

# EFEKTIVITAS TERAPI REALITAS DALAM MENURUNKAN POTENSI *RELAPSE* PADA NARAPIDANA LAPAS NARKOTIKA KELAS IIA SUNGGUMINASA

**Andi Mardani**  
Universitas Negeri Makassar

**Ahmad**  
Universitas Negeri Makassar

**Nurfitriany Fakhri**  
Universitas Negeri Makassar

*Journal of Correctional Issues*  
2023, Vol.6 (2)  
Politeknik Ilmu  
Pemasyarakatan

*Review*  
27-05-2023

*Accepted*  
27-06-2023

## **Abstract**

*The causes of relapse is a lack of self-control and motivation of prisoners. One of the interventions that can handle this problem is reality therapy. Reality therapy aims to teach people about skills in making decisions and convince people to be able to take responsibility for decisions that can meet their needs. Reality therapy theory centers on self-control and self-determination. The purpose of this study was to find out reality therapy is effective in reducing the potential of relapse for prisoners at the Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. This study used a pre-experimental research design with one group pretest-posttest design. Participants in this study were 20 people. The measurement tool used is the Index of Sense of Self-control in Recovery for Drug Offenders (ISSRDO). The intervention was given in 12 sessions. Based on the results of the data analysis performed, a significance value of  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ) was obtained. The results of the hypothesis test show that reality therapy is effective in reducing the relapse potential of prisoners who are in the high category of relapse. There is a change in the potential for relapse in prisoners before the intervention is given and after the intervention is given.*

**Keywords** : drug, reality therapy, relapse

## **Abstrak**

Penyebab munculnya relapse karena kurangnya kontrol diri dan motivasi pada narapidana. Salah satu jenis terapi yang dapat digunakan untuk menangani masalah relapse yaitu terapi realitas. Terapi realitas bertujuan untuk mengajarkan individu mengenai keterampilan dalam membuat keputusan dan meyakinkan individu agar mampu bertanggung jawab mengenai keputusan yang dapat memenuhi kebutuhannya. Teori terapi realitas berpusat pada self-control dan self-determination. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terapi realitas efektif dalam menurunkan potensi relapse pada narapidana Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-experimental designs dengan bentuk one group pretest-posttest design. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 20 orang. Alat ukur yang digunakan adalah Index of Sense of Self-control in Recovery for Drug Offenders (ISSRDO). Pemberian intervensi diberikan sebanyak 12 sesi. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ). Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terapi realitas efektif untuk menurunkan potensi relapse narapidana yang berada pada kategori tinggi. Terdapat perubahan potensi relapse pada narapidana sebelum intervensi diberikan dan setelah intervensi diberikan.

**Kata kunci** : Narkotika, relapse, terapi realitas.

## Pendahuluan

Berdasarkan hasil survei Badan Narkotika Nasional setiap tiga tahun sekali, ditemukan bahwa pada tahun 2011 hingga tahun 2017 jumlah pemakai narkotika di Indonesia menurun. Pada tahun 2011 prevalensi angka 2,23%, pada tahun 2014 prevalensi angka 2,18%, dan pada tahun 2017 prevalensi angka 1,77%. Pada tahun 2019 jumlah pemakai narkotika meningkat 0,03% hingga mencapai prevalensi angka 1,80%. Pada tahun 2022 angka prevalensi kembali meningkat menjadi 1,95%.

Dilansir dari *press rilis* Badan Pusat Narkotika Provinsi Sulawesi Selatan, Sulawesi Selatan sendiri angka prevalensi terhadap narkotika pada tahun 2019 sekitar 1,50%. Angka tersebut mengalami penurunan dibandingkan tahun 2018, yaitu sebanyak 0,30%. Secara Nasional, berdasarkan data prevalensi penyalahgunaan narkotika dari 34 provinsi kedudukan Sulawesi Selatan mengalami penurunan, dari urutan ketujuh pada tahun 2018, hingga tahun 2019 menempati urutan keenam belas.

Di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa pada tahun 2022 tercatat jumlah narapidana yang kembali melakukan penyalahgunaan narkotika sebanyak 93 orang. Meskipun di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa telah menerapkan program rehabilitasi, namun masih ada 51 orang di antara mereka yang kembali mengulang perilaku mereka memakai narkotika. Narapidana yang kembali mengulangi perilakunya untuk memakai narkotika disebut dengan *relapse* (Witkiewitz & Marlatt, 2004).

Blume (2005) mengartikan *relapse* sebagai kembalinya individu ke perilaku yang sebelumnya. Penggunaan narkotika menjadi rutinitas, sehingga pola perilaku lama dapat kembali. Hendershot et al. (2011) juga menambahkan bahwa

*relapse* didefinisikan sebagai kemunduran yang terjadi selama proses perubahan perilaku, yang dimana proses perubahan dalam mengubah perilaku akan terganggu dengan kembalinya perilaku lama. *Relapse* dianggap sebagai penghalang dasar dalam menangani perilaku candu.

Narapidana yang masih mengalami *relapse* disebabkan oleh beberapa faktor, seperti efikasi diri yang rendah, kurangnya dukungan dari keluarga dan kerabat, serta kurang efektifnya program dari lapas (Ibrahim & Kumar, 2009). Adapun program yang dilaksanakan di Lapas Narkotika Klas II Sungguminasa yaitu, *page group*, berupa penyampaian positif ataupun negative terkait perilaku narapidana, *static group*, berupa konseling kelompok, *dynamic group*, berupa hiburan seperti *games*, konseling individu, *screening tools*, berupa pemberian penguatan kepada narapidana untuk menjalankan aturan rehabilitasi, serta seminar yang dibawakan oleh konselor. Program yang dijalankan tersebut dinilai masih kurang efektif, karena masih banyaknya narapidana yang mengalami *relapse*. Faktor yang menyebabkan kurang efektifnya program tersebut disebabkan oleh narapidana yang masih malas-malasan dan tidak termotivasi dalam menjalankan program rehabilitasi.

Salah satu jenis terapi yang dapat digunakan untuk menangani masalah *relapse* merupakan terapi realitas. Masril (2012) mengemukakan bahwa terapi realitas fokus pada perilaku sekarang dan tidak lagi mengungkit kejadian di masa lalu. Wubbolding (2017) juga menambahkan bahwa mencari dasar dari masalah ataupun solusi atas konflik yang tidak disadari bukanlah tujuan terapi realitas. Terapi realitas bertujuan untuk mendapat perubahan atas perilaku yang

menghasilkan kepuasan dan kebahagiaan.

Corey, 2017 menambahkan bahwa terapi realitas akan mengajarkan individu untuk bertanggung jawab atas perilaku yang dilakukannya. Dengan *relapse*-nya narapidana, dapat dikatakan pula jika narapidana tidak bertanggung jawab atas keputusan yang dibuatnya untuk mengikuti rehabilitasi. Peneliti melakukan wawancara awal dengan salah satu konselor. Konselor mengakui bahwa narapidana yang *relapse* adalah narapidana yang masih belum mampu mengontrol diri agar tidak kembali menggunakan narkotika. Konselor menambahkan bahwa tujuan merekrut konselor itu untuk para narapidana yang belum kuat kontrol dirinya.

Pada awalnya, teori kontrol merupakan dasar dari terapi realitas. Dasar dari terapi realitas kini berganti menjadi teori pilihan karena teori pilihan berasumsi bahwa motivasi individu akan meningkat apabila didasari dengan keputusan yang tepat (Glasser, 1999). Berdasarkan hasil wawancara awal, konselor juga menyatakan bahwa motivasi narapidana di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa masih belum cukup baik. Oleh karena itu, konselor akan berusaha untuk mendorong para narapidana agar lebih termotivasi untuk lepas dari narkotika.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, diketahui bahwa kontrol diri dan motivasi narapidana memiliki pengaruh atas *relapse* yang terjadi di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. Untuk meningkatkan kontrol diri dan motivasi narapidana yang rendah, maka penggunaan terapi realitas adalah terapi yang tepat dalam mengatasi masalah tersebut, karena teori terapi realitas berpusat pada *self-control* dan *self-determination* (Law & Guo, 2014).

Tate, Brown, Glasner, Unrod, dan McQuaid (2006; Law & Guo, 2014) menambahkan jika individu dengan *self-control* rendah cenderung memiliki tingkat tekanan emosional yang lebih tinggi. Dengan tingginya tingkat tekanan emosional yang dimiliki individu, maka hal tersebut akan memicu individu menuju penyalahan narkoba dan terjadinya *relapse*. Deci dan Ryan (2000; Chan et al., 2019) mengemukakan bahwa *self-determination* menunjukkan bagaimana persepsi sosial dapat memberikan individu motivasi untuk merubah perilakunya.

Law dan Guo (2014) melakukan penelitian mengenai efektivitas terapi realitas untuk pecandu narkotika pada perempuan di Taiwan. Pada penelitian ini, partisipan akan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah pemberian terapi diberikan, hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yaitu kelompok eksperimen menunjukkan hasil *post-test* yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Kasih (2019) juga melakukan penelitian mengenai terapi realitas, namun dikemas dalam bentuk konseling kelompok. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa konseling kelompok realitas dapat membantu narapidana untuk mengurangi keinginannya memakai narkotika. Para subjek memiliki penurunan pemakaian obat-obatan yang berbeda namun setelah diberikan konseling realitas, subjek telah mampu untuk mengevaluasi diri yang lebih realistis dan mengambil tanggung jawab untuk perubahan dirinya sendiri.

Soliamani dan Babaei (2016) melakukan penelitian mengenai efektivitas terapi realitas dengan

kecemasan dan harapan terhadap individu yang ketergantungan narkotika. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terapi realitas efektif dalam menurunkan kecemasan individu yang ketergantungan narkotika. Selain itu, ditemukan pula bahwa terapi realitas efektif dalam meningkatkan harapan terhadap individu yang ketergantungan narkotika.

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa terapi realitas banyak diterapkan sebagai *treatment* untuk pecandu narkotika. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas terapi realitas dalam menurunkan potensi *relapse* pada narapidana di Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa.

## Metode

### Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-experimental designs* dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Adapun bentuk desain penelitiannya adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Desain Penelitian

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>	<i>Follow up</i>
T1	X	T2	T3

### Subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah narapidana Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa berjumlah 20 orang yang didapatkan dengan teknik *purposive sampling*. Hadi (2016) mengemukakan bahwa teknik *purposive sampling* merupakan pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu. Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah narapidana Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa, mengikuti program rehabilitasi, pernah mengalami *relapse*, mampu membaca dan menulis, memiliki potensi *relapse* yang berada pada kategori tinggi.

### Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala Likert. Skala pada penelitian ini akan terdiri dari enam kategori, yaitu mulai dari 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (agak tidak setuju), 4 (agak setuju), 5 (setuju), dan 6 (sangat setuju). Skala dalam penelitian ini akan menggunakan skala yang diadaptasi dari skala *Index of Sense of Self-Control in Recovery for Drug Offenders* (ISSRDO) yang disusun oleh Law dan Guo (2014).

### Prosedur penelitian

Pemberian terapi realitas terdiri dari 12 sesi dengan setiap sesinya berlangsung selama dua jam yang diadaptasi dari prosedur penelitian Law dan Guo (2014). Terapi realitas diberikan selama 5 hari yang berlangsung setiap dua hari sekali. Seminggu sebelum pemberian terapi realitas berlangsung, peneliti memberikan *pretest* kepada 50 orang narapidana untuk mencari narapidana yang memiliki potensi *relapse* pada kategori tinggi, dan ditemukan bahwa sebanyak 20 orang narapidana memiliki potensi *relapse* tinggi. 20 subjek akan dibagi menjadi 3 kelompok dan setiap kelompoknya didampingi oleh masing-masing 1 fasilitator.

Adapun 12 sesi yang diberikan kepada subjek penelitian adalah: 1) Partisipan duduk sesuai dengan kelompok dan diminta untuk menuliskan harapan mengikuti penelitian dan diminta untuk membaca hasil tulisan mereka. Partisipan lalu diminta berkomitmen memenuhi harapan tersebut. 2) Partisipan dikenalkan model motivasi. Partisipan kemudian diminta mengidentifikasi hal yang dicapai dan kegagalan yang dialami selama rehabilitasi. 3) Partisipan diminta menjelaskan hal ditulis sebelumnya. Partisipan diminta kembali berkomitmen. 4) Partisipan diminta menuliskan mimpi,

masalah yang pernah dialami, perasaan yang pernah dirasakan ketika mengalami hal tersebut, dampak masalah tersebut ke sekitar, dan cara menangani masalah tersebut. Peserta diminta membaca hasil tulisan mereka dan fasilitator akan meminta peserta untuk melakukan refleksi mengenai tindakan saat ini apa sudah mengarah ke mimpi mereka. 5) Peserta diarahkan menuliskan sebanyak mungkin kemampuan yang dimiliki dan alasan menggunakan narkoba. Lalu peserta diminta membacakan hal yang ditulis sebelumnya. Fasilitator memberikan refleksi kepada peserta dan meminta peserta untuk kembali berkomitmen menjauhi narkoba. 6) Partisipan diajar menjadi individu yang asertif menggunakan metode *behavioral rehearsal*. 7) Partisipan diminta menuliskan situasi yang pernah membuat mereka marah atau stress, emosi yang dirasakan, hal yang dipikirkan, serta respon yang diberikan. 8) Partisipan akan diberikan materi mengenai marah dan stress dapat memicu penggunaan narkoba. 9) Partisipan duduk dalam kelompok besar dan terapis akan memulai prosedur terapi realitas, yaitu *wants, doing, evaluation, dan plan*. 10) Partisipan kembali terbagi menjadi 3 kelompok dan diminta untuk membacakan *wants* yang ditulis. 11) Partisipan diminta membacakan *plan* yang ditulis. Kemudian, partisipan diminta memberikan rating seberapa besar kemampuan mereka dalam berkomitmen menjalankan rencananya dan untuk menjauhi narkoba. 12) Partisipan diminta untuk membagikan kesan-pesan selama proses penelitian berlangsung. Peneliti akan membagikan *posttest*. Seminggu setelah penelitian berlangsung, peneliti akan membagikan skala *follow up* untuk melihat kecenderungan *relapse* partisipan ketika

pemberian terapi realitas berakhir.

### Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif dan uji *Friedman* untuk melakukan uji hipotesis.

### Hasil

**Tabel 2.** Data Demografi Partisipan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	20	100%
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>
<b>Usia</b>		
20-29	8	40%
30-39	10	50%
40-47	2	10%
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, partisipan dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Partisipan memiliki rentang usia 20-47 tahun. Pada rentang usia 20-29 tahun sebanyak 8 orang dengan persentase 40%, pada rentang usia 30-39 tahun sebanyak 10 orang dengan persentase 50%, dan pada rentang usia 40-47 tahun sebanyak 2 orang dengan persentase 2%.

**Tabel 3.** Data *Pretest* Partisipan

No	Inisial	<i>Pretest</i>	Ket
1	N	43	Tinggi
2	AY	43	Tinggi
3	SU	43	Tinggi
4	Y	43	Tinggi
5	AZ	43	Tinggi
6	T	43	Tinggi
7	ASY	43	Tinggi

8	RA	44	Tinggi	11	HT	24	Sedang
9	MI	43	Tinggi	12	W	36	Tinggi
10	AS	43	Tinggi	13	J	24	Sedang
11	HT	43	Tinggi	14	C	39	Tinggi
12	W	43	Tinggi	15	SM	24	Sedang
13	J	44	Tinggi	16	SC	23	Sedang
14	C	44	Tinggi	17	AK	25	Sedang
15	SM	43	Tinggi	18	SA	28	Sedang
16	SC	43	Tinggi	19	S	33	Sedang
17	AK	43	Tinggi	20	SB	25	Sedang
18	SA	43	Tinggi				
19	S	44	Tinggi				
20	SB	43	Tinggi				

Berdasarkan tabel di atas, data menunjukkan bahwa terdapat 20 partisipan yang memiliki potensi *relapse* yang tinggi, dan 20 partisipan tersebut merupakan partisipan yang diberikan terapi realitas.

**Tabel 4.** Data *Posttest* Partisipan

No	Inisial	<i>Posttest</i>	Ket
1	N	24	Sedang
2	AY	36	Tinggi
3	SU	36	Tinggi
4	Y	35	Sedang
5	AZ	31	Sedang
6	T	29	Sedang
7	ASY	30	Sedang
8	RA	24	Sedang
9	MI	32	Sedang
10	AS	20	Rendah

Berdasarkan tabel di atas, data menunjukkan bahwa setelah pemberian terapi realitas, terdapat 1 partisipan yang mengalami penurunan potensi *relapse* menjadi kategori rendah, 15 partisipan yang mengalami penurunan potensi *relapse* menjadi kategori sedang, dan 4 partisipan yang potensi *relapse* tetap berada pada kategori tinggi. Meskipun 4 partisipan tetap memiliki potensi *relapse* pada kategori tinggi, namun partisipan mengalami penurunan skor dari *pretest* ke *posttest*.

**Tabel 5.** Data *Follow Up* Partisipan

No	Inisial	<i>Follow Up</i>	Ket
1	N	21	Rendah
2	AY	35	Tinggi
3	SU	34	Sedang
4	Y	33	Sedang
5	AZ	31	Sedang
6	T	28	Sedang
7	ASY	28	Sedang
8	RA	21	Rendah

9	MI	25	Sedang
10	AS	20	Rendah
11	HT	19	Rendah
12	W	34	Sedang
13	J	24	Sedang
14	C	30	Sedang
15	SM	20	Rendah
16	SC	23	Sedang
17	AK	25	Sedang
18	SA	28	Sedang
19	S	33	Sedang
20	SB	25	Sedang

Berdasarkan tabel di atas, data menunjukkan bahwa setelah satu minggu pemberian terapi realitas, terdapat 5 partisipan yang mengalami penurunan potensi *relapse* menjadi kategori rendah, 14 partisipan yang mengalami penurunan potensi *relapse* menjadi kategori sedang, dan 1 partisipan yang potensi *relapse* tetap berada pada kategori tinggi. Meskipun 1 partisipan tetap memiliki potensi *relapse* pada kategori tinggi, namun partisipan mengalami penurunan skor dari *pretest*, *posttest*, dan *follow up*.

**Tabel 4.** Hasil Uji Hipotesis

Chi-Square	P	Keterangan
37,333	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga terapi realitas efektif dalam menurunkan potensi *relapse* pada narapidana Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa.

## Pembahasan

Partisipan yang diberikan intervensi terapi realitas adalah partisipan yang memiliki potensi *relapse* berada pada kategori tinggi. Di antara 51 orang yang diberikan *pretest*, ditemukan bahwa 21 orang memiliki potensi *relapse* yang tinggi. Kurniawan, Yuliawati, dan Hamdani (2017) mengemukakan bahwa *relapse* dapat terjadi karena ketika individu menjalani rehabilitasi, individu akan kembali dihadapkan dengan lingkungan yang sama, yaitu lingkungan yang ketika saat menggunakan narkoba serta bergaul bersama sesama teman pecandu narkoba.

Partisipan memiliki alasan yang berbeda-beda ketika memutuskan untuk mulai menggunakan narkoba, mulai dari pengaruh teman, pengaruh keluarga, penasaran, lari dari masalah, hingga untuk meningkatkan stamina kerja. Hasil penelitian dari Sumiati (Wulandari, Retnowati, Handojo, & Rosida:2015) ditemukan bahwa penyalahgunaan narkotika yang dilakukan oleh individu disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari diri sendiri yang menyebabkan adanya perubahan perilaku, seperti rasa ingin tahu yang tinggi, ingin bersenang-senang, ingin mengikuti gaya hidup terbaru, dan ingin diterima dalam kelompok. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, seperti hubungan antara anggota keluarga yang tidak harmonis, mendapat pengaruh buruk, dan terlalu dikekang oleh keluarga.

Di dalam penelitian ini, terapi realitas diberikan sebanyak 12 sesi. Selama 12 sesi terapi realitas berlangsung, seluruh peserta dituntut untuk aktif dalam berdiskusi. Fasilitator akan melemparkan pertanyaan kepada partisipan, lalu

mempersilahkan partisipan untuk menjawab pertanyaan tersebut. Ketika partisipan telah menjawab pertanyaan tersebut, fasilitator akan mempersilahkan kepada partisipan lain yang ingin memberikan tanggapan dan masukan atas jawaban dari partisipan yang sebelumnya telah berbicara. Hal ini bertujuan agar partisipan saling menguatkan, membantu dan memberikan motivasi kepada partisipan lain. Kasih (2019) mengungkapkan bahwa terapi realitas mampu membuat partisipan saling mendukung, karena ketika ada yang berbagi pengalaman, partisipan lain saling memberikan kontribusi dan ingin menjadi teman yang memberikan semangat.

Partisipan diminta untuk menuliskan tujuan hidup masing-masing pada sesi pertama dan sesi terakhir. Pada sesi pertama, seluruh partisipan menuliskan tujuan hidup yang abstrak atau kurang konkrit untuk dicapai. Namun, pada sesi terakhir, partisipan sudah mampu mengetahui dan menuliskan tujuan hidup masing-masing secara jelas. Selain itu, partisipan juga diminta menuliskan rencana yang akan dilakukan ke depannya untuk mencapai tujuan hidup, kemudian menyampaikan rencana tersebut dan komitmen mereka ke partisipan lain dan pematiri. Wubbolding (2017) mengemukakan bahwa terapi realitas mengajarkan individu tentang keterampilan dalam membuat keputusan, serta meyakinkan individu agar mampu bertanggung jawab mengenai keputusan yang dibuat.

Pada tabel 1, terlihat bahwa terjadi penurunan skor pada partisipan. Hal ini membuktikan bahwa terapi realitas dapat memberikan perubahan terhadap partisipan. Vaziri et al. (2014) meneliti mengenai efisiensi konseling grup berbasis terapi realitas dalam

meningkatkan rasa tanggung jawab narapidana. Ditemukan bahwa pemberian terapi realitas dinilai efisien untuk meningkatkan rasa tanggung jawab individu. Individu menjadi lebih termotivasi untuk mengevaluasi perilaku mereka dan individu lebih paham mengenai tanggung jawab akan pilihan sendiri.

Law dan Guo (2014) juga menambahkan bukti efektivitas dari terapi realitas. Hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah pemberian terapi realitas diberikan kepada partisipan. *Self-control* dan *self-determination* partisipan yang mendapatkan intervensi terapi realitas lebih meningkat dibandingkan dengan partisipan yang tidak mendapatkan intervensi.

Akhmad et al. (2019) di dalam penelitiannya mengemukakan bahwa *self-control* memiliki keterkaitan dengan penyalahgunaan narkoba. Ditemukan jika semakin tingginya *self-control* diri individu, maka perilaku penyalahgunaan narkoba akan semakin menurun. Maisto dan Caddy (1981; Akhmad et al., 2019) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki *self-control* tinggi akan berusaha untuk menemukan dan menerapkan cara tepat untuk berperilaku. *Self-control* individu akan mempengaruhi individu untuk mengubah perilakunya sesuai dengan situasi sosial, sehingga dapat mengatur kesan lebih responsif terhadap petunjuk situasional, fleksibel, serta terbuka. Chan et al., (2019) menambahkan berdasarkan perspektif teori *self-determination* pengalaman psikologis individu merupakan faktor penting yang menentukan individu untuk berhenti menggunakan narkoba. Terpenuhinya kebutuhan psikologis merupakan salah satu bentuk motivasi

internal yang mampu mendorong individu untuk berhenti menggunakan narkoba.

### Kesimpulan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terapi realitas efektif untuk menurunkan potensi *relapse* pada narapidana Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa. Terdapat penurunan potensi *relapse* pada narapidana sebelum intervensi diberikan dan setelah intervensi diberikan. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk melakukan penelitian dengan topik yang serupa. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk memberikan intervensi setiap hari dan melakukan eksperimen dalam jangka waktu yang lama.

### Implikasi

Implikasi penelitian ini yaitu bagi pihak Lapas Narkotika Kelas IIA Sungguminasa hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk menurunkan potensi *relapse* narapidana. Pemberian intervensi berupa terapi realitas dapat membantu agar narapidana lebih bermotivasi dan berkomitmen dalam menjalankan proses rehabilitasi.

### Referensi

Akhmad, A., Hadi, I., Askrening, A., & Ismail, I. (2019). Efektivitas Terapi Spritual Shalat dan Dzikir terhadap Kontrol Diri Klien Penyalahgunaan Napza. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 11(2), 77–90. <https://doi.org/10.36990/hijp.v11i2.148>

Badan Narkotika Nasional. (2021). *Uji Publik Survei Penyalahgunaan Narkoba Tahun 2021*.

<https://surakartakota.bnn.go.id/uji-publik-survei-penyalahgunaan-narkoba-tahun-2021/>

Badan Narkotika Nasional Provinsi Sulawesi Selatan. (2020). *Press Release Akhir Tahun BNNP Sulawesi Selatan*. <https://sulsel.bnn.go.id/press-release-akhir-tahun-bnnp-sulawesi-selatan/>

Blume, A. (2005). *Treating Drug Problems*. John Wiley & Sons.

Chan, G. H. Y., Wing Lo, T., Tam, C. H. L., & Lee, G. K. W. (2019). Intrinsic motivation and psychological connectedness to drug abuse and rehabilitation: The perspective of self-determination. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph16111934>

Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (Tenth edit). Cengage Learning.

Glasser, W. (1999). *Choice Theory*. HarperCollins Publishers.

Hadi, S. (2016). *Statistik*. Pustaka Pelajar.

Hendershot, C. S., Witkiewitz, K., George, W. H., & Marlatt, G. A. (2011). Relapse prevention for addictive behaviors. *Substance Abuse: Treatment, Prevention, and Policy*, 6(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/1747-597X-6-17>

Ibrahim, F., & Kumar, N. (2009). Factors Effecting Drug Relapse in Malaysia:

- An Empirical Evidence. *Asian Social Science*, 5(12), 37–44. <https://doi.org/10.5539/ass.v5n12p37>
- Kasih, R. C. (2019). Konseling Kelompok Realitas Untuk Mengurangi Keinginan Memakai Narkotika Pada Pecandu. *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial*, 122–128.
- Law, F. M., & Guo, G. J. (2014). Who is in charge of your recovery? the effectiveness of reality therapy for female drug Offenders in taiwan. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 58(6), 672–696. <https://doi.org/10.1177/0306624X12474976>
- Masril. (2012). Konseling Post Traumatic Stress Disorder Dengan Pendekatan "Terapi Realitas. *Prosiding Internasional Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling, D*, 184–192.
- Soliamani, E., & Babaei, K. (2016). *On the Effectiveness of Group Reality Therapy based on Choice Theory in Anxiety and Hope for Drug-Dependent Individuals during Abstention*. 10(37), 103–112.
- Vaziri, S., Kashani, F. L., Jamshidifar, Z., Vaziri, Y., & Jafari, M. (2014). Group Counseling Efficiency based on Choice Theory on Prisoners' Responsibility Increase. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 128, 311–315. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.162>
- Witkiewitz, K., & Marlatt, G. A. (2004). Relapse prevention for alcohol and drug problems: That was zen, this is tao. In *American Psychologist* (Vol. 59, Issue 4, pp. 224–235). <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.4.224>
- Wubbolding, R. E. (2017). Reality Therapy and Self-Evaluation: The Key to Client Change. In *Reality Therapy and Self-Evaluation*. American Counseling Association. <https://doi.org/10.1002/9781119376248>