

**GAMBARAN SELF-EFFICACY PADA KLIEN PENYALAHGUNAAN NARKOBA
DALAM STRENGTH-BASED THERAPY (STUDI KASUS DI BALAI
PEMASYARAKATAN KELAS I SEMARANG)**

Febri Birrul Walidaini¹, Muhammad Ali Equatora², Herry Fernandes Butar Butar³
Program Studi Bimbingan Kemasyarakatan,
Politeknik Imigrasi dan Pemasyarakatan Indonesia
birulwalidaini212@gmail.com¹, bangtora1973@gmail.com²,
herryfbutar2@gmail.com³

ABSTRACT

This study examines self-efficacy among drug-abuse clients undergoing strength-based therapy at Balai Pemasyarakatan (Bapas) Kelas I Semarang, in collaboration with Yayasan Cinta Kasih Bangsa (YCKB). A qualitative case-study design was used, with data collected through in-depth interviews, observation, and documentation involving eight purposively selected informants: two community counselors (Pembimbing Kemasyarakatan), three drug-abuse clients, one psychologist, and two rehabilitation counselors. Data were analyzed using the Miles and Huberman interactive model and validated through dependability and credibility tests, including source and technique triangulation. Findings show that strength-based therapy was implemented through three continuous stages: exploring clients' inner strengths, reinforcing capacity and internal motivation, and building future orientation with relapse prevention. Across all three clients, self-efficacy improved on Bandura's (1997) three dimensions. On the level dimension, clients completed increasingly demanding recovery tasks; on the strength dimension, self-belief grew firmer despite continued exposure to old peer environments; and on the generality dimension, confidence extended to family relations, emotional regulation, and social role performance. Supporting factors included family support, trusting therapeutic relationships, mastery experiences, and peer role models, while inhibiting factors included old peer environments, social stigma, repeated past failures, and fear of relapse. The study concludes that strength-based therapy is a relevant intervention for rebuilding self-efficacy among drug-abuse clients within community-based correctional supervision, and recommends that Bapas expand strength-focused counseling as a complement to its supervisory function.

Keywords : *self-efficacy, strength-based therapy, drug abuse, community-based corrections, case study*

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji gambaran *self-efficacy* pada klien penyalahgunaan narkoba dalam penerapan *strength-based therapy* di Balai Pemasyarakatan (Bapas) Kelas I

Semarang, yang bekerja sama dengan Yayasan Cinta Kasih Bangsa (YCKB). Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap delapan informan yang dipilih secara *purposive sampling*, yaitu dua Pembimbing Kemasyarakatan, tiga klien penyalahgunaan narkoba, satu psikolog, dan dua konselor rehabilitasi. Data dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman serta diuji keabsahannya melalui uji dependabilitas dan kredibilitas, termasuk triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *strength-based therapy* diterapkan melalui tiga tahap berkesinambungan, yaitu eksplorasi kekuatan diri, penguatan kapasitas dan motivasi internal, serta orientasi masa depan dan pencegahan *relapse*. Ketiga klien menunjukkan peningkatan *self-efficacy* pada tiga dimensi Bandura (1997), dimensi *level* tampak dari kemampuan menyelesaikan tugas pemulihan dengan tingkat kesulitan yang meningkat; dimensi *strength* tampak dari keteguhan keyakinan diri meski masih bertemu lingkungan pergaulan lama; dan dimensi *generality* tampak dari meluasnya keyakinan diri pada relasi keluarga, pengendalian emosi, dan peran sosial klien. Faktor pendukung meliputi dukungan keluarga, relasi terapeutik yang suportif, pengalaman keberhasilan kecil, dan figur panutan sesama klien, sedangkan faktor penghambat meliputi lingkungan pergaulan lama, stigma sosial, riwayat kegagalan berulang, dan kecemasan terhadap *relapse*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *strength-based therapy* merupakan intervensi yang relevan untuk membangun kembali *self-efficacy* klien penyalahgunaan narkoba dalam konteks pembimbingan kemasyarakatan, dan merekomendasikan perluasan konseling berbasis kekuatan sebagai pelengkap fungsi pengawasan Bapas.

Kata kunci : *self-efficacy*, *strength-based therapy*, penyalahgunaan narkoba, pembimbingan kemasyarakatan, studi kasus

A. Pendahuluan

Penyalahgunaan narkoba merupakan krisis serius yang berdampak multidimensi terhadap kondisi fisik, psikologis, perilaku, dan finansial penggunanya (Hartono, 2019). Survei Nasional Prevalensi Penyalahgunaan Narkotika mencatat prevalensi penyalahgunaan di Indonesia meningkat dari 1,73% pada 2023 menjadi 2,11% atau sekitar 4,15 juta jiwa pada periode 2023–2025 (BNN, 2024, 2025). Secara psikologis, pengguna narkoba kerap mengalami kecemasan, depresi, dan yang paling krusial adalah merosotnya *self-*

efficacy atau keyakinan diri terhadap kemampuan mengatasi tantangan kehidupan (Xu, 2023).

Self-efficacy terbukti berperan penting dalam mencegah *relapse* (kekambuhan). Penelitian terhadap narapidana narkotika menemukan *self-efficacy* berkontribusi 39,7% terhadap kemampuan dalam menghadapi tekanan hidup (Putra et al., 2026), sementara studi lintas negara menunjukkan kelompok klien tanpa *relapse* memiliki skor *self-efficacy* yang jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok yang mengalami *relapse* (Al-Ziadat, 2024).

Dalam konteks ini, Balai Pemasarakatan (Bapas) memiliki peran strategis melalui pembimbingan, pengawasan, dan pendampingan klien untuk mendukung reintegrasi sosial yang efektif.

Salah satu pendekatan psikologis yang dinilai relevan untuk meningkatkan *self-efficacy* klien adalah *strength-based therapy*, yaitu intervensi yang berfokus mengenali, memvalidasi, dan menumbuhkan kekuatan, kapasitas, serta kesiapan motivasi klien, alih-alih semata berorientasi pada kelemahan dan masalah (Rashid, 2015; Flückiger et al., 2023). Pendekatan ini terbukti secara empiris mampu menaikkan *self-efficacy* dan kesejahteraan psikologis melalui penguatan kekuatan individu dan motivasi internal (Parsakia et al., 2024), termasuk pada pasien penyalahgunaan NAPZA (C. Maharani et al., 2025).

Meski demikian, sebagian besar penelitian terdahulu mengenai keterkaitan *self-efficacy* dan *relapse* pada penyalahguna narkoba masih bersifat kuantitatif dan *cross-sectional*, sementara kajian kualitatif yang mengungkap secara mendalam bagaimana proses *strength-based therapy* membentuk *self-efficacy* klien dalam konteks pembimbingan kemasyarakatan di Indonesia masih terbatas. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan penerapan *strength-based therapy* dalam membentuk gambaran *self-efficacy* pada klien penyalahgunaan

narkoba di Balai Pemasarakatan Kelas I Semarang, dengan rumusan masalah: bagaimana penerapan *strength-based therapy* dalam gambaran *relapse* pada klien penyalahgunaan narkoba di Balai Pemasarakatan Kelas I Semarang?

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus (*case study*), yang dipilih karena berfokus memahami secara mendalam bagaimana individu memaknai dan mengalami suatu fenomena dalam konteks alamiahnya (Creswell & Poth, 2016). Desain ini digunakan untuk mengkaji proses penerapan *strength-based therapy* serta dinamika psikologis klien secara intensif dalam konteks kehidupan nyata di lingkungan Bapas.

Penelitian dilaksanakan di Balai Pemasarakatan Kelas I Semarang bekerja sama dengan Yayasan Cinta Kasih Bangsa (YCKB) sebagai mitra rehabilitasi. Informan ditentukan melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan relevansi, pengetahuan, dan keterlibatan langsung dengan objek penelitian, dengan jumlah informan mengacu pada prinsip saturasi data. Penelitian ini melibatkan delapan informan sebagaimana disajikan pada Tabel berikut :

Tabel 1. Informan Penelitian

Kode	Peran	Jumlah	Kriteria Utama
PK 1–PK 2	Pembimbing Kemasyarakatan	2 orang	Minimal 2 tahun mendampingi klien penyalahgunaan narkoba
K1–K3	Klien penyalahgunaan narkoba	3 orang	Sedang/telah menjalani program

			bimbingan di Bapas
PS	Psikolog	1 orang	Melakukan asesmen psikososial klien
KO1 – KO2	Konselor rehabilitasi YCKB	2 orang	Menerapkan <i>strength-based therapy</i> pada klien

Sumber: Data primer penulis (2026)

Data dikumpulkan melalui tiga teknik, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi, sebagai strategi triangulasi metode. Analisis data mengacu pada model interaktif Miles dan Huberman (2014) yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Keabsahan data diuji melalui uji dependabilitas (audit oleh dosen pembimbing) dan uji kredibilitas melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Penerapan *Strength-Based Therapy*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *strength-based therapy* di Bapas Kelas I Semarang dilaksanakan melalui tiga tahap berkesinambungan: (1) eksplorasi kekuatan diri, yaitu membantu klien mengenali kemampuan, pengalaman positif, dan sumber dukungan yang dimiliki; (2) penguatan kapasitas dan motivasi internal, yaitu mengembangkan kemampuan yang telah dimiliki serta membangun motivasi perubahan; dan (3) orientasi masa depan dan pencegahan *relapse*, yaitu menetapkan tujuan hidup realistis serta menyiapkan strategi menghadapi situasi berisiko. Temuan

ini sejalan dengan perspektif kekuatan Saleebey (2006) dan lima prinsip *strength-based therapy* Sinclair et al. (2024), khususnya kolaborasi setara, eksplorasi potensi, dan orientasi ke depan, serta memperkuat temuan Maharani et al. (2025) yang membuktikan pendekatan ini secara terstruktur meningkatkan *self-efficacy* pasien penyalahgunaan NAPZA.

2. Gambaran *Self-Efficacy* pada Dimensi *Level*, *Strength*, dan *Generality*

Ketiga klien (K1, K2, K3) menunjukkan peningkatan *self-efficacy* yang konsisten pada tiga dimensi Bandura (1997), sebagaimana dirangkum pada Tabel berikut :

Tabel 2. Gambaran *Self-Efficacy* pada tiga dimensi

Dimensi	K1	K2	K3
<i>Level</i>	Bertahan tanpa narkoba selama beberapa bulan sebagai bukti kemampuan diri	Menuntaskan seluruh program rehabilitasi tanpa pelanggaran	Menuntaskan tiap tahapan rehabilitasi dan mengendalikan dorongan menggunakan zat
<i>Strength</i>	Keyakinan diri 85–90%; tetap teguh meski bertemu lingkungan lama	Mulai berani melamar kerja meski sempat diliputi rasa malu	Berani menghadapi ketakutan akan penolakan sosial dengan keyakinan untuk berubah
<i>Generality</i>	Perbaikan pengendalian emosi, kedisiplinan, dan relasi keluarga	Perbaikan peran sebagai suami dan pencari nafkah keluarga	Perbaikan peran sebagai suami dan ayah, serta pengelolaan masalah tanpa zat

Sumber: Data primer penulis (2026)

Pada dimensi *level*, ketiga klien menunjukkan kemampuan menghadapi tugas pemulihan dengan tingkat kesulitan yang terus bertambah, memperkuat konsep dasar *self-efficacy* sebagai keyakinan individu dalam menyelesaikan tugas dan mengatasi masalah (Ghufron et al., 2017). Pada dimensi *strength*, keteguhan keyakinan diri klien terbentuk bertahap melalui pengalaman keberhasilan kecil, sejalan dengan temuan Al-Ziadat (2024) bahwa kelompok klien tanpa *relapse* memiliki skor *strength* yang jauh lebih tinggi, menunjukkan dimensi ini berperan protektif terhadap risiko kekambuhan. Pada dimensi *generality*, keyakinan diri klien meluas melampaui kemampuan menghindari narkoba hingga ke relasi keluarga dan peran sosial, memperkuat temuan Sreeraj et al. (2019) bahwa keyakinan diri merupakan hal yang paling efektif melindungi individu dari perilaku adiktif. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan *self-efficacy* sebagai predikat kuat keberhasilan dalam jangka panjang (Torrecillas et al., 2015; Kadden & Litt, 2011).

3. Faktor Pendukung dan Penghambat

Faktor pendukung gambaran *self-efficacy* klien meliputi dukungan keluarga, relasi baik yang suportif dengan konselor dan Pembimbing Kemasyarakatan, pengalaman keberhasilan kecil (*mastery experience*), serta figur panutan sesama peserta rehabilitasi yang telah pulih. Sebagaimana disampaikan informan PK2, “pengalaman berhasil

mempertahankan perubahan” menjadi faktor paling berpengaruh, diperkuat oleh dukungan keluarga dan lingkungan yang sehat. Temuan ini sejalan dengan bukti bahwa *self-efficacy* berhubungan signifikan dengan kemampuan klien mempertahankan proses rehabilitasi (Supriyanto & Hendiani, 2018).

Sebaliknya, faktor penghambat meliputi lingkungan pergaulan lama yang masih menggunakan narkoba, stigma sosial, riwayat kegagalan berulang, serta kecemasan menghadapi kehidupan pascarehabilitasi. Informan PS menegaskan bahwa “rasa takut mengalami *relapse*” dan rendahnya kepercayaan diri ketika kembali ke masyarakat menjadi hambatan psikologis yang paling sering muncul. Temuan ini memperkuat hubungan negatif antara *self-efficacy* dan kecenderungan *relapse* (Pradana et al., 2023), sekaligus relevan dengan temuan hubungan positif antara motivasi internal (*self-determination*) dan *abstinence self-efficacy* (Purnamasari et al., 2025).

4. Keterkaitan dengan Rumusan Masalah

Temuan-temuan di atas menjawab rumusan masalah penelitian bahwa *strength-based therapy* diterapkan secara bertahap melalui eksplorasi kekuatan diri, penguatan kapasitas dan motivasi internal, serta orientasi masa depan dan pencegahan *relapse*, dan melalui proses tersebut klien penyalahgunaan narkoba di Bapas Kelas I Semarang menunjukkan peningkatan *self-efficacy* yang konsisten pada dimensi

level, strength, dan generality. Peningkatan ini berlangsung bertahap, dipengaruhi oleh interaksi faktor internal klien dengan faktor eksternal berupa dukungan keluarga, kualitas relasi yang baik, dan kondisi lingkungan sosial pascarehabilitasi. Sebagai studi kasus kualitatif, temuan ini menekankan kedalaman pemahaman kontekstual pada lokasi penelitian dan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan secara statistik pada populasi penyalahguna narkoba secara luas.

D. Kesimpulan

Strength-based therapy memiliki relevansi dalam mendukung gambaran *self-efficacy* klien penyalahgunaan narkoba di Balai Pemasarakatan Kelas I Semarang. Pendekatan ini diterapkan melalui tiga tahap berkesinambungan yaitu eksplorasi kekuatan diri, penguatan kapasitas dan motivasi internal, serta orientasi masa depan dan pencegahan *relapse*, yang secara konsisten meningkatkan *self-efficacy* klien pada dimensi *level, strength, dan generality*. Peningkatan tersebut tidak berlangsung instan, melainkan dipengaruhi oleh interaksi antara pengalaman keberhasilan pribadi klien dengan dukungan keluarga, relasi positif bersama konselor dan Pembimbing Kemasyarakatan, serta lingkungan sosial pascarehabilitasi. Secara praktis, temuan ini menegaskan pentingnya Bapas memperkuat layanan pembimbingan yang tidak hanya berorientasi pada pengawasan, tetapi juga memberi ruang bagi pengembangan kekuatan dan potensi klien, sehingga *strength-*

based therapy dapat dikembangkan sebagai pendekatan pendukung yang komplementer dalam pembimbingan klien penyalahgunaan narkoba. Penelitian lanjutan dengan cakupan informan yang lebih luas dan pengamatan longitudinal disarankan untuk memperkuat generalisasi temuan pada konteks Balai Pemasarakatan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ziadat, M. A. (2024). Do social support and self-efficacy play a significant role in substance use relapse? *Health Psychology Research*, 12, 1–10. <https://doi.org/10.52965/001c.94576>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press.
- BNN. (2024). Laporan Hasil Survei Penyalahgunaan Narkoba 2023. Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN.
- BNN. (2025). Dari Data Ke Aksi: BNN Perkuat Strategi Penanggulangan Narkoba Berbasis Riset Komprehensif. Biro Humas dan Protokol BNN RI.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*. SAGE Publications.
- Flückiger, C., Munder, T., Del Re, A. C., & Solomonov, N. (2023). Strength-based methods—a narrative review and comparative multilevel meta-analysis of positive interventions in clinical settings. *Psychotherapy Research*, 33(7), 856–872.

-
- <https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2181718>
- Ghufron, M. N., Suminta, R. R., & Psikologi, P. S. (2017). Efikasi Diri dan Hasil Belajar Matematika: Meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 21(1), 20–28.
- Hartono, S. P. (2019). Press Release Akhir Tahun, Kepala BNN: “Jadikan Narkoba Musuh Kita Bersama!” Humas BNN. <https://bnn.go.id/press-release-akhir-tahun-kepala-bnn/>
- Kadden, R. M., & Litt, M. D. (2011). The role of self-efficacy in the treatment of substance use disorders. *Addictive Behaviors*, 36(12), 1120–1126. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.07.032>
- Maharani, C., Fahrizal, Y., & Triyana. (2025). Penerapan *Strength-Based Therapy* Terhadap Self-Efficacy Pada Pasien Penyalahgunaan Napza: Case Report. *Borneo Nursing Journal*, 7(2), 102–108. <https://doi.org/10.61878/bnj.v7i2.111>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. SAGE Publications.
- Parsakia, K., Knechtle, B., & Irandoust, K. (2024). *Strength-Based Therapy*: Empowering Athletes' Self-Efficacy and Life Satisfaction. 2(2), 1–7. <https://doi.org/10.61838/kman.hn.2.2.1>
- Pradana, B., Raudhoh, S., & Hafizah, N. (2023). Hubungan Self-Efficacy Dengan Kecenderungan Relapse Klien Rawat Jalan Di Badan Narkotika Nasional Provinsi Jambi. *Jurnal Psikologi Jambi*, 8(2), 32–39. <https://doi.org/10.22437/jpj.v8i02.29903>
- Purnamasari, A., Iswari, R. D., Juniarily, A., Alya, S., & Putri, W. A. (2025). Self-Determination Pecandu Narkoba yang Sedang Menjalani Masa Rehabilitasi Dikaitkan dengan Abstinence Self-Efficacy. *Jurnal Psikologi Integratif*, 12(2), 252–265. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v12i2.2830>
- Putra, F., Lubis, L., & Jarodi, O. (2026). Pengaruh Self-efficacy terhadap Resilience Narapidana Tindak Pidana Narkotika di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Lubuk Pakam. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 5(2), 231–243. <https://doi.org/10.56799/jceki.v5i2.12339>
- Rashid, T. (2015). Positive psychotherapy: A strength-based approach. *The Journal of Positive Psychology*, 10(1), 1–16. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.920411>
- Saleebey, D. (2006). *The Strengths Perspective in Social Work Practice* (4th ed.). Pearson.
- Sinclair, D. L., Chantry, M., De Ruyscher, C., Magerman, J., Nicaise, P., & Vanderplassen, W. (2024). Recovery-supportive interventions for people with substance use disorders: a scoping review. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1352818>
-

Sreeraj, V. S., Uvais, N. A., Mohanty, S., & Kumar, S. (2019). Indian nursing students' attitudes toward mental illness and persons with mental illness. *Industrial Psychiatry Journal*, 28, 195–201.
<https://doi.org/10.4103/ipj.ipj>

Supriyanto, A., & Hendiani, N. (2018). Self Efficacy Scale For People With Drug Abuse Disorders. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(2), 57–63.
<https://doi.org/10.21067/jki.v3i2.2318>

Torrecillas, F. L., Cobo, T. A. M., Delgado, P., & Ucles, R. I. (2015). Predictive Capacity of Self-Efficacy in Drug Dependence and Substance Abuse Treatment. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 2(3), 1–6.
<https://doi.org/10.15406/jpcpy.2015.02.00073>

Xu, Z. (2023). Research Related to Self-Efficacy in Substance Use Disorders. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 8, 1567–1571.
<https://doi.org/10.54097/ehss.v8i.4522>