

ABSTRAK

Ariq Khosan NIM 1201040021 “Studi Deskriptif CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) Berbasis Spiritual dalam Meningkatkan Muhasabah Pasien Rehabilitasi Narkoba di Yayasan Grapiks Cileunyi, Kabupaten Bandung”

Fenomena penyalahgunaan narkoba di Indonesia, khususnya di Bandung, telah menjadi isu serius dengan peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Data Badan Narkotika Nasional (BNN) tahun 2023 mencatat bahwa sekitar 2,3% dari populasi Indonesia terlibat dalam penyalahgunaan narkoba, dengan Bandung memiliki angka prevalensi 2,7%. Yayasan Grapiks, sebagai organisasi yang berfokus pada rehabilitasi sosial, mengimplementasikan pendekatan rehabilitasi berbasis spiritual yang melibatkan tujuh tahapan keagamaan, di antaranya niat, taubat, doa, ikhtiar, amanah, syukur, dan istikamah, selama periode 4 hingga 6 bulan. Pendekatan ini sejalan dengan metode Terapi Kognitif Perilaku (CBT) yang berfokus pada restrukturisasi kognitif dan perilaku maladaptif klien.

Penelitian ini menggunakan Terapi Kognitif Perilaku (CBT) yang dikembangkan oleh Aaron T. Beck yang mana pendekatan konseling yang fokus pada mengatasi masalah klien saat ini dengan merestrukturisasi pola pikir dan perilaku yang tidak sehat. Pendekatan ini menekankan pentingnya pemahaman terhadap pola kognitif, keyakinan, dan strategi perilaku yang bermasalah yang diungkap oleh klien. Dalam proses CBT, terapis bekerja sama dengan klien untuk memahami dan mengidentifikasi pola pikir dan perilaku yang tidak adaptif, kemudian mencari cara yang lebih sehat dan adaptif untuk menghadapi situasi dan tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam buku "Ruhniyatut Da'iyah" karya Syekh Abdullah Nasih, dijelaskan bahwa muhasabah terdiri dari tiga komponen utama yang sejalan dengan pandangan Imam Al-Ghazali, yaitu musyarahah, muraqabah, dan mujahadah. Pendekatan berbasis spiritual menyadari bahwa dimensi spiritual dapat menjadi sumber kekuatan dan motivasi dalam menghadapi tantangan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk mengeksplorasi penerapan CBT berbasis spiritual di Yayasan Grapiks. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, yang dianalisis melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasilnya menunjukkan bahwa integrasi elemen spiritual dalam CBT tidak hanya memperkuat pemulihan dari kecanduan, tetapi juga meningkatkan kesadaran diri dan muhasabah klien.

Penerapan CBT yang mengintegrasikan elemen spiritual telah menunjukkan efek positif yang signifikan dalam meningkatkan muhasabah diri pasien selama proses rehabilitasi narkoba. Pendekatan ini tidak hanya fokus pada pemulihan dari kecanduan, tetapi juga memperdalam kesadaran dan evaluasi diri klien selama sesi terapi. Dengan menggabungkan aspek spiritual, terapi ini membantu membentuk perilaku yang lebih positif dan konstruktif, menjadikannya metode yang holistik dan efektif untuk rehabilitasi narkoba.

Kata kunci: Terapi Kognitif Perilaku, Spiritual, Muhasabah, Pasien, Pulih, Narkoba