

SKRIPSI
REGULASI EMOSI KLIEN REHABILITASI NARKOBA UNIT
INTERVENSI BERBASIS MASYARAKAT (IBM) DI JERUKLEGI
KULON KECAMATAN JERUKLEGI



Disusun Dan Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mendapatkan Gelar
Sarjana Di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Di Susun Oleh

NAMA : ARIF MUCHAINI

NIM : 212411007

PROGRAM STUDI : BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

TAHUN 2026

SURAT KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Arif Muchaini

Nim : 212411007

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “REGULASI EMOSI KLIEN REHABILITASI NARKOBA UNIT INTERVENSI BERBASIS MASYARAKAT (IBM) DI JERUKLEGI KULON KECAMATAN JERUKLEGI” ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang di kutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya

Cilacap, 5 Januari 2025

Yang Membuat Pernyataan

 
Arif Muchaini

NIM. 212411007

PERSETUJUAN

Nama : Arif Muchaini
Nim : 212411007
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Cilacap, 6 Oktober 2025

Pembimbing I



Endang Rifani, M.Pd

NIDN : 0619069501

Pembimbing II



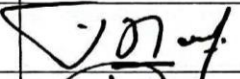
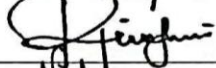
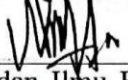
Mawan Akhir Riwanto, M.Pd

NIDN : 0628098501

PENGESAHAN

Nama : ARIF MUCHAINI
NIM : 212411007
Judul : Regulasi Emosi Klien Rehabilitasi Narkoba Unit Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM) Di Jeruklegi Kulon Kecamatan Jeruklegi

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Rabu, tanggal 10, bulan Desember tahun 2025 dengan hasil LULUS. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji. Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Penguji & Penguji 1	Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.		19 Januari 2026
Penguji 2	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I.		7 Januari 2026
Pembimbing 1 & Sekretaris	Endang Rifani, M.Pd.		7 Januari 2026
Pembimbing 2	Mawan Akhir Riwanto, M.Pd.		19 Januari 2026

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Hari : Senin
Tanggal : 19 Januari 2026

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIDN. 2107088701



NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Arif Muchaini

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan FKIP

Universitas Nahdhatul Ulama

Al-Ghazali Cilacap

Di-

Cilacap

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Arif Muchaini

NIM : 212411007

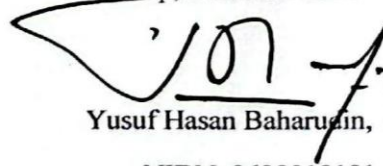
Fakultas/Prodi : FKIP/ BK

Judul Skripsi : Regulasi Emosi Klien Rehabilitasi Narkoba Unit Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM) Di Jeruklegi Kulon Kecamatan Jeruklegi

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdhatul Ulama Al-Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1).

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Cilacap, 6 Januari 2026



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I.

NIDN. 0629019101

LEMBAR BEBAS PLAGIASI

Kepala UPT Perpustakaan dan
Kearsifan Al Gbazali

34 SKRIPSI_ARIF_MUCHAINI_212411007-2 - Arif Muchaini.docx

ORIGINALITY REPORT

15% SIMILARITY INDEX	15% INTERNET SOURCES	6% PUBLICATIONS	9% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	eprints.unugha.ac.id Internet Source	3%
2	ashefagriyapusaka.co.id Internet Source	1%
3	api.repository.poltekesos.ac.id Internet Source	1%
4	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	1%
5	repository.unugha.ac.id Internet Source	1%
6	memorandum.disway.id Internet Source	<1%
7	terbitkanbukugratis.id Internet Source	<1%
8	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	<1%
9	psbk.unikama.ac.id Internet Source	<1%

10	repository.uds.ac.id Internet Source	<1 %
11	repository.uinsaizu.ac.id Internet Source	<1 %
12	files.osf.io Internet Source	<1 %
13	www.scribd.com Internet Source	<1 %
14	Nani Hariyani, Rifa Yanti, Hirza Rahmita, Nurhidaya Fitria. "Perbedaan Pengaruh Metode Simulasi Game dengan Metode Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di SMPN 1 Kecamatan Pelangiran Kabupaten Indragiri Hilir", Jurnal Ners, 2025 Publication	<1 %
15	eprints.peradaban.ac.id Internet Source	<1 %
16	obatantinarkoba.blogspot.com Internet Source	<1 %
17	waru.sidoarjokab.go.id Internet Source	<1 %
18	Submitted to Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta Student Paper	<1 %

19	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
20	Submitted to UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Student Paper	<1 %
21	dprd.batangkab.go.id Internet Source	<1 %
22	perpustakaan.bnn.go.id Internet Source	<1 %
23	digilib.uns.ac.id Internet Source	<1 %
24	docplayer.info Internet Source	<1 %
25	repository.iainambon.ac.id Internet Source	<1 %
26	www.kalbardigital.com Internet Source	<1 %
27	www.kompas.id Internet Source	<1 %
28	Submitted to IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Student Paper	<1 %
29	Submitted to Universitas Bengkulu Student Paper	<1 %
www.kpu-trenggalekkab.go.id		

30	Internet Source	<1 %
31	eprints3.upgris.ac.id Internet Source	<1 %
32	www.e-jurnal.com Internet Source	<1 %
33	Submitted to Konsorsium PTS Indonesia - Small Campus II Student Paper	<1 %
34	Submitted to Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Student Paper	<1 %
35	journal.stikosa-aws.ac.id Internet Source	<1 %
36	repository.uindatokarama.ac.id Internet Source	<1 %
37	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II Student Paper	<1 %
38	Submitted to Universitas Islam Malang Student Paper	<1 %
39	Submitted to Universitas PGRI Palembang Student Paper	<1 %
40	eprints.ipdn.ac.id Internet Source	<1 %

41	www.researchgate.net Internet Source	<1 %
42	etd.usk.ac.id Internet Source	<1 %
43	anzdoc.com Internet Source	<1 %
44	aunilo.uum.edu.my Internet Source	<1 %
45	idr.uin-antasari.ac.id Internet Source	<1 %
46	repository.upi.edu Internet Source	<1 %
47	www.digilib.ui.ac.id Internet Source	<1 %
48	www.scilit.net Internet Source	<1 %
49	baixardoc.com Internet Source	<1 %
50	ojs3.unpatti.ac.id Internet Source	<1 %
51	www.theseus.fi Internet Source	<1 %
52	Submitted to Konsorsium Turnitin Relawan Jurnal Indonesia	<1 %

53	journal.upy.ac.id Internet Source	<1 %
54	repo.undiksha.ac.id Internet Source	<1 %
55	repository.unika.ac.id Internet Source	<1 %
56	tosemada.com Internet Source	<1 %
57	jurnal.uisu.ac.id Internet Source	<1 %
58	eprints.iainu-kebumen.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes On
Exclude bibliography On



Exclude matches < 5 words

MOTTO

“Mahkota seseorang adalah akalnya, derajat seseorang adalah agamanya, sedangkan kehormatan seseorang adalah budi pekertinya”

(Umar Bin Khattab)

“Nikmati setiap langkah yang engkau jalani dan ambil setiap peran yang alam berikan dari situ kamu akan belajar tentang makna hidup”

(Arif Muchaini)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan *bismillahirrahmanirrahim* dan rasa syukur *alhamdulillah* Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan semangat kepada saya sehingga saya bisa sampai di titik ini. Ketika dunia menutup pintunya pada saya seolah bagaikan orang tak berguna, ibu akan membuka telapak tangannya untuk saya memberikan makna bahwa saya adalah manusia yang sangat berarti baginya, dan ayah saya yang akan selalu mencari cara agar anaknya mendapatkan kebahagiaan dan kehidupan yang layak, serta ketika orang-orang meremehkan saya, hanya merekalah selalu ada buat saya dan terima kasih banyak karena selalu ada untuk anakmu tercinta.
2. Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi Kakek dan Nenek serta adik yang selalu memberi doa dan *support* di setiap proses, terkadang ketika saya kehilangan kepercayaan pada diri sendiri, kalian selalu percaya pada saya.
3. Saudara-saudaraku, om dan tante, serta sepupu, yang selalu mendukung dan mensupport.
4. Untuk diri saya sendiri yang telah berusaha sehat dan kuat, pantang menyerah dalam menuliskan skripsi ini walaupun banyak masalah yang di lalui.
5. Almamaterku Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

ABSTRAK

ARIF MUCHAINI, 212411007, REGULASI EMOSI KLIEN REHABILITASI NARKOBA UNIT INTERVENSI BERBASIS MASYARAKAT (IBM) DI JERUKLEGI KULON KECAMATAN JERUKLEGI. CILACAP. FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP, MARET 2025

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan regulasi emosi klien rehabilitasi narkoba dalam program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM) di Jeruklegi Kulon, Kecamatan Jeruklegi. Permasalahan penyalahgunaan narkoba tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek psikologis, khususnya dalam pengelolaan emosi selama proses pemulihan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap klien IBM dan konselor di bawah naungan BNNK Cilacap. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klien menghadapi tantangan dalam mengelola emosi negatif seperti kecemasan, tekanan sosial, dan keinginan kambuh. Namun, melalui pendekatan konseling dalam IBM, klien mampu mengembangkan strategi regulasi emosi, seperti mengalihkan perhatian melalui aktivitas positif, menghindari pemicu lingkungan, dan memanfaatkan dukungan dari agen pemulihan. Peran konselor dalam proses ini sangat signifikan, baik sebagai pendamping emosional maupun fasilitator perubahan perilaku. Penelitian ini menyimpulkan bahwa regulasi emosi memainkan peran kunci dalam keberhasilan rehabilitasi dan IBM berkontribusi positif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan klien. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam pengembangan program rehabilitasi berbasis komunitas yang lebih adaptif dan holistik.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Rehabilitasi Narkoba, Intervensi Berbasis Masyarakat, Bimbingan dan Konseling.

ABSTRACT

ARIF MUCHAINI, 212411007, EMOTIONAL REGULATION OF CLIENTS IN DRUG REHABILITATION AT THE COMMUNITY-BASED INTERVENTION UNIT (IBM) IN JERUKLEGI KULON, JERUKLEGI DISTRICT, CILACAP. FACULTY OF EDUCATION AND TEACHING SCIENCES, UNIVERSITY OF NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP, MARCH 2025

This study aims to describe the emotional regulation of drug rehabilitation clients in the Community-Based Intervention (CBI) program in Jeruklegi Kulon, Jeruklegi District. Drug abuse issues not only impact physical aspects but also psychological aspects, particularly in managing emotions during the recovery process. This study employs a qualitative approach using the phenomenological method. Data collection techniques include in-depth interviews, observations, and documentation of IBM clients and counselors under the supervision of the Cilacap Regional Narcotics Agency (BNNK). The research findings indicate that clients face challenges in managing negative emotions such as anxiety, social pressure, and relapse urges. However, through the counseling approach in the CBR, clients are able to develop emotional regulation strategies, such as redirecting attention through positive activities, avoiding environmental triggers, and utilizing support from recovery agents. The role of counselors in this process is highly significant, both as emotional companions and facilitators of behavioral change. This study concludes that emotional regulation plays a key role in the success of rehabilitation, and IBM positively contributes to creating an environment that supports client recovery. This research is expected to serve as a reference for developing more adaptive and holistic community-based rehabilitation programs.

Keywords: Emotional Regulation, Drug Rehabilitation, Community-Based Intervention, Guidance and Counseling.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, maha pengasih dan maha penyayang yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam tidak lupa penulis haturkan kepada junjungan Nabi agung Muhammad SAW yang selalu penulis harapkan syafa'atnya di hari kiamat. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terwujud tanpa bantuan dari berbagai pihak. Selain itu, penulis juga mengucapkan terimakasih atas dorongan dan keterlibatan berbagai pihak dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. A. Luthfi Hamidi, M. Ag., Rektor Universitas Nahdlatul Ulama AL Ghazali (UNUGHA) Cilacap, beserta seluruh jajaran civitas akademik UNUGHA Cilacap.
2. Dr. Khulaimata Zalfa, S.Psi., M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (UNUGHA) Cilacap.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I., Kaprodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (UNUGHA) Cilacap.
4. Endang Rifani, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasehat, arahan dan senantiasa sabar dalam membimbing penulis di dalam menyusun skripsi ini.
5. Mawan Akhir Riwanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasehat, arahan dan senantiasa sabar dalam membimbing penulis di dalam menyusun skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap, yang telah memberikan bekal ilmu yang manfaat bagi penulis.

7. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini, mudah mudahan tidak mengurangi penghormatan dan penghargaan penulis.

Akhirnya penulis hanya dapat berdo'a semoga amal dan kebaikan semua pihak yang penulis sebutkan di atas diterima oleh Allah SWT dengan iringan doa *Jazakumullahu Khairati Wa Sa'adatiddunya Wal Akhirah. Amin*

Penulis menyadari bahwa di dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, tetapi penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan semoga pula dapat memberikan manfaat kepada pembaca.

Cilacap, 6 Oktober 2026

Arif Muchaini

DAFTAR ISI

SURAT KEASLIAN TULISAN.....	i
PERSETUJUAN.....	ii
PENGESAHAN.....	iv
NOTA KONSULTAN	v
LEMBAR BEBAS PLAGIASI	vi
MOTTO	xii
HALAMAN PERSEMBAHAN	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT	xvi
KATA PENGANTAR	xviii
DAFTAR ISI.....	xx
DAFTAR TABEL	xxiii
DAFTAR GAMBAR	xxiv
LAMPIRAN	xxv
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Fokus dan Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat teoritis	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat praktis	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIANA PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Kajian Teori.....	Error! Bookmark not defined.
1. Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM)	Error! Bookmark not defined.

2. Implikasi Bimbingan dan Konseling dalam IB	Error! Bookmark not defined.
3. Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil Penelitian yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Pikir	Error! Bookmark not defined.
D. Pertanyaan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Subjek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Peran Peneliti	Error! Bookmark not defined.
E. Lokasi/Tempat Dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Sumber Data.....	Error! Bookmark not defined.
G. Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
H. Instrumen Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
I. Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
J. Kriteria Keabsahan Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan Dan Temuan	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Implikasi	Error! Bookmark not defined.
C. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Hasil Penelitian yang Relevan.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. 1 Panduan Observasi.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. 2 Panduan Wawancara.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 1 Data Riwayat Hidup Klien 1**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 2 Data Riwayat Hidup Klien 2**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pikir**Error! Bookmark not defined.**

LAMPIRAN

Lampiran 1 Perizinan Observasi Awal	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Proses Wawancara	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Subyek Penelitian ...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Proses Kegiatan IBM.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Surat Pernyataan BNN	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Formulir Layanan IBM.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Proses Layanan IBM	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Kegiatan Sepak Bola IBM.....	Error! Bookmark not defined.