

**IMPLEMENTASI TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM
MENANGANI KLIEN PENYALAHGUNA NARKOBA DI
YAYASAN MA'ARIFIN UTSINI INDONESIA**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Frety Sinta

2121027

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Prodi Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Kepada:

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173
E-mail: humas@iainsababel.ac.id
Website: www.iainsababel.ac.id

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : B.118/FD/PP.00.9/10/2025**

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Frety Sinta
NIM : 2121027
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Implementasi Teknik *Self Management* dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba di Yayasan Ma'arifin Utsini Indonesia

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 13%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Bangka, 08 Oktober 2025

Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.
NIP. 196601051997031001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Frety Sinta
NIM : 2121027
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "Implementasi Teknik *Self Management* Dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba di Yayasan Ma'arifin Utsini Indonesia" ini adalah asli hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 9 September 2025

Yang menyatakan



Frety Sinta

2121027



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Saudari Frety Sinta

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Frety Sinta

NIM : 2121027

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Implementasi Teknik *Self Management* Dalam Menangani Klien Penyalahgunaan Narkoba di Yayasan Ma'arifin Utsini Indonesia

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikianlah dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bangka, Maret 2025

Pembimbing I

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M. Ag
NIP. 196601051997031001

Pembimbing II

Al Fakhri Zakirman, M.A
NIP. 198412032020121004



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Harai, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi

Saudara Frety Sinta

Kepada Yth.,

Ketua Jurusan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hal perbaikan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama	: Frety Sinta
NIM	: 2021027
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Judul	: Implementasi Teknik <i>Self Management</i> Dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba di Yayasan Ma'arifin Utsini Indonesia

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wasalamu 'alaikum Wr.Wb.

Konsultan I

Basri, M.A

NIP. 197303272006041002

Bangka, 7 Oktober 2025

Konsultan II

Rahayu Rahmadini, M.I.Kom

NIP. 199208142020122024



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-482/FD/10/2025

Skripsi dengan judul: **Implementasi Teknik Self Management dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba di Yayasan Ma'arifin Utsini Indonesia**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Frety Sinta
N.I.M : 2021027
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 17 September 2025 dengan nilai B (81,25), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sos (S.Sos.).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I, Pembimbing II,

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001
Al Fakhri Zakirman, M.A
NIP. 198412032020121004

Penguji I, Penguji II,

Basri, M.A
NIP. 197303272006041002
Rahayu Rahmadini, M.I.Kom
NIP. 199208142020122024

Ketua Panitia

Zulkamain, M.A
NIP. 199003022025211016

Bangka, 08 Oktober 2025



Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001

HALAMAN MOTTO

Tugas kita bukanlah untuk berhasil, tugas kita adalah
Untuk mencoba karena didalam mencoba kita menemukan kesempatan untuk
berhasil

-Buya Hamka

Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang
menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan
perasaanmu sebagai manusia

-Baskara Putra –Hindia

Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat. Terlambat bukan
menjadi alasan untuk menyerah, setiap orang memiliki proses yang berbeda.
Percaya proses itu yang paling penting, karena Allah telah mempersiapkan hal
baik dibalik proses yang kamu anggap sulit

-Edwar Satria

HALAMAN PERSEMBAHAN

Terimakasih sebesar-besarnya kepada Allah SWT dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang selalu senantiasa memberikan rahmat serta kemudahan bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Segala rasa syukur dan perasaan penuh bahagia yang kurasakan ini karena telah Allah SWT pertemuan aku dengan orang-orang baik disekitarku yang sangat aku sayangi dan cintai. Sungguh beruntung sekali dapat diberikan kesempatan untuk menghabiskan banyak waktu bersama orang-orang seperti kalian.

Dengan ini kupersembahkan skripsiku kepada:

Kedua orang tuaku terutama Ibunda tercinta (Wartina) yang merupakan wanita cantik dan terhebat yang telah mengorbankan nyawanya untuk melahirkanku ke dunia ini, dan Ayahanda (Rihu Rikardi) yang merupakan cinta pertamaku yang telah berjuang dan menafkahi selama ini dan mengajarkan banyak hal baik dan pelajaran hidup. Terimakasih atas doa-doa terbaik dan usaha yang kalian berikan kepadaku.

Kedua saudara kandungku terutama kakak perempuanku yang tercinta (Nia Alya) terimakasih atas segala bentuk dukungan baik secara moral atau materi serta kontribusi yang telah diberikan selama ini, dan untuk kakak laki-laki tercinta ku (Heru Gustiawan) yang merupakan teman pertama ku dimasa kecil, terimakasih sudah hadir dan menjadi teman berdebat, berkelahi, berbagi, dan segala hal-hal kecil yang berharga dalam hidup ini.

Kepada teman-teman ku Jumli dan Perdi yang sudah menemani proses dan memberikan banyak momen berharga. Maaf sering saya repotkan selama ini dan terimakasih atas segala kebaikan yang sudah kalian berikan selama ini.

Kepada keluarga besar BKI B 2021 yang sudah menemani dari awal semester sampai saat ini. Bersyukur sekali dapat dipertemukan dengan teman kelas seperti kalian. Terimakasih atas segala kenangan yang telah kita lalui bersama, tertawa bersama, berbagi cerita, berjuang bersama, saling membantu, saling menghibur, perdebatan konyol, dan hal-hal lain yang sangat berharga untuk dikenang.

IMPLEMENTASI TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI KLIEN PENYALAHGUNA NARKOBA DI YAYASAN MA'ARIFIN UTSINI INDONESIA

Frety Sinta

Program studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka BelitungEmail:

Fretysindiii@gmail.com

ABSTRAK

Penyalahguna narkoba merupakan salah satu permasalahan sosial dan kesehatan yang kompleks serta terus meningkat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Dampaknya tidak hanya dirasakan oleh individu pengguna, tetapi juga keluarga dan masyarakat luas. Berbagai upaya rehabilitasi telah dikembangkan untuk menangani permasalahan ini, salah satunya melalui teknik *self management*.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam implementasi teknik *self management* dalam proses rehabilitasi klien penyalahguna narkoba, serta menganalisis dampak keberhasilannya dalam membantu proses pemulihan diri klien. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi teknik *self management* dalam menangani klien penyalahguna narkoba dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah perilaku, penetapan tujuan jangka pendek dan panjang, pelatihan keterampilan pengendalian diri, pencatatan diri, serta evaluasi dan refleksi berkala terhadap kemajuan yang dicapai klien.

Penelitian ini merekomendasikan penerapan teknik *self management* sebagian integral dalam program rehabilitasi narkoba.

Kata kunci : *Implementasi Teknik Self Management, Klien Penyalahguna Narkoba*

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT. Yang senantiasa hadir dan selalu memberikan rahmat, nikmat, serta kemudahan atas segala proses dalam penyelesaian skripsi ini. Tidak lupa juga untuk mencurahkan sholawat serta salam kepada baginda besar Muhammad SAW. Beserta para sahabat dan pengikutnya hingga akhir zaman. Sehingga nikmat iman dan islam akan selalu senantiasa dirasakan hingga *yaumul akhir*.

Penelitian skripsi ini membahas mengenai “Implementasi Teknik *Self Management* Dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba Di Yayasan Maarifin Utsini Indonesia”. penulis mengetahui dalam proses penyelesaian skripsi ini melalui banyak proses dan hambatan yang dialami. Proses penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Irawan, S.Ag., M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Nurviyanti Cholid, M.Pd.I., selaku Ketua kaprodi BKI IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Nurviyanti Cholid, M.Pd.I., selaku Penasehat Akademik.

5. Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag., selaku pembimbing I
6. Al Fakhri Zakirman, M.A., selaku pembimbing II
7. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
8. Seluruh Staff Akademik IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Konselor Yayasan Maarifin Utsini Indonesia yaitu Deo mayuta dan para klien yang sudah menjadi informan dalam pengumpulan data skripsi.
10. Kepada keluarga serta rekan seperjuangan saya teman sekelas BKI B 202.

Demikianlah skripsi ini dibuat, namun terlepas dari adanya kelebihan dan kekurangan, besar harapan penulis skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak. Pada akhirnya, saran dan kritik yang bersifat membangun yang penulis harapkan guna kebaikan dan pengembangan skripsi ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT KETERANGAN PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii

BAB I	PENDAHULUAN	1
	A. Latar Belakang Masalah	1
	B. Rumusan Masalah	10
	C. Tujuan Penelitian	10
	D. Kegunaan Penelitian	10
	E. Telaah Pustaka	11
	F. Sistematika Penulisan	14

BAB II	LANDASAN TEORI	15
	A. Implementasi Teknik <i>Self Management</i>	
	1. Pengertian Implementasi	15
	2. Pengertian <i>Self Management</i>	16
	3. Tujuan <i>Self Management</i>	18
	4. Manfaat <i>Self Management</i>	19
	5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Management</i>	20
	6. Ciri-ciri <i>Self Management</i>	22
	7. Tahapan Teknik <i>Self Management</i>	23
	8. Cara Meningkatkan <i>Self Management</i>	25
	9. Aspek-aspek <i>Self Management</i>	27
	B. Penyalahguna Narkoba	
	1. Pengertian Narkoba.....	28
	2. Penyalahguna Narkoba.....	30
	3. Penyebab Penyalahguna Narkoba	31
	4. Dampak Bahaya Penyalahguna Narkoba	33

BAB III	METODOLOGI PENELITIAN DAN GAMBARAN UMUM YAYASAN MA'ARFIN UTSINI INDONESIA	43
	A. Metode Penelitian	43
	B. Gambaran Umum Yayasan Ma'arfin Utsini Indonesia	50
	C. Alur Rawatan di Yayasan Ma'arfin Utsini Indonesia	53
	D. Visi dan Misi Yayasan Ma'arfin Utsini Inonesia.....	56
 BAB IV	 IMPLEMENTASI TEKNIK <i>SELF MANAGEMENT</i> DALAM MENANGANI KLIEN PENYALAHGUNA NARKOBA DI YAYASAN MA'ARIFIN UTSINI INDONESIA	 59
	A. Proses Implementasi Teknik <i>Self Management</i> dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba di Yayasan Ma'arfin Utsini Indonesia	59
	B. Hasil Implementasi Teknik <i>Self Management</i> dalam Menangani Klien Penyalahguna Narkoba di Yayasan Maarifin Utsini Indonesia	77
 BAB V	 PENUTUP	 84
	A. Kesimpulan	84
	B. Saran	85

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel III.I. Daftar Nama Staf Yayasan Ma'arifin Utsini Indonesia	57
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara

Lampiran 2. Transkrip Wawancara

Lampiran 3. Dokumentasi Wawancara

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian

