



INTERVENSI PSIKOSOSIAL PENERIMA MANFAAT NAPZA MELALUI PSIKOEDUKASI REGULASI EMOSI DAN KONTROL DIRI

Salsabila Nurul Fatonah^{1*}, Laila Listiana Ulya², Risye Yulia Triana³

^{1,2}Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

³Sentra Satria di Baturraden

*Email: salsabilanf412@students.unnes.ac.id

Corresponding author:

Laila Listiana Ulya
Universitas Negeri Semarang
lailalistianaulya@mail.unnes.ac.id

ABSTRAK

Penyalahgunaan narkoba, psikotropika, dan zat adiktif (NAPZA) merupakan permasalahan kompleks yang berdampak pada aspek fisik, psikologis, dan sosial individu serta berisiko menimbulkan relapse. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perilaku tersebut adalah rendahnya kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri pada Penerima Manfaat (PM) rehabilitasi NAPZA melalui pendekatan psikoedukasi dan pendampingan psikososial. Subjek dalam kegiatan ini adalah satu orang PM berusia 27 tahun yang sedang menjalani rehabilitasi sosial di Sentra Satria Baturraden. Metode yang digunakan meliputi asesmen awal, perancangan intervensi, pelaksanaan psikoedukasi, observasi, serta evaluasi melalui refleksi. Intervensi dilakukan melalui pemberian materi, diskusi, penggunaan kartu pertanyaan, role play, dan dukungan program rehabilitasi vokasional sebagai konteks pembentukan perilaku adaptif. Hasil menunjukkan adanya peningkatan kemampuan PM dalam mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif, serta peningkatan kontrol diri dalam menghadapi tekanan sosial. Selain itu, terjadi peningkatan keterbukaan diri, interaksi sosial, serta motivasi untuk berubah. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dan pendampingan psikososial melalui media interaktif efektif dalam mendukung proses rehabilitasi sosial dan menurunkan risiko relapse pada PM NAPZA.

Kata Kunci: kontrol diri; NAPZA; psikoedukasi; rehabilitasi sosial; regulasi emosi.

ABSTRACT

Substance abuse involving narcotics, psychotropics, and addictive substances (NAPZA) is a complex issue that affects individuals physically, psychologically, and socially, and increases the risk of relapse. One contributing factor is the lack of emotional regulation and self-control. This study aims to improve emotional regulation and self-control among a beneficiary undergoing substance rehabilitation through psychoeducation and psychosocial assistance. The subject was a 27-year-old male receiving social rehabilitation at Sentra Satria Baturraden. The method included initial assessment, intervention design, implementation of psychoeducation, observation, and evaluation through reflection. The intervention consisted of material delivery, group discussion, question cards, and role play activities, supported by vocational rehabilitation programs as a contextual component in fostering adaptive behavior. The results indicate improvements in the participant's ability to recognize, understand, and express emotions adaptively, as well as enhanced self-control in dealing with social pressures. Additionally, there were improvements in self-disclosure, social interaction, and motivation to change. These findings suggest that psychoeducation combined with psychosocial assistance using interactive media is effective in supporting the rehabilitation process and reducing relapse risk among individuals with substance use history.

Keywords: drug abuse; emotional regulation; psychoeducation; self-control; social rehabilitation.

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba, psikotropika, dan zat adiktif (NAPZA) merupakan permasalahan kompleks yang berdampak pada aspek fisik, psikologis, dan sosial individu (Sari

Muin, 2025). Berdasarkan Survei Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba Nasional tahun 2023, prevalensi penyalahgunaan narkoba di Indonesia mencapai 1,73% atau sekitar 3,3 juta jiwa dan meningkat menjadi 2,11% atau sekitar 4,1 juta jiwa pada tahun 2025 (BNN, 2024; BNN, 2026). Data tersebut menunjukkan bahwa penyalahgunaan NAPZA masih menjadi isu krusial yang memerlukan penanganan secara komprehensif melalui dukungan psikososial dan rehabilitasi sosial.

Faktor lingkungan sosial, khususnya pergaulan dan ajakan teman sebaya, menjadi salah satu determinan utama dalam perilaku penyalahgunaan NAPZA serta berkontribusi terhadap meningkatnya risiko *relapse* pada mantan pengguna (Gafur et al., 2025). Individu yang berada dalam lingkungan pertemanan dengan pengguna NAPZA cenderung mengalami kesulitan dalam menolak ajakan untuk kembali menggunakan zat tersebut. Selain itu, rendahnya kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri turut berperan dalam meningkatkan kecenderungan perilaku adiktif, terutama ketika NAPZA digunakan sebagai mekanisme pelarian dari tekanan emosional (Nurfitriyani et al., 2025; Gafur et al., 2025).

Penyalahgunaan NAPZA juga berdampak signifikan terhadap kondisi psikologis individu. Dampak tersebut meliputi kesulitan dalam regulasi emosi, kecemasan, perilaku agresif, hingga kecenderungan menyakiti diri (Aliffia et al., 2024). Selain itu, individu dapat mengalami kecemasan, kegelisahan, dan depresi ketika tidak menggunakan zat tersebut (Nurfitriyani et al., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri merupakan aspek penting dalam mendukung keberhasilan proses rehabilitasi sosial. Oleh karena itu, pendekatan psikososial yang berfokus pada penguatan kedua aspek tersebut menjadi penting dalam upaya pencegahan *relapse*.

Dalam perspektif psikologi, regulasi emosi dan kontrol diri merupakan konstruk penting dalam memahami perilaku adiktif. Regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu dalam mengenali dan mengelola emosi secara adaptif, sedangkan kontrol diri berkaitan dengan kemampuan mengendalikan dorongan serta menunda kepuasan (Gross, 2015; Baumeister & Vohs, 2007). Individu dengan regulasi emosi yang rendah cenderung menggunakan strategi koping maladaptif, seperti penyalahgunaan zat, yang berkontribusi pada peningkatan risiko *relapse* (Weiss et al., 2022). Selain itu, rendahnya kontrol diri berkaitan dengan perilaku impulsif dan kesulitan menolak pengaruh lingkungan, sehingga individu yang mengalami *relapse* cenderung menunjukkan penggunaan koping maladaptif yang lebih tinggi dibandingkan individu *non-relapse* (Venkateswaran & Thirumalai, 2024).

Lebih lanjut, intervensi berbasis psikoedukasi diketahui efektif dalam meningkatkan pemahaman individu mengenai kondisi psikologis serta membantu pengembangan strategi koping yang lebih adaptif. Psikoedukasi tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif individu dalam proses pemulihan, sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri dan menurunkan risiko kekambuhan (Deans et al., 2025; Sarkhel et al., 2020). Dalam konteks ini, pendekatan *relapse prevention* sebagai bagian dari strategi kognitif-behavioral menekankan pentingnya kemampuan individu dalam mengantisipasi situasi berisiko serta mengembangkan keterampilan koping untuk menghadapi tekanan yang dapat memicu kekambuhan. Pendekatan ini bertujuan untuk meminimalkan dampak situasi berisiko tinggi serta meningkatkan kemampuan individu dalam mempertahankan perubahan perilaku secara berkelanjutan (Hendershot et al., 2011).

Meskipun berbagai pendekatan rehabilitasi telah dikembangkan, intervensi yang secara spesifik menekankan pada penguatan regulasi emosi dan kontrol diri melalui pendekatan psikososial masih perlu dioptimalkan, terutama dalam konteks rehabilitasi sosial. Individu dengan riwayat penyalahgunaan NAPZA sering kali masih mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan tekanan lingkungan meskipun telah menjalani rehabilitasi, sehingga kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya *relapse* (Gafur et al., 2025). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga mampu mendorong keterlibatan aktif individu dalam memahami kondisi diri serta mengembangkan strategi penyesuaian yang lebih adaptif.

Dalam konteks rehabilitasi, permasalahan tersebut juga ditemukan pada Penerima Manfaat (PM) yang menjadi subjek dalam kegiatan pengabdian ini. PM memiliki riwayat penggunaan NAPZA yang dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan serta menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan emosi dan dorongan diri ketika menghadapi tekanan sosial maupun emosional. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan psikoedukasi dan pendampingan psikososial terkait regulasi emosi dan kontrol diri sebagai upaya mendukung proses rehabilitasi sosial PM NAPZA.

METODE PELAKSANAAN

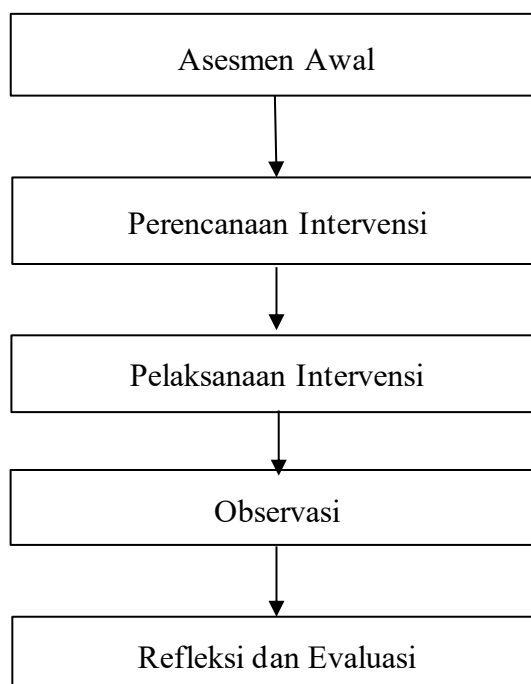
Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan psikoedukasi dan pendampingan psikososial yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri pada Penerima Manfaat (PM) rehabilitasi NAPZA. Subjek dalam kegiatan ini berjumlah satu orang PM berjenis kelamin laki-laki, berusia 27 tahun yang sedang menjalani rehabilitasi sosial di Sentra Satria di Baturraden. Selain mengikuti intervensi yang diberikan, PM juga terlibat dalam program rehabilitasi yang diselenggarakan oleh sentra, termasuk kegiatan vokasional sebagai bagian dari proses pemulihan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu asesmen awal, perancangan intervensi, pelaksanaan intervensi, observasi selama proses pendampingan, serta refleksi dan evaluasi kegiatan (Gambar 1).

Tahap asesmen awal dilakukan melalui observasi dan wawancara untuk mengidentifikasi kondisi psikologis, perilaku sosial, serta faktor-faktor yang memengaruhi perilaku penggunaan NAPZA pada PM. Berdasarkan hasil asesmen, diketahui bahwa PM mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara terbuka, kurang mampu mengendalikan dorongan emosional, serta cenderung menjadikan NAPZA sebagai bentuk pelarian dari tekanan yang dirasakan. Berdasarkan hasil asesmen tersebut, dilakukan perancangan intervensi berupa psikoedukasi mengenai regulasi emosi dan kontrol diri yang dikombinasikan dengan pendampingan psikososial. Materi psikoedukasi meliputi pengenalan jenis-jenis emosi, faktor pemicu emosi, cara mengekspresikan emosi secara adaptif, serta pentingnya kontrol diri dalam menghadapi tekanan sosial dan lingkungan pertemanan.

Pelaksanaan intervensi dilakukan secara individual melalui pemberian materi, diskusi bersama, penggunaan kartu pertanyaan, serta *role play* sederhana. Kartu pertanyaan digunakan sebagai media interaktif untuk membantu PM lebih nyaman dalam menyampaikan pengalaman pribadi, kondisi emosional, serta harapan selama menjalani rehabilitasi. Sementara itu, *role play* dilakukan untuk melatih kemampuan PM dalam merespons tekanan sosial dan mengelola emosi secara lebih adaptif. Selama proses pendampingan, PM tetap

mengikuti aktivitas rehabilitasi rutin di sentra, termasuk kegiatan vokasional, yang secara tidak langsung menjadi bagian dari konteks intervensi dalam membentuk perilaku adaptif. Selama proses pendampingan berlangsung, dilakukan observasi terhadap respons PM, keterlibatan selama kegiatan, kemampuan memahami materi, serta perubahan perilaku dalam mengenali dan mengekspresikan emosi. Tahap evaluasi dilakukan melalui refleksi bersama PM untuk mengetahui pemahaman terhadap materi yang diberikan serta perkembangan kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri setelah intervensi dilaksanakan.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan psikososial dilaksanakan pada Penerima Manfaat (PM) rehabilitasi NAPZA di Sentra Satria Baturraden melalui pemberian psikoedukasi mengenai regulasi emosi dan kontrol diri. Kegiatan ini dilakukan secara individual melalui pemberian materi, diskusi bersama, penggunaan kartu pertanyaan, serta *role play* sederhana. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu PM dalam memahami emosi, mengenali pemicu perilaku penggunaan NAPZA, serta melatih kemampuan pengendalian diri dalam menghadapi tekanan sosial maupun emosional.



Gambar 2. Kartu Emosi



Gambar 3. Kartu *role play*

Materi psikoedukasi yang diberikan meliputi pengenalan jenis-jenis emosi, cara mengenali emosi yang dirasakan, faktor pemicu emosi, serta strategi mengekspresikan emosi

secara lebih adaptif. Selain itu, diberikan pula pemahaman mengenai pentingnya kontrol diri dalam menghadapi pengaruh lingkungan pertemanan dan mencegah terjadinya *relapse*. Selama proses pendampingan, kegiatan diskusi dilakukan secara fleksibel untuk menciptakan suasana yang nyaman, sehingga PM lebih terbuka dalam menyampaikan pengalaman dan kondisi emosional yang dialami.



Gambar 4. Kartu Pertanyaan

Penggunaan media kartu pertanyaan menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan keterlibatan aktif PM selama proses intervensi. Kartu pertanyaan berisi pertanyaan reflektif terkait pengalaman penggunaan NAPZA, kondisi emosional, lingkungan pertemanan, serta harapan setelah menjalani rehabilitasi. Selain itu, *role play* sederhana juga digunakan untuk membantu PM memahami cara merespons tekanan sosial dan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif dalam situasi sehari-hari.

Berdasarkan hasil asesmen awal, PM tampak berada dalam kondisi fisik yang kurang optimal, ditandai dengan penampilan letih, sikap pendiam, dan kecenderungan tertutup selama proses wawancara. PM juga menunjukkan kesulitan dalam mempertahankan fokus, respons yang lambat, serta kebingungan dalam menjawab beberapa pertanyaan. Selain itu, ditemukan adanya tremor pada tangan yang memengaruhi kemampuan PM dalam berinteraksi dan mengekspresikan emosi secara terbuka. Hasil wawancara menunjukkan bahwa perilaku penggunaan NAPZA dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan dan ajakan teman sebaya, serta umumnya dilakukan dalam konteks kelompok sosial tertentu.



Gambar 5. Psikoedukasi PM NAPZA

Pada tahap awal pelaksanaan intervensi, PM tampak canggung dan beberapa kali mengalami kebingungan dalam menjawab pertanyaan yang diberikan. Namun, seiring dengan berlangsungnya proses pendampingan, PM mulai menunjukkan peningkatan keterbukaan dalam menceritakan pengalaman pribadi dan kondisi emosional yang dialami. PM juga mulai mampu mengenali berbagai emosi yang dirasakan, memahami faktor pemicu emosi, serta mengetahui cara mengekspresikan emosi secara lebih adaptif. Penggunaan metode

psikoedukasi yang dikombinasikan dengan diskusi, kartu pertanyaan, dan *role play* terbukti mampu menciptakan suasana pendampingan yang lebih interaktif dan tidak monoton. PM terlihat lebih aktif ketika diberikan pertanyaan reflektif terkait pengalaman hidup, lingkungan pertemanan, serta harapan setelah menjalani rehabilitasi. Selain itu, PM mulai menyadari pentingnya kontrol diri sebagai upaya untuk menghindari perilaku penggunaan NAPZA kembali. Kesadaran ini semakin berkembang ketika PM mengaitkan proses pemulihan dengan peran dan tanggung jawabnya terhadap keluarga, khususnya sebagai orang tua. Selain melalui intervensi psikoedukasi, proses penguatan regulasi emosi dan kontrol diri juga didukung oleh keterlibatan PM dalam program rehabilitasi vokasional yang diselenggarakan oleh Sentra Satria di Baturraden, seperti kegiatan tata boga, *barbershop*, dan *handicraft*. Keterlibatan dalam aktivitas vokasional tersebut tidak hanya berfungsi sebagai pelatihan keterampilan, tetapi juga menjadi media ekspresi emosi yang lebih adaptif serta sarana pembentukan disiplin dan tanggung jawab dalam keseharian PM.



Gambar 6. Observasi PM NAPZA

Hasil observasi selama kurang lebih tiga minggu menunjukkan adanya perkembangan positif pada perilaku sosial PM. Pada awal kegiatan, PM tampak kurang nyaman dalam berinteraksi dan cenderung tertutup selama sesi diskusi. Namun, seiring berjalannya waktu, PM mulai menunjukkan peningkatan dalam kemampuan berinteraksi, lebih nyaman dalam berkomunikasi, serta lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan pengalaman pribadi. Selanjutnya, tahap refleksi dan evaluasi dilakukan melalui diskusi bersama PM pada akhir sesi pendampingan untuk mengetahui tingkat pemahaman terhadap materi yang telah diberikan. Pada tahap ini, PM diminta untuk mengungkapkan kembali pemahaman mengenai emosi, strategi pengelolaan emosi, serta upaya yang dapat dilakukan untuk menghindari perilaku penggunaan NAPZA kembali. Selain itu, evaluasi juga dilakukan melalui observasi terhadap perubahan sikap, keterbukaan diri, dan kemampuan PM dalam mengekspresikan perasaan selama proses pendampingan berlangsung. Perubahan ini juga tidak terlepas dari peran aktivitas vokasional yang secara tidak langsung melatih konsistensi, kepatuhan terhadap aturan, serta kemampuan mengendalikan keinginan, seperti menunda keinginan untuk keluar dari program rehabilitasi dan tetap mengikuti kegiatan yang telah dijadwalkan.

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa terjadi peningkatan pada seluruh aspek yang diamati, khususnya pada regulasi emosi, kontrol diri, dan keterbukaan diri. Perubahan paling menonjol tampak pada kemampuan PM dalam mengenali serta mengekspresikan emosi secara lebih adaptif, yang sebelumnya cenderung dipendam. Selain itu, peningkatan pada aspek kontrol diri menunjukkan bahwa PM mulai mampu mempertimbangkan konsekuensi perilaku sebelum bertindak. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan tidak hanya

meningkatkan pemahaman, tetapi juga berdampak pada perubahan perilaku yang lebih adaptif. Hasil ini menunjukkan bahwa kombinasi antara intervensi psikososial dan program rehabilitasi vokasional memberikan kontribusi yang saling melengkapi dalam mendukung proses pemulihan PM secara lebih menyeluruh, baik dari aspek emosional, perilaku, maupun sosial. Untuk memberikan gambaran yang lebih sistematis terkait perubahan yang terjadi pada PM, berikut disajikan perbandingan kondisi sebelum dan sesudah intervensi (Tabel 1).

Tabel 1. Perubahan Kondisi PM Sebelum dan Sesudah Intervensi

Aspek	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
Regulasi Emosi	Kesulitan mengenali dan mengekspresikan emosi, cenderung memendam emosi	Mampu mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif
Kontrol Diri	Sulit mengendalikan dorongan, mudah terpengaruh lingkungan	Lebih mampu mengendalikan dorongan dan mempertimbangkan konsekuensi perilaku
Keterbukaan Diri	Tertutup, canggung, dan minim dalam berbagi pengalaman pribadi	Lebih terbuka dalam menceritakan pengalaman dan kondisi emosional
Interaksi Sosial	Kurang nyaman berinteraksi, cenderung menarik diri	Lebih nyaman berkomunikasi dan mulai aktif dalam interaksi sosial
Pemahaman Diri	Belum memahami pemicu emosi dan perilaku penggunaan NAPZA	Mampu mengidentifikasi pemicu emosi dan perilaku penggunaan NAPZA
Motivasi Berubah	Belum menunjukkan motivasi kuat untuk berubah	Muncul motivasi untuk berubah, terutama dipengaruhi oleh faktor keluarga

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dan pendampingan psikososial melalui media interaktif dapat meningkatkan pemahaman PM mengenai regulasi emosi dan kontrol diri sebagai bagian penting dalam proses rehabilitasi sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian Aliffia et al. (2024) yang menyatakan bahwa penggunaan media permainan dan pendekatan interaktif dalam psikoedukasi dapat meningkatkan keterlibatan individu selama proses rehabilitasi. Selain itu, kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri juga berperan penting dalam mengurangi risiko perilaku adiktif dan mencegah terjadinya *relapse* pada individu dengan riwayat penyalahgunaan NAPZA (Gafur et al., 2025).

Lebih lanjut, perubahan yang ditunjukkan oleh PM mengindikasikan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi yang ditandai dengan kemampuan mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif. Hal ini sejalan dengan temuan Parhiz et al. (2022) yang menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi melalui peningkatan kesadaran emosional dan strategi pengelolaan emosi dapat mengurangi perilaku berisiko serta meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi situasi kritis. Selain itu, peningkatan keterbukaan dan kemampuan PM dalam mengendalikan dorongan menunjukkan adanya perkembangan pada aspek kontrol diri. Hal ini penting mengingat *relapse* pada penyalahgunaan NAPZA dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik individu maupun lingkungan, seperti kondisi emosional, tekanan sosial, serta ketersediaan zat di lingkungan sekitar (Mehari et al., 2026). Dengan demikian, peningkatan kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri dapat berperan sebagai faktor protektif dalam menurunkan risiko *relapse*.

Intervensi psikoedukasi yang diberikan dalam kegiatan ini juga berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman dan keterlibatan aktif PM dalam proses rehabilitasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Jamin et al. (2021) yang menunjukkan bahwa program psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap proses pemulihan individu dengan penyalahgunaan zat.

Selain itu, psikoedukasi juga diketahui dapat menurunkan kecenderungan penggunaan zat serta meningkatkan pemahaman individu terhadap risiko perilaku adiktif (Dilmen Bayar & Erci, 2025; Harada et al., 2022). Lebih lanjut, peningkatan kesadaran diri dan motivasi PM untuk mempertahankan perubahan perilaku, terutama yang dipengaruhi oleh faktor keluarga, menunjukkan adanya peningkatan *self-efficacy*. *Self-efficacy* berperan penting dalam proses rehabilitasi karena individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu menahan dorongan penggunaan zat dan mempertahankan kondisi abstinence dalam jangka panjang (Bhullar & Gupta, 2023; Valencia & Peters, 2026). Hal ini sejalan dengan temuan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan negatif dengan kecenderungan *relapse*, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi keyakinan individu dalam mengendalikan perilakunya, maka semakin rendah risiko kekambuhan yang dialami (Saleem & Masood, 2024).

KESIMPULAN

Kegiatan psikoedukasi dan pendampingan psikososial mengenai regulasi emosi dan kontrol diri pada Penerima Manfaat (PM) rehabilitasi NAPZA di Sentra Satria Baturraden menunjukkan adanya perubahan positif pada aspek psikologis dan perilaku sosial. Melalui metode interaktif berupa pemberian materi, diskusi, kartu pertanyaan, dan *role play*, PM mengalami peningkatan dalam kemampuan mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi secara adaptif, serta mengendalikan dorongan diri dan meningkatkan interaksi sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi tidak hanya meningkatkan pemahaman kognitif, tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang lebih adaptif dan berperan sebagai faktor protektif terhadap risiko *relapse*. Perubahan ini turut diperkuat oleh keterlibatan PM dalam program vokasional yang membantu melatih disiplin, kontrol diri, dan ekspresi diri secara lebih konstruktif.

Berdasarkan hasil tersebut, intervensi psikoedukasi berbasis pendekatan interaktif perlu dikembangkan dan diterapkan lebih luas dalam program rehabilitasi NAPZA. Integrasi dengan program vokasional juga perlu dioptimalkan sebagai pendekatan rehabilitasi yang holistik, karena mendukung penguatan aspek emosional sekaligus perilaku adaptif. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan subjek yang lebih luas serta evaluasi jangka panjang untuk menguji efektivitas intervensi dalam mencegah *relapse* secara berkelanjutan.

DAFTAR RUJUKAN

- Aliffia, D., Anggraini, D. A., Muhaimin, A., Fadhila, M., & Kisnarini, R. (2024). Pembuatan dan penerapan permainan JEKA sebagai media psikoedukasi penyalahgunaan NAPZA pada pasien rawat inap rehabilitasi reguler di rumah sakit jiwa. *Jurnal Edukasi Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 86–93. <https://doi.org/10.36636/eduabdimas.v3i2.3684>
- Badan Narkotika Nasional. (2024). *Angka prevalensi penyalahguna narkotika*. <https://data.bnn.go.id/dataset/angka-prevalensi-penyalahguna-narkotika>
- Badan Narkotika Nasional. (2026). *Angka prevalensi penyalahguna narkotika*. <https://data.bnn.go.id/dataset/angka-prevalensi-penyalahguna-narkotika>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115–128. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x>



- Bhullar, A., & Gupta, S. (2023). Effects of self-efficacy on addiction recovery and relapse in substance users. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 50(2), 71–77. <https://ojs.ijcp.co.in/index.php/ijcp/article/view/431>
- Deans, E., Yuen, W. S., Economidis, G., Shakeshaft, A., & Farnbach, S. (2025). A mixed methods evaluation of an alcohol and other drug psychoeducation program for clients with complex support needs. *Evaluation and Program Planning*, 111, 102578. <https://doi.org/10.1016/j.evalprogplan.2025.102578>
- Dilmen Bayar, B., & Erci, B. (2025). The effect of cognitive behavioral therapy-based psychoeducation on substance abuse proclivity in adolescent smokers. *Journal of Substance Use*, 30(4), 654–661. <https://doi.org/10.1080/14659891.2024.2378758>
- Gafur, A., et al. (2025). Kejadian relapse klien penyalahguna narkoba. *Jurnal Dinamika Kesehatan Masyarakat*, 3(1). <https://jpui.upri.ac.id/index.php/jdkm/article/view/218>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hendershot, C. S., Witkiewitz, K., George, W. H., & Marlatt, G. A. (2011). Relapse prevention for addictive behaviors. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 6, 17. <https://doi.org/10.1186/1747-597X-6-17>
- Jamin, D., Vanderplasschen, W., Sys, O., De Wilde, B., & De Maeyer, J. (2021). “My first 48 hours out”: Drug users’ perspectives on challenges and strategies upon release from prison. *Harm Reduction Journal*, 18, 32. <https://doi.org/10.1186/s12954-021-00480-w>
- Mehari, A., Melesse, H., & Reshid, M. (2026). A phenomenological analysis of relapse among adults with substance abuse. *Scientific Reports*, 16, 1843. <https://doi.org/10.1038/s41598-026-39291-z>
- Nurfitriyani, N., Afifah, N., & Luthfi, F. (2025). Dampak penyalahgunaan NAPZA terhadap perilaku sosial di masyarakat. *Jurnal Suara Pengabdian*, 4(1), 45–57. <https://doi.org/10.56444/djrgz31>
- Parhiz, A., Fathi, B., Dejan, S. S., & Auoman, F. (2022). Determining the effectiveness of dialectical behavior therapy on improving coping strategies and emotional regulation of drug users treated in mid-term addiction treatment centers (camps). *International Journal of Medical Investigation*, 11(2), 136–146.
- Saleem, A., & Masood, S. (2024). Relapse tendency among individuals with substance use: Role of family functioning and drug abstinence self-efficacy. *Journal of Development and Social Sciences*, 5(2S), 1–17. [https://doi.org/10.47205/jdss.2024\(5-II-S\)01](https://doi.org/10.47205/jdss.2024(5-II-S)01)
- Sari Muin, T. A. (2025). Faktor penyebab dalam kasus penyalahgunaan narkoba di Pengadilan Negeri Barru. *Delictum: Jurnal Hukum Pidana Islam*, 3(2), 165–181. <https://doi.org/10.35905/delictum.v3i2.14827>
- Sarkhel, S., Singh, O. P., & Arora, M. (2020). Clinical practice guidelines for psychoeducation in psychiatric disorders: General principles of psychoeducation. *Indian Journal of Psychiatry*, 62(Suppl 2), S319–S323. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_780_19
- Valencia, M. L. C., & Peters, B. (2026). Mediating role of self-efficacy between motivation to change and quality of life in the relapse cycle. *Journal of Substance Use*, 31(1), 21–29. <https://doi.org/10.1080/14659891.2025.2460786>
- Venkateswaran, K., & Thirumalai, S. (2024). A follow-up study on coping strategies and its association with relapse among alcohol-dependent patients. *Indian Journal of Psychological Medicine*. <https://doi.org/10.1177/02537176231222968>
- Weiss, N. H., Tull, M. T., & Sullivan, T. P. (2022). Emotion regulation and substance use: A meta-analysis. *Drug and Alcohol Dependence*, 239, 109620. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.109131>