

**RESILIENSI PADA INDIVIDU YANG SEDANG MENJALANI
REHABILITASI DI BALAI BESAR REHABILITASI LIDO**



Oleh :

Kamalia Putri

1801622203

SKRIPSI

PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2026

**RESILIENSI PADA INDIVIDU YANG SEDANG MENJALANI
REHABILITASI DI BALAI BESAR REHABILITASI LIDO**



Oleh :

Kamalia Putri

1801622203

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

*Resiliensi pada Individu yang Sedang Menjalani Rehabilitasi di Balai Besar Rehabilitasi
Lido*

Nama Mahasiswa : Kamalia Putri
NIM : 1801622203
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : Rabu, 1 Juli 2026
Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. phill. Zarina Akbar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198304182008122006

Dr. R.A. Fadhallah, S.Psi., M.Si
NIP. 197901122006042001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Dekan/Penanggunjawab) *		27 Juli 2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggunjawab) **		27 Juli 2026
Mauna, M.Psi., Psikolog (Ketua Sidang) ***		16 Juli 2026
Vinna Ramadhany Sy, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji 1) ***		15/7 - 2026
Novitasari R. Damanik, M.Si. (Dosen Penguji 2)		20 Juli 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Kamalia Putri

NIM : 1801622203

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Resiliensi pada Individu yang Sedang Menjalani Rehabilitasi di Balai Besar Rehabilitasi Lido" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Mei 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 7 Agustus 2026



Kamalia Putri

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Kamalia Putri
NIM : 1801622203
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi/ Psikologi
Alamat email : 1801622203

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Resiliensi pada Individu yang Sedang Menjalani Rehabilitasi di Balai Besar Rehabilitasi Lido

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 7 Agustus 2026

Penulis

(Kamalia Putri)
nama dan tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya. Dan sesungguhnya usahanya itu kelak akan diperlihatkan (kepadanya)

(QS. An-Najm: 39-40)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan sepenuh hati kepada Mama tercinta yang telah berjasa dan mendukung penulis dalam menyelesaikan studi. Skripsi ini juga dipersembahkan kepada diri sendiri yang telah berusaha dan berjuang keras.

KAMALIA PUTRI

**Resiliensi pada Individu yang Sedang Menjalani Rehabilitasi di Balai Besar
Rehabilitasi Lido**

Skripsi.

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2026

ABSTRAK

Penyalahgunaan narkoba tidak hanya berdampak pada kondisi fisik individu, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis dan sosial secara menyeluruh. Individu yang menjalani rehabilitasi narkoba dihadapkan pada berbagai tuntutan, baik internal seperti gejala putus zat dan dorongan untuk kembali menggunakan zat (*craving*), maupun eksternal seperti aturan program yang ketat dan stigma sosial. Kondisi tersebut menuntut kemampuan individu untuk bertahan dan beradaptasi, yang dikenal sebagai resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba di Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian terdiri atas tiga individu yang sedang menjalani program rehabilitasi beserta tiga *significant other* berupa konselor rehabilitasi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran resiliensi pada ketiga subjek tercermin melalui tujuh aspek, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, serta *reaching out*, yang pada awalnya berada dalam kondisi yang belum stabil ditandai oleh kesulitan mengelola emosi dan impuls serta penggunaan narkoba sebagai bentuk coping dan secara bertahap berkembang menjadi lebih adaptif selama menjalani rehabilitasi. Perkembangan tersebut terbentuk melalui interaksi antara kondisi psikologis individu, pengalaman hidup, serta dukungan eksternal dari keluarga dan program rehabilitasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program rehabilitasi yang lebih individual serta penguatan keterlibatan keluarga dan pelatihan keterampilan psikologis bagi residen.

Kata kunci: resiliensi, rehabilitasi narkoba, studi kasus kualitatif, BNN Lido

KAMALIA PUTRI

Resilience in Individuals Undergoing Rehabilitation at the Lido Rehabilitation Center

Undergraduate Thesis.

Jakarta: Département of Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Negeri

Jakarta

2026

ABSTRACT

Narcotics abuse does not only affect an individual's physical condition but also has a broad impact on their psychological and social well-being. Individuals undergoing narcotics rehabilitation face various demands, both internal, such as withdrawal symptoms and the urge to relapse (craving), and external, including strict program rules and social stigma. These conditions require the individual's capacity to endure and adapt, known as resilience. This study aims to describe resilience among individuals undergoing narcotics rehabilitation at the BNN Lido Rehabilitation Center. This research employed a qualitative approach with a case study design. The research subjects consisted of three individuals undergoing rehabilitation programs along with three significant others in the form of rehabilitation counselors. Data were collected through interviews and observation. The results show that resilience among the three subjects was reflected through seven aspects, namely emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, and reaching out, which initially appeared unstable marked by difficulties in managing emotions and impulses as well as the use of narcotics as a coping strategy and gradually developed into more adaptive forms during the rehabilitation process. This development was shaped by the interaction between the individual's psychological condition, life experiences, and external support from family and the rehabilitation program. This study is expected to contribute to the development of more individualized rehabilitation programs, as well as strengthened family involvement and psychological skills training for residents.

Keywords: *resilience, narcotics rehabilitation, qualitative case study, BNN Lido*

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat dan rahmatnya Alhamdulillah peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Resiliensi pada Individu yang Sedang Menjalani Rehabilitasi di Balai Besar Rehabilitasi Lido” dengan baik. Skripsi ini disusun dengan sepenuh hati sebagai syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Dalam perjalanan penulisan skripsi ini merupakan perjalanan yang panjang dan penuh tantangan. Dalam penyelesaiannya penulis mendapatkan banyak pembelajaran dan pengalaman baru. Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penyelesaian skripsi ini dan menyadari bahwa skripsi ini tidak akan berhasil tanpa adanya dukungan serta doa dari berbagai pihak yang mendukung penulis. Oleh sebab itu penulis dengan rendah hati ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D. selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog. selaku Koordinator Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Dr. phill. Zarina Akbar, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing I yang sepenuh hati telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi terhadap proses penyusunan skripsi.
7. Ibu Dr. R.A. Fadallah, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi terhadap proses penulisan skripsi.

8. Seluruh *staff* dan dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan pengalaman dan ilmunya selama peneliti menempuh masa pendidikan.
9. Balai Besar Rehabilitasi Lido yang telah membantu dan mengizinkan peneliti untuk terkait proses pengambilan data penelitian.
10. Subjek yang telah bersedia membantu peneliti. Semoga harapan, doa dan rencana di masa depannya dapat berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan.
11. Konselor selaku *significant other* yang telah bersedia memberikan informasi kepada peneliti.
12. Keluarga tercinta terutama Mama yang selalui mendoakan dan mendukung setiap langkah penulis. Terima kasih kepada Mama telah berjuang membersarkan dan mendukung penulis. Terima kasih juga kepada Mas selaku kakak yang selalu mendukung dan mendoakan penulis.
13. Sahabat tercinta Restu Dyah yang selalu menemani dalam keadaan susah dan senang, serta yang selalu memberikan motivasi dan semangat kepada penulis.
14. Dhea sebagai *partner* magang dan pejuang skripsi bersama, terimakasih atas segala perjuangan, pengalaman dan pembelajaran bersama yang telah kita lalui.
15. Skalakasming, selaku sahabat tercinta Gita, Rey, Aca, Syira, Fiona, Martina dan Dhea yang telah mewarnai dan memberikan kebahagiaan sejak hari pertama kuliah.
16. Teman-teman kelas C yang selalu mewarnai selama masa studi peneliti

Jakarta, Juni 2026



Kamalia Putri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Perumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II	9
ACUAN TEORITIK.....	9
2.1 Resiliensi	9
2.1.1 Pengertian Resiliensi	9
2.1.2 Karakteristik Resiliensi.....	10
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Resiliensi	11
2.2 Narkotika dan Rehabilitasi.....	12
2.2.1 Pengertian Narkotika & Penyalahgunaan	12
2.2.2 Dampak Penyalahgunaan Narkotika	13
2.2.3 Rehabilitasi Narkotika	14
2.2.4 Dinamika Psikologis dalam Rehabilitasi.....	15

2.3 Penelitian Relevan.....	16
2.4 Kerangka berpikir	20
BAB III.....	23
METODE PENELITIAN	23
3.1 Subjek Penelitian	23
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
3.3 Pendekatan Metode Analisis Kualitatif yang Digunakan	25
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	26
3.5 Prosedur Pengumpulan Data.....	27
3.5.1 Tahap Persiapan.....	27
3.5.2 Tahap Pelaksanaan.....	29
3.6 Prosedur Analisis Data.....	30
3.7 <i>Trustworthiness</i>	33
BAB IV	35
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Deskripsi Subjek.....	35
4.1.1 Gambaran Umum Subjek I (G)	35
4.1.2 Gambaran Umum Observasi Subjek I (G)	36
4.1.3 Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Subjek I (F)	36
4.1.4 Gambaran Umum Observasi <i>Significant Other</i> I (F)	37
4.1.5 Gambaran Umum Subjek II (A)	38
4.1.6 Gambaran Umum Observasi Subjek II (A)	38
4.1.7 Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Subjek II (H).....	39
4.1.8 Gambaran Umum Observasi <i>Significant Other</i> II (A).....	40
4.1.9 Gambaran Umum Subjek III (D).....	40
4.1.10 Gambaran Umum Observasi Subjek III (D).....	41
4.1.11 Gambaran Umum <i>Significant Other</i> Subjek III (H).....	42
4.1.12 Gambaran Umum Obsevasi <i>Significant Other</i> Subjek III (H)	43
4.2 Temuan Penelitian.....	44
4.2.1 Temuan Penelitian Subjek I (G).....	44

4.2.2 Temuan Penelitian <i>Significant Other</i> I (F).....	47
4.2.3 Karakteristik Resiliensi Subjek I (G).....	49
4.2.4 Temuan Subjek II (A).....	57
4.2.5 Temuan <i>Significant Other</i> II (H).....	58
4.2.6 Karakteristik Resiliensi Subjek II (A).....	60
4.2.7 Temuan Subjek III (D)	67
4.2.8 Temuan <i>Significant Other</i> III (H)	69
4.2.9 Karakteristik Resiliensi Subjek III (D)	71
4.3 Dinamika Psikologis.....	79
4.3.1 Subjek I (G).....	79
4.3.2 Subjek II (A).....	86
4.3.3. Subjek III (D)	88
4.4 Pembahasan	94
4.4.1 Resiliensi Subjek G.....	94
4.4.2 Resiliensi Subjek A	97
4.4.3 Resiliensi Subjek D.....	99
4.4.4 Benang Merah Resiliensi Ketiga Subjek	102
BAB V.....	104
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	104
5.1 Kesimpulan	104
5.2 Implikasi	105
5.3 Saran	106
5.3.1 Bagi individu yang menjalani rehabilitasi.....	106
5.3.2 Bagi tenaga rehabilitasi	106
5.3.3 Bagi pihak Balai Besar Rehabilitasi Lido.....	106
5.3.4 Bagi peneliti selanjutnya	107
DAFTAR PUSTAKA	108
Lampiran 1 Pedoman Wawancara.....	114
Lampiran 2 <i>Ethical Clearance</i>	124
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	125

Subjek Preliminary Study (A).....	125
Subjek Preliminary Study (HZ)	126
Subjek I (G)	128
Subjek II (A).....	129
Subjek III (D)	130
<i>Significant Other I (F)</i>	131
<i>Significant Other II & III (H)</i>	133
Lampiran 3 Verbatim <i>Preliminary Study I (AR)</i>	135
Lampiran 4 Verbatim <i>Preliminary Study II (HZ)</i>	147
Lampiran 5 Verbatim Subjek I (G).....	157
Lampiran 6 Verbatim <i>Significant Other I (F)</i>	182
Lampiran 7 Verbatim Subjek II (A).....	201
Lampiran 8 Verbatim <i>Significant Other II (H)</i>	224
Lampiran 7 Verbatim Subjek III (D)	241
Lampiran 8 Verbatim <i>Significant Other III (H)</i>	261
Lampiran 9 Lembar Observasi	275
Lampiran 10 Analisis Data.....	280
Lampiran 11 Dokumentasi.....	280

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tempat dan Waktu Penelitian	24
Tabel 3. 2 Contoh Penamaan Koding	31
Tabel 4. 1 Gambaran Umum Subjek.....	43
Tabel 4. 2 Gambaran Umum <i>Significant Other</i>	44
Tabel 4. 3 Karakteristik Resiliensi.....	77



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1Kerangka Berpikir	22
------------------------------------	----

