagai utusan Allah dan tauladan yang baik, (5) percaya bahwa segala hal yang telah dilakukan akan dimintai pertanggungjawabannya di hari akhir dan untuk perbuatan kebajikan kelak akan dibalas dengan kebahagiaan yang kekal.

Religious self-monitoring pernah dikaji oleh Carter, McCullough, dan Carver (2012) melakukan penelitian terkait manfaat tingkat religiositas yang dimiliki individu dalam memonitoring diri guna menurunkan perilaku yang bersifat menyimpang. Bruhn, McDaniel, dan Kreigh (2015) menjelaskan bahwa *self-monitoring* melibatkan perekaman perilaku individu berupa observasi dan analisis data dalam proses pengambilan keputusan. Covarrubias dan Stone (2015) menjelaskan bahwa dalam proses pengambilan keputusan, individu dapat memperoleh informasi dari lingkungan sekitar seperti teman dan keluarga. Teman sebagai *peer education* kemudian dapat membantu individu dalam mengadopsi perilaku positif dan mengontrol perilaku negatif.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *religious self-monitoring* terhadap kecenderungan kambuh pecandu narkoba yang berada di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa.

METODE

Penelitian ini menggunakan teknik pengambil sampel *purposive sampling* dengan jumlah partisipan sebanyak 11 orang dan dilaksanakan di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. Kecenderungan kambuh merupakan kondisi yang dialami pecandu narkoba selama masa rehabilitasi dan cenderung kembali menggunakan narkoba. Sedangkan *religious self-*

monitoring adalah intervensi yang diberikan kepada pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi selama satu pekan dan didahului oleh pemberian materi oleh *trainer*. Intervensi *religious self-monitoring* disusun sesuai dengan bentuk pelatihan yang dilakukan Carter, McCullough, dan Carver (2012).

Pelatihan *religious self-monitoring* menggunakan desain penelitian eksperimen dengan membagi satu kelompok partisipan, yaitu kelompok eksperimen. Kelompok eksperimen akan mengikuti seluruh rangkaian pelatihan. Shadish, Cook, dan Campbell (2002) menjelaskan jenis desain eksperimen yang hanya menggunakan satu kelompok respon yaitu kelompok eksperimen disebut sebagai desain *one group pretest-posttest design*.

Proses pelaksanaan intervensi yang akan diberikan, yakni: pertama-tama partisipan akan diberikan *pretest* untuk mengetahui karakteristik partisipan yang akan masuk dalam kelompok eksperimen. Kemudian pengukuran akan kembali diberikan kepada partisipan di dalam kelompok eksperimen setelah perlakuan selesai diberikan. Oleh sebab itu, peneliti akan membandingkan hasil kecenderungan kambuh yang yang diperoleh partisipan sebelum dan setelah diberikan perlakuan.

Program pelatihan *religious self-monitoring* terbagi menjadi tujuh kali pertemuan dengan total 6 agenda kegiatan dan berasal dari tiga sumber *religious self monitoring*, yaitu diri sendiri, teman kelompok, dan Tuhan. Qudsyi, Sholeh, dan Afsari (2018) mengemukakan bahwa pelatihan *religious self-monitoring* akan efektif dilaksanakan minimal empat kali pertemuan dengan durasi waktu sekitar 1 sampai 1,5 jam. Waktu yang diberikan bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam kepada partisipan terkait manfaat dari pelatihan *religious self-monitoring* untuk mengurangi perilaku yang bersifat menyimpang. Teknik pelatihan yang digunakan dalam proses *religious self-monitoring* di Lapas Kelas IIA Sungguminasa secara sederhana digambarkan di tabel berikut ini:

Tabel 1. Teknik pelatihan religious self monitoring

Agenda	Tema	Metode	Sumber Self-Monitoring	Durasi
I	Pengantar Kegiatan Pelatihan dan <i>warming up</i>	Tatap muka klasikal dan edukasi rekan sebaya	-	60 menit
II	Pemberian materi <i>self monitoring</i>	Tatap muka klasikal	<i>Monitoring by self</i>	60 menit
III	Pemberian materi <i>muraqabah</i>	Tatap muka klasikal	<i>Monitoring by God</i>	60 menit
IV	Praktik membangun energi <i>muraqabah</i>	Tatap muka klasikal dan edukasi rekan sebaya	<i>Monitoring by God</i>	60 menit
V	Penugasan dan pemberian penjelasan log aktivitas	Tatap muka klasikal	-	20 menit
VI	Refleksi pelatihan <i>religious self monitoring</i>	Tugas mandiri	<i>Monitoring by self, God, dan others</i>	
VII	Evaluasi program dan pengukuran pasca pelatihan	Tatap muka klasikal	-	30 menit

Teknik pengumpulan data yang digunakan menggunakan tiga metode, yakni skala kecenderungan kambuh, catatan harian, dan wawancara kepada partisipan. Skala kecenderungan kambuh memiliki nilai validitas isi dari *expert judgment* sebesar 0,75 sedangkan validitas konstruk dari penelitian ini menggunakan uji CFA dengan bantuan *STATCAL versi 1.0*. Hair, Black, Babin, dan Anderson (2014) menjelaskan dalam proses interpretasi CFA digunakan *standard loading factor* minimal 0,5 sebagai acuan untuk menentukan item bertahan dengan jumlah sampel uji coba 100 orang. Hasil CFA dan *blueprint* dari skala kecenderungan kambuh sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil analisis standard loading factor CFA dan Indikator Skala Kecenderungan Kambuh

Aspek	Indikator	No item	Standardized Loading Factor
Kontrol Diri	Ketidakmampuan mengontrol perilaku	1	0,6762
	Ketidakmampuan merespon stimulus atau kondisi	2	0,5902
	Ketidakmampuan dalam mengambil keputusan jangka panjang	3	0,5516
Mental	Memikirkan dampak positif penggunaan narkoba	4	0,6057
		5	0,5127
		6	0,5858
		7	0,5149

Adapun *alpha chornbach* untuk skala kecenderungan kambuh sebesar 0,797 dan termasuk dengan kategori skala yang reliabel. Hasil penelitian ini, dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui skor partisipan dalam lima kategori, mulai dari sangat tinggi hingga sangat rendah. Penelitian ini diuji menggunakan analisis hipotesis Uji Wilcoxon pada *SPSS 22.0 for windows*.

Catatan harian dalam penelitian ini berfungsi sebagai media refleksi dari materi yang didapatkan selama penelitian berlangsung. Dalam proses pemberian materi, fasilitator didampingi oleh peneliti dan observer yang berfungsi untuk mengamati partisipan selama proses pelatihan. Qudsyi, Sholeh, dan Afsari (2018) mengemukakan bahwa catatan harian berfungsi untuk merekam bentuk perilaku dari setiap partisipan penelitian. Sedangkan wawancara menggunakan teknik semi terstruktur untuk mengetahui hal yang dirasakan oleh partisipan sebelum pelatihan, saat pelatihan, dan setelah pelatihan dilaksanakan.

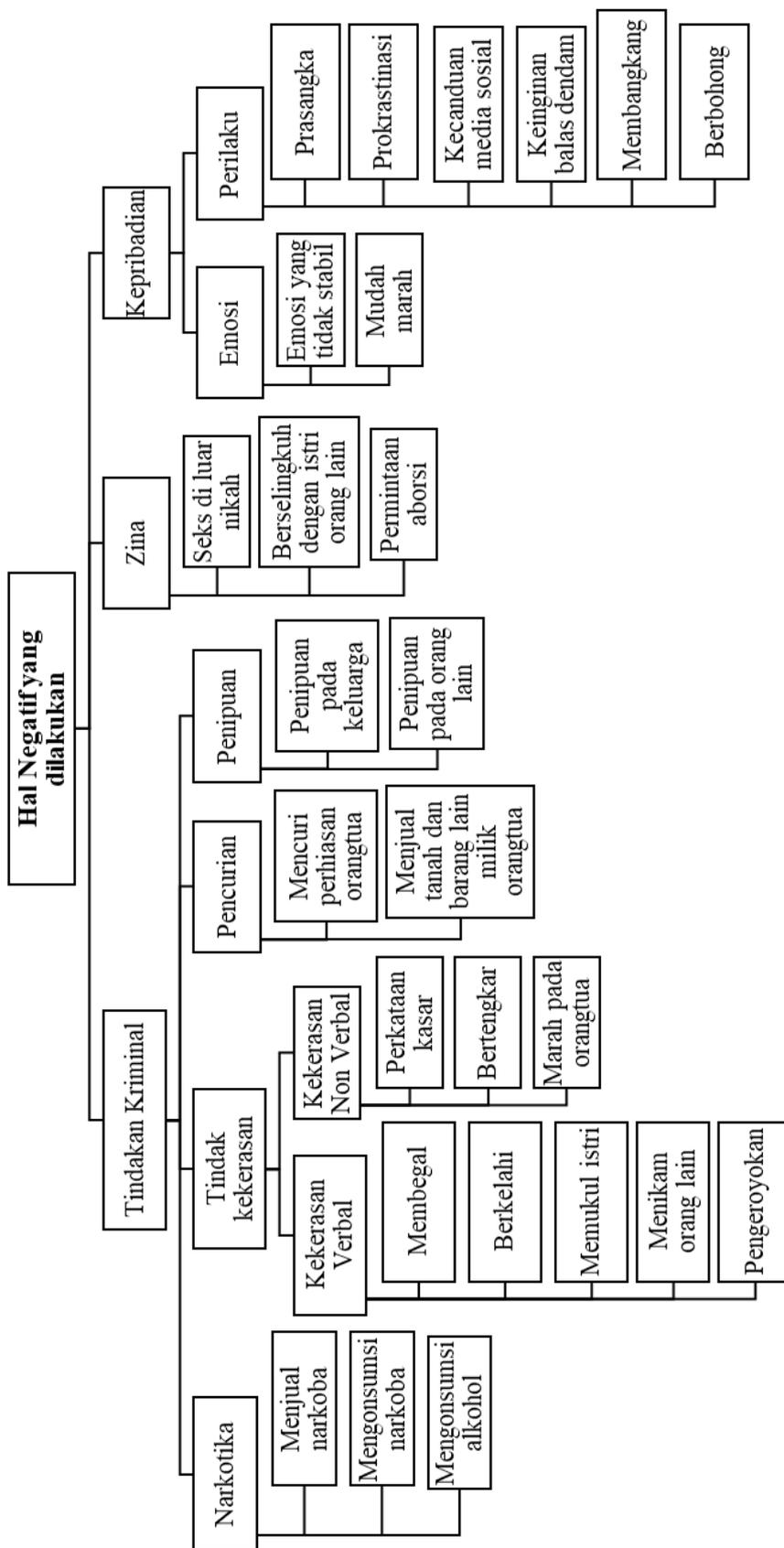
HASIL

Hasil dari deskripsi data partisipan diperoleh bahwa secara keseluruhan partisipan yang mengikuti pelatihan *religious self-monitoring* berusaha mengatasi kecenderungan kambuh pada narkoba dengan menggunakan dua tahapan yaitu:

1. Tahapan I (Evaluasi Diri)

a. *Takhalli*

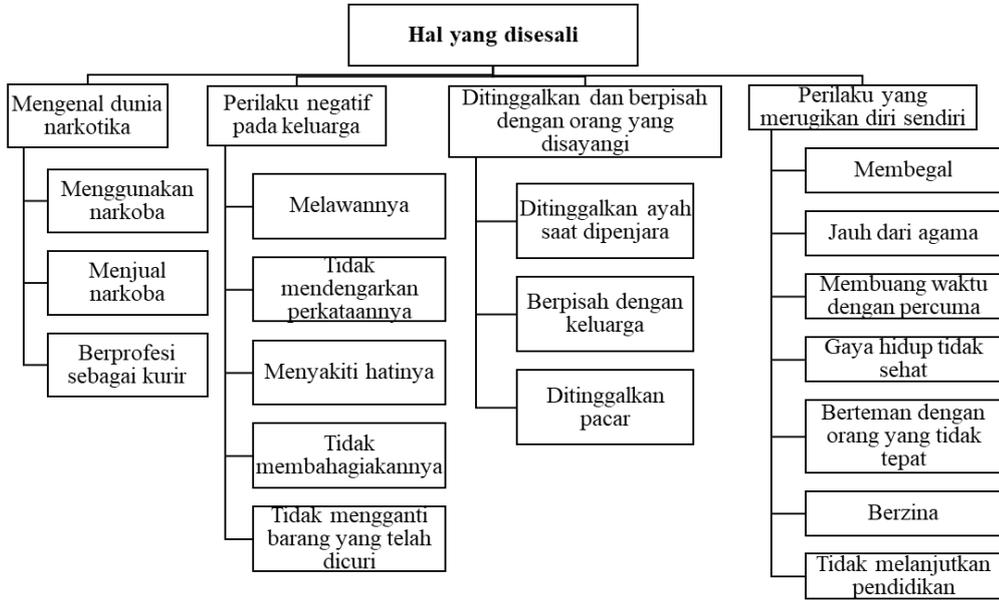
Berdasarkan hasil data evaluasi diri dari proses *takhalli* diperoleh bahwa 10 partisipan mengalami hal negatif. Peneliti kemudian mengkategorisasi bentuk-bentuk hal negatif yang pernah dilakukan partisipan di masa lalu selama menggunakan narkoba, yaitu yaitu tindakan kriminal (berupa narkoba, tindak kekerasan, pencurian, dan penipuan), zina, dan kepribadian. Proses evaluasi diri terhadap hal negatif narkoba dapat dilihat dari bagan berikut ini:



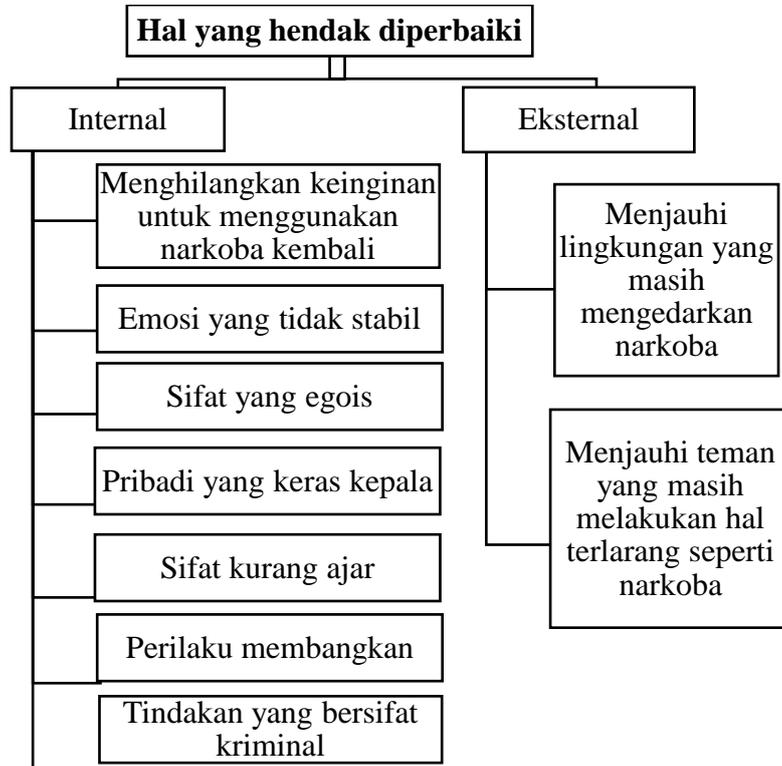
Gambar 1. Hal negatif yang pernah dilakukan partisipan selama penggunaan narkoba

b. *Tahalli*

Tahalli ditandai dengan partisipan yang mulai menyesali perbuatannya dan menghias diri dengan perilaku yang baik dan menanamkan dalam diri untuk dekat kepada Allah SWT. Hal ini dapat dideskripsikan dalam gambar berikut:



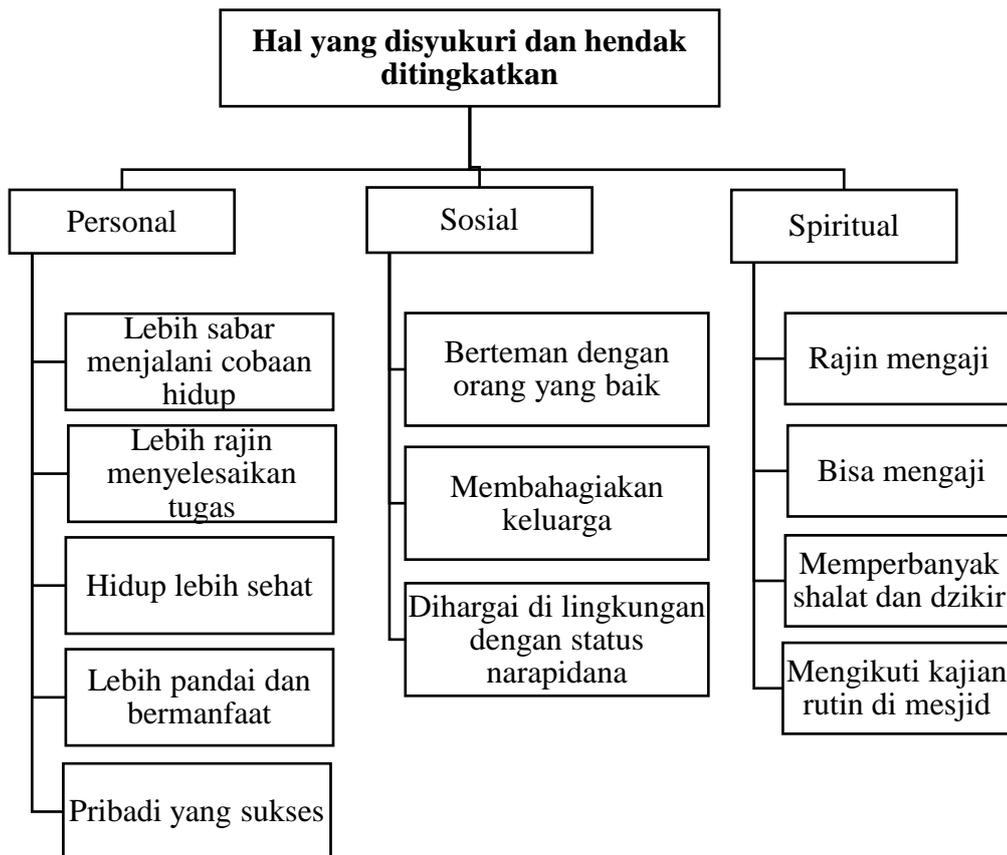
Gambar 2. Proses menyesali perbuatan



Gambar 3. Usaha perbaikan perilaku

c. *Tajalli*

Tajalli merupakan usaha yang dilakukan oleh partisipan untuk menumbuhkan jiwa muraqabah dalam diri. Hasil evaluasi diri yang diisi oleh partisipan diketahui bahwa proses yang dilalui individu untuk menumbuhkan *tajalli* dalam dirinya terbagi menjadi tiga kategori, yaitu personal, sosial, spiritual. Adapun deskripsi mengenai kategori bentuk tersebut dijabarkan sebagai berikut:



Gambar 4. Hal yang hendak ditingkatkan

2. Tahapan II (Mengatasi Kecenderungan Kambuh)

a. Aspek Emosi

Berdasarkan hasil pengisian log aktivitas, emosi yang dialami partisipan saat melaksanakan ibadah dan syariat keagamaan memunculkan perasaan yang berbeda-beda. Perasaan tersebut berupa kesenangan, kebahagiaan, ketenangan, ketentraman dari dalam hati, dan kebersyukuran kepada Allah SWT telah diberikan kesempatan untuk berubah.

b. Aspek Kontrol Diri

Partisipan dalam menghadapi sugesti kecenderungan kambuh akan melakukan bentuk kontrol diri berupa mengalihkan sugesti kekambuhan dengan kegiatan yang lebih positif. Pengalihan sugesti kekambuhan bertujuan agar partisipan mampu melewati sugesti yang berselang sekitar lima menit. Adapun bentuk kontrol diri yang lain dan digunakan oleh partisipan yakni dengan menghindari atau tidak memegang barang dan alat narkoba secara langsung.

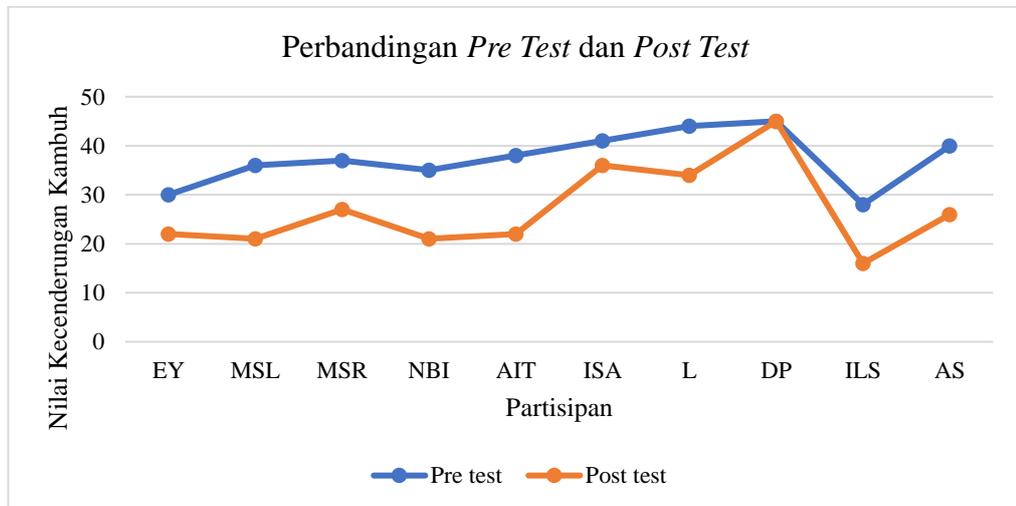
c. Aspek Mental

Usaha yang dilakukan oleh partisipan ditinjau dari aspek mental yakni mempertimbangkan dan memikirkan dampak negatif yang disebabkan oleh narkoba. Dampak negatif tersebut berupa hal-hal yang akan dirasakan oleh dirinya sendiri maupun keluarga.

d. Aspek Lingkungan

Pada masa rehabilitasi, lingkungan seperti teman dan keluarga menjadi sebuah dukungan emosional yang kuat bagi individu dan dapat digunakan sebagai bentuk upaya pencegahan kekambuhan pada narkoba (Habibi, Basri, & Rahmadani, 2016; Yunitasari, 2018).

Secara deskriptif 10 partisipan yang mengikuti pelatihan *religious self-monitoring* terdapat empat partisipan yang memiliki kecenderungan kambuh tinggi dengan persentase 33%, dua partisipan yang memiliki kecenderungan kambuh sedang dengan persentase 17%, dan empat partisipan lainnya memiliki kecenderungan kambuh rendah dengan persentase 33%. Adapun data perbandingannya sebagai berikut:



Grafik 1. Hasil perbandingan kategorisasi respon skala kecenderungan kambuh pretest dan posttest

Berdasarkan hasil analisis skala kecenderungan kambuh yang diisi oleh partisipan penelitian diperoleh bahwa nilai p pada penelitian ini sebesar 0,008 ($p < 0,05$). Sehingga diperoleh bahwa terdapat pengaruh pelatihan *religious self-monitoring* dalam menurunkan kecenderungan kambuh pecandu narkoba yang berada di Lapas Kelas IIA Sungguminasa.

DISKUSI

Individu yang menjadi pecandu narkoba dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal (Kurniawan, Yuliawati, & Hamdani, 2017). Partisipan yang menjalani rehabilitas mulai belajar akan pendidikan keagamaan dan nilai-nilai religious serta penerapannya setelah dipenjara. Bahkan sebelumnya, 90% partisipan mengakui bahwa dirinya merasa enggan untuk menjalani kewajibannya sebagai umat beragama disebabkan ketidakbiasaan partisipan di lingkungan sebelum dipenjara.

Bahr, Hawks, dan Wang (1993) menjelaskan bahwa keluarga dan nilai-nilai keagamaan yang diyakini oleh individu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keinginan untuk mencoba narkoba. Individu dengan latar belakang keluarga dengan pemberian nilai-nilai religious yang rendah lebih rentan untuk mencoba menjadi pemakai hingga menjadi produsen narkoba. Proses kajian literatur pada program pelatihan ini kemudian didesain dengan mengacu pada konsep penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) Imam Al-Ghazali. Oleh sebab itu, program pelatihan ini disebut sebagai pelatihan *religious self monitoring*. Karzon (2010) menjelaskan bahwa tahapan penyucian jiwa oleh Imam Al-Ghazali dibagi menjadi tiga yakni :

1. *Takhalli* bertujuan untuk membersihkan jiwa dari sifat yang buruk dalam bentuk evaluasi diri terhadap perbuatan negatif. Selain itu *takhalli* juga dapat diartikan sebagai upaya pengosongan diri dari sikap ketergantungan pada kesenangan dunia dan tidak memikirkan kehidupan akhirat. Proses *takhalli* dijelaskan lebih lanjut dalam firman Allah SWT QS. Asy Syam ayat 9 dan 10

﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّهَا ﴿١٠﴾

Artinya : “Sungguh beruntung orang yang menyucikan (jiwa itu); dan sungguh rugi orang yang mengotorinya”

2. *Tahalli* merupakan usaha yang ditempuh oleh individu untuk memperbaiki dan mengisi jiwa dengan sifat, sikap, perilaku, dan akhlak kebajikan. Dalam proses *tahalli* cara yang ditempuh individu dilakukan secara bertahap dengan niat menjaga ketaatan serta ketaqwaan kepada Allah SWT secara lahir dan batin. Tahapan untuk mengembangkan potensi keimanan dalam diri individu dengan meningkatkan ketaqwaan kepada Allah SWT.

Meningkatkan ketaqwaan dapat ditunjang dengan mengerjakan shalat, mengaji, puasa, dan dzikir. Sesuai dengan firman Allah dalam QS.An-Nahl ayat 90:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي الْقُرْبَىٰ
وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

Artinya :“*Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi bantuan kaum kerabat, dan Allah melarang (melakukan) perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran*”

3. *Tajalli* merupakan suatu usaha yang dilakukan individu dengan menumbuhkan rasa Ketuhanan dalam diri dengan harapan bahwa individu tetap berada di jalan Allah. *Tajalli* merupakan tingkatan tertinggi dari proses penyucian diri yang dilalui oleh individu. Tahapan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada individu untuk mengetahui dan mengenali dirinya serta mengenal Sang Pencipta. Selain itu, *tajalli* menumbuhkan sifat *muraqabah* dalam diri individu, sehingga merasa takut dan gelisah ketika hendak melakukan perbuatan negatif. Hal disampaikan Allah dalam QS.Qaaf ayat 20:

لَقَدْ كُنْتُمْ فِي غَفْلَةٍ مِّنْ هَذَا فَكَشَفْنَا عَنْكَ غِطَاءَكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيدٌ

Artinya :“*Sungguh, kamu dahulu lalai tentang (peristiwa) ini, maka Kami singkapkan tutup (yang menutupi) matamu, sehingga penglihatanmu pada hari ini sangat tajam*”

Razak, Mokhtar, dan Sulaiman (2014) menjelaskan bahwa dalam membangun konsep penyucian jiwa dalam diri individu bertujuan untuk membangun paradigma Ilahiyah dalam diri manusia secara utuh dan terintegrasi dalam bentuk kekuatan spiritual. Dengan terbangunnya konsep penyucian jiwa maka kesehatan mental individu juga semakin membaik. Tak hanya itu, penyucian jiwa mampu memberikan kontribusi terhadap penurunan depresi, kemarahan, serta penurunan terhadap penggunaan alkohol, rokok, dan obat-obatan terlarang.

Epstein, Siegel, dan Silberman (2008) menjelaskan bahwa proses pelaksanaan dan penerapan *self-monitoring* akan lebih efektif apabila diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu Grant, Franklin, dan Langford (2002) menjelaskan bahwa penerapan ilmu pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari mampu membantu individu selama proses perubahan perilaku. Razali dkk (2016) lebih lanjut menjelaskan bahwa untuk menurunkan resiko

kecenderungan kambuh dapat dilakukan sebuah usaha yang berasal dari empat aspek, yaitu emosi, mental, kontrol diri, dan lingkungan.

Penggunaan strategi koping yang baik dan positif dapat membantu individu untuk meningkatkan pola perilaku positif dan menurunkan resiko kekambuhan pada narkoba (Hawari, 2002; Istiqomah, 2013; & Razali, 2018). Hal itu dapat dilihat dari tugas harian partisipan, bahwa dengan kembali kepada Allah SWT maka emosi yang awalnya negatif dapat berubah menjadi positif. Emosi positif yang dirasakan oleh partisipan berupa perasaan senang, bahagia, dan bersyukur kepada Allah SWT dan diimplementasikan dalam bentuk fungsi kontrol diri.

Muhtar (2014) menunjukkan bahwa fungsi pengendalian diri pada pecandu narkoba bertujuan untuk membantu individu dalam melawan ketergantungan narkoba dan mengembalikan kesadaran diri baik secara psikologis maupun spiritual tentang bahaya dari narkoba. Selain itu Razali, Razali, Dokoushkani, dan Mehrad (2015) juga menjelaskan bahwa individu dengan kontrol diri baik terhadap narkoba diprediksi mampu menurunkan resiko kekambuhan dan residivis pada kasus narkoba.

Individu yang telah menjalani rehabilitasi tentu memiliki perubahan pola pikir yang bersifat fluktuatif terhadap narkoba. Perubahan pola pikir yang bersifat positif dapat membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan kekambuhan, begitupun sebaliknya. Razali dkk (2016) menjelaskan bahwa kecenderungan pada individu dapat diminimalkan dengan memberikan pemahaman bahwa narkoba memiliki dampak yang negatif bagi dirinya maupun dengan keluarga.

Pada masa rehabilitasi, lingkungan seperti teman dan keluarga menjadi sebuah dukungan emosional yang kuat bagi individu dan dapat digunakan sebagai bentuk upaya pencegahan kekambuhan pada narkoba (Habibi, Basri, & Rahmadani, 2016; Yunitasari, 2018). Selanjutnya, Aztri dan Milla (2013) juga menjelaskan bahwa lingkungan yang positif memiliki kontribusi yang penting dalam proses rehabilitasi maupun adaptasi pada individu yang pernah menjadi pecandu narkoba.

Habibi, Basri, dan Rahmadhani (2016) menjelaskan bahwa ajakan teman merupakan faktor yang sangat sulit untuk dihindari oleh individu selama proses rehabilitasi. Sebab, individu akan dengan mudah kembali berkomunikasi, saling bertemu, bergaul, dan merasa kesulitan untuk menolak tawaran akan penggunaan kembali pada narkoba. Hal ini didukung oleh hasil penelitian bahwa ajakan teman mampu mempengaruhi kondisi mental individu untuk meningkatkan kecenderungan kambuh. Oleh sebab itu, perlunya strategi koping yang baik dalam bentuk dukungan sosial (baik dari lingkungan teman sebaya maupun keluarga),

penghargaan positif, dan religiositas yang dimiliki untuk menurunkan kembali resiko kecenderungan kambuh (Hassanbeigi dkk, 2013).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penerapan intervensi *religious self-monitoring* pada kecenderungan kambuh pecandu narkoba yang berada di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. Kecenderungan kambuh yang dialami oleh partisipan dapat menurun dengan adanya pelatihan *religious self monitoring*. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar menguji coba kembali skala kecenderungan kambuh dengan jumlah sampel yang lebih banyak guna meningkatkan hasil *standard loading factor* skala. Kemudian menambah waktu pelaksanaan pelatihan yang awalnya 7 (tujuh) hari menjadi 14 (empat belas) hari pelatihan dengan masing-masing jeda tugas harian selama 1 (satu) hari.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain *one group pretest posttest control group design*. Hal ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan skor partisipan pada saat *pretest* dan *posttest* agar kecenderungan kambuh partisipan dikontrol dengan baik oleh pelatihan *religious self-monitoring* atau faktor lain diluar dari pelatihan yang diberikan.

Kepada pihak Lapas Kelas IIA Sungguminasa agar menjadikan pelatihan *religious self-monitoring* sebagai bagian dari proses rehabilitasi. Hal ini bertujuan agar warga binaan yang menjalani rehabilitasi menurunkan kecenderungan kambuh karena faktor kesadaran diri dan kontrol dari Allah SWT. Bukan karena ketidakinginan warga binaan mendapatkan *punishment* berupa *general meeting* dari warga binaan lainnya.

REFERENSI

- Aztri, S., & Milla, M. N. (2013). Rasa berharga dan pelajaran hidup mencegah kekambuhan kembali pada pecandu narkoba: Studi kualitatif fenomenologis. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 48-63.
- Bahr, S. J., Hawks R. D., & Wang, G. (1993). Family and religious influences on adolescent substance abuse. *Youth and Society*, 24(4), 443-465.
- Bruhn, S., McDaniel, S., & Kreigh, C. (2015). Self-monitoring interventions for students with behavior problems: A systematic review of current research. *Behavioral Disorder*, 40(2), 102-121.
- Carter, E. C., McCullough, M. E., & Carver, C. S. (2012). The mediating role of monitoring in the association of religion with self monitoring. *Social Psychology and Personality Science*, 3(6), 691-697.
- Covarrubias, R., & Stone, J. (2015). Self-monitoring strategies as a unique predictor of Latino male student achievement. *Journal of Latinos and Education*, 14(-), 44-70.
- Edyarti, E. (2015). Hubungan antara muraqabah dan tingkat kedisiplinan siswa MA NU 04 Al Ma'rif Boja. (*Skripsi diterbitkan*). Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo.

- Epstein, R. M., Siegel, D. J., & Silberman, J. (2008). Self-monitoring in clinical practice: A challenge for medical educators. *Journal of Continuing Education in The Health Professions*, 28(1), 5-13.
- Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2002). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality*, 30(8), 821-835.
- Habibi., Basri, S., & Rahmadhani, F. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kekambuhan pengguna narkoba pada pasien rehabilitasi di Balai Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Baddoka Makassar Tahun 2015. *Al-Shihah: Publik Health Science Journal*, 8(1), 1-11.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, J. B., & Anderson, R. E. (2014). *Pearson new international edition: Multivariate data analysis, 7th ed.* USA: Pearson.
- Hasanah, H., & Fadlilah, A. (2018). Problem religiusitas dan coping spiritual pada anak berhadapan hukum. *Sawwa Jurnal Studi Gender*, 13(1), 67-84.
- Hassanbeigi, A., Askari, J., Hassanbeigi, D., & Puurmovahed, Z. (2013). The relationship between stress and addiction. *Procedia Social and Behavioural Science*, 84, 1333-1340.
- Hawari, D. (2002). *Dimensi religi dalam praktek psikiatri dan psikologi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Istiqomah, I. N. (2013). Reduced addiction in drugs abusers undergoing DHIKR at PONPES Inabah XIX Surabaya. *Folia Medica Indonesiana*, 49(1), 8-11.
- Karzon, A. A. (2010). *Tazkiyatun nafs: Gelombang energi penyucian jiwa menurut Al-Qur'an dan As-Sunnah di atas Manhaj Salafus Shaalih*. Diterjemahkan oleh: Emiel Threeska. Jakarta: Akbar Medika Eka Sarana.
- Kurniawan, D., Yuliawati, R., & Hamdani, A. (2017). Hubungan antara keadaan keluarga dengan perilaku relapse atau kekambuhan narkoba pada residen. *Promotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 93-98.
- Melemis, S. M. (2015). Relapse prevention and the five rules of recovery. *Yale Journal of Biology and Medicine*, 88(-), 324-332.
- Muhtar. (2014). Pendekatan spiritual dalam rehabilitasi sosial korban penyalahgunaan narkoba di Pesantren Inabah Surabaya. *Informasi*, 19(3), 250-259.
- Pertiwi, M. (2011). Dimensi religiusitas dan resiliensi pada residen narkoba di BNN Lido. (*Skripsi diterbitkan*). Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Qudsyi, H., Sholeh, A., & Afsari, N. (2018). Upaya mengurangi ketidakjujuran akademik pada mahasiswa melalui peer education. *Integritas*, 4(1), 77-100.
- Rahmawati, S. (2010). Relaps kambuh pada mantan pengguna NAPZA (sebuah studi fenomenologi). (*Skripsi diterbitkan*). Riau: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Ramayulis. (2002). *Psikologi agama*. Jakarta: Kalam Mulia
- Razak, A., Mokhtar, M. K., & Sulaiman, W. S. (2014). *Terapi spiritual islami: Suatu model penanggulangan gangguan depresi*. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 68-73.
- Razali, A. B. (2018). *Relationship between the coping factor and the inclination to relapse among former drug addicts*. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(10): 1404:1416.
- Razali, A. B., Madon, Z., Juhari, R., & Samah, A. K. (2016). *The relationship between the social environmental factor and the tendency to relapse among former drug addicts*. *Human Journal*, 7(4), 326-341.
- Razali, A. B., Razali, N. A. B., Dokoushkani, F., & Mehrad, A. (2015). *Recidivism and quality of life among former drug addicts: A report based on prior studies*. *Journal of Social Science*, 3(-), 44-49.
- Shadis, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi experimental designs for generalized causal inference*. USA: Houghton Mifflin Company.

Yunitasari, I. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan self-efficacy dengan upaya pencegahan relapse pada penyalahguna NAPZA pasca rehabilitasi di Badan Narkotika Nasional Provinsi Kalimantan Timur. *Psikoborneo*, 6(2), 420-434.