

**IDENTIFIKASI ASPEK REGULASI EMOSI TERHADAP  
RESIDEN DI PANTI REHABILITASI NAPZA RUMOH  
HARAPAN ACEH KOTA BANDA ACEH**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh :**

**JUNI MAULIDA THAMRIN  
NIM. 170402116  
Prodi Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2023**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry**

**Darussalam Banda Aceh**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh**

**Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah**

**Prodi Bimbingan Konseling Islam**


**Oleh**

**JUNI MAULIDA THAMRIN**

**NIM. 170402116**

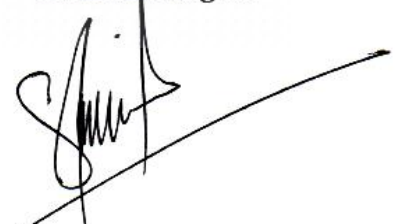
**Disetujui Oleh**

**Pembimbing I**



**Juli Andriyani, M. Si**  
**NIP. 197407222007102001**

**Pembimbing II**



**Syaiful Indra, M. Pd., Kons**  
**NIP. 199012152018011001**

## SKRIPSI

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry  
Dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai  
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah  
Prodi Bimbingan Konseling Islam

Diajukan oleh:

**JUNI MAULIDA THAMRIN**  
NIM. 170402116

Pada Hari/Tanggal  
Senin, 10 April 2023 M  
19 Ramadhan 1444 H

di

**Darussalam-Banda Aceh**  
**Panitia Ujian Munaqasyah**

Ketua

Juli Andriyani, M.Si  
NIP. 197407222007102001

Sekretaris

Syaiful Indra, M.Pd., Kons  
NIP. 199012152018011001

Penguji I

Drs. Maimun, M.Ag  
NIP. 195812311986031053

Penguji II

Drs. Mahdi NK, M. Kes  
NIP. 196108081993031001



## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya:

Nama : Juni Maulida Thamrin  
NIM : 1704021116  
Jenjang : Strata Satu (S-1)  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesejahteraan di satu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntunan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 10 April 2023

Yang Menyatakan,



Juni Maulida Thamrin

## ABSTRAK

Aspek regulasi emosi merupakan aspek pengendalian dan pengaturan emosi baik positif maupun negative terhadap residen. Dengan adanya aspek regulasi emosi ini jadi residen lebih mudah dalam mengontrol emosi kearah yang lebih baik lagi, sehingga dapat mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri sendiri dan orang lain. Adapun tujuan penelitian ini yaitu (1) untuk mengetahui bentuk aspek aspek regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh, (2) untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi regulai emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dan metode deskriptif serta analisis data. Selanjutnya data di ambil dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Lalu yang menjadi subjek dalam penelitian ini yaitu : konselor dan residen yang ada di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh. Selanjutnya menurut hasil penelitian Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi napza Rumoh Harapan Aceh ialah menggunakan aspek modifikasi emosi melalui menulis jurnal harian, menonton tv dan tidur dikamar. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh ialah faktor pengasuhan dan religiusitas.

**Kata Kunci :Regulasi Emosi, Residen NAPZA.**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala kudrah dan iradah-Nya, yang telah memberikan kesehatan dan keberkahan umur sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan segala keterbatasannya. Selanjutnya tidak lupa shalawat beriring salam penulis persembahkan kepada penghulu Alam Nabi Muhammad SAW yang telah bersusah payah membawa ummat manusia dari alam jahiliyah dan tidak berilmu pengetahuan, kealam yang penuh dengan ilmu pengetahuan sebagaimana yang kita rasakan sekarang ini, juga kepada ahli kerabat dan sahabat yang turut membantu perjuangan beliau dalam menegakkan kalimat tauhid.

Dalam rangka menyelesaikan program studi dalam bidang Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh, penulis menyusun sebuah karya ilmiah, yang berjudul “**Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh**”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak menghadapi hambatan dan kesulitan dikarenakan kurangnya pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki, namun dengan adanya petunjuk dari Allah SWT serta bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, Alhamdulillah akhirnya hambatan dan kesulitan tersebut dapat teratasi.

1. Skripsi ini penulis persembahkan untuk yang telah menjadi sumber kebahagiaan dan mengantarkan penulis pada lembaran kehidupan dengan sempurna. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih dan penghargaan spesial yang setinggi-tingginya kepada orang tua penulis, Ayahanda Thamrin Simanjuntak dan Ibunda Zunaidah Siagian yang telah bersusah payah menjaga, mendidik, merawat, mendoakan dan membesarkan sehingga penulis sampai kepada cita-cita dan jenjang pendidikan perguruan tinggi beserta keluarga besar penulis.
2. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Ibu Juli Andriyani, M.Si, sebagai pembimbing I yang telah membimbing,

mengantarkan dan memberikan kontribusi yang sangat banyak dalam menyelesaikan skripsi ini. Kepada Bapak Syaiful Indra, M. Pd., Kons Sebagai pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan arahan dan bimbingan serta saran-saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

3. Selanjutnya ucapan terimakasih juga kepada Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd, Kepada Bapak Jarnawi, S. Ag., M.Pd selaku ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam dan Kepada seluruh aktivitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang membantu dalam berbagai hal untuk mendukung dan memberikan sarana kepada penulis selama proses penulisan skripsi ini.
4. Terkhusus kepada orang-orang terdekat Karmila Yanti, Navisa, Listri Annisa dan Uswa yang telah mendoakan, memotivasi dan mensupport penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini, dan tak lupa juga kepada kawan-kawan seperjuangan di Prodi BKI angkatan 17 yang tak mungkin penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Segala usaha telah dilakukan untuk menyempurnakan skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa dalam keseluruhan bukan tidak mungkin terdapat kesalahan baik dari penulis maupun isi di dalamnya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang dapat menjadi masukan demi perbaikan di masa yang akan datang. Akhirnya atas segala bantuan, dukungan, pengorbanan dan jasa-jasa yang telah diberikan semuanya penulis serahkan kepada Allah untuk membalasnya. Amin.

Banda Aceh, 7 Juli 2022

Penulis,

Juni Maulida Thamrin

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	11
E. Definisi Operasional .....	11
<b>BAB II : LANDASAN TEORI.....</b>	<b>13</b>
A. Kajian Terdahulu .....	13
B. Regulasi Emosi .....	18
1. Pengertian Regulasi emosi .....	18
2. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	21
3. Proses Regulasi Emosi .....	23
4. Ciri-ciri Regulasi Emosi .....	25
5. Faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi .....	27
C. NAPZA (Narkotika Psikotropika dan Zat Adiktif Lainnya).....	33
6. Pengertian Napza .....	33
7. Jenis-jenis Penyalahgunaan Napza .....	34
8. Dampak penyalahgunaan Napza.....	40
<b>BAB III : METODE PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
A. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian .....	45
B. Subjek Penelitian .....	47
C. Teknik Pengumpulan Data .....	48
D. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	50
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
A. Gambaran umum lokasi penelitian .....	53
B. Hasil Penelitian.....	72
C. Pembahasan .....	84
<b>BAB V : PENUTUP.....</b>	<b>92</b>
A. Kesimpulan .....	92
B. Saran .....	93
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>94</b>
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Dokumentasi kegiatan <i>Morning Meeting</i> atau menuliskan perasaan-perasaan residen setiap harinya di panti rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh. ....	78
Gambar 4.2 Dokumentasi kegiatan residen yang melakukan sholat berjamaah di setiap ruangan masing-masing .....	83
Gambar 4.3 Dokumentasi kegiatan ceramah oleh ustadz Muhaiyat .....	84



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Tentang Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian Ilmiah Fakultas Dakwah dan Komunikasi
- Lampiran 3 : Surat Keterangan Telah Melakukan penelitian
- Lampiran 4 : Lembaran Pedoman wawancara
- Lampiran 5 : Hasil Dokumentasi
- Lampiran 6 : Daftar Riwayat Hidup



## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Penyebab penyalahgunaan narkoba sebagian besar diawali dengan upaya coba-coba dalam lingkungan sosial. Semakin lama pemakaian, maka risiko kecanduan semakin tinggi. Jika terus menerus dilakukan, maka dosis narkoba yang digunakan juga akan semakin besar untuk mencapai kondisi yang diinginkan. Hal ini dapat berdampak bagi kesehatan, sosial, maupun karir bagi pengguna/ pecandu narkoba tersebut. Sampai saat ini angka peningkatan penyalahgunaan NAPZA semakin hari semakin meningkat.<sup>1</sup>

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan badan narkotika nasional (BNN) dan lembaga ilmu pengetahuan Indonesia (LIPI), angka penyalahgunaan narkoba di Indonesia mencapai 3.419.188 orang. Wakil presiden Ma'aruf Amin menegaskan, bahwa narkoba dan Covid-19 merupakan dua musuh bersama yang dihadapi oleh seluruh negara di dunia termasuk di Indonesia. Sehingga dapat dikatakan terdapat 180 dari tiap 10.000 penduduk Indonesia berumur 15 hingga 64 tahu terpapar memakai narkoba. Permasalahan dalam penyalahgunaan narkoba di Indonesia pun juga beragam, antara lain penyeludupan narkoba lewat jalur laut

---

<sup>1</sup> BNN, *Buku Abstrak Simposium Nasional Rehabilitasi Berbasis Masyarakat Tema “ Menuju Layanan Profesional”*, (Jakarta : Perpustakaan BNN RI, 2016), hlm.103.

oleh jaringan sindikat, peredaran narkoba jenis baru, serta penyalahgunaan oleh penduduk usia produktif 15-16 tahun.

Merujuk pada badan narkotika nasional (BNN) dan LIPI pada tahun 2019 Provinsi Aceh menyebutkan angka pecandu atau mereka yang menyalahgunakan narkoba mencapai 83 ribu orang, pernyataan tersebut disampaikan Brigjen Pol Heru Pranoto pada pelatihan pengembangan pencegahan penyalahgunaan narkotika dan obat terlarang. Polisi bintang 1 itu juga mengatakan angka 83 ribuan tersebut didapat dari perbandingan jumlah dengan prevalensi yang sudah diteliti. Adapun hasil penelitian menyebutkan prevalensi penyalahgunaan narkoba di Aceh mencapai 2,80 %. Sedang jumlah penduduk Aceh sekitar 5,3 juta jiwa. Aceh sekarang ini berada di peringkat ke-enam dari seluruh provinsi di Indonesia yang jumlah pecandu terbanyak. Heru juga mengatakan 83 ribuan pecandu narkoba di Aceh merupakan tercatat dan terlibat dan jumlah pecandu narkoba di Aceh bisa melebihi angka tersebut, oleh karena itu mengajak semua elemen masyarakat di Provinsi Aceh membentengi anak-anaknya sejak dini mungkin untuk mencegah mereka menjadi korban penyalahgunaan narkoba.<sup>1</sup>

Merujuk pada pasal 1 angka 1 Undang-Undang Nomor 35 tahun 2009 tentang narkotika menyebutkan “Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik sintesis ataupun bukan sintesis yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi

---

<sup>1</sup> Pecandu Narkoba di Aceh Capai 83 Ribu Orang,  
<https://www.republika.co.id/berita/qxbd25384/bnn-pecandu-narkoba-di-aceh-83-ribu-orang.html>, edisi Rabu 04 Agustus 2021. Diakses pada tanggal 05 November 2021

sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan, yang dibedakan ke dalam golongan-golongan sebagaimana terlampir dalam undang-undang ini”. Pasal 1 angka 13 Undang-Undang 35 tahun 2009 tentang narkotika juga menjelaskan tentang pengertian pecandu narkotika, yaitu : “orang yang menggunakan atau yang menyalahgunakan narkotika dan dalam keadaan ketergantungan pada narkotika, baik secara fisik maupun psikis”. Dalam pasal 1 angka 14 undang-undang nomor 35 Tahun 2009 menjelaskan tentang ketergantungan narkotika, yaitu “kondisi yang di tandai oleh dorongan-dorongan untuk menggunakan narkotika secara terus-menerus dengan takaran yang meningkat agar menghasilkan efek yang sama dan apabila penggunaannya dikurangi atau dihentikan secara tiba-tiba, akan menimbulkan gejala fisik dan psikis yang khas”.<sup>2</sup>

Menurut Rosita Endang Kusmaryani yang dikutip oleh Adon Nasrullah Jamaludin, 2016, menjelaskan bahwa NAPZA kepanjangan dari (narkotika, psikotropika, dan bahan zat adiktif berbahaya lainnya) adalah bahan atau zat yang jika dimasukkan dalam tubuh manusia baik secara diminum, dihirup, maupun disuntikkan dapat mengubah pikiran, suasana hati atau perasaan, serta perilaku seseorang.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Lysa Angrayni dan HJ. Yusliati, *Efektifitas Rehabilitasi Pecandu Narkotika Serta Pengaruhnya Terhadap Tingkat Kejahatan Di Indonesia*, (Ponorogo : Uwais Inspirasi Indonesia , 2018), hlm. 2-3.

<sup>3</sup> Adon Nasrullah Jamaludin, *Dasar-Dasar Patologi Sosial*, (Bandung : CV Pustaka Setia , 2016), hlm. 135.

Hal yang harus di waspadai terhadap seorang pecandu narkoba adalah dapat terjadinya sakaw yaitu akibat pemberhentian obat yang dapat dilihat dengan pupil mata mengecil, mata berair serta hidung menimbulkan banyak keringat, mual-mual dan muntah. Jika seorang memakai narkoba sudah sampai mengalami sakaw alangkah baiknya di rehabilitasi untuk mengatasi rasa sakit akibat sakaw, karena rehabilitasi adalah tempat yang cocok bagi penyalahgunaan narkoba untuk menyembuhkan dan membebaskan pecandu dari ketergantungan. Seorang pecandu narkoba ketika dalam proses pemulihan akan menghadapi tantangan yaitu *stressor* sehingga menyebabkan terganggunya kesehatan mental, salah satu ciri yang dihadapi oleh pecandu narkoba bila di hadapkan pada *stressor* adalah berkurangnya pengendalian atau regulasi emosi sehingga mengarah kepada munculnya emosi negatif pada diri individu tersebut.<sup>4</sup>

Pecandu membutuhkan kemampuan dalam mengontrol emosi untuk mengurangi munculnya emosi negatif, kemampuan mengontrol emosi biasanya disebut dengan regulasi emosi. Adapun regulasi emosi menurut Gross, adalah kemampuan seseorang menilai, menanggapi, mengelola, dan mengekspresikan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. Keterampilan manajemen emosi yang tinggi akan meningkatkan kemampuan individu untuk

---

<sup>4</sup> Mahasoni Masdar, Puji Sutarjo, Sri Warsini, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Resilience Pada Penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Per masyarakatan Narkotika Klas II Yogyakarta*, (Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada, 2017), hlm.1.

mengatasi stres hidup, adapun aspek regulasi emosi adalah dapat mengontrol emosi, evaluasi emosi dan perubahan emosi.<sup>5</sup>

Seseorang tidak hanya memiliki emosi, tetapi juga di perlukannya cara untuk mengatur atau mengendalikan emosi nya yang di sebut dengan regulasi emosi, regulasi emosi juga penting bagi setiapindividu karena beberapa otak manusia juga menginginkan untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan yang lainnya menilai bahwa dorongan emosional ini tidak baik atau tidak sesuai yang ada sehingga membuat individu melakukan tindakan lain atau tidak melakukan tindakan apapun.<sup>6</sup>

Regulasi emosi adalah suatu pengendalian emosi yang negatif dan positif pada residen yang dibagi pada dua macam yaitu penilaian ulang secara kognitif dan supresi ekspresi. Regulasi emosi juga merupakan hal yang sangat dibutuhkan seorang residen agar dapat memiliki lingkungan sosial yang baik serta memiliki afektif dan kognitif yang baik juga regulasi emosi berarti membentuk emosi apa yang sedang dimiliki, kapan memilikinya dan bagaimana mengalaminya atau mengekspresikan emosi tersebut.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Dwi Astuti, Wasidi, Rita Shintia, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Memaafkan Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling, Vol. 02 No. 01 (2017), hlm. 3.

<sup>6</sup> In Runa Uci, Siti Ina Savira, *Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Di SMP X Surabaya*, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 06 No. 02. (2019), hal. 2.

<sup>7</sup> Yasmin Nuraziah, *Regulasi Emosi Pada Staf Mantan Pecandu Narkoba Di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang*, (Skripsi: UIN Raden Fatah Palembang, 2020), hal. 28.

Jika seseorang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi yang baik maka respon yang dikeluarkan pun akan menjadi positif, dan jika regulasi emosinya kurang bagus maka reaksi yang keluar pun akan menjadi tindakan negatif dan agresif. Adapun karakteristik yang dapat dilakukan dalam mengendalikan emosi yaitu : dapat mengontrol emosi kearah yang lebih baik, bisa mengekspresikan kemarahan tanpa berkelahi, dapat mengendalikan perilaku agresif yang bisa merusak diri dan orang lain, memiliki kemampuan dalam mengatasi tekanan mental (*stress*) serta dapat mengurangi perasaan kesepian dan kecemasan di dalam pergaulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Barret, Gross, Christensen dan Benvenuto, menyatakan bahwa emosi negatif dapat mempengaruhi aktivitas seseorang maka dengan meregulasi emosi dapat mengurangi emosi-emosi negatif. Jika seseorang individu memiliki kemampuan dalam meregulasi emosinya secara baik maka ia dapat mengoptimalkan perasaan positif dan mengurangi perasaan negatif serta mampu mengatasi problem yang di alaminya secara baik, begitupun sebaliknya jika kemampuan regulasi emosi seseorang itu rendah maka individu tersebut akan cenderung mengekspresikan emosi negatif tidak mampu mengontrol emosi secara baik sehingga dapat merusak dirinya sendiri.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapina Wanita Dalam Masa Pembinaan, ( Studi Lembaga Permasayarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang)*, Jurnal Teologia, Vol 26, No 2, 2015, hal. 286.



Hasil penelitian yang dilakukan oleh Isen, Daubman, dan Nowicki, mengatakan bahwa emosi yang positif dapat memberikan pengaruh positif untuk pemecahan masalah, sedangkan emosi yang negatif akan malah menghalanginya. Tampaknya emosi positif melibatkan atau mengfungsikan mekanisme otak yang lebih tinggi dan meningkatkan proses informasi dan memori, sementara emosi yang negative menghambat fungsi kognitif tersebut.<sup>9</sup> Sehingga individu yang memiliki regulasi emosi yang tepat dapat mengetahui apa yang dipikirkan, dirasakan dan dapat menjadi suatu landasan dalam melakukan tindakan. Dengan demikian, mampu mengevaluasi emosi-emosi dirasakan sehingga dapat bertindak secara rasional bukan secara emosional, serta memiliki kemampuan untuk memodifikasi emosi yang dialami.<sup>10</sup>

Kemampuan regulasi emosi yang tinggi dapat membuat individu mengelola emosi yang mereka rasakan. Regulasi emosi juga membantu seseorang dalam mengontrol dirinya. Sehingga, ketika menghadapi masalah individu tidak dipengaruhi oleh emosi yang negatif dan mampu mengarahkan perilakunya kearah yang positif. Ini dapat membuat individu terhindar dari perilaku buruk yang dilakukan oleh orang lain atau perilaku buruk yang ada di lingkungannya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahadat, yang mengatakan bahwa Regulasi emosi dapat membantu seseorang untuk mengubah

---

<sup>9</sup> *Ibid*, hal. 287.

<sup>10</sup> Sri Muliani, *Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Lanjut Usia*, Tesis : Profesi Psikologi Klinis fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016, hal. 5.

pikiran negatif menjadi positif. Sehingga, mempengaruhi emosi dan perilakunya, contohnya ketika seseorang mengubah pikirannya terhadap suatu dorongan negatif, kemudian mengatur dan mengurangi emosi negatifnya maka perilaku yang muncul adalah bentuk perilaku yang konstruktif, bukan destruktif.<sup>11</sup>

Menurut Reivich & Shatte (dalam wahyu relisa & Musa masing) mengatakan bahwa regulasi emosi ialah kemampuan bersikap tenang meskipun berada dibawah tekanan seseorang individu mampu meregulasi (mengendalikan) dirinya dengan baik tidak mudah terpengaruh dengan hal-hal yang negative. Reivich & Shatte juga mengemukakan bahwa ada dua hal yang sangat penting saat melakukan regulasi emosi yaitu ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*) seseorang yang mampu mengelola keterampilan ini maka akan berdampak pada kemampuannya dalam meredakan emosi yang muncul dan fokus pada pikiran-pikiran yang tidak mengganggu sehingga dapat mengurangi stress.

Seorang pecandu yang sedang atau telah menjalani proses rehabillitasi tidak sepenuhnya sembuh total, karena proses penyembuhan seorang residen rehabilitasi adalah seumur hidup sehingga untuk mampu bertahan dalam kondisi yang sangat buruk maka di perlukannya lah regulasi emosi.<sup>12</sup>

Pentingnya regulasi emosi bagi seorang pecandu ialah karena dalam proses pemulihan seorang residen (pecandu) narkoba, keadaan emosional residen

---

<sup>11</sup> Anastasya Cristie Silaen, Kartika Sari Dewi, *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Asertivitas (Studi Korelasi pada Siswa Di SMA Negeri 9 Semarang)*, Jurnal Empati, Vol. 8. No. 2. (2015), hal. 175-181.

<sup>12</sup> Wahyu RelisaNingrum, Musa Masing, *Regulasi Emosi Mahasiswa Mantan Pecandu Narkoba*, Jurnal Pendidikan dan Konseling, Vol. 4. No.2, (2022), hal. 496-497.

menjadi labil, oleh karena itu perlu bagi seorang pecandu untuk melakukan regulasi emosi. Adapun hal ini didukung oleh penelitian pronoto & Astuti mengatakan bahwa dalam kondisi penyembuhan dan pemulihan (*clean and sober*) kebanyakan dari seorang pecandu mengalami perubahan emosional. sehingga dalam proses pemulihan pun seorang pecandu akan melewati beberapa tahap dalam proses rehabilitasi, yang mana tahap satu dengan yang lain akan mengalami peristiwa yang khas yang dapat mempengaruhi keadaan emosional seorang pecandu.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 15 Juni 2022 di temukan bahwa residen di panti rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh residen kurang mampu dalam mengendalikan emosinya karena sebahagian pecandu atau residen di panti rehabilitasi NAPZA rumoh harapan Aceh datang bukan atas dasar kemauannya sendiri melainkan paksaan oleh keluarga, ketika residen yang memasuki panti rehabilitasi karena keterpaksaan tersebut, residen menolak untuk mengikuti peraturan atau pengobatan yang diberikan oleh panti rehabilitasi, sehingga ada yang ingin melarikan diri (*split*) dari pusat rehabilitasi. Adapun hal lainnya residen mudah marah dan memberontak karena merasa dirinya terkurung di dalam panti rehabilitasi, ada juga residen yang merasa sedih ketika harus di tinggal orang terdekatnya karena malu punya anak atau tetangga seorang pengguna NAPZA,

---

<sup>13</sup> Rezkiyah Rosidah, Duta Nurdibyanandaru, *Dinamika Emosi Pecandu Narkotika Dalam Masa Pemulihan*, Jurnal Insan, Vol. 12. No.02, (2010), hal.115.

serta adanya rasa takut bagi residen akan mati akibat dampak dari narkoba tersebut.

Oleh karena itu peneliti ingin mencari lebih mendalam tentang regulasi emosi terhadap pecandu Napza sehingga perubahan emosi seperti apa yang dirasakan oleh pecandu selama ia menjalani proses rehabilitasi atau pemulihan di panti rehabilitasi napza rumah harapan Aceh. Karena pengendalian emosi sangat berguna dan diperlukan oleh residen supaya mereka dapat mengontrol dan menyesuaikan emosi yang muncul dengan mengatur perasaan, reaksi fisiologis, cara berpikir, tingkah laku dan dapat dengan mudah bisa menenangkan diri setelah kehilangan kendali diri atas emosi yang di rasakan individu tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti tertarik untuk mengkaji penelitian yang berjudul “ **Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumah Harapan Aceh Kota Banda Aceh**”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana aspek –aspek regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh Kota Banda Aceh?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh Kota Banda Aceh ?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui aspek-aspek regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh Kota Banda Aceh.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh Kota Banda Aceh

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis
  - a. Mengembangkan ilmu pengetahuan yang didapat selama kuliah di jurusan bimbingan konseling islam.
  - b. Untuk menambah wawasan keilmuan dan pengetahuan tentang mengekspresikan regulasi emosi yang baik terhadap pasien rehabilitasi.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi pembaca agar bisa menambah wawasan dan pengetahuan mengenai cara dalam mengontrol emosi khususnya bagi seorang residen yang sedang menjalani proses rehabilitasi.
  - b. Sebagai referensi bagi yang membutuhkan.

### **E. Penjelasan Istilah Penelitian**

Sebelum melakukan penelitian di lapangan, awalnya peneliti mendeskripsikan sejumlah istilah yang ada didalam judul penelitian untuk mengarahkan peneliti dalam pengumpulan data, analisis, dan penarikan kesimpulan dalam menghindari kesalahpahaman terhadap pembaca. Dibawah ini

terdapat istilah-istilah yang berkaitan dengan judul penelitian adalah sebagai berikut :

### 1. Regulasi Emosi

Kemampuan seseorang untuk mengatur atau mengendalikan emosinya. Menurut Gross menyatakan bahwa pengendalian emosi adalah suatu proses individu dalam mempengaruhi emosi yang dimilikinya, kapan individu merasakan dan kapan individu mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut.

Jadi regulasi emosi yang dimaksud oleh penulis adalah pengendalian atau pengontrolan emosi yang dimiliki oleh residen yang ada di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh, dengan demikian kapan emosi yang dimiliki residen itu muncul dan bagaimana residen itu mengekspresikan emosi tersebut.

### 2. Residen NAPZA

Residen adalah sebutan untuk pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh.

## BAB II

### KAJIAN TEORITIS

#### A. Kajian Terdahulu

Untuk membedakan dan mendukung dalam penelitian ini, peneliti telah menemukan beberapa penelitian terdahulu, sejauh ini peneliti tidak menemukan penelitian tentang “ Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh” akan tetapi penulis menemukan beberapa penelitian yang menyangkut tentang regulasi emosi dan mantan pengguna narkoba, yaitu sebagai berikut :

Pertama, skripsi karya Hendik Alfiansyah, tahun 2021 dengan judul “*Regulasi Emosi Pada Pecandu Game Mobile Legends Pada Remaja*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat gangguan psikologis terhadap informan yang kecanduan game mobile legends seperti halnya ketika informan memenangkan pertandingan informan akan merasa senang dan kegirangan dengan melompat namun ketika informan kalah akan muncul emosi marah, dan mengekspresikan emosinya dengan berkata kasar/kotor sampai membanting gawai yang digunakan untuk bermain *mobile legends online*, hal ini di sebabkan karena jaringan kurang bagus dan salah satu pemain kurang kompeten dalam bermain.

Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah sama-sama meneliti tentang regulasi emosi. Sedangkan perbedaan penelitian dahulu dengan penelitian ini adalah subjek dan metode penelitian dan fokus penelitian yang berbeda yaitu Regulasi Emosi Pada Pecandu Game Mobile Legends Pada Remaja

sedangkan penelitian ini Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.<sup>1</sup>

Kedua, skripsi karya Yasmin Nurazizah pada tahun 2020 dengan judul skripsi “*Regulasi Emosi Pada Staf Mantan Pecandu Narkoba Di Pusat Rehabilitasi Narkoba AR-Rahman Palembang*”. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif, berdasarkan hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa regulasi emosi pada mantan pecandu narkoba di pusat rehabilitasi narkoba Ar-Rahman sudah stabil karena subjek berusaha untuk menghindari situasi yang dapat memicu datangnya kecenderungan emosi yang tidak stabil/ kurang baik.

Staf mantan pecandu narkoba juga menyadari bahwa memperdalam ilmu adiksi sangat lah penting bagi kehidupan agar terhindari dari kambuh kembali (*relapse*), subjek juga menyadari bahwa agama hal utama untuk membuat emosi seseorang menjadi lebih tenang dalam mengontrol ataupun mengantisipasi datangnya emosi yang kurang stabil dengan kata lain subjek berusaha meregulasi emosi nya dengan cara mulai belajar kembali menyempurnakan ibadahnya.

Persamaan kajian terdahulu dengan penulis ialah sama-sama mengkaji tentang regulasi emosi. Terdapat perbedaan kajian terdahulu dengan penelitian penulis yaitu pada subjek dan fokus penelitiannya, penulis mengambil subjek residen/pecandu di panti rehabilitasi NAPZA yang masih dalam tahap pemulihan sedangkan peneliti terdahulu mengambil subjek penelitian terhadap staf mantan

---

<sup>1</sup> Hendrik Alfiansyah, “*Regulasi Emosi Pada Pecandu Game Mobile Legends Pada Remaja*”, “Skripsi” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021, hal.1.



pengguna narkoba, penelitian terdahulu berfokus pada Regulasi Emosi Pada Staf Mantan Pecandu Narkoba Di Pusat Rehabilitasi Narkoba AR-Rahman Palembang sedangkan penelitian ini fokus pada Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.<sup>2</sup>

Ketiga, skripsi karya Nur Apriana Ramadhani pada tahun 2011 dengan judul skripsi “*Gambaran Regulasi Emosi Dasar Pasien Rumah Sakit Ketergantungan Obat Terhadap Penggunaan Narkotika, Alkohol, Psikotropika, Zat Adiktif Lainnya Tahun 2011*” Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa emosi muncul pada saat seseorang berinteraksi dengan lingkungan dan hasil upaya untuk beradaptasi dalam lingkungan sekitarnya. Emosi membuat seseorang melakukan sesuatu yang artinya jika seseorang merasakan emosi senang ia akan melakukan sesuatu yang disenangi, sebaliknya akan mencegah seseorang berbuat sesuatu jika seseorang tidak suka pada sesuatu itu.

Hasil penelitian kajian terdahulu menunjukkan emosi senang yang dimiliki pengguna NAPZA adalah 2.1 % atau 1 orang responden yang selalu memiliki emosi senang karena dia tidak mau lepas dari NAPZA tersebut. 21,3% atau sebanyak 10 responden menunjukkan emosi sering senang dengan artian tidak selalu senang karena sudah mengetahui sedikit efek samping dari NAPZA tersebut, 34,0 % atau sebanyak 16 responden yang memiliki emosi kadang-kadang

---

<sup>2</sup> Yasmin Nurazizah, *Regulasi Emosi Pada Staff Mantan Pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang*, “Skripsi” UIN Raden Fatah Palembang, 2020, hlm. vi.

atau jarang senang dan 8,5 % atau sebanyak 4 responden yang tidak pernah senang karena sudah mengalami dampak dari NAPZA tersebut.

Adapun yang merasakan emosi marah terhadap NAPZA sebanyak 48,9 % dengan jumlah 23 orang merasa marah, kesal, rugi dan menyesal setelah menggunakan NAPZA tersebut dibuktikan dengan tidak menggunakan Napza lagi dengan cara melakukan terapi-terapi karena mereka berkeinginan untuk sembuh. 55,3 % atau sebanyak 26 responden yang merasa takut kehilangan pekerjaan atau diderita penyakit serta ditahan oleh pihak yang berwajib. 38,3% atau sebanyak 18 responden yang merasakan emosi sedih karena ditinggalkan oleh orang terdekat.

Persamaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah sama-sama mengkaji tentang regulasi emosi pengguna NAPZA. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah metode penelitian dan fokus penelitian yang berbeda yaitu Gambaran Regulasi Emosi Dasar Pasien Rumah Sakit Ketergantungan Obat Terhadap Pengguna Narkotika, Alkohol, Psikotropika, Zat Adiktif Lainnya Tahun 2011 sedangkan penelitian ini berfokus pada Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh.<sup>3</sup>

Keempat, skripsi karya Zuhra Rahmi pada tahun 2019 dengan judul skripsi *“Identifikasi Dukungan Keluarga Dalam Membimbing Pasien Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh, Kota Banda Aceh”* Hal ini merupakan penelitian

---

<sup>3</sup> Nur Apriana Ramadhani, *“Gambaran Regulasi Emosi Dasar Pasien Rumah Sakit Ketergantungan Obat Terhadap Penggunaan Narkotika, Alkohol, Psikotropika, Zat Adiktif Lainnya Tahun 2011”*, “Skripsi” UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011, hal. ii.

kualitatif deskriptif. Hasil dari penelitian tersebut adalah dukungan yang diberikan oleh keluarga pasien dalam membimbing pasien Napza dengan memberikan. *Pertama*, dorongan emosional yaitu memberikan rasa nyaman dan rasa percaya diri residen. *Kedua*, dukungan penghargaan dengan tidak menyalahkan pasien terhadap keadaan yang di alaminya serta mengharapkan pasien kumpul kembali bersama keluarga. *Ketiga*, dukungan informasi dengan memberikan nasehat, semangat serta motivasi agar cepat kembali pulih dalam menajalani proses rehabilitasi dan *Keempat*, dukungan instrumental yanga di berikan keluarga kepada pasien ialah memberikan kebutuhan materi kepada pasien selama menjalani proses rehabilitasi.

Adapun persamaan penelitian ini dengan penenlitan terdahulu adalah sama-sama meneliti tentang Napza dan metode penenlitan yang sama. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah fokus penelitian yang berbeda. Fokus penelitian terdahulu adalah Identifikasi Dukungan Keluarga Dalam Membimbing Pasien Rehabilitasi NAPZA pada Rumoh Harapan Aceh, Kota Banda Aceh sedangkan penelitian ini adalah Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi Napza Rumoh Harapan Aceh, Kota Banda aceh.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Zuhra Rahmi, "Identifikasi Dukungan Keluarga Dalam Membimbing Pasien Rehabilitasi NAPZA pada Rumoh Harapan Aceh, Kota Banda Aceh" Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2019, hal. iii.

## B. Regulasi Emosi

### 1. Pengertian Emosi

Dari segi etimologi, emosi berasal dari akar kata bahasa latin ‘*movere*’ yang berarti ‘menggerakkan, bergerak’. Kemudian ditambah dengan awalan ‘e-’ untuk memberi arti ‘bergerak menjauh’. Makna ini mengisyaratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Emosi dijelaskan secara berbeda oleh psikolog yang berbeda, namun semua sepakat bahwa emosi adalah bentuk yang kompleks dari organisme, yang melibatkan perubahan fisik dari karakter yang luas- dalam bernafas, denyut nadi, produksi kelenjar, dan sebagainya. Dan dari sudut mental, adalah suatu keadaan senang atau cemas, yang ditandai adanya perasaan yang kuat, dan biasanya dorongan menuju bentuk nyata dari suatu tingkah laku. Jika emosi itu sangat kuat akan terjadi sejumlah gangguan terhadap fungsi intelektual, tingkat disosiasi dan kecenderungan terhadap tindakan yang bersifat tidak terpuji.<sup>5</sup>

Emosi biasanya muncul ketika kita mendapatkan perubahan situasi yang drastis atau tiba-tiba, terjadi pada diri kita atau sekitar kita baik itu positif maupun negatif. Emosi juga dapat muncul ketika terjadi sebuah perubahan pada setiap peristiwa yang menjadi perhatian diri kita. Menurut Goleman yang dikutip oleh Budi Saraswati menjelaskan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan

---

<sup>5</sup> Yahdinil Firda Nadhiroh, *Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang psikologis manusia)*, Jurnal Saintifika Islamic, Vol 02, No.1, (2015), hal. 54.

serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu <sup>6</sup>

Menurut M. Ali dan M. Asrori bahwa emosi adalah emosi berpengaruh pada fungsi-fungsi psikis lainnya, seperti pengamatan, tanggapan, pemikiran dan kehendak, seseorang akan mampu melakukan pengamatan yang baik jika di sertai dengan emosi yang baik pula, individu juga akan memberikan tanggapan yang positif terhadap suatu objek jika disertai dengan emosi yang positif pula dan sebaliknya individu akan melakukan tanggapan dan pengalaman yang negative terhadap suatu objek jika di iringi dengan emosi yang negative pula.<sup>7</sup>

Dapat di simpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan yang khas baik itu positif maupun negative yang membuat seseorang bertindak sesuai dengan perasaan yang ia miliki dengan kata lain bertindak atas dorongan emosi yang di alami seseorang.

## 2. Pengertian Regulasi Emosi

Regulasi emosi berasal dari dua kata, yaitu *regulation* dan *emotion* . Secara bahasa *regulation* berarti *rule, order* (aturan) yang dimaksud dengan secara bebas untuk mengatur atau mengelola. Regulasi emosi adalah proses

---

<sup>6</sup> Budi Sarasati, Okta Nurvia, *Emosi Dalam Tulisan*, Jurnal Psibernetika, Vol 14, No 1, (2021), hal.40.

<sup>7</sup> Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Perkembangan Remaja dan Pengembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2008), hal. 62-64.

intristik dan ekstristik yang bertugas untuk mengatur, menilai, dan mengubah reaksi baik secara intensif untuk memenuhi tujuan tertentu.

Menurut Gross, bahwa regulasi emosi adalah cara yang dilakukan seseorang dalam mengolah emosi yang mereka miliknya, kapan mereka merasakan emosinya dan bagaimana mereka mengekspresikan emosi tersebut.<sup>8</sup> Menurut Thompson, bahwa regulasi emosi merupakan keahlian untuk menilai dan memodifikasi respon emosional dalam bertindak laku sesuai dengan keadaan yang sedang terjadi. Sebagai seorang individu tentunya kita mengenal berbagai emosi, contohnya seperti rasa senang, pilu, amarah, kecewa dan lain-lain. Supaya perasaan tersebut tidak meluap secara berlebihan, maka di perlukannya pengolahan emosi yang dapat disebut dengan regulasi emosi.<sup>9</sup>

Kemampuan regulasi emosi adalah cara seseorang untuk mengontrol dan mengekspresikan perasaannya. Regulasi emosi mencakup kemampuan untuk menilai dan memodifikasi reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku dengan menyesuaikan pada keadaan yang terjadi, menurut Thompson, regulasi emosi yang rendah berhubungan dengan perilaku yang tidak

---

<sup>8</sup> Mohammad Alfian, *Regulasi Emosi Mahasiswa Suku Jawa, Suku Banjar, dan Suku Bima*, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol 02, No 02, (Januari, 2014), hal. 266.

<sup>9</sup> Rusmaladewi, dkk, *Regulasi Emosi pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring Di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR*, Jurnal Pendidikan dan Psikologi Pintar Harati, Vol 16, No 2, (Desember, 2020), hal. 35.

terkontrol, tidak konstruktif, perilaku agresif, dan perilaku prososial yang rendah dan rentan terhadap pengaruh emosi negatif.

Menurut Reiveich & Shatte , mengatakan bahwa pengendalian emosi adalah keahlian untuk tetap tenang walaupun berada di bawah tekanan. seseorang yang memiliki kemampuan dalam meregulasi emosi dapat mengontrol dirinya apabila dalam keadaan kesal dapat mengatasi rasa khawatir, sedih atau marah sehingga dengan cepat dapat memecahkan suatu problem.<sup>10</sup>

Sehingga dapat di simpulkan bahwa regulasi emosi suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengelola atau mengendalikan dan mengubah perasaan atau emosi yang dimiliki individu.

### **3. Aspek Aspek Regulasi Emosi**

Menurut Gross, ada tiga aspek regulasi emosi yang dapat digunakan untuk mengetahui kemampuan regulasi emosi seseorang, yaitu sebagai berikut:

1. Mampu mengatur emosi positif maupun emosi negatif dengan baik, regulasi emosi berfokus pada pengalaman emosi dan perilaku emosi. Regulasi emosi tidak hanya saja dilakukan ketika individu mengalami emosi negatif akan tetapi digunakan juga untuk mengontrol emosi positif agar dapat ditunjukkan dengan tidak berlebihan misalnya, penurunan kebahagiaan untuk menyesuaikan diri secara sosial.

---

<sup>10</sup> Ibid, Hal. 36.

2. Mampu menyadari emosi, dapat mengendalikan emosi secara sadar dan otomatis. Pengendalian emosi yang baik diawali dengan adanya kesadaran terhadap emosi yang dirasakan kemudian adanya kontrol emosi. Kesadaran emosi membantu individu dalam mengontrol emosi yang dirasakan dengan demikian pula individu mampu menunjukkan respon yang adaptif dari emosi yang dirasakannya, ketika menyadari perasaan yang dialaminya dengan secara sadar langsung meregulasi emosinya.
3. Mampu menguasai tekanan akibat dari masalah yang dihadapi, regulasi emosi mampu menjadi strategi koping bagi individu ketika dihadapkan pada situasi yang menekan. Regulasi emosi dalam hal ini dapat membuat hal-hal menjadi lebih baik atau bahkan lebih buruk tergantung pada situasi yang dihadapi oleh individu.<sup>11</sup>

Adapun menurut Thompson & Gross, dalam Rusmala Dewi dkk, bahwa ada tiga aspek dalam regulasi emosi yaitu :

1. Memonitor emosi (*emotions monitoring*). *Emotions monitoring* Adalah aspek yang paling utama dalam mengendalikan perasaan, karena dapat mencapai aspek yang lainnya. Memonitor emosi adalah kemampuan individu dalam menyadari dan memahami suatu proses

---

<sup>11</sup> Indah Kurniati Eka Saputri, Sugiariyanti, *Hubungan Sibling Rivalry Dengan Regulasi Emosi Pada Masa Kanak Akhir*, Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol 8, No 2, ( Juli, 2016).



yang terjadi dalam dirinya, perasaan, pikiran serta latar belakang atas tindakannya secara menyeluruh.

2. Mengevaluasi Emosi (*Emotions Evaluating*) Keahlian individu yang dapat menilai sesuatu kejadian yang dialaminya dapat mengambil hikmah/kebaikan atas peristiwa tersebut secara positif.
3. Memodifikasi emosi (*emotions modification*). Kemampuan individu dalam memodifikasi emosi dapat bertahan dalam menghadapi masalah serta terus berusaha melewati hambatan dalam hidupnya secara baik.<sup>12</sup>

Sehingga dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah suatu proses yang dapat terjadi secara sadar ataupun tidak sadar yang dapat mempengaruhi komponen emosi dengan cara di kontrol atau secara otomatis terkendali ketika individu dihadapkan dengan situasi yang membuatnya tertekan.

### **3. Proses Model Regulasi Emosi**

Setiap individu yang akan melakukan regulasi emosi maka terlebih dahulu melewati proses regulasi emosi. Adapun proses pembentukan regulasi emosi menurut Gross ada lima tahap yaitu sebagai berikut :

---

<sup>12</sup> Rusmaladewi, dkk, *Regulasi Emosi pada Mahasiswa...*, hal. 37.

### 1. Pemilihan situasi (*Situation selection*)

Individu memilih untuk berada pada keadaan yang cocok dengan tingkat respon emosinya yang artinya adalah individu memilih dalam pemilihan situasi yang membuat keadaan emosinya baik dengan cara menghindari atau mendekati yang dapat berdampak kepada kemunculan emosinya. contohnya, seseorang memilih tetap berada di rumah daripada pergi ke pesta. karena, orang tersebut memiliki konflik dengan orang lain yang akan pergi juga ke pesta tersebut.

### 2. Perubahan situasi (*Situation modification*)

Individu mengubah keadaan yang ada sehingga memperoleh tingkat emosi yang berbeda. contohnya, saat individu sedang bermain *games* dan individu tersebut selalu kalah, ia dapat memilih permainan yang lainnya.

### 3. Pengalihan perhatian (*Attentional deployment*)

Pada proses ini ialah individu tertuju pada pengalihan perhatian individu ke pada situasi tertentu dengan tujuan mengalihkan perhatian dari situasi yang terjadi. Contohnya : ketika seseorang di hadapkan pada situasi yang tidak menyenangkan maka ia akan melibatkan pikiran dan perasaan yang menyenangkan untuk mengatasi situasi yang tidak menyenangkan tersebut.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Zahra Meutia Ramadhani, dkk, *Regulasi Emosi Wargabinaan dan Anak Jalanan*, Cet ke 1, (Pekalongan : PT Nasya Expanding Management, 2021), hal. 18-19.

#### 4. Perubahan kognitif (*Cognitive change*)

Proses pembentukan regulasi emosi pada tahap ini ialah penilaian ulang yaitu individu menilai secara kognitif dengan mengulang kembali situasi yang dapat menimbulkan emosi sehingga dapat mengurangi dampak emosi dengan cara mengubah cara berpikir individu atas sesuatu yang dialaminya. Contohnya: seseorang pidana yang sudah di vonis hukuman selama 5 tahun penjara tidak berpikir bahwa itu adalah masa terburuknya melainkan masa tenang untuk mendekatkan diri pada tuhan.

#### 5. Perubahan respon (*Response modulation*)

Dalam tahap ini individu melibatkan ekspresi, yaitu setelah emosi terjadi maka hal ini dapat mempengaruhi respon fisiologisnya. Misalnya : ketika seseorang marah ia dapat mengurangi emosi marahnya dengan sholat atau berwudhu dan untuk mengurangi respon fisiologisnya individu tersebut meminum obat-obatan untuk mengurangi respon fisiologisnya seperti ketegangan otot, migrain karena stress, makan atau yang lain sebagainya.<sup>14</sup>

#### 4. Ciri-Ciri Regulasi Emosi

Individu yang mampu melakukan regulasi emosi jika memiliki kendali yang cukup baik terhadap emosi yang muncul. Ciri-ciri individu yang memiliki regulasi emosi yang dikemukakan oleh Martin adalah sebagai berikut :

---

<sup>14</sup> Muhana Sofia Utami, *Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif*, (Jurnal Psikologi : Universitas Gadjah Mada, Vol 39 No.1, 2012), hal.49.

1. Mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri atas perasaan dan kebahagiaannya.
2. Mampu mengubah emosi negatif menjadi suatu proses belajar dan kesempatan untuk berkembang menjadi lebih baik.
3. Mampu lebih peka terhadap perasaan orang lain.
4. Melakukan introspeksi (evaluasi diri) dan relaksasi.
5. Lebih sering merasakan emosi positif dari pada emosi negatif.
6. Tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalah<sup>15</sup>

Menurut Golem yang dikutip oleh Vika Maurissa Husnianita dan Miftahul Jannah mengatakan bahwa ciri-ciri seseorang dapat melakukan regulasi emosi yang baik yaitu :

1. Memiliki toleransi yang tinggi terhadap rasa frustrasi serta pengolahan amarah, artinya tidak mudah menyerah terhadap masalah yang di hadapi.
2. Berkurangnya ejekan verbal
3. Mampu mengungkapkan emosi dengan sangat tepat tanpa harus melakukan perkelahian.
4. Perasaan yang baik serta pemikiran yang positif terhadap diri sendiri.
5. Berkurangnya rasa kesepian dan kecemasan di dalam pergaulan.
6. Memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain, artinya lebih peka dan berempati terhadap perasaan orang lain.

---

<sup>15</sup> Misi Arsita, *Strategi Regulasi Emosi Narapidan Narkoba* ..... hal. 17-18.

7. Memiliki sikap hati-hati, artinya dalam melakukan sesuatu harus berdasarkan pemikiran yang matang.
8. Memiliki adaptibilitas, yang artinya dapat menyesuaikan diri dalam menangani perubahan dan tantangan.
9. Memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungannya, artinya lebih sering dan mudah merasakan emosi positif dari pada emosi negatif.<sup>16</sup>

Berdasarkan uraian diatas dapat di simpulkan bahwa, ciri-ciri seseorang dapat yang dapat melakukan regulasi emosi adalah, dapat mengendalikan diri, peka terhadap orang lain, memiliki pemikiran yang matang, toleransi yang tinggi, serta memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya dan lingkungannya.

#### **5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya regulasi emosi Menurut Nisfiannoor dan Kartika dalam Anggraheni Puspita dkk adalah sebagai berikut :

1. Hubungan antara anak dan orang tuanya.

Orang tau sangat berperan penting terhadap regulasi emosi anak, dengan memberkan kasih sayang dan menerima anak serta rasa peduli dan

---

<sup>16</sup> Vika Maurissa Husnianita, Miftakhul Jannah, “Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin pada kelas X Sekolah Menengah Atas Boarding School”, UNESA, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 8. No. 5 (2021), hal. 249.

menjadi pendengar yang baik bagi anak sehingga menimbulkan efek positif bagi anak.

## 2. Hubungan Interpersonal.

Membangun interaksi dengan orang lain dapat meningkatkan energi positif bagi individu. Namun emosi seseorang dapat meningkat jika seseorang itu mencapai tujuannya dan emosi negatif meningkat jika individu kesulitan dalam mencapai tujuannya.

## 3. Umur dan jenis kelamin.

Umur dan jenis kelamin individu dapat menunjukkan bagaimana seseorang tersebut mengekspresikan dan mengendalikan perasaannya. Pada umumnya wanita sangat membutuhkan dukungan orang lain untuk membantunya sedangkan pria dominan dalam melakukan kegiatan fisik untuk mengekspresikan emosinya.<sup>17</sup>

Sedangkan faktor yang mempengaruhi regulasi emosi menurut Gross adalah sebagai berikut :

### 1. Usia

Dalam hasil penelitian Mider, menyatakan semakin matang usia seseorang maka regulasi emosi akan semakin baik, sehingga dapat membuat ekspresi emosinya terkontrol dengan baik.

---

<sup>17</sup> Anggraheni Puspita Dewi, Siti Ina Savira, *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Asertivitas Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol 8, No 6, (2021).

## 2. Jenis Kelamin

Wanita lebih emosional atau penuh perasaan dibanding laki-laki yang lebih menggunakan logika, hal ini di dukung oleh hasil penelitian khairani bahwa dengan judul “kematangan emosi pada pria dan wanita yang menikah muda”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pria menunjukkan tingkat kematangan emosi yang lebih tinggi dibanding wanita sehingga wanita di harapkan mampu meregulasi emosinya agar dapat menghindari ketegangan dan mengurangi stress dan dapat berfungsi dengan baik di lingkungannya.

## 3. Kepribadian

Seseorang yang memiliki kepribadian ‘*neuroticism*’ dengan ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang mampu mengontrol diri dan tidak memiliki coping yang efektif terhadap stres akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah.

## 4. Religiusitas

Semakin tinggi tingkat keagamaan seseorang maka dia akan mudah meregulasi emosinya dan berusaha untuk tidak menampilkan emosi yang berlebihan dan begitupun sebaliknya apabila tingkat religiusitasnya rendah maka dia akan sulit meregulasi emosinya.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup> Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi.....*, hal. 287-288.

## 5. Pengasuhan

Cara orang tua mengasuh anak ternyata dapat juga mempengaruhi regulasi emosi anak, kemampuan regulasi emosi seorang anak dapat dilihat dari sejauh mana orang tuanya dapat menumbuhkan dan mengembangkan pengendalian perasaan anak dengan cara menjadi mendidik serta menjadi role model bagi anak. Hal ini dapat didukung oleh penelitian Wiwin Dinar Prastiti bahwa cara mengembangkan regulasi emosi yang tepat untuk anak adalah memberikan contoh pengendalian emosi yang baik, memberikan arahan dan bimbingan regulasi emosi yang tepat, dan menciptakan iklim emosional yang baik.<sup>19</sup>

Sehingga dapat disimpulkan secara singkat bahwa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi adalah hubungan orang tua dengan anak, hubungan interpersonal, kepribadian, religiusitas, usia dan jenis kelamin.

Berdasarkan regulasi emosi di dalam Al-Quran diungkapkan melalui sebuah peristiwa kehidupan sehari-hari. Terkadang manusia menjalani kehidupan dengan mendapatkan kesenangan serta selalu bersyukur atas apa yang manusia dapatkan dari Allah. Terkadang juga manusia dihadapkan dalam bermacam permasalahan yang menimbulkan kemarahan dan terkadang menyebabkan tindakan yang kurang bisa diterima dalam masyarakat, sehingga diperlukan

---

<sup>19</sup> Wiwin Dinar Prastiti, *Peran Orangtua dalam Perkembangan Kemampuan Regulasi Emosi Anak: Model Teoritis*, (Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Psikologi, 2013), hal. 330



adanya kesabaran, berpikir positif, optimis serta tidak mudah putus asa dalam menghadapi apa yang telah ditetapkan oleh Allah.

Berbagai peristiwa inilah, hendaknya kita sebagai hamba Allah mampu mencontoh dalam kehidupan sehari-hari yang memiliki banyak cobaan. Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah Ali-Imran ayat 134 yaitu :

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾

Artinya : *“Yaitu orang-orang yang menafkahkan (menyedekahkan) hartanya, pada masa susah. Orang-orang yang menyembunyikan hatinya yang panas (menahan amarahnya) dan orang-orang yang memberi maaf kepada (sesama) manusia. Allah menyukai orang-orang yang berbuat ihsan “.(Q.S. Ali-Imran: 134).<sup>20</sup>*

Maksud dari ayat ini adalah menjelaskan bahwa orang yang menyedekahkan hartanya baik di waktu lapang dan sempit dan sesuai dengan kemampuan dan keadaannya. Di riwayatkan oleh Aisyah bahwa beliau pernah bersedekah dengan satu buah anggur dan di riwayatkan oleh sebagian ulama klasik mereka pernah bersedekah dengan sebiji bawang. Semua orang yang mampu mengendalikan diri dalam keadaan marah namun mereka tidak melakukan pembalasan kepada orang melakukan kesalahan, tidak melukai dirinya dan menyakiti hatinya meskipun ia mampu untuk membalasnya, sebaliknya ia lebih

---

<sup>20</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Quran & Tafsirnya*, Jilid II, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), hal.41.

memilih memberikan maaf kepada orang yang berbuat salah kepada dirinya semua ia terima dengan keikhlasan dan sabaran.

Hal ini dapat memberikan makna bahwa beliau pernah memaafkan pemanah yang meninggalkan pos pertahanan dana perang uhud sehingga pada akhirnya pasukan muslim mengalami kekalahan beliau pun tidak melakukan pembalasan kepada kaum musyrik yang berbuat kejam kepada Hamzah dan paman nabi yang gugur dalam medan perang meskipun beliau pernah mengatakan ingin melakukan pembalasan. Allah sangat menyayangi hamba-hambanya yang melakukan kebaikan kepada orang yang membutuhkan bantuan dan memberikan nikmat yang ia terima sebagai tanda syukur. Ada kalanya kebaikan yang dilakukan dengan jalan menolak kemadharatan dari seseorang dan tidak membalas keburukan dengan keburukan. Oleh karna itu, ayat ini dipandang sebagai ayat yang mengumpulkan berbagai macam sifat *Ihsan* (kebaikan) kepada orang lain.<sup>21</sup>

Adapun Imam Gazali menjelaskan memerangi suatu sifat yang buruk diharuskan dengan membiasakan diri untuk melawan sifat tersebut. jadi kalau seseorang hendak memusnahkan sifat kikir dalam dirinya hendak lah ia membiasakan diri untuk bersedekah dan memberi pertolongan terhadap orang lain dengan membiasakan diri tersebut akan hilanglah sifat kikir dalam diri secara sedikit demi sedikit berkurang. *Kedua*: orang menahan amarahnya. Biasanya orang yang terbiasa mengikuti rasa marahnya tidak mampu mengendalikan akal pikirannya sehingga dia akan melakukan tindakan-tindakan yang jahat sehingga

---

<sup>21</sup> Teuku Muhammad Hasbi ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Qur'an Madjid An-Nur*, Jilid 1, (Jakarta :Cakrawala Publishing, 2011), hal. 431-432.

ketika dia sadar pasti akan menyesali tindakan yang telah dia lakukan dan heran kenapa dia bertindak seperti itu. Oleh karena itu jika seseorang dalam keadaan marah hendaklah dia sekuat tenaga menahan amarahnya lebih dahulu. Jika dia sudah dalam keadaan tenang dan amarah sudah mereda, barulah dia melakukan tindakan yang adil sebagai balasan atas perlakuan orang atas dirinya.

Apabila seseorang telah melatih diri seperti itu maka dia tidak akan melakukan tindakan-tindakan yang dapat merusak dirinya sendiri, bahkan dia akan berpikir bahwa orang-orang yang memperlakukan dia dengan kurang baik terhadap dirinya itu mungkin karena khilaf atau tidak sengaja dan dia akan memaafkannya. Orang yang sungguh-sungguh bertakwa pasti akan menahan dirinya pada saat marah.<sup>22</sup>

Dengan demikian sebagai makhluk yang mulia kita tentunya harus mampu dalam menahan rasa marah dengan memberikan kemaafan terhadap orang lain, karena amarah adalah perasaan negatif yang perlu untuk dikurangi dan dihilangkan dengan cara meregulasi emosi. Emosi adalah perasaan yang timbul ketika individu atau seseorang yang ada di dalam keadaan atau kejadian yang dianggapnya penting olehnya. Emosi di wakili oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau tidak kenyamanan dari kejadian atau interaksi yang dialaminya.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an & Tafsir*..., hal. 43-44.

<sup>23</sup> Sarlito Wirawan, *Kecerdasan Ganda dan Penyesuaian Diri*, (Surakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 2000), hal. 124.

## C. Pengertian NAPZA

### 1. Sejarah Singkat NAPZA

Sejarah NAPZA telah menjadi masalah globalisasi yang sudah menjadi sasaran peredaran secara umum ialah negara Thailand, Malaysia, philiphina dan hongkong. Yang mana hal ini sudah tercatat dalam siding umum ICPO (*International Crimnal Police Organization* yang ke 66 pada tahun 1997, serta diiringi 177 negara dibenua Amerika serikat, Asia, Eropa, Afrika dan Australia. Hal ini mencapai 400 Millayr Dollar AS, selain itu siklus peredaran Narkoba yang berjenis lain semakin meningkat yang dilengkapi dengan teknologi canggih, selain itu Indonesia saat ini telah memasuki daftar tertinggi peredaran narkoba yang dapat disamakan dengan Negara Jepang, Malaysia, Thailand, Flipin dan Hongkong yang semakin berkembang pada tahun 2000.

Indonesia tidak hanya menjadi wilayah pemasaran barang tersebut tetapi sudah menjdi produksi dan eksportir, Dengan demikian peredaran narkona di Indonesia semakin mudah dan murah untuk mendapatkannya dari kalangan remaja, anak-anak bahkan penegak hukum sekalipun dikarenakan keuntungan yang besar dapat menjanjikan dibalis bisnis barang tersebut, meskipun hal ini melanggar hukum dan sangsi yang berat sampai hukuman mati, Namun masih banyak yang menerima resiko ini baahkan barang tersebut tidak hanya disebarakan di kota-kota besar tapi sudah sampai ke kota-kota terpencil.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Gilza Azzahra dkk, *Kasus Narkoba di Indonesia dan Upaya Pencegahan Di Kalangan Remaja*, Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Vol.2 No. 3, (2021), hal. 407.

## 2. Pengertian NAPZA

NAPZA adalah singkatan dari (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya), zat kimia yang apabila di masukkan ke dalam tubuh manusia baik dengan cara, dihisap (melalui mulut), dihirup (melalui hidung), maupun di suntikkan, dapat mempengaruhi atau mengubah pikiran, suasana hati / perasaan dan tindakan atau perilaku, narkoba juga dapat menimbulkan ketergantungan fisik dan psikis seseorang.<sup>25</sup> NAPZA terdiri dari bahan-bahan yang bersifat alamiah (natural) maupun sintesis (buatan), bahan-bahan alamiah terbuat dari tumbuh-tumbuhan dan tanaman sedangkan yang sintesis terbuat dari bahan kimiawi.

Adapun pengertian dari setiap jenis golongan dari NAPZA adalah :

- a. Narkotika, ialah zat-zat yang terbuat dari tanaman atau bukan tanaman baik sintesis maupun semisintesis yang dapat mengakibatkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa nyeri dan dapat menyebabkan ketergantungan.
- b. Psikotropika, adalah zat-zat yang berbagai bentuk pil atau obat yang dapat mempengaruhi kesadaran karena pengaruh obat tersebut, psikotropika adalah istilah umum yang sering digunakan untuk menyebut zat yang mempunyai komposisi kimia yang dapat

---

<sup>25</sup> Maydiya Restacendi, Nur'artavia, *Karakteristik Pelajar Penyalahguna Napza Dan Jenis Napza Yang Digunakan di Kota Surabaya*, *The Indonesian Journal of Public Health*, Vol. 12 No. 1, (2017), hal. 28.

berpengaruh pada otak sehingga menyebabkan modifikasi perilaku, perasaan, pikiran, persepsi dan kesadaran.<sup>26</sup>

- c. Zat Adiktif Lainnya, adalah semua zat yang dapat menimbulkan ketergantungan psikis terhadap pemakainya.

Dalam Al-Quran menjelaskan bahwa suatu hal yang memabukkan dapat memicu muncul perselisihan dan kebencian di antara manusia bahkan di antara sesama keluarga dan teman. Allah berfirman di dalam Al-Quran surah Al-Maidah ayat : 90 yaitu :

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, (berkorban untuk) berhala, dan mengundi nasib dengan anak panah adalah perbuatan keji (dan) termasuk perbuatan setan. Maka, jauhilah (perbuatan-perbuatan) itu agar kamu beruntung”* Q.S. Al-Maidah : 90<sup>27</sup>

Maksud dari ayat tersebut adalah suatu hal yang memabukkan dapat menghilangkan akal yang membuat penghalang lahirnya berbagai perkataan dan perbuatan buruk yang dapat menyakiti manusia. Sesungguhnya dengan kalian

<sup>26</sup> Ahmad Kabain, *Peran Keluarga, Guru dan Sekolah Menyelamatkan Anak dari Pengaruh NAPZA*, (Semarang : Alprin, 2019), hal. 1-2.

<sup>27</sup> Kementerian Agama RI..... Jilid III, hal. 17.

meminum khamar dan berjudi itu adalah perbuatan setan yang membuat kalian saling memusuhi dan membenci sesama kalian, setan dapat memecah belah kalian sedangkan Allah mempersatukan kalian dengan iman dan persaudaraan Islam, sehingga dengan berjudi dan meminum khamar dapat membuat kalian jauh dari Allah karena hal itu kalian tidak akan memperoleh kebaikan di dunia dan di akhirat.

Ibnu Jarir dan Ibnu Mardawaih meriwayatkan bahwa turunya ayat ini ini, bahwa Sa'ad bin Abi Waqas ra berkata : “ Ayat tentang pengharaman khamar diturunkan berkaitan dengan saya, seorang lelaki anshar membuat makan lalu mengundang kami, maka datanglah orang-orang yang di undang, lalu mereka makan dan minum hingga mereka mabuk karena meminum khamar dan mereka saling menyombongkan diri : orang-orang anshar berkata “ kaum anshar yang paling baik” dan orang-orang Quraisy berkata “ kaum Quraisy yang lebih baik “. Kemudian seorang laki-laki memegang dagu saya lalu memukul hidung saya hingga koyak, maka saya datang kepada Nabi Saw, untuk memberitahukan hal tersebut maka, turunlah ayat ini.

Adapun di haramkannya khamar secara bertahap adalah karena orang-orang yang meminum khamar pada masa itu sangat tergilagila dengan hal yang memabukkan tersebut sehingga khamar di haramkan secara tegas, karena hal itu membuat pecandunya berpaling dari Islam, adapun judi juga dapat membuat seseorang lalai dengan kesenangan harta di karenakan menang dan orang yang merasa kalah akan ingin mencoba lagi dan lagi dengan harapan menang pada kesempatan yang lain dan kadang kesempatan itu tidak diperoleh sehingga

membuat orang tersebut fakir dan miskin kemudian menjadikan musuh berat bagi yang telah menang.<sup>28</sup>

Dapat di simpulkan bahwa suatu hal yang memabukkan dan merugikan orang lain dapat membuat permusuhan dan kebencian diantara sesama manusia.

### **3. Jenis-Jenis Penyalahgunaan NAPZA**

Narkoba bisa menyebabkan seseorang yang memakainya menjadi ketagihan dan ingin memakainya lagi dan lagi, sehingga membuat individu menjadi ketergantungan pada zat yang dikonsumsi itu. Narkoba digolongkan menjadi tiga jenis yaitu narkotika, psikotropika, dan zat berbahaya lainnya seperti zat adiktif. Setiap jenis-jenis narkoba digolongkan lagi menjadi beberapa kelompok, yaitu sebagai berikut :

#### **1. Narkotika**

Dalam undang-undang dan penjelasannya disebutkan bahwa narkotika dibedakan kepada 3 golongan yaitu sebagai berikut :

##### **a. Narkotika Golongan I**

Narkotika yang hanya digunakan untuk keperluan ilmu pengetahuan dan tidak untuk digunakan dalam terapi, Namun memiliki potensi yang sangat tinggi untuk menyebabkan ketergantungan. Contohnya sebagai berikut :

---

<sup>28</sup> Ahmad Mustafa Al-Maragi, Terjemah Tafsir Al-Maragi JUZ VII, Semarang : PT Karya Toha Putra Semarang, hal.35-37.



1) Kokain, yang berasal dari tanaman coca yang mengandung efek yang sangat berbahaya, kokain mempunyai 2 ( dua) bentuk yaitu bentuk asam (*kokain hidroklorida* ) dan bentuk basa (*free base*). Kokain asam memiliki sedikit rasa pahit, dan mudah larut dibandingkan dengan basa (*free basa*) yang berbau dan rasanya pahit. Dapat digunakan dengan cara dihirup menggunakan penyedot atau kertas, atau dapat juga di bakar dengan tembakau, adapun efek yang terjadi pada pemakaiannya adalah :

- a) menimbulkan kegembiraan yang berlebihan
- b) gelisah dan mudah was-was
- c) kejang-kejang dan sulit bernafas
- d) sering mengeluarkan dahak / lender
- e) dapat merusak paru-paru
- f) memperlambat pencernaan dan selera makan
- g) gangguan penglihatan (*Snow Light*)
- h) Timbul masalah kulit

2) Heroin, yang merupakan narkotika semisintesis yang di olah dari morfin secara kimiawi (buatan). Zat ini mudah menembus otak sehingga membuat pemakainya bereaksi lebih kuat serta cara pemakaiannya dengan di suntikkan atau dihisap. Adapun efek yang terjadi pada pemakainya (pecandu) adalaah :

- a) Denyut nadi melambat
- b) tekanan darah menurun
- c) pupil mata mengecil
- d) otot-otot menjadi lemas
- e) menimbulkan rasa yang menyenangkan dan memuaskan sesaat.
- f) semakin mudah marah dan depresi
- g) mudah berbohong, menipu bahkan melakukan tindak kriminal.

3) Ganja, yang berasal dari tanaman *kanabis sativa* dan *kanabis indica*, cara pemakai dengan dihisap dan di padatkan seperti rokok. Adapun efek yang terjadi pada pemakainya (pecandu) adalah :

- a) Denyut nadi dan jantung lebih cepat
- b) menjadi lebih agresif bahwa sampai menggunakan kekerasan
- c) kesulitan kinerja dalam berkonsentrasi
- d) sensitif dan gelisah
- e) berhalusinasi
- f) jika pemakaiannya dihentikan maka mengakibatkan sakit kepala, mual yang berkepanjangan, dan rasa letih/ capek.

### b. Narkotika Golongan II

Narkotika yang bermanfaat untuk pengobatan yang digunakan sebagai pilihan terakhir dan bisa digunakan dalam terapi serta pengembangan ilmu pengetahuan, juga dapat menyebabkan ketegantungan. seperti *Morfin* dan *Pethidin*.

### c. Narkotia Golongan III

Narkotika golongan tiga ini adalah yang digunakan dalam terapi dan pengembangan ilmu pengetahuan mempunyai tingkat rendah dalam kecanduan atau ketegantungan. contohnya *codein*.<sup>29</sup>

## 2. Psikotropika

Dalam undang-undang dan penjelasannya disebutkan bahwa psikotropika dibedakan menjadi 4 golongan yaitu sebagai berikut :

### a. Psikotropika Golongan I

Hanya dapat digunakan untuk tujuan ilmu pengetahuan dan bukan untuk terapi, serta memiliki potensi kuat membuat sindrom ketegantungan. contohnya : *ekstasi* (kapsul atau tablet) dan *LDS*.

---

<sup>29</sup> Wahidah Abdullah, *Pelaksanaan Pendidikan Islam dan Iplementasinya Terhadap Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba*, (Makassar : Alauddin University Press, 2012), hal. 120 -123.

### b. Psikotropika Golongan II

Yang digunakan dalam terapi dan juga dalam pengembangan ilmu pengetahuan, juga mempunyai potensi yang kuat menjadi sindrom ketergantungan. contohnya : *Amphetamine, Metilfenidat, Ritalin.*

### c. Psikotropika Golongan III

Banyak digunakan untuk terapi dan juga pengembangan ilmu pengetahuan, serta juga mempunyai potensi yang kuat untuk mengakibatkan sindrom ketergantungan. contohnya : *Pentobarbital, Flunitrazepam.*

### d. Psikotropika Golongan IV

Bermanfaat untuk pengobatan dan banyak digunakan untuk terapi dan bertujuan pengembangan ilmu pengetahuan, memiliki potensi yang ringan untuk mengakibatkan sindrom ketergantungan. Contohnya : Pil Koplo, MG, Pil BK, Pil Nipam.

## 3. Zat Adiktif lainnya

Yang termasuk dalam kategori zat adiktif adalah sebagai berikut :

- 1) Nikotin, adalah zat adiktif yang menyebabkan ketergantungan yang berasal dari tembakau, dengan cara dihisap, dikunyah, atau dihirup. efeknya nikotin dapat merasa tenang, memantapkan

saraf di lidan saraf penciuman, efek jangka panjang dapat merangsang kanker paru-paru dan sakit jantung koroner.

- 2) Solvet/ Inhalen, adalah zat yang terdapat pada alat perekat (lem), cat, bensin dan lain-lainnya. cara pemakaiannya dihirup atau dihisap, gas yang dihirup akan masuk aliran darah dan ke otak. sehingga membuat seseorang yang menghirup atau menghisapnya dapat ketagihan.<sup>30</sup>

#### **4. Dampak Penyalahgunaan NAPZA**

Dampak yang terjadi terhadap penyalahgunaan NAPZA diantaranya adalah kerusakan fisik, mental, emosional dan spiritual selain itu juga, NAPZA mempunyai dampak negatif yang luas secara fisik, psikis, ekonomi, sosial budaya dan hukum serta berbagai unsur kehidupan yang lainnya.<sup>31</sup>

Menurut Teddy Hidayat, yang dikutip oleh Zaitun menyatakan bahwa dampak negatifnya terhadap fungsi mental (*Psikis*) pengguna NAPZA adalah gangguan persepsi, daya pikir, daya ingat, daya belajar, dan emosi serta kurangnya kontrol diri pada perilaku. Sedangkan dampak dari fisiknya, ialah menimbulkan kerusakan pada hampir semua organ bahkan dapat menyebabkan kematian di sebabkan overdosis.<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> Ibid. Hal. 127-134.

<sup>31</sup> Angga Mahargia Yunanta Firdaus, Eni Hidayati, *Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penggunaan NAPZA Di Sekolah Menengah Di Kota Semarang*, Jurnal Keperawatan, Vol 6, No 1, (Mei, 2018), hal. 03.

Dampak langsung narkoba bagi jasmani/tubuh ialah :

- 1) Gangguan pada jantung
- 2) Gangguan pada otak
- 3) gangguan pada kulit
- 4) gangguan pada tulang
- 5) gangguan pada pembuluh darah
- 6) gangguan pada sistem syaraf
- 7) gangguan pada paru-paru
- 8) gangguan pada sistem pencernaan
- 9) gangguan pada hemoprosik
- 10) dapat terinfeksi penyakit menular yang berbahaya, seperti HIV, AIDS, TBC, Hepatitis, Dll.

Sedangkan dampak langsung narkoba bagi kejiwaan/ mental

- 1) Menyebabkan depresi
- 2) Menyebabkan gangguan jiwa berat/prosik
- 3) Menyebabkan bunuh diri
- 4) Menyebabkan tindakan kejahatan, kerusakan dan kekerasan

---

<sup>32</sup> Zaitun, *Kapita Selektta Pendidikan*, Cet ke 1, (Pekan Baru : Yayasan Pusaka Riau, 2011), hal. 65.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Pengertian penelitian (*research*) adalah salah satu cara untuk menyelesaikan masalah atau mencari jawaban atas persoalan yang di hadapi secara ilmiah, penelitian menggunakan cara berpikir reflektif, berpikir secara keilmuan dan dengan cara atau prosedur yang sesuai dengan tujuan dan penyelidikan.<sup>1</sup>

##### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif, yang artinya adalah lebih menekankan analisisnya pada proses penyimpulan deduktif dan induktif serta pada analisis terhadap dinamika hubungan antar fenomena yang diamati, dengan menggunakan logika ilmiah.<sup>2</sup> Menurut Nasution, yang dikutip oleh Ajat Kurajat bahwa penelitian kualitatif adalah melihat atau

---

<sup>1</sup> Ismail Nurdin, Sri Hartati, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Surabaya : Media Sahabat Cendekia, 2019), hal. 13.

<sup>2</sup> Azwar Saifuddin, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2009), Hal. 5

mengamati orang dari lingkungannya, berinteraksi dengan mereka, dan memahami bahasa dan makna mereka tentang dunia sekitarnya.<sup>1</sup>

Tinjau dari sifatnya penelitian ini termasuk *deskriptif* analisis, kata deskriptif berasal dari bahasa Inggris (*descriptive*), yang berarti bersifat menggambarkan atau melukiskan suatu hal. Menggambarkan atau melukiskan dapat juga diartikan secara harfiah, yaitu berupa gambar-gambar atau foto-foto yang di dapat dari lapangan atau peneliti menjelaskan hasil penelitiannya dengan gambar-gambar dan bisa juga di jelaskan dengan kata-kata.<sup>2</sup>

Pendekatan penelitian kualitatif di lakukan pada suatu peristiwa-peristiwa atau gejala yang berlaku di lapangan yang menyesuaikan dengan situasi dan kondisi yang kemungkinan saja dapat berubah-ubah, dalam penelitian ini data yang dikumpulkan adalah berbentuk kata – kata atau gambar, bukan angka seperti dalam penelitian kuantitatif, data tersebut meliputi transkrip wawancara (interview), catatan lapangan, fotografi, dokumentasi personal, dan catatan resmi lainnya. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*).

Metode penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam melakukan penelitian. Hal ini bertujuan untuk mendeskripsikan tentang identifikasi aspek regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh.

---

<sup>1</sup> Ajat Kurajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta : Dee Publish CV Budi Utama, 2018), hal. 1.

<sup>2</sup> Husaini Usman, Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*, edisi kedua, Cet.1. (Jakarta : Bumi Aksara, 2008), hal. 129.



## B. Subjek Penelitian

Sampel adalah sebagian dari populasi, karena individu merupakan bagian dari populasi maka tentu individu memiliki karakteristik yang dimiliki dari populasinya.<sup>3</sup> Subjek penelitian adalah sumber paling utama dari data penelitian karena memiliki data mengenai variabel-variabel yang akan diteliti.<sup>4</sup> Subjek yang peneliti pilih dalam penelitian ini adalah residen atau pasien yang segenap orang yang dipandang peneliti dapat memberikan data tentang aspek pengendalian emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh.

Dalam penelitian ini subjek memilih secara *puposive sampling* artinya bahwa teknik penentuan sampel dipilih melalui penilaian tertentu. pengambilan sampel ini disesuaikan dengan kriteria-kriteria subjek penelitian, cara ini merupakan non random (*non probability sampling*) karena tidak semua anggota populasi mendapat kesempatan/peluang yang sama untuk dipilih menjadi sampel penelitian.<sup>5</sup> Dalam penelitian ini yang menjadi subjek adalah semua residen yang ada di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh.

Peneliti menggunakan kriteria-kriteria subjek penelitian sebagai berikut :

1. Umur 21-40 tahun, karena pada usia tersebut emosi individu pada umumnya sudah stabil.

---

<sup>3</sup> Sugiono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, cet ke 25, (Bandung : Alfabet, 2017), hal. 81.

<sup>4</sup> Azwar Saifuddin, *Metode Penelitian...*, hal. 78.

<sup>5</sup> Sugiono, *Metodologi Penelitian ....*, hal. 84- 85.

2. Residen yang sudah di rehabilitasi selama 3 bulan
3. Residen yang tidak dikunjungi keluarganya, dapat mempengaruhi regulasi emosinya karena individu merasa tidak dicintai dan perdulikan oleh keluarganya sehingga dapat menghambat proses pemulihannya.
4. Residen yang bersedia untuk melakukan wawancara.

Berdasarkan kriteria di atas maka informan dalam penelitian ini adalah sebanyak 4 orang informan inti dari 18 residen dan 2 orang konselor adiksi sebagai informan pendukung yang ada di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh, untuk mendapatkan kriteria-kriteria tersebut peneliti mencari informasi kepada perawat/konselor yang ada di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh untuk mendapatkan sejumlah residen yang memenuhi kriteria tersebut

### **C. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah berbagai cara yang digunakan untuk mengumpulkan data, mengambil, menghimpun atau menjangkau data penelitian.<sup>6</sup>

Dalam penelitian ini penulis akan memperoleh data dengan prosedur sebagai berikut :

1. Observasi, melakukan pengamatan terhadap suatu objek yang diteliti baik secara langsung atau tidak langsung untuk dikumpulkan dalam penelitian.

---

<sup>6</sup> Suwartono, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta : CV Andi Offset, 2014), hal.41.

merupakan teknik pengumpulan data yang utama dalam sebuah penelitian kualitatif.<sup>7</sup>

Adapun observasi dalam penelitian ini adalah dengan melakukan observasi non-partisipan, yaitu peneliti tidak terlibat langsung dengan kegiatan sehari-hari residen yang ada di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh, peneliti hanya sebagai pengamat independen.<sup>8</sup>

2. Wawancara, adalah suatu kegiatan tanya jawab secara tatap muka (*face to face*) antara pewawancara (*interviewer*) dengan orang yang diwawancarai (*interviewee*) tentang masalah yang ingin diteliti, dengan maksud pewawancara memperoleh data melalui persepsi, sikap dan pola pikir dari yang diwawancarai yang relevan dengan masalah yang diteliti.<sup>9</sup>

Adapun dalam penelitian ini penulis menggunakan wawancara semi terstruktur, yaitu wawancara secara bebas, penulis membuat pertanyaan-pertanyaan secara garis besar pada pokok-pokok pertanyaan, tapi pada pelaksanaannya mengajukan pertanyaan secara bebas. Alasan penulis menggunakan wawancara tersebut agar mendapatkan jawaban secara lebih terbuka, di mana residen panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh diminta memberikan pendapat dan ide-idenya.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Djam'an Satori, Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabet, 2017), hal.104.

<sup>8</sup> Sugiono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif....*, hal. 145.

<sup>9</sup> Seto Mulyadi, Dkk, "Metode Penelitian Kualitatif dan Mixen Method" dalam *"Perspektif Yang Terbaru Untuk Ilmu-Ilmu Sosial, Kemanusiaan, dan Budaya"*, (Depok : PT Raja Grafindo Persada, 2018), hal. 234.

3. Dokumentasi, merupakan catatan/tulisan tentang kejadian yang sudah berlalu. dokumen jada dapat berbentuk foto, tulisan atau karya–karya monumental dari seseorang.<sup>11</sup> Dalam penelitian ini, dokumentasi adalah dokumen-dokumen yang diperlukan untuk membantu menemukan atau melengkapi kebenaran suatu data tentang penelitian, dengan cara mengumpulkan, membaca, dan mempelajari berbagai bentuk data tertulis. contohnya seperti buku, brosur, majalah, dan profil panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh.

#### **D. Teknik Pengolahan dan Analisis Data**

Analisis data dilakukan sejak di mulainya persiapan penelitian, selama pelaksanaan penelitian, dan sampai pada setelah selesai di lapangan. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Sugiono, bahwa analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara berurutan dari data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data kedalam kelompok, menjabarkan ke dalam unit /komponen, melakukan sintesa, menyusun kepol, memilih mana yang lebih penting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah dan dapat dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>12</sup>

Analisis data di lapangan dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam

---

<sup>10</sup> Djam'an Satori, Aan Komariah, *Metodologi Penelitian*.....hal. 125.

<sup>11</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Cet. 25, (Bandung : Alfabet, 2017), hal. 329.

<sup>12</sup> Ibid. Hal. 244.

periode tertentu. Menurut Miles dan Huberman, yang dikutip oleh Sugiono, bahwa aktivitas analisis data ada tiga (3) tahap, yaitu sebagai berikut :

1. Data Reduksi (*data reduction*)

Reduksi data merupakan aktivitas merangkum, mengumpulkan, dan memilih hal-hal yang penting dengan demikian data yang telah dikumpulkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas.

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan. Oleh karena itu apabila peneliti dalam melakukan penelitian menemukan segala sesuatu yang dipandang asing, tidak dikenal, belum memiliki pola, justru itulah yang harus dijadikan perhatian peneliti dalam melakukan reduksi data.

2. Penyajian data (*data display*)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data, adapun display data adalah berusaha mengorganisasikan dan memaparkan/ menjelaskan secara keseluruhan demi memperoleh gambaran yang lengkap dan utuh agar hasil penelitian tidak semata-mata terjadi secara naratif.

Dengan adanya penyajian data, maka akan mempermudah untuk memahami kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Dalam melakukan display data, selain dengan teks yang naratif dan juga dapat berupa grafik.

3. Menyimpulkan (*verification*)

Penarikan kesimpulan merupakan menganalisis melakukan penyelesaian atau penyempurnaan atas data penelitian dengan mencari data baru yang diperlukan guna mengambil kesimpulan penelitian.

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau penjelasan, gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti dapat menjadi jelas.<sup>13</sup>

Adapun teknik analisis data pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknis analisis menurut Miles. data yang diperoleh dari hasil obsevasi, dan wawancara akan diolah menurut teknik Miles.

*Langkah pertama*, peneliti mereduksi semua data yang telah peneliti dapatkan dari lapangan yang berkaitan langsung dengan tema penelitian, yakni tentang Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.

*Langkah kedua*, peneliti menyajikan data yang dirangkum berdasarkan fakta-fakta yang didapatkan dari lapangan, lalu menginterpretasikan dengan teori yang berkenaan dengan tema penelitian.

*Langkah ketiga*, peneliti memberi kesimpulan terhadap hasil penelitian yang peneliti dapatkan dari lapangan.

---

<sup>13</sup> Ibid. Hal. 345.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Untuk gambaran umum lokasi penelitian, peneliti langsung mendapatkan data dari Pusat Instalasi Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Ajteh. Adapun alamat Instalasi Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan aceh, jln. Dr. T. Syarief Thayeb No. 25 Banda Aceh, 23126. Telp. (0651) 32010-32020, fax (0651) 25857. Terletak di dalam perkarangan rumah sakit jiwa Aceh tepatnya di depan Rumah sakit jiwa Aceh.

##### **1. Sejarah Singkat Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh**

Rumah Sakit Jiwa pertama kali dibangun pada tahun 1920 tepatnya pada masa kependudukan Hindia Belanda. Dengan memanfaatkan Rumah Sakit Tentara Sabang milik Departemen Pertahanan dan Keamanan (Denhankam), yang telah kosong. Sesudah kemerdekaan RI Rumah Sakit Jiwa menempati 2 bangsal pada Rumah Sakit Umum Dr. Zainoel Abidin. Sebagian lagi menumpang di Rumah Sakit Tentara Kuta Alam (sekarang Kesdam) Banda Aceh. Dan pada tahun 1963, didirikan beberapa bangsal Rumah Sakit Jiwa dan perumahan pegawai di Lhoknga Aceh Besar. sehingga pada tahun 1976 Rumah Sakit Jiwa ini mulai dibangun di lokasi yang sekarang yaitu kawasan Lampriet Banda Aceh berdekatan dengan RSUD Zainoel Abidin. Selanjutnya dibawah pengelolaan

Departemen Kesehatan RI, berdasarkan SK Menkes No. 135/78 status Rumah Sakit Jiwa Kelas B. Tahun 1994 Rumah Sakit Jiwa menjadi 55 Rumah Sakit Jiwa Kelas A, berdasarkan surat keputusan Menkes No. 303/MENKES/SK/IV/1994 tanggal 8 April 1994. Tahun 2001 Rumah Sakit Jiwa Pusat diserahkan dari pemerintah pusat kepada pemerintah daerah dan ditetapkan menjadi Badan Pelayanan Kesehatan Jiwa (BPKJ) Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam, berdasarkan peraturan daerah No. 42 Tahun 2001.

Pada tahun 2008 BPKJ Provinsi NAD kembali menjadi Rumah Sakit Jiwa Provinsi NAD berdasarkan Qanun No. 5 tahun 2007 tentang susunan organisasi dan tata kerja dinas, Lembaga Teknis Daerah dan Lembaga NAD Pasca tsunami 26 Desember 2004 sebagian bangunan telah direkonstruksi dan di renovasi oleh Badan Rehabilitasi dan Rekonstruksi (BRR) NAD-NIAS dan Palang Merah Norwegia. Sehingga pada tahun 2011 Rumah Sakit Jiwa Aceh menjadi Badan Layanan Umum Daerah (BLUD) Rumah Sakit Jiwa berdasarkan Surat Keputusan Gubernur Aceh No.445/689/2011, tanggal 20 Desember 2011. Dan pada tanggal 1 Agustus 2010 Rumah Sakit Jiwa Aceh meresmikan sebuah gedung atau sebuah ruang rehabilitasi khusus dengan nama Instalasi Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh yang letaknya dalam lingkungan Rumah Sakit tersebut. Kapasitas yang tersedia pada masa awal pembangunan hanya 16 tempat tidur, kemudian pada tahun 2012 kapasitas tempat tidur ditambah menjadi 20 tempat tidur dan program juga bertambah untuk keluarga residen yaitu pendidikan kesehatan keluarga. Pada tahun 2014 terjadi peningkatan residen sehingga harus menunggu *waiting list* untuk mendapatkan pelayanan di Rumoh Harapan Aceh, atas dasar ini



lah kapasitas di tambah menjadi 25 tempat tidur sampai dengan sekarang. Pada awal pembangunan pelayanan rehabilitasi digabungkan semua, sehingga pada tahun ini rehabilitasi Napza semakin mengembang sehingga program layanan menjadi 3 unit yaitu : Detoksifikasi, Primary (program dasar), dan Re-antry (program lanjutan) dengan program yang terstruktur untuk residen dan keluarganya.. Pada tanggal 26 juni 2014 Rumoh Harapan Aceh mendapatkan penghargaan dari BNN atas kepedulian yang luar biasa dalam upaya pencegahan dan pemberantasan, penyalahguna dan peredaran gelap narkoba (P4GN).<sup>1</sup>

Instalasi Rehabilitasi Rumoh Harapan Aceh telah merehabilitasi sebanyak 850 residen sejak awal dibuka pada tahun 2010 hingga sekarang 2023. Di mana Instalasi Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh ini merupakan wadah untuk pemulihan bagi pecandu narkoba. Rumah Sakit Jiwa Aceh yang berfungsi memberikan terapi dan rehabilitasi melalui program dan tenaga yang professional dibidangnya dalam upaya memulihkan para pecandu agar dapat kembali berfungsi sebagaimana layaknya hidup dalam lingkungan masyarakat.<sup>2</sup>

## **2. Visi Misi Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh**

Visi Misi Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh :

### a. Visi

Menjadi pusat acuan bagi penyalahgunaan NAPZA pelayanan berbasis rumah sakit.

---

<sup>1</sup> Data dari Pedoman Pengorganisasian Instalasi Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh ( Kamis 24 November 2022).

<sup>2</sup> Hasil wawancara dengan Cut Nurliani, Kepala Unit Logistik dan Pelayanan NAPZA, (Kamis 24 November 2022).

b. Misi

- 1) Melaksanakan upaya terapi dan rehabilitasi adiksi yang berbasis rumah sakit
- 2) Membina pecandu dengan pendekatan 12 langkah narcotic anonymous dengan memberi dan menyediakan program atau treatment yang comprehensif.
- 3) Menjalin kerjasama dengan berbagai lembaga pemerintahan maupun NGO dapat menunjang upaya terapi dan rehabilitasi termasuk penelitian dan pengembangan.
- 4) Meningkatkan professional sumber daya manusia baik di bidang klinis adiksi dan secara management dan profesional.

**3. Tujuan dari Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh**

a. Tujuan Umum

- 1) Memulihkan kondisi fisik, mental, psikis, spiritual, sosial, sikap dan perilaku.
- 2) Penyalahguna NAPZA agar mereka mampu melaksanakan fungsi sosial secara wajar dalam keluarga maupun masyarakat.

b. Tujuan Khusus

- 1) Meningkatkan pemahaman dan kesadaran para pecandu tentang bahaya narkoba.
- 2) Memberikan pendidikan dalam rangka meningkatkan kapasitas diri pecandu.

- 3) Secara sadar mampu melakukan perubahan internal (perubahan cara berfikir, mental, emosional, berperilaku dan fisik), perubahan eksternal (memperbaiki kerusakan gaya hidup yang disebabkan penggunaan NAPZA, dan merombak serta membangun gaya hidup yang sehat, seimbang serta lebih meluas, yang tak lagi berkisar dilingkungan serta gaya hidup mereka yang memakai NAPZA).<sup>3</sup>

#### **4. Penjelasan Jabatan di Pantli Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh**

Penjelasan jabatan serta tugas-tugas yang ada di instalasi rehabilitasi NAPZA rumoh harapan Aceh yaitu sebagai berikut :

a. Kepala Instalasi

1) Nama jabatan: Kepala Instalasi Rehabilitasi Napza

2) Tugas Pokok:

- a) Mengkoordinasikan seluruh kebutuhan instalasi rehabilitasi napza
- b) Melaksanakan program rehabilitasi penyalahgunaan napza
- c) Kewenangan Pengambilan keputusan dan kebijakan dalam ruang lingkup pelayanan instalasi rehabilitasi napza.

3) Penjelasan Tugas Kepala Instalasi Rehabilitasi Napza

---

<sup>3</sup> Data dari Pedoman Pengorganisasian Instalasi Rehabilitasi Napza Rumoh Harapan Aceh, (Kamis 24 November 2022).

- a) Menyusun rencana kerja Instalasi Rehabilitasi Napza sesuai rencana strategi (Renstra) dan Rencana Bisnis Anggaran (RBA) lingkup wakil direktur
- b) Menyusun tata cara kerja Instalasi Rehabilitasi Napza, yang meliputi cara pelaksanaan tugas, pedistribusian tugas serta bimbingan pelaksanaannya
- c) Menyiapkan data usulan program dan anggaran Instalasi Rehabilitasi Napza
- d) Menyiapkan data usulan kebutuhan tenaga pada Instalasi Rehabilitasi Napza
- e) Menyiapkan data usulan kebutuhan sarana, prasarana dan fasilitas di Instalasi Rehabilitasi Napza
- f) Menyiapkan data usulan pemeliharaan sarana, prasarana dan fasilitas di Instalasi Rehabilitasi Napza
- g) Mengusulkan pengembangan SDM di Instalasi Rehabilitasi Napza
- h) Menyusun standar prosedur operasional di Instalasi Rehabilitasi Napza
- i) Melaksanakan pemantauan dan pengawasan kegiatan lingkup Instalasi Rehabilitasi Napza
- j) Melaksanakan urusan ketatausahaan dan kerumahtanggaan Instalasi Rehabilitasi Napza, dengan cara mengkoordinasikan

dan membimbing agar pelaksanaan ketatausahaan dan kerumahtanggaan berjalan lancar dan tepat waktu

- k) Menyusun laporan berkala dan insidentil Instalasi Rehabilitasi Napza
  - l) Mengevaluasi kinerja pegawai lingkup Instalasi Rehabilitasi Napza, dan menuangkan dalam daftar SKP
  - m) Melakukan monitoring dan evaluasi terhadap program Instalasi Rehabilitasi Napza
  - n) Melaksanakan tugas lainnya yang diberikan oleh atasan dalam rangka kelancaran pelaksanaan tugas lingkup pelayanan medik dan keperawatan
- 4) Hasil kerja kepala Instalasi Rehabilitasi Napza
- a) Rencana kerja Instalasi Rehabilitasi Napza
  - b) Tata cara kerja Instalasi Rehabilitasi Napza
  - c) Usulan program dan anggaran Instalasi Rehabilitasi Napza
  - d) Data usulan kebutuhan tenaga Instalasi Rehabilitasi Napza
  - e) Data usulan kebutuhan sarana, prasarana dan fasilitas di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - f) Data usulan pemeliharaan sarana, prasarana dan fasilitas di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - g) Data usulan kebutuahn pendidikan dan pelatiahn serta penelitian dan pengembanga di Instalasi Rehabilitasi Napza

- h) Rancangan usulan standar prosedur operasional Instalasi Rehabilitasi Napza
  - i) Laporan pelaksanaan kegiatan pelayanan Rehabilitasi Napza
  - j) Pemantauan dan pengawasan kegiatan lingkup Instalasi Rehabilitasi Napza
  - k) Laporan kegiatan ketatausahaan dan kerumahtanggaan di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - l) Laporan berkala dan insidental Instalasi Rehabilitasi Napza
  - m) Bahan penilaian SKP pegawai lingkup Instalasi Rehabilitasi Napza
  - n) Laporan pelaksanaan tugas kedinasan lainnya.
- 5) Syarat Jabatan Kepala Instalasi Rehabilitasi Napza
- a) Pendidikan: Dokter/Dokter Gigi/Dokter Spesialis atau tenaga kesehatan lainnya minimal lulusan S2 kesehatan
  - b) Ketrampilan: menguasai komputerisasi, menguasai manajemen Rehabilitasi Napza, menguasai tata hubungan kerja Rehabilitasi Napza dengan unit kerja lain, menguasai PPGD baik kasus psikiatri maupun non psikiatri
  - c) Karakter: berdedikasi tinggi, berkepribadian mantap dan iman yang kuat, sabar, cepat tanggap, menjaga rahasia, jujur dan dapat dipercaya, mempunyai bakat dan minat

- d) Kemampuan: team working, komunikasi, berpikir analisa, dan bersikap objektif
- e) Pelatihan yang harus diikuti: bantuan hidup dasar, K3, PPI dan manajemen mutu

b. Kepala Unit

1) Nama Jabatan: Kepala Unit

2) Tugas Pokok Kepala Unit:

Melakukan penyiapan sumber daya, fasilitas dan kompetensi untuk mendukung penyelenggaraan kegiatan pelayanan, pendidikan, penelitian, pembangunan di tingkat unit Instalasi Rehabilitasi Napza.

3) Kewenangan Kepala Unit:

Koordinator manajemen pelayanan pada tingkat kelompok unit yang dibawahnya, dalam melaksanakan dan monitoring kegiatan manajerial pelayanan

4) Penjelasan Tugas Kepala Unit:

a) Menyusun rencana kebutuhan tenaga baik jumlah maupun kualifikasi dengan berkoordinasi dengan kepala Instalasi Rehabilitasi Napza

b) Menyusun jadwal pertemuan berkala staf dengan kepala Instalasi Rehabilitasi Napza

c) Membantu penyusunan Standar Prosedur Operasional (SPO) di Instalasi Rehabilitasi Napza

- d) Menyampaikan dan menjelaskan kebijakan instalasi kepada staf dengan persetujuan dari kepala Instalasi Rehabilitasi Napza
  - e) Melaksanakan bimbingan kepada staf unit dalam hal pelayanan di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - f) Membantu pengawasan pelaksanaan tindakan medis unit yang sesuai Standar Prosedur Operasional (SPO) di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - g) Membuat penilaian kinerja perawat unit di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - h) Membantu membimbing siswa/mahasiswa perawat atau pegawai yang melaksanakan orientasi untuk mendapatkan pengalaman belajar
  - i) Membuat rencana kebutuhan pelatihan bagi perawat unit di Instalasi Rehabilitasi Napza
  - j) Bertanggung jawab kepada kepala Instalasi Rehabilitasi Napza
- 5) Syarat Jabatan Kepala Unit
- a) Pendidikan: Dokter/Dokter Gigi/Dokter Spesialis/ Perawat atau tenaga kesehatan lainnya minimal lulusan S1 kesehatan
  - b) Ketrampilan: menguasai komputerisasi, menguasai manajemen Rehabilitasi Napza, menguasai tata hubungan kerja Rehabilitasi Napza dengan unit kerja lain, menguasai PPGD baik kasus psikiatri maupun non psikiatri



- c) Karakter: berdedikasi tinggi, berkepribadian mantap dan iman yang kuat, sabar, cepat tanggap, menjaga rahasia, jujur dan dapat dipercaya, mempunyai bakat dan minat
  - d) Kemampuan: team working, komunikasi, berpikir analisa, dan bersikap objektif
  - e) Sertifikat/Pelatihan yang harus diikuti pelatihan manajemen mutu
  - f) Bertanggung jawab kepada kepala Instalasi Rehabilitasi Napza.<sup>4</sup>
- c. Pelaksanaan Instalasi Rehabilitasi Napza
- 1) Nama Jabatan: Perawat Pelaksana
  - 2) Tugas pokok: Melaksanakan pelayanan keperawatan kepada pasien dan keluarga
  - 3) Tanggung Jawab Dalam melaksanakan tugasnya perawat pelaksana diruangan bertanggung jawab kepada kepala unit terhadap hal-hal:
    - a) Kebenaran dan ketetapan dalam memberikan asuhan keperawatan sesuai standar
    - b) Kebenaran dan ketetapan dalam mendokumentasikan pelaksanaan asuhan keperawatan atau kegiatan lain yang dilakukan
  - 4) Kewewenangan perawat pelaksana
    - a) Meminta informasi dan petunjuk kepada kepala unit

---

<sup>44</sup> Data dari Pedoman Pengorganisasian Instalasi Rehabilitasi Napza Rumoh Harapan Aceh, (Kamis 24 November 2022).

- b) Memberikan asuhan keperawatan kepada pasien dan keluarga
- 5) Penjelasan Tugas Perawat Pelaksana
- a) Menyusun rencana kegiatan harian
  - b) Mempersiapkan dan memelihara kebersihan ruang rawat dan lingkungan
  - c) Menerima pasien baru sesuai prosedur dan ketentuan yang berlaku
  - d) Memelihara peralatan perawatan dan medis agar selalu siap pakai
  - e) Melaksanakan program orientasi kepada pasien tentang ruang rawat-lingkungan, peraturan, tata tertib yang berlaku dan fasilitas yang ada
  - f) Menciptakan hubungan kerjasama yang baik dan menggunakan komunikasi terapeutik dengan pasien dan keluarga
  - g) Mengkaji kebutuhan dan masalah kesehatan pasien
  - h) Menentukan diagnosa keperawatan, menyusun rencana tindakan, melaksanakan tindakan, melakukan evaluasi tindakan keperawatan
  - i) Melaksanakan terapi aktifitas kelompok
  - j) Mempersiapkan dan mendampingi serta memberikan asuhan keperawatan pada pasien yang mendapatkan program VCT
  - k) Mendokumentasi dan memelihara sistem pencatatan dan pelaporan pelayanan asuhan keperawatan yang tepat dan benar

- l) Membantu merujuk pasien kepada petugas kesehatan lain yang lebih mampu
- m) Menerima rujukan dan merujuk pasien ke rehabilitasi lain
- n) Menciptakan hubungan kerjasama yang baik dengan anggota tim kesehatan di unit kerjanya
- o) Berperan serta dengan anggota tim kesehatan dalam membahas kasus pelayanan keperawatan dan upaya meningkatkan mutu pelayanan di ruang rawat
- p) Melaksanakan tugas pagi, sore malam dan hari libur secara bergilir sesuai jadwal dinas
- q) Menciptakan dan memelihara suasana kerja yang baik antar petugas
- r) Mengikuti kegiatan pertemuan berkala/rapat ruangan yang diadakan oleh kepala instalasi
- s) Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan di bidang keperawatan, melalui pertemuan ilmiah/seminar/pelatihan tentang asuhan keperawatan
- t) Melaksanakan serah terima tugas kepada petugas pengganti secara lisan maupun tertulis (mengisi buku inventaris) pada saat dinas
- u) Melaksanakan tugas lain yang diberikan oleh ka.unit/ka.sie/kabid/wadir/direktur

d. Konselor Adiksi

1) Nama Jabatan: Konselor Adiksi

2) Tugas pokok:

Menghasilkan layanan program terapi dan rehabilitasi sosial, mencakup terapi kelompok, konseling individu, konseling keluarga, pendidikan tentang kecanduan, pemulihan 12 langkah, 12 tradisi dari Narkotik Anonimous.

3) Tanggung Jawab konselor adiksi

- a) Kelancaran pelaksanaan program terapi dan rehabilitasi di Instalasi Rehabilitasi Napza
- b) Kebenaran penyusunan rencana terapi dan rehabilitasi di Instalasi Rehabilitasi Napza.

4) Kewewenangan konselor adiksi

- a) Melaksanakan tugas, kewajiban sebagai konselor adiksi di Instalasi Rehabilitasi Napza
- b) Menjalankan peraturan yang ada di Instalasi Rehabilitasi Napza

5) Penjelasan Tugas Konselor Adiksi

- a) Skrining: proses dimana penerimaan klien ditentukan sesuai dan memenuhi syarat untuk program tertentu
- b) Pengambilan Intake: prosedur administrasi dan penilaian awal untuk penerimaan dalam program
- c) Orientasi; menjelaskan pada klien sebagai berikut: sifat umum dan tujuan program; peraturan yang mengatur perilaku klien dan

pelanggaran yang dapat menyebabkan tindakan disiplin atau pemulangan dari program, biaya terapi yang harus di tanggung oleh klien dan hak klien. Klien juga dapat diberikan panduan tertulis untuk referensi

- d) Pemetaan; prosedur dimana seorang konselor mengidentifikasi dan mengevaluasi kekuatan dan kelemahan, masalah, dan kebutuhan individu untuk pengembangan rencana terapi. Ini harus melibatkan status klinis, psikososial, administratif, dan hukum klien
- e) Perencanaan Terapi: proses dimana konselor dan klien mengidentifikasi dan memberi peringkat resolusi kebutuhan masalah; menetapkan kesepakatan langsung dan tujuan jangka panjang; dan memutuskan proses terapi dan sumber daya yang dimanfaatkan dengan cara konferensi kasus, rapat dengan keluarga dan orang lainnya yang signifikan. Kontrak untuk efek ini dapat ditandatangani
- f) Manajemen kasus; perjanjian dengan manager kasus untuk mengorganisasi berbagai kegiatan yang membawa layanan, lembaga, sumber daya atau orang-orang bersama-sama dalam perencanaan kerangka aksi menuju pencapaian tujuan yang ditetapkan. Ini mungkin melibatkan kegiatan penghubung dan jaminan kontak

- g) **Konseling;** konseling individu, kelompok, dan orang lainnya yang signifikan: pemanfaatan keterampilan khusus untuk membantu individu, keluarga atau kelompok dalam mencapai tujuan melalui eksplorasi masalah dan percabangan masalahnya, pemeriksaan sikap dan perasaan, pertimbangan solusi alternatif, dan pengambilan keputusan
- h) **Intervensi Krisis;** fasilitas harus dilengkapi dan disiapkan untuk merespon kebutuhan selama emosional akut dan distress fisik, seperti hubungan yang rusak, kematian dalam keluarga, intoksikasi, kekerasan, pencurian, dan gangguan seksual
- i) **Pendidikan:** pengembangan kurikuler, jadwal, lokakarya, seminar, kuliah, tamu, dan kunjungan belajar untuk klien. Hal ini harus dilakukan secara interaktif dan langsung
- j) **Rujukan;** pengidentifikasian kebutuhan klien yang tidak dapat dipenuhi oleh konselor atau instansi dan membantu klien untuk memanfaatkan sistem dukungan dan sumber daya masyarakat yang tersedia dengan penggunaan tata cara rujukan
- k) **Laporan dan pencatatan;** pengambilan hasil asesmen dan rencana terapi, menulis laporan, catatan kemajuan, kesimpulan pemulangan, dan data lainnya yang berhubungan dengan klien
- l) **Konsultasi dengan profesional lain dan jaringan kerja:** konsultasi dengan profesional lain dan jaringan kerja berkaitan dengan staf di pusat terapi atau profesional paruh waktu atau

penuh waktu, pemerintah, rumah sakit, departemen pelayanan sosial dan pemimpin spiritual. Hal ini membantu untuk memastikan perawatan yang komprehensif dan berkualitas

e. Pelaksana Administrasi

1) Nama Jabatan : Pelaksana Administrasi

2) Tugas Pokok :

Melakukan penyiapan administratif kegiatan rawat inap, memudahkan alur administratif jaminan kesehatan masyarakat, koordinasi dengan bagian rekam medis

3) Hasil Kerja

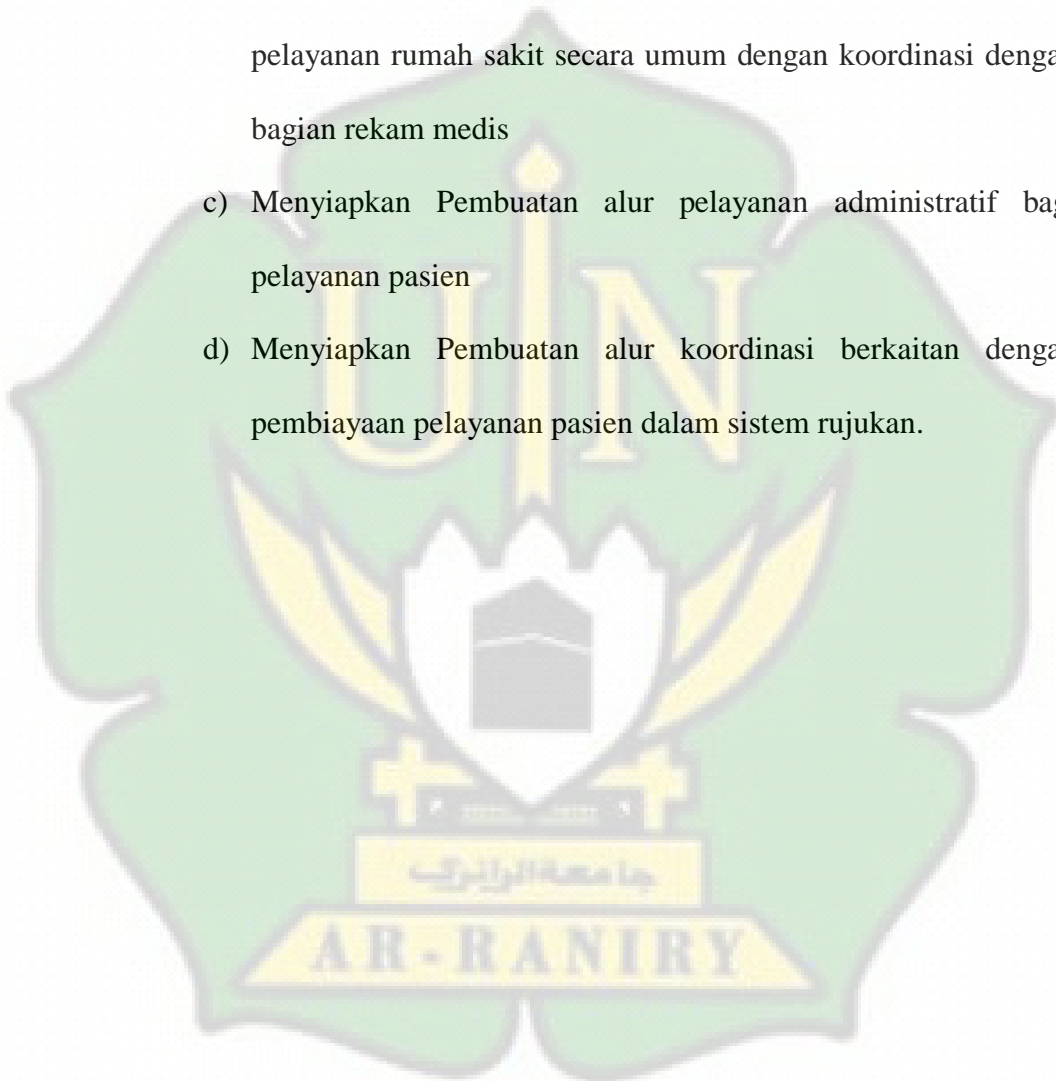
- a) Laporan bulanan indikator pelayanan rawat inap dari semua unit Instalasi Rehabilitasi Napza
- b) Laporan bulanan yang berkaitan dengan indikator pelayanan rumah sakit secara umum dengan koordinasi dengan bagian rekam medis, dan menyiapkan laporan kegiatan yang berkaitan dengan pelaksanaan pola tarif pelayanan dan jasa pelayanan.
- c) Pembuatan alur pelayanan administratif bagi pelayanan pasien
- d) Pembuatan alur koordinasi berkaitan dengan pembiayaan pelayanan pasien dalam sistem rujukan
- e) Laporan sitem asuransi yang dilayani oleh Instalasi Rehabilitasi Napza.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Data dari Pedoman Pengorganisasian Instalasi Rehabilitasi Napza Rumoh Harapan Aceh, (Kamis 24 November 2022).

#### 4) Uraian Tugas

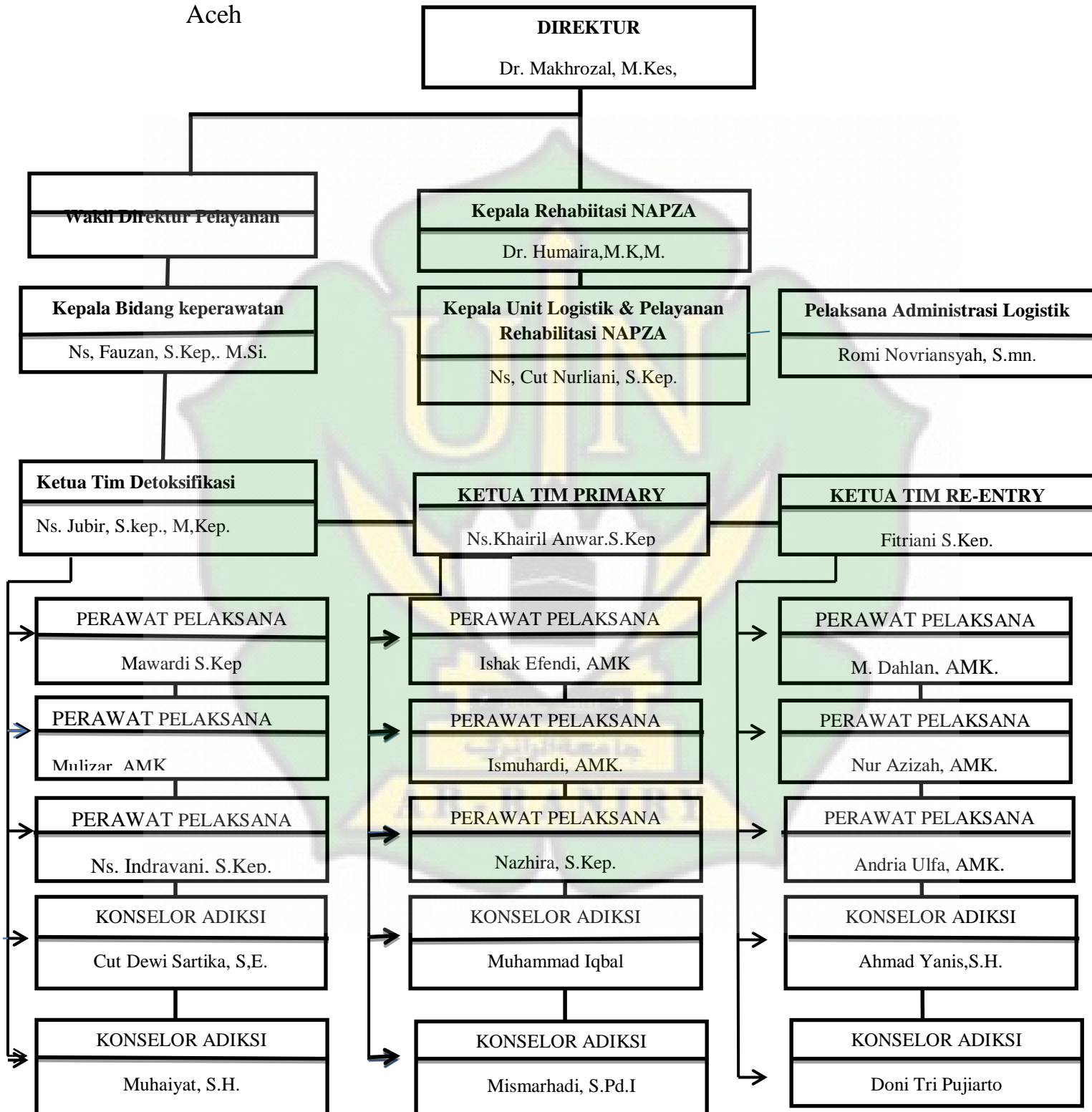
- a) Menyiapkan laporan bulanan indikator pelayanan rawat inap dari semua unit Instalasi Rehabilitasi Napza
- b) Menyiapkan laporan bulanan yang berkaitan dengan indikator pelayanan rumah sakit secara umum dengan koordinasi dengan bagian rekam medis
- c) Menyiapkan Pembuatan alur pelayanan administratif bagi pelayanan pasien
- d) Menyiapkan Pembuatan alur koordinasi berkaitan dengan pembiayaan pelayanan pasien dalam sistem rujukan.





## Struktur Organisasi Instalasi Rehabilitasi NAPZA Rumah Harapan

Aceh



## B. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian di Panti rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh peneliti memperoleh data dari hasil wawancara dan observasi maupun dokumentasi tentang Identifikasi Aspek Regulasi Emosi terhadap Residen di panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.

### 1. Aspek Regulasi Emosi Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh

#### Harapan Aceh Kota Banda Aceh

Untuk mengetahui bagaimana aspek regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh, Peneliti mewawancarai 4 (empat) orang residen sebagai responden dan 1 (satu) orang konselor adiksi sebagai informan pendukung. Keempat informan tersebut adalah KM, AH, MIA, dan MR adapun konselor adiksi adalah Muhammad Iqbal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden KM yang mengatakan bahwa:

“Kalau untuk mengatur emosi marah tu saya agak lumayan sulit yak, mungkin itu efek dari narkoba itu, saya pun tidak tau kenapa kalau udah marah tu gak bisa di tahan emosinya spontan aja langsung mau main mukul aja bawaannya, kalau enggak saya lempar barang kalau ada di tangan atau di dekat kayak hp atau gitar pernah juga saya lemparkan langsung ke kepala orangnya, mungkin karena itu tadi saya tak sanggup menahannya, tapi saat nanti saya udah mulai tenang udah mulai reda amarahnya dan udah bisa atur nafas pelan-pelan di situ tu baru kadang saya mikir kayak ‘kok sampai kek gitu aku tadi ya, kok bodoh kali aku sampek kek gitu, padahal kan tak seharusnya aku kayak gitu’ kalau mau minta maaf pun udah malu jadi ya udh biarkan aja gitu kayak tak ada masalah apa-apa. Tapi kalau selama di sini tidak pernah karena kan udah di kasi tau konsekuensinya seperti apa, paling kalau di hukum tu mukak kayak tak senang aja tapi tetap di jalani juga. Memberontak juga pernah awal-awal masuk ruang pertama tu kan, karena dalam ruang detok tu

cukup lama sekitar 10 hari di dalam kita di situ cuman makan tidur, minum susu, liatin orang lewat gitu, memberontak tu karena dalam ruangan kita gak buat apa-apa kan bosan yak, keluar tak di bolehin juga di kunci kita dari luar, persis seperti di kurung lah kita di situ. Kalaupun teriak-teriak mintak keluar pun tak di pedulikan sama orang tu ya mau gak mau ya kita tahan lah sampai keluar dari situ. Kalau perasaan takut itu ada takut mati karena narkoba tu kan apa lagi saat kambuh tu kayak mau mati rasanya, dan takut juga kalau sampai kena penyakit jantung, kalau untuk mengatasi ketakutan tu banyak-banyak ibadah aja selama di sini kayak sholat tepat waktu, mengaji nanti ada juga nanti ustadz-ustadz datang kasi ceramah jadi sikit demi sedikit tau lah bahwa yang saya lakukan dulu tu suatu hal yang tidak baik bahwa dapat merugikan diri saya sendiri, jadi saya mau tobat dari apa yang saya lakukan dulu. kalau perasaan sedih tu paling karena udah memalukan orang tua, ada juga rasa iri kayak yang lain di kunjungi keluarganya kok saya tidak gitu tapi hal itu saya tepiskan dari pikiran saya langsung bawa bebanda-becanda aja sama yang lain agar saya tidak terlalu memikirkan hal itu. Hal yang sering saya lakukan selama di sini kalau untuk mengurangi emosi negatif saya tu yah menulis hal apa aja yang kita rasakan setiap harinya seperti diary lah tepatnya, kalau kita tak bisa ungkapkan ke orangnya langsung kita tulis aja di situ, dan di sini pun itu salah satu kegiatan harian juga menulis jurnal jadi perasaan sedih tu lebih berkurang”.<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan responden AH yang mengatakan bahwa :

“ Untuk menahan emosi marah tu lumayan sulit lah bagi saya karena saya mudah terpengaruh soalnya, jadi pernah ada teman yang menghina saya karena saya gak terima saya tonjok lah dia karena dia pun tak terima bertengkar lah kami, untung ada yang pegangi saya waktu itu kalau enggak entah lah mungkin udah berdarah-darah lah dia saya buat. Pada saat tu reflex aja langsung memukul dia, entah lah saya pun tidak tau kenapa. Tapi kalau selama di sini tu gak pernah, karena kan di sini udah di kasi tau juga jadi tau lah konsekuensi yang di terima nantinya. Paling kalau marah cuman berkata-kata dalam hati aja tak sampai memukul karena kan nnti takut di hukum. pernah, mencoba untuk kabur dari sini tapi ketahuan sama petugas yah kita di hukum lah masuk ruang isolasi yang samping ni, mau kabur tu karena udah gak sanggup aja di sini harus selalu mengikuti aturan kalau tak kita kerjakan nanti kita di hukum kayak tersiksa aja rasanya. Perasaan takut itu pasti ada karena efek dari narkoba ini bisa membuat kita sampai mati, lagian pahala saya juga belum banyak saya masih banyak dosa sama orang tua, jadi di sini tu saya mau pulih mengatasirasa takut tu banyak-banyak beribadah, sholat tepat waktu,

---

<sup>6</sup> Hasil wawancara dengan residen KM pada tanggal 25 November 2022

mengaji walapun mengaji belum bisa-bisa kali tapi di sini kita juga di ajarin. Rasa sedih dalam hati paling karena jauh dari keluarga karena kan gak mungkin juga orang tua datang ke sini jauh juga kalau keluarga ke sini nanti mau menginap di mana karena di sini gak ada juga saudara, kalau iri melihat yang lain tu pernah kayak mikir kawan lain datang di jenguk, sedangkan saya tidak , tapi pemikiran seperti itu langsung saya alihkan cari kesibukkan yang lain biar tak kepikiran setelah tu biasa aja jadinya. Iya betul,selama di sini saya menyadari bahwa tidak seharusnya saya melakukan hal tersebut karena itu dapat merugikan saya dan orang lain juga. Cara yang paling sering saya lakukan untuk mengurangi emosi negative kalau enggak tidur ya nulis jurnal, jurnal tu kayak menuliskan hal-hal yang kita rasakan dari bangun pagi sampai bangun lagi”.<sup>7</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan responden MIA yang mengatakan bahwa :

“Kalau untuk menahan perasaan marah tu saya agak sulit lah, karena saya mudah terbawa emosi orangnya, saya tipikal orang yang mudah emosian memang saya akui itu, tapi setelah pakai narkoba tu malah makin bertambah, sehingga sama keluarga hubungan udah gak harmonis lagi, malah orang tua tu udah kayak pasrah aja gitu mau ngapain terserah lah gitu. Kalau sampai bertengkar tu ya langsung adu mulut keluar lah kata-kata kasar, makian, cacian. bahkan kadang sampai memukul itu juga pernah. kalau selama di sini tu gak pernah kan karena udah dikasi tau disini dilarang melakukan kekerasan dan akan ada sanksinya. Kalau perasaan takut pasti ada lah enggak mungkin tidak ada, pasti semua pecandu narkoba ada merasakan takut, takut sama efek dari narkoba ini bagi diri sendiri bahkan bisa sampai membuat kita mati, untuk mengurangi rasa takut tu paling banyak-banyak ibadah, seperti sholat, berdoa minta ampun sama allah di sini lah kesempatan untuk taubat karena selama di luar tu kan sholat udah hampir tak pernah mengaji apa lagi jadi kalau di sini tu sering karena kan memang di haruskan juga. Perasaan sedih tu jarang lah paling karena jauh dari keluarga udah buat orang tua malu, untuk mengurangi rasa sedih tu gak usah di pikirin yang ada nanti tambah sedih bawak santai aja biar fokus sama kegiatan kalau udah sembuh kan nanti kumpul juga sama keluarga, selain itu paling menonton tv kalau enggak ya tidur di kamar”.<sup>8</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan responden MR yang mengatakan bahwa :

---

<sup>7</sup> Hasil wawancara dengan residen AH pada tanggal 25 November 2022

<sup>8</sup> Hasil wawancara dengan residen MIA pada tanggal 26 November 2022

“ Agak susah ya karenakan memang sebelum jadi pemakai pun saya orang nya memang mudah emosian, setelah saya pakek narkoba tu tambah emosian lagi, jadi orang malas berurusan dengan saya ya karena saya emosian orang nya. selama di sini tu pernah kesal aja sama kawan tu dia letak pakaian kotor dia dekat pakain bersih saya marah lah saya akhirnya kami adu mulut di kamar, selain tidak boleh melakukan kekerasan juga tidak boleh ngomong kasar, karena udah keceplosan ngomong Anj\*\*\* lah kewan tu, akhirnya 22 nya kami di hukum, dia di hukum karena sembarangan letak pakaian saya di hukum karena ngomong kasar, kami di hukum masuk ruang isolasi selama 2 hari tapi dia di tambah hukuman tak di kasi jatah rokok karena dia tak mau minta maaf sama saya. Kalau jatah rokok tu 3 kali sehari habis makan tu 1 batang aja. Oo iya kami baikkkan lagi karena kan udah satu atap ya jadi mau tidak mau kita baikkkan lagi, damai lagi lh sampai sekarng. Kalau perasaan takut paling takut kena dampak dari narkoba tu bisa menimbulkan penyakit serangan jantung bahkan bisa sampai mati kita di buatnya. Untuk mengurangi rasa takut itu saya banyak melakukan ibadah, banyak-banyak minta sama allah agar tidak sampai kena penyakit yang berbahaya, agar cepat sembuh dari adiksi ini. Kalau perasaan sedih tu pasti karena jauh dari keluarga udah buat malu orang tua untuk mengurangi rasa sedih tu cari kesibukan yang lain, Menonton tv, menulis jurnal harian kalau tidak ya tidur di kamar”.<sup>9</sup>

Tanggapan dari konselor adiksi Muhammad Iqbal sebagai penguat hasil wawancara dengan residen mengatakan bahwa :

“ iya, betul masih banyak nya residen yang sulit dalam mengontrol emosi nya karena kan kalau di luar itu mereka bebas melakukan segala hal yang mereka suka sehingga tidak ada yang melarang, sedangkan di sini kan semua nya itu ada aturan yang mereka harus mematuhi itu. Pertama kali residen ke sini itu iya mereka banyak yang tidak menerima, ada yang memberontak bahkan yang mau melarikan diri pun ada, tapi sering ketahuan sama kitanya, kemarin sore ada yang melobangi plapon untuk kabur, hemm hukumannya paling masuk ruang isolasi, nah kadang kita konselingkan juga apa masalahnya sampai harus merusak plapon dan sebagainya kita bantu menyelesaikan probmlemnya selama di sini. Kalau hukuman untuk residen yang melanggar hanya tidak di kasi jatah rokok, atau di asingkan di ruang isolasi, kecuali pelanggaran berat merusak dan memukul sampai berdarah itu hukumannya lebih berat, kita rendam di kolam belakang sampai dia menyadari kesalahannya. Perasaan sedih yang paling banyak tu jauh dari keluarga tidak di kunjungi keluarga, nah problem ini yang terkadang dapat menghambat proses pemulihan residen sehingga sulit bagi kita konselor melakukan kegiatan *family terapi* karena

---

<sup>9</sup> Hasil wawancara dengan residen MR pada tanggal 26 November 2022

masih banyak nya keluarga residen yang tidak datang dalam program tersebut sehingga mereka terkadang tidak tau bagaimana cara menyikapi residen, padahal sebenarnya keluarga adalah orang terdekat residen bahkan seharusnya lebih tau tentang residen itu sendiri.

Salah satu program yang dapat mengurangi pengendalian emosi residen di sini itu seperti menulis jurnal atau biasa kami menyebutnya dengan *Morning Meeting* yang mana kegiatan itu mereka menuliskan hal-hal yang mereka rasakan dan harapan-harapan mereka yang dari hal-hal yang sederhana saja. contohnya : hari ini saya kesal dengan si M karena si M menjatuhkan pulpen saya tapi dia tidak minta maaf. Nah setelah di malam hari nya nanti membuka kembali hal-hal yang mereka tulis dan membaca nya di depan teman-temannya. setelah itu kita konselornya tanya balik, kamu setuju M bahwa si A mengatakan kamu menjatuhkan pulpenya tapi kamu tidak minta maaf. Jika setuju dia kita suruh minta maaf jika tidak atau dia berbohong kita akan memberikan hukuman yang ringan aja tidak berat-berat kok karena kasian residennya. Kalau ada waktu kosong mereka menonton tv, ada yang tidur, nyanyi-nyanyi di kamar mandi terserah mereka itu kan udah jam istirahat bagi mereka terserah mereka mau ngapain asala tidak keluar dari lingkungan rehab ini”.<sup>10</sup>

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat di simpulkan bahwa residen mampu dalam mengontrol emosi negatif yang mereka miliki, meskipun awalnya hal tersebut sulit bagi mereka untuk menahannya, sehingga ada yang mengekspresikan emosinya dengan kekerasan seperti memukul, membanting serta mengucapkan kata-kata kasar. Seiring berjalannya waktu selama menjalani proses rehabilitasi akhirnya perlahan-lahan residen mampu dalam mengurangi emosi negatifnya dengan cara menulis sebagai bentuk meluahkan perasaannya dan dapat mengurangi emosi negative agar tidak di tampilkan secara berlebihan, adapun hal tersebut sudah menjadi program harian di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh yang biasa mereka sebut dengan jurnal

---

<sup>10</sup> Hasil wawancara dengan konselor adiksi Muhammad Iqbal pada tanggal 26 November 2022

harian atau *Morning Meeting*, adapun cara yang lain yang dilakukan residen agar dapat mengurangi perasaan negatifnya adalah dengan cara menonton tv, dan tidur kamar.



Gambar 4.1 Dokumentasi kegiatan *Morning Meeting* atau menuliskan perasaan-perasaan residen setiap harinya di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh.

Berdasarkan hasil observasi di atas dapat di simpulkan bahwa kegiatan *Morning meeting* atau penulisan jurnal harian adalah salah satu bentuk program harian residen yang ada di panti rehabilitasi NAPZA Rumah Harapan Aceh. Ternyata dapat atau mampu dalam mengurangi emosi negatif residen seperti rasa sedih, rasa takut dan marah bahkan senang dengan cara menuliskan perasaan-perasaan baik positif maupun negatif mereka setiap harinya dan menjelaskannya di hadapan teman-temannya dengan tujuan dapat merubahnya kembali ke dalam hal-hal yang lebih positif dan lebih baik lagi.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Hasil Observasi pada tanggal 15 Juni 2022 dengan Staff panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh

Dengan demikian dapat di ambil kesimpulan bahwa aspek regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh yaitu melalui aspek modifikasi emosi sehingga dapat bertahan dalam menghadapi masalah dan terus berusaha melewati hambatan dalam hidupnya dengan baik, bisa dilakukan dengan cara menonton tv, tidur di kamar dan membuat jurnal harian yang biasa di sebut dengan *Moorning meeting* yaitu menuliskan hal-hal atau perasaan sedih, marah, takut dan malu yang di rasakan dengan meluahkan atau menuangkannya dengan cara menulis dan akan di review atau diberikan saran oleh teman-temannya maupun residen yang lainnya.

## 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan responden KM yang mengatakan bahwa :

“Menurut saya keluarga kurang memahami keadaan saya, mereka tak mau tau hal apa yang saya suka dan tak suka, mereka lebih seperti terserah kamu mau apa yang kamu lakukan karena kamu udah dewasa jadi kamu bisa memilih kehidupan kamu sendiri. sehingga hal itu yang terkadang membuat saya terpikir bahwa apa pun yang saya lakukan pasti orang tua tidak melarang saya. sehingga sering saya melakukan hal-hal yang saya suka tanpa memikirkan kalau yang saya buat itu sebenarnya tidak baik untuk saya. Namun sekarang saya tahu dan sadar bahwa hal yang saya lakukan dulu itu suatu hal yang tidak baik dan tujuan saya di sini ingin berubah menjadi yang lebih baik lagi dari yang sebelumnya, kalau sama di sini komunikasi sama orang tua itu jarang ya paling yang penting-penting aja dan tidak di bolehkan juga sering-sering, paling 2 atau 3 kali telpon karena kan jauh juga. Kalau dibilang sayang ya pasti sayang lah buktinya mereka mengantar saya ke sini dan masih mau membiayai saya selama di sini.



Disaat saya menghadapi hal-hal yang kurang menyenangkan seperti rasa sedih, kesal dan takut hal yang bisa saya lakukan untuk mencari ketenangan dengan memperbanyak ibadah sholat tepat waktu karena semenjak pakai narkoba tu udah nggak pernah lagi udah jauh lah dari keagamaan gitu kan, sebelum makek pun ada tapi udah jarang-jarang jadi di sini tu dibiasakan lagi, selain sholat saya baca al-quran meskipun saya tidak begitu pandai tapi sedikit demi sedikit tau di sinipun kita juga diajarin cara mengaji sama dengar ceramah, setiap hari jumat kita itu ada sesi pidato atau mendengar ceramah ustadz, nanti ustadnya datang ke sini kasi ceramah. Dari pengalaman yang didapatkan akan selalu terkenang jika pengalaman itu baik, dan jika pengalaman itu buruk pastinya akan dijadikan sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik lagi dan sehingga dapat mengatur emosi dengan lebih baik lagi. Setiap pengalaman yang saya alami pasti ada baik dan buruknya, kalau saya pengalaman buruk jadikan pelajaran untuk tidak melakukannya yang kedua kalinya karena kita tau juga seperti apa konsekuensi yang akan kita terima nantinya paling itu aja sih dek. Ada, saya khawatir itu takut dikucilkan oleh orang-orang, pasti cari kerja juga susah tidak ada yang mau menerima mantan pecandu, oh iya kadang susah tidur juga dan kayak tidak semangat melakukan aktivitas”.<sup>12</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan responden AH yang mengatakan bahwa :

“ Alhamdulillah orang tua masih peduli dengan saya walaupun saya disini, padahal saya telah berbuat yang tidak baik dengan apa yang telah saya lakukan ini, tapi orang tua masih menyayangi saya, buktinya mereka masih mau membiayai saya di sini agar saya sembuh dari kecanduan ini. Masih juga telpon tanya kabar kek mana di sini di kasi semangat dan nasehat juga sama orang tua anggap kalau di sini tu bukan penjara tapi berobat biar sembuh gitu, tapi saya pun juga tidak masalah kalau keluarga tidak mengunjungi saya lagian di sini juga saya udah ada keluarga baru mungkin jika keluarga datang mengunjungi saya nanti malah bisa membuat saya sedih karena sudah membuat mereka malu atas perbuatan saya kadang mikir kayak ini lah waktunya saya tobat dari perbuatan saya yang dulu-dulu gitu. Hal yang saya lakukan dalam mencari ketenangan saat menghadapi emosi negatif tu, ya dengan melakukan sholat, mengaji karena selama saya di luar hal tersebut sudah hampir tidak pernah saya lakukan lagi, jadi ini lah kesempatan buat saya untuk belajar dan lebih sering

---

<sup>12</sup> Hasil wawancara dengan residen KM pada tanggal 25 November 2022

melakukannya, selain itu apa ya paling nonton kalau tidak ya tidur di kamar aja lah.

Dari pengalaman yang telah saya alami tentunya ada yang baik dan buruknya pasti, hal yang kurang baik dapat di jadikan pelajaran aja agar nantinya tidak melakukan hal yang sama lagi untuk kedua kalinya, kalau hal baik dapat di pertahankan untuk tidak terpengaruh hal-hal yang tidak menyenangkan. Betul, rasa khawatir dan cemas itu pasti ada kayak apa saya bisa bertahan atau tidak dari ketergantungan narkoba ini, Apa keluarga tetap mendukung saya atau tidak dan takut juga jika dikucilkan oleh lingkungan kadang seperti itu yang membuat saya belum siap untuk keluar belum ada gambaran seperti apa nantinya dan apa yang harus saya lakukan, kalau di bilang siap ya siap nggak siap sebenarnya karena itu udah pasti kita jalani nanti”.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan responden MIA yang mengatakan bahwa :

“Alhamdulillah orang tua masih peduli sama keadaan saya saat ini walaupun saya telah membuat mereka kecewa dengan apa yang sudah saya lakukan, dan saya paham dengan keadaan orang tua saya kenapa mereka tidak mengunjungi saya, tapi saya tidak marah dengan hal itu. Paling lewat telpon aja 2 atau 3 kali karekan tidak boleh juga sering-sering nanti terganggu sama kegiatan yang lain, ya paling tanya kabar, seperti apa di sini nyaman atau enggak itu aja, iya kita di kirim juga sama orang tua kebutuhan-kebutuhan yang lain juga. Cara yang saya lakukan untuk mencari ketenangan hati baca Al-Quran meskipun belum begitu lancar, melakukan sholat tepat waktu dan berdoa minta ampun sama allah atas apa yang telah di lakukan dulunya, kalau gitu tenang , adem aja hati rasanya nyaman lah mungkin karena udah jarang di lakukan itu jadi sekarang waktunya untuk membenahi diri, perbaiki diri menjadi lebih baik lagi, apa lagi yak paling dengar ceramah di TV karena kan di bolehkan nonton juga di sini. Dari pengalam yang didapatkan selama ini bisa membuat saya termotivasi, dan dari pengalaman ini akan membuat saya untuk merubah diri saya sendiri untuk menjadi lebih baik dan bisa mengendalikan emosi dengan baik. Rasa khawatir itu pasti ada, khawatir tidak bisa bertahan dari narkoba itu, khawatir juga nanti kalau udah keluar dari sini takut tidak di terima sama orang-orang, dikucilkan enggak ada teman, itu kadang yang saya pikirkan di sini sampek kadang susah tidur, dan tidak semangat mengikuti kegiatan”.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup> Hasil wawancara dengan residen AH pada tanggal 25 November 2022

Berdasarkan hasil wawancara peneliti responden MR yang mengatakan bahwa :

“Alhamdulillah orang tua masih sayang sama saya walaupun saya disini, padahal saya udah buat mereka kecewa karena perbuatan saya, tapi orang tua masih tetap menyayangi saya, masih mau membiayai saya di sini, masih sering juga peduli sama saya dan saya juga tidak marah sama keluarga kalau pun mereka tidak mengunjungi saya tidak masalah. Komunikasi lewat telpon tanya kabar, kasi nasehat sama keperluan apa yang di butuhkan. Untuk mencari ketenangan hati paling yang saya lakukan tu sholat dan mengaji karena dengan membaca Al-Quran saya bisa merasa lebih tenang aja, itu aja sih. Dari setiap pengalaman yang didapatkan akan selalu terkenang jika pengalaman itu baik, dan jika pengalaman itu buruk tentunya akan dijadikan sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik lagi dan mengatur emosi menjadi lebih baik. iya kadang yang sering buat saya khawatir tu kek mana nanti orang-orang memandang saya sebagai mantan pecandu takut di kucilkan, gak ada yang mau berteman sama saya apa lagi kalau mau cari pekerjaan pasti susah, paling itu aja belum siap dan belum ada gambaran seperti apa nantinya”.<sup>15</sup>

Tanggapan dari konselor adiksi Muhammad Iqbal yang menjadi penguat dari hasil wawancara residen mengatakan bahwa :

“Terkadang alasan orang tua mereka yang tidak datang berkunjung bukan karena tidak ingin namun terkadang akses jalan dan perekonomian yang menjadi penghambat keluarga untuk menjenguk ke sini karena residen di sini kan tempat tinggal nya jauh juga, jadi kalau mau datang tu iya paling sekali atau 2 kali sewaktu mengantar residen dan menjemput residen kembali kedalam keluarganya. iya kita tidak kasi telpon terlalu sering karena takut nanti menghambat proses pemulihan sehingga tidak fokus sama kegiatannya. Selain program *Morning Meeting* yang dapat mengontrol emosi residen kita juga mengajarkan keagamaan kepada mereka, yang mana kadang hal itu jarang atau bahwa udah tidak pernah mereka lakukan lagi selama mereka berada di luar, bahkan ada dari mereka yang tidak bisa mengaji kita ajarkan pelan-pelan, mereka juga kita ajarkan tata cara sholat yang benar dan baik sehingga apa yang mereka pelajari di sini dapat mereka terapkan setelah mereka keluar nanti. Selain itu juga ada

---

<sup>14</sup> Hasil wawancara dengan residen MIA padatangal 26 November 2022

<sup>15</sup> Hasil wawancara dengan residen MR pada tanggal 26 November 2022

kegiatan yang nama nya sesi bimbingan agama di situ nanti ada ustadz dari pesantren atau dari dinas syariat kita panggil untuk mengisi sesi keagamaan biasanya kita buat itu di setiap hari jum'at mereka mendengar cerah ustadz dan melakukan tanya jawab jika ada hal yang mereka kurang paham.

Tentunya setiap residen disini memiliki pengalaman masing-masing yang berbeda. Dari pengalaman itulah yang bisa menguatkan residen disini untuk berubah akan menjadi lebih baik, dari pengalaman yang sudah dialaminya mereka bisa menilai sendiri bahwa hal yang di lakukannya itu tidak baik, karena di sini juga kita ajarin untuk tenang dulu sebelum bertindak, berpikir dulu sebelum berucap karena kita juga punya aturan yang harus mereka jalankan, lagian aturannya demi kebaikan mereka sendiri juga. Rasa khawatir residen juga bisa menghambat proses pemulihan mereka yaitu ada nya takut tidak diterima di lingkungannya, kurangnya rasa percaya diri akan kemampuannya untuk sembuh, oleh karena itu untuk meminalisir hal tersebut mereka kita bekali wawasan agar mereka dapat mengatasi masalahnya secara mandiri, untuk tidak mendekati hal-hal yang membuat mereka kembali menggunakan narkoba lagi”.<sup>16</sup>



Gambar 4.2 Dokumentasi kegiatan residen yang melakukan sholat berjamaah di setiap ruangan masing-masing

---

<sup>16</sup> Hasil wawancara dengan konselor adiksi Muhammad Iqbal pada tanggal 26 November 2022



Gambar 4.3 Dokumentasi kegiatan ceramah oleh ustadz Muhaiyat

Berdasarkan hasil observasi di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh dapat diketahui bahwa residen mencari ketenangan hatinya dengan cara melakukan sholat, mengaji dan mendengarkan ceramah ustadz agar hatinya tenang tanpa memikirkan hal-hal yang kurang menyenangkan dengan tujuan menambah wawasan dan pengetahuan residen selama menjalani masa pemulihan sehingga dapat juga menjadi bekal untuk residen agar dapat di terapkan nantinya setelah kembali kepada keluarga dan lingkungannya.<sup>17</sup>

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa ada dua (2) faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumoh harapan Aceh yaitu faktor pengasuhan dan faktor religiusitas, faktor pengasuhan dengan memberikan perhatian dan kepedulian orang tua terhadap residen dengan saling bertukar kabar melalui telpon dan memenuhi kebutuhan residen di dalam panti rehabilitasi NAPZA rumoh harapan Aceh sampai residen kembali kepada keluarganya tak lupa juga orang tua memberikan motivasi dan nasehat serta

---

<sup>17</sup> Hasil Observasi pada tanggal 15 Juni 2022 dengan staf panti rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh

semangat untuk residen dalam menjalani masa pemulihannya. Faktor religiusitas hal yang dilakukan residen dalam mencari ketenangan hati ketika dalam mengalami keadaan yang kurang menyenangkan atau meraskan emosi negative adalah dengan melakukan sholat, mengaji serta mendengarkan ceramah ustadz setiap jum'at yang mana dari hal tersebut sudah hampir tidak pernah mereka lakukan ketika selama di luar.

### **C. Pembahasan**

Dalam sub bagian ini ada tiga data yang akan dibahas yaitu : (1) aspek regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh, dan (2) faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.

#### **1. Aspek Regulasi Emosi Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumoh harapan aceh Kota Banda Aceh adalah melalui aspek modifikasi emosi yaitu mampu bertahan dalam menghadapi masalah dan terus menerus berusaha untuk melewati rintangan didalam hidupnya. Adapun modifikasi emosi yang dilakukan residen dalam mengontrol emosinya salah satunya adalah dengan cara menulis yaitu dengan menuliskan perasaan-perasaannya sehingga dapat mengalihkan perasaan-perasaan negatif yang residen rasakan dengan tujuan meminalisir perasaan negative yang muncul. Adapun perasaan marah, sedih dan takut yag residen rasakan adalah perasaan terkekang atau terkurung, rindu keluarga, takut mati kan bahaya narkoba yang mereka

rasakan. Namun seiring berjalannya waktu selama mereka menjalani masa rehabilitasi mereka mulai nyaman, dan bersyukur serta cukup mampu menyalurkan perasaan-perasaan yang kurang menyenangkan dengan cara mengikuti program *Moorning Meeting* atau biasa disebut dengan jurnal harian yaitu dengan cara menuliskan perasaan-perasaan negative maupun positif yang residen rasakan selama menjalani masa pemulihan, mereka juga mengungkapkan bahwa dengan program *moorning meeting* tersebut dapat membuat mereka lebih lega karena telah meluahkan emosinya melalui tulisan, sehingga mereka menjadi lebih akrab dan saling berbagi cerita dengan sesama residen serta saling mendukung dan memberikan solusi satu sama lain.

Ketika individu melakukan regulasi emosi maka seseorang itu akan belajar dalam mengurangi atau mengendalikan emosi negatifnya dengan membangun emosi positif. Hal ini suatu hal yang sangat penting bagi seorang residen dalam mengendalikan emosinya bukan hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga untuk orang lain ketika nantinya ia kembali ke dalam lingkungannya. Dengan menulis seseorang akan memiliki kekuatan tersendiri dibanding dengan berbicara karena kertas dan pensil akan menjadi sebuah alat atau media yang dapat digunakan individu dalam meluahkan emosinya.

Menurut Pennebaker yang dikutip oleh Harry Theozard Fikri menjelaskan bahwa menulis ekspresif merupakan suatu bentuk pengungkapan diri, dengan cara bebas berekspresi sesuai dengan cara setiap individu. Dengan teknik menulis ekspresif, seseorang dapat mengeluarkan emosi negatif seperti perasaan sedih, kecewa, marah dan berduka ke dalam tulisan dan akan memberikan pengaruh

pada diri dimulai dari merubah sikap, meningkatkan kreativitas, mengaktifkan memori, memperbaiki kinerja dan kepuasan hidup serta meningkatkan kekebalan tubuh agar terhindar dari psikosomatik.<sup>18</sup>

Menurut Rahmawati, Hardjajani yang dikutip oleh Rormah Nurul Huda bahwa menulis juga dapat sebagai media untuk menenangkan pikiran dan perasaan dan juga dapat digunakan untuk menata emosi yang dirasakan. Salah satu tempat untuk melepaskan emosi yang dirasakannya, dimulai dengan memahami emosi yang dirasakan dan ditimbulkan (*emotion monitoring*) kemudian melihat dampak yang akan muncul. Tahap selanjutnya adalah penilaian emosi, dimana individu mulai memahami konsekuensi dari emosi-emosi negatif yang muncul. Sebagai pengalaman, mulai mengubah atau memodifikasi emosi mulai saat ini sehingga dapat diterima secara sosial tanpa menjadi agresif.<sup>19</sup>

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa aspek regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh adalah aspek modifikasi emosi yaitu mampu bertahan dan terus berusaha dalam mengatasi perasaan-perasaan yang kurang menyenangkan tanpa harus mengekspresikannya melalui tindakan yang berlebihan atau agresif, dalam memodifikasi emosi dapat dilakukan dengan cara menulis sebagaimana yang sudah dikemukakan dari beberapa pendapat diatas bahwa menulis juga dapat

---

<sup>18</sup> Harry Theozard Fikri, "Pengaruh menulis pengalaman emosional dalam terapi ekspresif terhadap marah pada remaja" Universitas Putra Indonesia YPTK, *Jurnal Humanitas*, Vol. IX. No. 2 Agustus (2012), hal. 105.

<sup>19</sup> Rohmah Nurul Huda, "Peningkatan regulasi emosi melalui metode expressive writing pada siswa SMP", Universitas Negeri Yogyakarta, *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3. No. 7 juli (2017), hal. 363-364.



menjadi terapi atau media yang dapat digunakan untuk menenangkan pikiran dan perasaan negatif sehingga merasa sudah lega dan lebih tenang karena sudah meluahkan emosi negative dengan menuliskannya, selain itu juga individu dapat mengubah sikap dan perilaku yang kurang baik menjadi lebih baik.

## 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh yaitu faktor pengasuhan dan religiusitas. Faktor pengasuhan sangat berperan penting dalam proses pemulihan residen. Menurut Edwards yang dikutip oleh Muslima menyatakan bahwa pengasuhan adalah suatu interaksi antara orang tua dan anak untuk mendidik, membimbing dan mendisiplinkan anak serta melindungi anak untuk mencapai pendewasaan sesuai dengan norma-norma yang ada di dalam masyarakat.<sup>20</sup>

Terdapat 3 bentuk-bentuk pengasuhan menurut Baumrind hal ini hampir sama dengan bentuk-bentuk pengasuhan menurut Hurlock, juga Hardy & Heyes yang dikutip oleh Qurrotu Ayun yaitu : (a) pola asuh otoriter, (b) pola asuh demokratis dan (c) pola asuh permisif. Pola asuh otoriter adalah cara orang tua mengasuh anaknya dengan ketat, orang tua menganggap bahwa semua sikap dan perbuatan yang dilakukan terhadap anaknya itu sudah benar tidak perlu bertanya

---

<sup>20</sup> Muslima, "Pola asuh orang tua terhadap kecerdasan finansial anak", Universitas islam negeri ar-raniry Banda Aceh, *Internasional Journal of Child and Gender Studies*, Vol. 01. No.01 Maret (2015), hal. 85.

pendapat anak terlebih dahulu atas semua hal yang menyangkut permasalahan anak-anaknya. Pola asuh ini juga ditandai dengan memberikan hukuman-hukuman yang keras dengan tujuan agar anak patuh terhadap orang tua sehingga anak diatur dengan berbagai macam aturan yang dapat membatasi perlakuannya. Pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memberikan anak dorongan untuk bebas berpendapat dan pola asuh ini dapat ditandai dengan sikap orang tua yang mau menerima, merespon dan memberikan semangat serta memperhatikan kebutuhan anak dengan disertai pembatasan yang terkontrol. Adapun pola asuh permisif adalah orang tua yang membiarkan anak bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri, orang tua tidak memberikan hukuman maupun pengontrolan. Pola asuh ini memberikan anak kebebasan tanpa batas dan tidak ada aturan serta pengarahan sehingga anak akan berperilaku sesuai dengan keinginannya sendiri meskipun terkadang hal tersebut bertentangan dengan norma sosial.<sup>21</sup>

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh adalah pola asuh demokratis yang mana orang tua memberikan kepedulian dan perhatian kepada residen selama menjalani proses pemulihan dengan cara saling bertukar kabar melalui telpon dan memberikan dukungan dan motivasi serta memenuhi kebutuhan residen selama menjalani proses rehabilitasi.

Faktor religiusitas adalah suatu kesatuan umum yang membuat seseorang dapat disebut sebagai orang yang beragama dan bukan hanya sekedar mengaku beragama, religiusitas meliputi pengetahuan agama, keyakinan agama, praktek

---

<sup>21</sup> Qurrotu Ayun, *Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak*, IAIN Salatiga, Jurnal Thufula, Vol. 05. No.01, Juni (2017), hal. 106-109.

ritual keagamaan, pengalaman keagamaan, perilaku (moralitas) dan sikap sosial-keagamaan dalam buku psikologi agama, menurut Dradjat yang dikutip oleh Annisa Fitriani yang mengemukakan istilah kesadaran beragama dan pengalaman beragama adalah aspek yang mendalam dari agama gagasan, yang bisa diuji dengan introspeksi, atau bisa dikatakan sebagai aspek mental dari aktivitas agama, pengalaman keagamaan ini adalah unsur perasaan dalam kesadaran beragama yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan dan dihasilkan melalui tindakan.<sup>22</sup>

Menurut Gross yang dikutip oleh Erlina Anggraini bahwa ada dua (2) faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu faktor religiusitas dan faktor pengasuhan. Pengasuhan adalah cara orang tua mengasuh anak ternyata dapat juga mempengaruhi regulasi emosi anak, kemampuan regulasi emosi seorang anak dapat dilihat dari sejauh mana orang tuanya dapat menumbuhkan dan mengembangkan pengendalian perasaan anak dengan cara menjadi mendidik serta menjadi role model bagi anak. Adapun religiusitas dapat di lihat dari semakin tingginya tingkat keagamaan seseorang maka dia akan mudah meregulasi emosinya dan berusaha untuk tidak menampilkan emosi yang berlebihan dan begitupun sebaliknya apabila tingkat religiusitasnya rendah maka dia akan sulit meregulasi emosinya.<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Annisa Fitriani, "Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being", Jurnal Al-Adyan, Vol.XI, No.1 Juni (2016). hal. 32.

<sup>23</sup> Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapina Wanita Dalam Masa Pembinaan, ( Studi Lembaga Permasayarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang)*, Jurnal Teologia, Vol 26, No 2, 2015, hal. 287-288.

Goleman menyebutkan bahwa beberapa unsur pembentukan pengendalian emosi yaitu: Keyakinan, adanya rasa Ingin tahu, niat, pengendalian diri, keterkaitan, kecakapan berkomunikasi, dan kooperatif. Berdasarkan unsur pembentukan di atas maka unsur keyakinanlah kemudian yang diajarkan oleh suatu agama dalam menyikapi segala hal, termasuk dalam urusan bagaimana menyikapi dan meluapkan emosi. Agama (khusus nya islam) telah mengajarkan etika kepada manusia tentang bagaimana meregulasi emosi dengan baik. Oleh karena nya, orang yang beragama seharusnya memiliki regulasi emosi yang tinggi dibanding orang yang tidak beragama.<sup>24</sup>

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh salah satu nya adalah religuisitas yaitu dapat melalui sholat, mengaji serta mendengarkan ceramah atau kajian islami dengan tujuan untuk mencari ketenangan hati dan ingin lebih mendekat diri kepada allah swt. Hal ini sejalan dengan firman allah dalam surah Ar-Ra'ad tentang mengingat Allah merupakan satu cara pengalihan emosi dari masalah yang dihadapi karena dengan mengingat Allah dalam *wujud kalimah thoyyibah*, berdoa, dan tilawah al-Qur'an, sholat serta mendengarkan ceramah/kajian maka hati akan merasa lebih tenang dalam menghadapi masalah, atau ketika harapan tak terpenuhi.<sup>25</sup>

Allah berfirman dalam Al-Qur'an surah Ar-Ra'ad ayat 28 yaitu :

---

<sup>24</sup> Golem, *Emotional Intelligence*. (Jakarta . PT Gramedia Pustaka Utama, 2004), hal. 35.

<sup>25</sup> Yahdinil Firda Nadhiroh, *Pengendalian emosi ( kajian religio-psikologis tentang psikologi manusia)*, IAIAN SMH Banten, *Jurnal Saintifika Islamica*, Vol. 2. No.1. Juni 2015. hal. 60.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ٢٨٠

Artinya : (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.<sup>26</sup>



---

<sup>26</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Quran & Tafsirnya*, Jilid III, (Jakarta : Lentera Abadi, 2010), hal.41.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa :

1. Aspek regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh ialah dengan aspek memodifikasi emosi dalam mengontrol emosi yang dilakukan residen dapat dilihat yang dengan cara menulis atau bisa disebut dengan *moorning meeting* yang artinya residen menuliskan perasaa-perasaan sedih, marah, takut maupun senang yang mereka rasakan sehingga hal tersebut dapat mengurangi emosi negative seperti marah, sedih, dan takut yang residen rasakan selama menjalani proses pemulihannya. Adapun cara lain yang dilakukan residen dalam mengurangi emosi marah, sedih dan takutnya adalah dengan menonton tv atau tidur di kamar.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh ada dua faktor yaitu : faktor pengasuhan dan faktor religiusitas.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah peneliti paparkan di atas, maka dalam penelitian ini dapat diberikan saran kepada beberapa pihak, yaitu:

1. Bagi konselor adiksi alangkah lebih baiknya sudah menempuh pendidikan sarjana yang berasal dari jurusan bimbingan konseling islam agar dapat dengan mudah menyalurkan ilmunya .
2. Kepada orang tua di harapkan memberikan ruang khusus untuk berkomunikasi dengan pecandu karena hal yang paling dibutuhkan seorang pecandu agar cepat pulih dari ketergantungannya adalah kasih sayang, dukungan dan kehangatan dari orang tuanya.
3. Bagi residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh agar lebih meningkatkan kesadaran diri dalam mengontrol diri dan emosi yang ia munculkan agar tidak kembali menggunakan narkoba itu lagi.
4. Bagi masyarakat, agar lebih mengayomi dan mengubah pandangan/stigma masyarakat terhadap seorang mantan pecandu agar dapat menerima keberadaan seorang pecandu tanpa melihat masa lalunya.
5. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitiannya mengenai dukungan keluarga dan kontrol diri pecandu dalam proses pemulihan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adon Nasrullah Jamaludin, *Dasar-Dasar Patologi Sosial*, Bandung : CV Pustaka Setia , 2016.
- Ahmad Kabain, *Peran Keluarga, Guru dan Sekolah Menyelamatkan Anak dari Pengaruh NAPZA*, Semarang : Alprin, 2019.
- Ajat Kurajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta : Dee Publish CV Budi Utama, 2018.
- Anastasya Cristie Silaen, Kartika Sari Dewi, *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Asertivitas (Studi Korelasi pada Siswa Di SMA Negeri 9 Semarang)*, Jurnal Empati, Vol. 8. No. 2, 2015.
- Angga Mahargia Yunanta Firdaus, Eni Hidayati, *Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penggunaan NAPZA Di Sekolah Menengah Di Kota Semarang*, Jurnal Keperawatan, Vol 6, No 1, 2018.
- Anggraheni Puspita Dewi, Siti Ina Savira, *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Asertivitas Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol 8, No 6, 2021.
- Annisa Fitriani, *Peran religiuisitas dalam meningkatkan psychological well being*, Jurnal Al-Adyan, Vol.XI, No.1, 2016.
- Azwar Saifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2009.
- BNN, *Buku Abstrak Simposium Nasional Rehabilitasi Berbasis Masyarakat Tema “ Menuju Layanan Profesional”*, Jakarta : Perpustakaan BNN RI, 2016.
- BNN, *Petunjuk Teknis Kabupaten / Kota Tanggapan Ancaman Narkoba*, Jakarta : Deputi Bidang Pemberdayaan Masyarakat BNN, 2021.
- Djam'an Satori, Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung : Alfabet, 2017.
- Dwi Astuti, Wasidi, Rita Shintia, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Memaafkan Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*, Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling, Vol. 02 No. 01, 2017.
- Harry Theozard Fikri, *“Pengaruh menulis pengalaman emosional dalam terapi eksperesif terhadap marah pada remaja”* Universitas Putra Indonesia YPTK, *Jurnal Humanitas*, Vol. IX. No. 2, 2012.



- Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapina Wanita Dalam Masa Pembinaan, ( Studi Lembaga Permayarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang)*, Jurnal Teologia, Vol 26, No 2, 2015.
- Hendrik Alfiansyah, “*Regulasi Emosi Pada Pecandu Game Mobile Legends Pada Remaja*”, “Skripsi” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021.
- Husaini Usman, Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Peneltian Sosial*, edisi kedua,Cet,1. Jakarta : Bumi Aksara, 2008.
- Iin Runa Uci, Siti Ina Savira, *Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Di SMP X Surabaya*, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 06 No. 02, 2019.
- Indah Kurniati Eka Saputri, Sugiariyanti, *Hubungan Sibling Rivalry Dengan Regulasi Emosi Pada Masa Kanak Akhiri*, Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol 8, No 2, 2016.
- Ismail Nurdin, Sri Hartati, *Metodologi Penelitian Sosial*, Surabaya : Media Sahabat Cendekia, 2019.
- Kementerian Agama RI, *Al-Quran & Tafsirnya*, Jilid II, Jakarta : Lentera Abadi, 2010.
- Lysa Angrayni dan HJ. Yusliati, *Efektifitas Rehabilitasi Pecandu Narkotika Serta Pengaruhnya Terhadap Tingkat Kejahatan Di Indonesia*, Ponorogo : Uwais Inspirasi Indonesia , 2018.
- Mahasoni Masdar, Puji Sutarjo, Sri Warsini, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Resilience Pada Penyalahgunaan NAPZA di Lembaga Permayarakatan Narkotika Klas II Yogyakarta*, Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada, 2017.
- Maydiya Restacendi, Nur’artavia, *Karakteristik Pelajar Penyalahguna Napza Dan Jenis Napza Yang Digunakan di Kota Surabaya*, The Indonesian Journal of Public Health, Vol. 12 No. 1, 2017.
- Misi Arsita, *Strategi Regulasi Emosi Narapidan Narkoba Di Lembaga Permayarakatan Perempuan Kelas IIB Bengkulu*” skripsi: IAIN Bengkulu, 2020.
- Muslima, *Pola asuh orang tua terhadap kecerdasan finansial anak*, Universitas islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Internasional Journal of Child and Gender Studies, Vol. 01. No.01, 2015.

- Mohammad Alfian, *Regulasi Emosi Mahasiswa Suku Jawa, Suku Banjar, dan Suku Bima*, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol 02, No 02, 2014.
- Nur Apriana Ramadhani, “*Gambaran Regulasi Emosi Dasar Pasien Rumah Sakit Ketergantungan Obat Terhadap Penggunaan Narkotika, Alkohol, Psikotropika, Zat Adiktif Lainnya Tahun 2011*”, “Skripsi” UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011.
- Pecandu di aceh mencapai 83 orang, <https://www.republika.co.id/berita/qxbd25384/bnn-pecandu-narkoba-di-aceh-83-ribu-orang>. html, edisi Rabu 04 Agustus 2021. Diakses pada tanggal 05 November 2021.
- Pengguna Narkoba di Indonesia Capai 3,4 juta orang, <https://fin.co.id/2021/06/28/pengguna-narkoba-di-indonesia-capai-34-juta-orang/>. html.edisi Senin 28 juni 2021. Diakses pada tanggal 25 Oktober 2021.
- Qurrotu Ayun, Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak, IAIN Salatiga, Jurnal Thufula, Vol. 05. No.01, 2017.
- Rusmaladewi, dkk, *Regulasi Emosi pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring Di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR*, Jurnal Pendidikan dan Psikologi Pintar Harati, Vol 16, No 2, 2020.
- Rohmah Nurul Huda, “*Peningkatan regulasi emosi melalui metode expressive writing pada siswa SMP*”, Universitas Negeri Yogyakarta, Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Vol. 3. No. 7, 2017.
- Ratnasari, S. & Suleeman, “*Perbedaan regulasi emosi perempuan dan lakilaki di perguruan tinggi*”, Jurnal Psikologi Sosial, Vol. 15.No. 01, 2021.
- Sarlito Wirawan, *Kecerdasan Ganda dan Penyesuaian Diri*, Surakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 2000.
- Seto Mulyadi, Dkk, “*Metode Penelitian Kualitatif dan Mixen Method*” dalam “*Perspektif Yang Terbaru Untuk Ilmu-Ilmu Sosial, Kemanusiaan, dan Budaya*”, Depok : PT Raja Grafindo Persada, 2018.
- Sinta Herindrasti, *Drug-free ASEAN 2025: Tantangan Indonesia dalam Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba*, Jurnal Hubungan Internasional, (Jakarta Timur : Program Studi Ilmu Hubungan Internasional Universitas Kristen Indonesia, 2018), Vol,7, No,1.

- Sri Muliani, *Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Tingkat Stress Pada Lanjut Usia*, Tesis : Profesi Psikologi Klinis fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016.
- Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Cet. 25, Bandung : Alfabet, 2017.
- Sugiono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, cet ke 25, Bandung : Alfabet, 2017.
- Suwartono, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta : CV Andi Offset, 2014.
- Vika Maurissa Husnianita, Miftakhul Jannah, “*Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin pada kelas X Sekolah Menengah Atas Boarding School*”, UNESA, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 8. No. 5, 2021.
- Wahidah Abdullah, *Pelaksanaan Pendidikan Islam dan Iplementasinya Terhadap Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba*, Makassar : Alauddin University Press, 2012.
- Wiwien Dinar Prastiti, *Peran Orangtua dalam Perkembangan Kemampuan Regulasi Emosi Anak: Model Teoritis*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Psikologi, 2013.
- Yasmin Nuraziah, *Regulasi Emosi Pada Staf Mantan Pecandu Narkoba Di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang*, Skripsi: UIN Raden Fatah Palembang, 2020.
- Zaitun, *Kapita Selekta Pendidikan*, Cet ke 1, Pekanbaru : Yayasan Pusaka Riau, 2011.

**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY**

**Nomor: B.948/Un.08/FDK/Kp.00.4/03/2023**

Tentang

**PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
SEMESTER Genap Tahun Akademik 2022/2023**

**DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi yang dituangkan ke dalam Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.  
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;  
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;  
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;  
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;  
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;  
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;  
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;  
12. Keputusan Menteri Agama Nomor 40 tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;  
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No. 01 Tahun 2015 tentang Pendelegasian Wewenang kepada Dekan dan Direktur PPs dalam Lingkungan UIN Ar-Raniry;  
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2023, Tanggal 30 November 2022.
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry sebagai Pembimbing Skripsi Mahasiswa.
- Pertama : Menunjuk Sdr. 1). **Juli Andriyani, M. Si** (Sebagai Pembimbing Utama)  
2). **Syaiful Indra, M.Pd., Kons.** (Sebagai Pembimbing Kedua)
- Untuk membimbing Skripsi:  
Nama : Juni Maulida Thamrin  
NIM/Jurusan : 170402116/Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)  
Judul : Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh
- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2023;
- Keempat : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini.
- Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

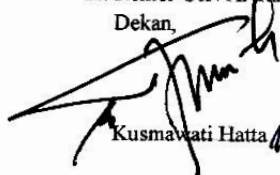
Ditetapkan di: Banda Aceh

Pada Tanggal: 03 Maret 2023

11 Sya'ban 1444 H

an. Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Dekan,



Kusmawati Hatta

Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry;
2. Kabag. Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry;
3. Pembimbing Skripsi



**PEMERINTAH ACEH  
RUMAH SAKIT JiWA**

Jalan Dr. T. Syarif Thayeb, Nomor 25 Banda Aceh Kode Pos 23126  
Telepon : (0651) 32010-32020, Faksimil : (0651) 25857  
E-mail : [rsj@acehprov.go.id](mailto:rsj@acehprov.go.id), Website : [www.rsj.acehprov.go.id](http://www.rsj.acehprov.go.id)

Banda Aceh, 15 November 2022 M

Nomor : 800.2/4867  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,  
Dekan Fakultas Dakwah Dan  
Komunikasi UIN AR-RANIRY  
di -

**Banda Aceh**

1. Sehubungan dengan surat saudara nomor : B.4808/Un.08/FDK-1/PP.00.9/11/2022 tanggal 11 November 2022 tentang permohonan izin penelitian Ilmiah, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Juni Maulida Thamrin  
NIM : 170402116  
Pekerjaan : Mahasiswi  
Judul Penelitian : Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen Di Panti Rehabilitasi Napza Di Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh

2. Dapat disetujui untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Jiwa Aceh.
3. Demikian kami sampaikan dan terima kasih.

WADIR ADM DAN UMUM  
RUMAH SAKIT JiWA ACEH

  
dr. Wahyu Sulfansyah, M. Kes  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19670909 200012 1 002



**PEMERINTAH ACEH**  
**RUMAH SAKIT JiWA**

Jalan Dr. T. Syarif Thayeb, Nomor 25 Banda Aceh Kode Pos 23126  
Telepon : (0651) 32010-32020, Faksimil : (0651) 25857  
E-mail : [rsj@acehprov.go.id](mailto:rsj@acehprov.go.id), Website : [www.rsj.acehprov.go.id](http://www.rsj.acehprov.go.id)

Banda Aceh, 19 Desember 2022 M

Nomor : 800.2/5315  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : **Selesai Penelitian**

Yang Terhormat,  
Dekan Fakultas Dakwah Dan  
Komunikasi UIN AR-RANIRY  
di -

**Banda Aceh**

1. Sehubungan dengan surat saudara nomor : B.4808/Un.08/FDK-1/PP.00.9/11/2022 tanggal 08 Juli 2022 tentang permohonan izin penelitian, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Juni Maulida Thamrin  
N I M : 170402116  
Pekerjaan : Mahasiswi  
Judul Penelitian : Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen Di Panti Rehabilitasi Napza Di Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh

2. Benar telah selesai melakukan Penelitian di Rumah Sakit Jiwa Aceh, Pada tanggal 11 November sampai dengan 4 Desember 2022.
3. Demikian kami sampaikan dan terima kasih.

WADIR ADM DAN UMUM  
RUMAH SAKIT JiWA ACEH  
RUMAH SAKIT JiWA  
dr. Wahyu Zulfansyah, M.Kes  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19670909 200012 1 002

*Pedoman Wawancara*

**IDENTIFIKASI ASPEK REGULASI EMOSI TERHADAP RESIDEN DI  
PANTI REHABILITASI NAPZA RUMOH HARAPAN ACEH KOTA  
BANDA ACEH**

Sumber Data	: Residen Panti Rehabilitasi Rumoh Harapan Aceh
Waktu	: Durasi minimal setiap wawancara $\pm$ 120 menit
Alat	: Alat tulis (ballpoint dan catatan lapangan penelitian), dan alat perekam audio (aplikasi perekam suara dari telepon genggam).
Lokasi	: Jln. Dr.T.Syarif Tayb No. 25 Banda Aceh Terletak di dalam pekarangan rumah sakit jiwa

**Identitas Responden**

Nama :

Umur :

Untuk menjawab pertanyaan menyangkut penelitian dengan judul Identifikasi Aspek Regulasi Emosi Terhadap Residen Di Panti Rehabilitasi NAPZA Rumoh Harapan Aceh Kota Banda Aceh. Maka disusunlah beberapa butir pertanyaan untuk diajukan kepada subjek penelitian guna untuk menjawab pertanyaan yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini. Terlebih dahulu peneliti akan menjelaskan istilah yang terdapat dalam variabel penelitian ini.

1. Regulasi Emosi

Gross mendefenisikan bahwa regulasi emosi adalah cara yang dilakukan seseorang dalam mengolah/mengendalikan emosi yang mereka milikinya, kapan mereka merasakan emosinya dan bagaimana mereka

mengekspresikan emosi tersebut.<sup>1</sup> Kemampuan regulasi emosi adalah cara individu dalam mengontrol dan mengekspresikan perasaannya. Regulasi emosi mencakup kemampuan untuk menilai dan memodifikasi reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku dengan menyesuaikan pada keadaan yang terjadi.

Aspek-Aspek regulasi emosi menurut Gross adalah

- 1) Memonitor emosi (*emotions monitoring*). *Emotions monitoring* Adalah aspek yang paling mendasar dalam meregulasi emosi, karena dapat mencapai aspek yang lainnya. Memonitor emosi adalah kemampuan individu dalam menyadari dan memahami suatu proses yang terjadi dalam dirinya, perasaan, pikiran serta latar belakang atas tindakannya secara menyeluruh.
- 2) Mengevaluasi Emosi (*Emotions Evaluating*) Kemampuan individu yang dapat melihat sesuatu peristiwa yang dialaminya dapat mengambil hikmah/kebaikan atas peristiwa tersebut secara positif.
- 3) Memodifikasi emosi (*emotions modification*). Kemampuan individu dalam memodifikasi emosi dapat bertahan dalam menghadapi masalah serta terus berusaha melewati hambatan dalam hidupnya secara baik.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Mohammad Alfian, *Regulasi Emosi Mahasiswa Suku Jawa, Suku Banjar, dan Suku Bima*, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol 02, No 02, (Januari, 2014), hal. 266.



2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi regulasi emosi menurut Gross adalah sebagai berikut :

1) Pengasuhan

Cara orang tua mengasuh anak ternyata dapat juga mempengaruhi regulasi emosi anak, kemampuan regulasi emosi seseorang anak dapat dilihat dari sejauh mana orang tuanya dapat menumbuhkan dan mengembangkan pengendalian perasaan anak dengan cara menjadi mendidik serta menjadi role model bagi anak. Hal ini dapat didukung oleh penelitian Wiwin Dinar Prastiti bahwa cara mengembangkan regulasi emosi yang tepat untuk anak adalah memberikan contoh pengendalian emosi yang baik, memberikan arahan dan bimbingan regulasi emosi yang tepat, dan menciptakan iklim emosional yang baik.<sup>3</sup>

2) Usia

Dalam hasil penelitian Mider, menyatakan semakin matang usia seseorang maka regulasi emosi akan semakin baik, sehingga dapat membuat ekspresi emosinya terkontrol dengan baik.

---

<sup>2</sup> Rusmaladewi, dkk, *Regulasi Emosi pada Mahasiswa Selama Proses Pembelajaran Daring Di Program Studi PG-PAUD FKIP UPR*, Jurnal Pendidikan dan Psikologi Pintar Harati, Vol 16, No 2, (Desember, 2020), hal. 37.

<sup>3</sup> Wiwien Dinar Prastiti, *Peran Orangtua dalam Perkembangan Kemampuan Regulasi Emosi Anak: Model Teoritis*, (Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Psikologi, 2013), hal. 330

### 3) Religiusitas

Semakin tinggi tingkat keagamaan seseorang maka dia akan mudah meregulasi emosinya dan berusaha untuk tidak menampilkan emosi yang berlebihan dan begitupun sebaliknya apabila tingkat religiusitasnya rendah maka dia akan sulit meregulasi emosinya.

### 4) Kepribadian

Seseorang yang memiliki kepribadian '*neuroticism*' dengan ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang mampu mengontrol diri dan tidak memiliki koping yang efektif terhadap stres akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapina Wanita Dalam Masa Pembinaan, ( Studi Lembaga Permasayarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang)*, Jurnal Teologia, Vol 26, No 2, 2015, hal. 287-288.

A. Untuk menjawab rumusan masalah nomor 1 yaitu tentang “ *Bagaimana bentuk aspek regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh Kota Banda Aceh ?*” maka disusunlah pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut sesuai dengan aspek-aspek regulasi emosi menurut Gross

No	Variabel	Aspek	Indikator	Pertanyaan
	Regulasi emosi	Mengatur /mengontrol emosi	Mampu berpikir jernih serta mengekspresikannya dalam tindakan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa yang anda pikirkan sebelum anda mengekspresikan perasaan marah, sedih dan kecewa anda ?</li> <li>2. Apa anda mampu mengontrol perasaan marah? dan bagaimana cara anda mengendalikannya?</li> <li>3. Apa anda mampu mengontrol perasaan sedih? bagaimana cara anda mengendalikannya ?</li> <li>4. Apa anda mampu mengontrol perasaan takut anda? dan bagaimana cara anda mengendalikannya ?</li> </ol>
			Terpengaruh perasaan	1. Apa anda mudah

			negatif	<p>terpengaruh hal-hal yang negative ? bisakah anda memberikan contohnya?</p> <p>2. Apakah emosi negatif yang anda rasakan dapat mempengaruhi perilaku anda ? perilaku seperti apa yang anda tunjukkan.</p>
			Kemampuan mengalihkan fokus perhatian	<p>1. Ketika anda merasakan perasaan sedih, marah dan takut bagaimana cara anda mengalihkan perhatian anda? atau seperti pergi dari tempat yang membuat anda semakin merasakan emosi negatif tersebut. dll</p>
		Mengevaluasi / mengimbangi emosi yang di rasakan	Merasakan emosi yang di miliki	<p>1. Selama anda tinggal di panti rehabilitasi ini perasaan seperti apa yang anda rasakan?</p> <p>2. Apa anda mampu mengimbangi emosi anda cara apa yang anda</p>

				<p>lakukan untuk mengimbanginya ?</p> <p>3. Dalam kondisi seperti apa yang membuat anda sulit dalam mengendalikan emosi negative anda ?</p>
			Mampu memahami diri sendiri	<p>1. Bagaimana anda menilai diri anda sendiri ?</p> <p>2. bagaimana cara anda memahami orang lain ?</p> <p>3. Jika orang lain tidak mampu memahami keadaan anda hal apa yang anda pikirkan dan anda lakukan ?</p>
		Memodifikasi/ Mengubah emosi	Usaha dalam mengatasi masalah,.	<p>1. Usaha apa yang anda lakukan untuk mengatasi masalah anda ?</p> <p>2. Kenapa anda memilih usaha tersebut ?</p>
			Mampu mengurangi emosi negatif.	<p>1. Cara apa yang anda lakukan untuk mengurangi emosi negative anda ? dan kenapa anda memilih cara tersebut ?</p>

				2. Bagaimana cara anda mengelola emosi negatif dalam kehidupan sehari-hari ?
			Perilaku yang ditampilkan	1. Tindakan apa yang anda lakukan ketika anda merasakan emosi marah, sedih atau takut ?  2. Kenapa anda memilih tindakan tersebut ?

B. Untuk menjawab rumusan masalah nomor 2 tentang “ *Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi residen di panti rehabilitasi NAPZA rumah harapan Aceh Kota Banda Aceh?* ” maka di susunlah pertanyaan sebagai berikut .

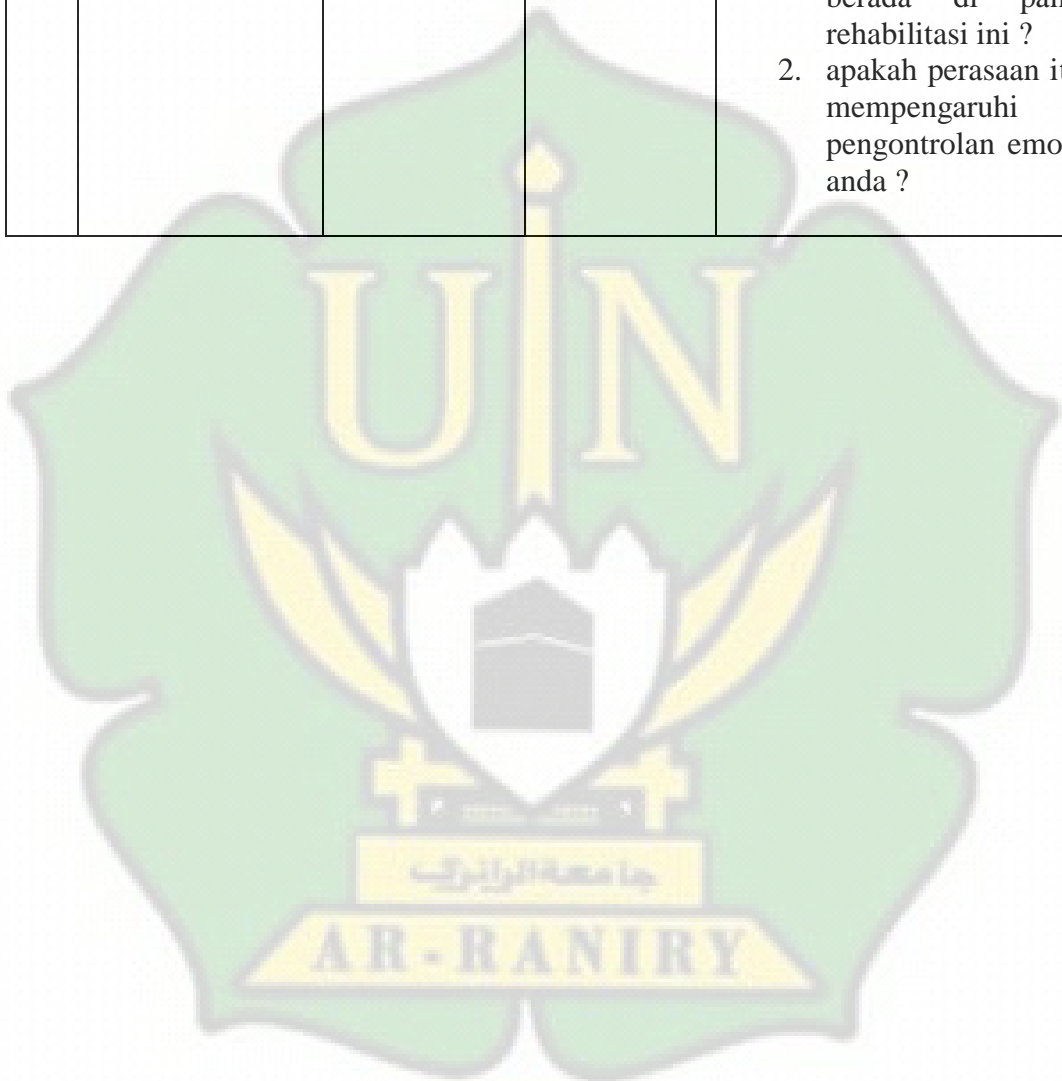
No	Variabel	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1	Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi	pengasuhan	Memahami	1. Apa keluarga anda sering menjenguk anda di panti rehabilitasi ini?  2. Apa keluarga anda dapat memahami keadaan anda ?

			komunikasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa anda sering berkomunikasi dengan orang tua anda ?</li> <li>2. Komunikasi yang seperti apa yang diberikan oleh orang tua anda ?</li> <li>3. Menurut anda apakah komunikasi yang berikan oleh orang tua anda dapat mempengaruhi emosi anda ?</li> </ol>
			Kasih Sayang	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menurut anda apakah kasih sayang dapat mempengaruhi regulasi emosi anda? jika iya apa alasannya ? jika tidak mengapa demikian?</li> <li>2. Kasih sayang seperti apa yang diberikan orang tua anda kepada anda sehingga kasih sayang tersebut mempengaruhi regulasi emosi anda ?</li> </ol>
		Usia	Pengalaman	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selama anda tinggal di panti rehabilitasi ini pengalaman apa yang anda dapatkan ?</li> </ol>

		Spiritual	Ketenangan Hati	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hal apa yang anda lakukan untuk mencari ketenangan hati ketika anda sedih ?</li> <li>2. Hal apa yang anda lakukan untuk mencari ketenangan ketika anda marah ?</li> <li>3. Hal apa yang anda lakukan untuk mencari ketenangan hati ketika anda takut ?</li> <li>4. Apakah ada cara lain yang anda lakukan untuk mencari ketenangan hati ketika anda dalam perasaan sedih, marah dan takut ?</li> <li>5. Menurut anda apakah ketenangan hati dapat mengurangi perasaan sedih, marah, dan takut anda?</li> </ol>
		Kepribadian	Merasa cemas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rasa cemas apa yang sering anda alami?</li> <li>2. Apakah rasa cemas itu mempengaruhi regulasi emosi anda ? jika iya kenapa ? jika tidak</li> </ol>



			mengapa?
		Perasaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perasaan seperti apa yang anda rasakan ketika anda berada di panti rehabilitasi ini ?</li> <li>2. apakah perasaan itu mempengaruhi pengontrolan emosi anda ?</li> </ol>



## LAMPIRAN-LAMPIRAN

