

Peran Self Disclosure dalam Proses Pemulihan Klien Rehabilitasi BNN Provinsi Jawa Tengah

Sufiana Nurlintang¹, Dini Rakhmawati^{1*}, Farikha Wahyu Lestari¹, Sardiyanto², Dian Ayu Kusumawardani²

¹Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur No. 24, Semarang, Jawa Tengah, 50232, Indonesia

²BNN Provinsi Jawa Tengah, Jl. Madukoro Blok BB, Semarang, Jawa Tengah, 50144, Indonesia

*Penulis korespondensi, email: dinirakhmawati@upgris.ac.id

doi: 10.17977/um065.v6.i2.2025.2

Riwayat artikel

Diajukan: 19 November 2025

Direvisi: 15 Desember 2025

Diterima: 20 Desember 2025

Diterbitkan: 26 Desember 2025

Kata kunci

Badan narkotika nasional

Narkotika

Rehabilitasi NAPZA

Self disclosure

Abstrak

Penelitian ini menganalisis bagaimana *self disclosure* berperan dalam proses pemulihan bagi klien yang menerima rehabilitasi dari penyalahgunaan narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya di Badan Narkotika Nasional Jawa Tengah. Penelitian dilakukan melalui program Intervensi Berbasis Masyarakat Mekar Berseri yang berlokasi di Kelurahan Purwosari. Dengan pendekatan kualitatif dan menggunakan desain studi kasus, data diperoleh dari tiga klien yang diwawancarai secara mendalam, dengan rentang usia 15-23 tahun. Data tersebut dianalisis menggunakan perangkat lunak MAXQDA berdasarkan lima aspek *self disclosure* yaitu kuantitas, valensi, akurasi, intensi, dan keintiman. Untuk memvalidasi data hasil penelitian dengan menggunakan triangulasi sumber data. Temuan penelitian menunjukkan adanya variasi dalam pengungkapan diri, di mana klien cenderung fokus pada hal-hal positif atau aspek tertentu yang berkaitan dengan pengalaman mereka dengan narkoba. Terdapat juga beberapa hambatan yang muncul, seperti kecenderungan untuk menyembunyikan masalah dan kurangnya kejujuran. Aspek kuantitas, keluasan, dan keintiman menjadi yang paling dominan, ditandai dengan kejujuran dan penilaian terhadap pengungkapan. Selain itu, ditemukan juga pengaruh kepribadian masing-masing individu. Kesimpulan dari penelitian ini menyoroti bahwa *self disclosure* adalah proses yang dinamis, yang memberikan dukungan bagi pemulihan melalui pengendalian diri, dukungan emosional, dan pengurangan rasa cemas. Rekomendasi diberikan untuk pemberian intervensi konseling yang lebih baik agar pengungkapan diri dapat dilakukan secara optimal.

1. Pendahuluan

Penyalahgunaan narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (NAPZA) merupakan masalah global yang kompleks dan tidak hanya berdampak pada kesehatan psikis dan psikologi individu, tetapi juga pada aspek sosial, ekonomi, dan keamanan suatu negara. Narkotika adalah Zat atau obat baik bersifat alamiah, sintesis, maupun semi sintesis yang menimbulkan efek penurunan kesadaran, halusinasi, serta daya rangsang (BNN, 2019). Badan Narkotika Nasional (BNN) Republik Indonesia mencatat tingginya angka prevalensi penyalahgunaan narkoba di Indonesia mencapai 3,3 juta jiwa di berbagai wilayah, termasuk di Provinsi Jawa Tengah terdapat 1.551 kasus tindak pidana narkoba pada tahun 2024, yang menjadikan Jawa Tengah berada pada peringkat XI dengan kasus tindak pidana narkoba tertinggi di Indonesia. Menurut data layanan rehabilitasi BNN tahun 2024, jumlah pasien rehabilitasi di Jawa Tengah sebanyak 479 pasien dengan 388 pasien rawat jalan dan 91 pasien IBM (Intervensi Berbasis Masyarakat) (BNN, 2025).

Meyer menyebutkan upaya penanggulangan yang dilakukan pemerintah mencakup program rehabilitasi bagi korban penyalahgunaan NAPZA, yang bertujuan untuk memulihkan individu dari ketergantungan dan mengembalikan mereka ke fungsi sosial secara optimal. Rehabilitasi merupakan sebuah serangkaian tindakan yang membantu individu yang mengalami ketidakmampuan untuk mencapai dan mempertahankan fungsi optimal dalam interaksi dengan lingkungannya (Malik & Syafiq, 2019). Salah satu tantangan terbesar dalam pemulihan psikologis klien rehabilitasi adalah adanya perasaan bersalah, malu, ketidakpercayaan diri, hingga kesulitan dalam meregulasi emosi negatif yang berpotensi memicu kekambuhan (*relapse*).

Menurut BNN rehabilitasi narkotika merupakan serangkaian kegiatan pemulihan secara terpadu, baik fisik, mental maupun sosial, agar pecandu, penyalahgunaan dan korban penyalahgunaan narkotika dapat Kembali melaksanakan fungsi sosial dalam kehidupan bermasyarakat. Salah satu program rehabilitasi BNN adalah IBM. IBM adalah salah satu pendekatan rehabilitasi dalam bentuk minimal dan ambang batas rendah (*low threshold*) yang menunjukkan layanan tersebut mudah diakses dan tidak membutuhkan banyak persyaratan untuk terlibat di dalamnya (BNN, 2023). Program IBM merupakan salah satu bentuk respons

masyarakat terhadap layanan rehabilitasi minimal dalam kaitan dengan program PSGN terkait desa bersinar (Bersih Narkoba).

Dalam konteks pemulihan, keterbukaan diri (*self disclosure*) menjadi elemen penting. Menurut DeVito (2017), *self disclosure* didefinisikan sebagai suatu bentuk komunikasi ketika seseorang menyampaikan informasi terkait dirinya yang biasanya tersimpan (Mughtar & Ramadhana, 2024). Proses ini memungkinkan klien untuk mengekspresikan pengalaman, pikiran, dan perasaan terdalam mereka termasuk pengalaman penyalahgunaan dan emosi negatif kepada konselor, agen pemulihan (AP), maupun sesama klien. Meskipun pengungkapan diri dapat memperdalam hubungan, hal itu juga membawa risiko seperti potensi pelanggaran batasan profesional dan kemungkinan klien merasa kewalahan oleh pengalaman konselor (Parapat, 2018).

Menurut AP, IBM Kelurahan Purwosari menyatakan klien merupakan individu baik, sopan, penurut jika dengan anggota AP, namun jika ditanya terkait penggunaan obat-obatan klien terkadang berbohong, dengan menjawab sudah tidak mengonsumsi minuman beralkohol ataupun obat-obatan, fakta sebenarnya klien masih suka minum dan mengonsumsi obat-obatan ketika bersama teman-temannya, keterbukaan klien dengan AP masih belum sepenuhnya, dan klien tertutup dengan lingkungan sosial. Sejalan dengan pernyataan AP, BNN menyatakan salah satu dampak yang ditimbulkan dari penggunaan narkoba yaitu umumnya pecandu akan gemar berbohong.

Self disclosure menjadi aspek krusial. Konselor, AP, serta lingkungan sosial membutuhkan informasi yang jujur dan akurat terkait kondisi klien untuk menentukan intervensi yang tepat. Di IBM Mekar Berseri Kelurahan Purwosari, AP sering menemukan bahwa klien masih menutupi penggunaan zat, mengalami rasa bersalah, takut dihakimi, dan tidak nyaman untuk berbagi cerita. Kondisi ini membuat *self disclosure* menjadi faktor yang perlu dikaji secara mendalam. *Self disclosure* penting dalam konteks rehabilitasi IBM Mekar Berseri Kelurahan Purwosari karena mendukung asesmen yang akurat, meningkatkan efektivitas konseling, mengurangi beban psikologis, membangun kepercayaan dengan konselor dan AP, mencegah *relapse*.

Self disclosure menjadi sarana bagi klien untuk mengekspresikan perasaan, pengalaman, dan konflik batin yang sebelumnya terpendam akibat rasa bersalah, malu, maupun stigma sosial. Melalui pengungkapan diri yang sehat, klien dapat membangun kembali identitas positif, meningkatkan dukungan sosial, serta memperkuat kesadaran diri terhadap proses pemulihan. Beberapa program rehabilitasi bertujuan mengembalikan rasa kepercayaan diri seorang pasien atau NAPZA yang dilihat buruk pada masyarakat, namun tetap memiliki haknya sebagai manusia untuk tetap dihargai (Mughtar & Ramadhana, 2024). Dalam rehabilitasi, *self disclosure* sering kali menjadi hal yang sulit dilakukan karena klien masih terbelenggu oleh rasa takut terhadap penilaian, ketidakpercayaan terhadap lingkungan, serta trauma masa lalu. Kondisi ini dapat menghambat efektivitas program rehabilitasi dan memperlambat proses pemulihan.

Bimbingan dan Konseling (BK) di luar sekolah, khususnya melalui konseling komunitas, berperan penting dalam membantu klien penyalahgunaan NAPZA menata kembali kepribadian, hubungan sosial, dan kepercayaan diri yang terganggu akibat ketergantungan zat. Melalui layanan konseling individual, kelompok, dan rehabilitatif, konselor mendampingi klien untuk terbuka (*self disclosure*) dalam mengungkapkan pengalaman dan emosi negatif yang terpendam. Penerapan konseling individu, kelompok, dan keluarga akan sangat membantu dalam perubahan perilaku residen, mereka akan memahami kembali norma positif yang berlaku dalam keluarga dan masyarakat (Azwar & Widiastuty, 2020). Memahami bagaimana *self disclosure* (keterbukaan/pengungkapan diri) berperan dalam proses pemulihan diri menjadi sangat penting, terutama bagi lembaga seperti BNN Provinsi Jawa Tengah, yang berperan strategis dalam menangani dan memulihkan klien penyalahgunaan narkoba.

Penelitian mengenai *self disclosure* pada klien penyalahgunaan NAPZA sudah dilakukan di beberapa konteks rehabilitasi, tetapi penelitian yang secara spesifik membahas *self disclosure* dalam program IBM BNN masih sangat terbatas. Belum ada penelitian terdahulu yang mengkaji dinamika *self disclosure* pada klien IBM Mekar Berseri Kelurahan Purwosari, menguraikan peran *self disclosure* dalam pada hubungan klien dengan AP di program rehabilitasi komunitas, serta menggunakan analisis mendalam berdasarkan lima aspek *self disclosure* menurut DeVito pada konteks IBM. Oleh karena itu, penelitian ini mengisi kekosongan tersebut dengan mengeksplorasi bagaimana *self disclosure* muncul, difasilitasi, dan berperan dalam proses pemulihan klien rehabilitasi BNN Provinsi Jawa Tengah di program IBM Mekar Berseri Kelurahan Purwosari.

2. Metode

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat post positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen), peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi (Sugiyono, 2020). Metode kualitatif biasanya dipilih ketika diperlukan pemahaman rinci tentang suatu proses atau diperlukan pengalaman, atau

informasi yang tersedia adalah dalam bentuk non numerik (misalnya berupa teks atau visual) (Priyatni et al., 2020).

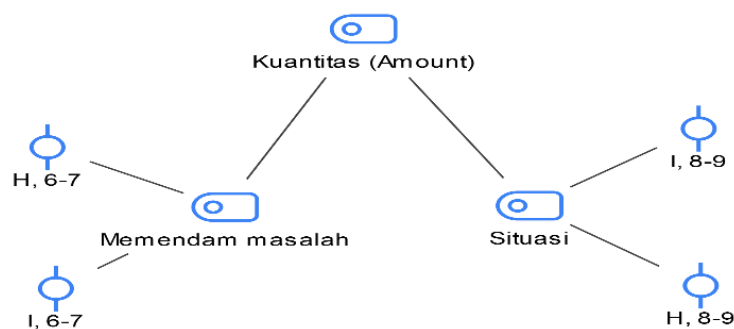
Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Menurut Yin, metode penelitian studi kasus merupakan strategi yang tepat untuk digunakan dalam penelitian yang menggunakan pokok pertanyaan penelitian *how*, atau *why*, sedikit waktu yang dimiliki peneliti untuk mengontrol peristiwa yang diteliti, dan fokus penelitiannya adalah fenomena kontemporer, untuk melacak peristiwa kontemporer (Ilhami et al., 2024). Contoh pertanyaan yang digunakan pada wawancara klien yaitu; Dengan siapa anda paling sering berbagi cerita pribadi selama berada di lingkungan rehabilitasi? Mengapa?; Bagaimana perasaan anda setelah mengungkapkan pengalaman baik atau buruk tentang diri anda selama proses rehabilitasi; Apakah Anda merasa bisa sepenuhnya jujur ketika menceritakan pengalaman atau perasaan Anda kepada konselor? Mengapa demikian?; Bisa diceritakan pengalaman pribadi yang biasanya Anda bagikan selama mengikuti kegiatan rehabilitasi?; Kepada siapa anda merasa paling nyaman dan dekat untuk bercerita selama menjalani rehabilitasi? Mengapa?; Seperti apa bentuk dukungan yang Anda rasakan dari orang-orang yang Anda anggap dekat selama menjalani rehabilitasi? Subjek dalam penelitian ini adalah klien rehabilitasi BNN Provinsi Jawa Tengah, di program IBM Mekar Berseri, Kelurahan Purwosari. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu dipilih dengan pertimbangan dan tujuan tertentu (Sugiyono, 2020).

Analisis data menurut Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2018) mengemukakan bahwa metode atau teknik pengolahan data kualitatif dapat dilakukan melalui tiga tahap, yaitu *data reduction*, *data display* dan *conclusion/verification* (Nasution, 2023). Teknik pemeriksaan keabsahan data dengan menggunakan prinsip triangulasi (Rofik, 2022), yaitu: (1) triangulasi data penelitian menggunakan berbagai sumber data seperti wawancara, arsip IBM Purwosari yang peneliti dapatkan saat melakukan kegiatan Magang di BNN Provinsi Jawa Tengah; (2) triangulasi pengamat yakni adanya pengamatan di luar peneliti yang turut memeriksa hasil pengumpulan data; (3) triangulasi teori yakni peneliti menggunakan berbagai teori dengan tujuan untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan sudah memenuhi syarat; (4) triangulasi metode yaitu menggunakan metode wawancara, di mana peneliti menggunakan metode wawancara yang diperoleh dari beberapa informan yang terlibat di dalam proses pemulihan klien di IBM Purwosari.

Proses triangulasi pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan triangulasi sumber, dengan memberikan pertanyaan yang sama kepada informan (keluarga) sebagai triangulasi. Hasil wawancara tersebut dicocokkan antara jawaban informan (keluarga) dengan hasil wawancara dengan klien, agen pemulihan, teman dekat klien dan data IBM. Dari jawaban yang telah didapat apabila terdapat keselarasan antara informan dengan jawaban hasil wawancara klien, agen pemulihan, teman terdekat klien dan arsip data dari IBM maka data dinyatakan valid. Jika terdapat ketidakselarasan antara pernyataan dari hasil wawancara maka klien terindikasi tidak terbuka saat melakukan wawancara. Penelitian ini menggunakan aplikasi MAXQDA dalam pengolahan data. MAXQDA merupakan *software* yang didesain untuk mempermudah penelitian data kualitatif dan campuran. Penggunaan MAXQDA sangat memungkinkan para peneliti untuk dapat menganalisis hampir semua jenis data entah itu docx, pdf, data dari sosial media seperti Youtube, Twitter dan berbagai macam lainnya (Saiq et al., 2023).

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis data diperoleh dari transkrip wawancara dengan tiga subjek yang mengikuti program rehabilitasi, melalui analisis mendalam terhadap data wawancara yang dilakukan dengan tiga klien rehabilitasi BNN Provinsi Jawa Tengah di IBM Mekar Berseri Kelurahan Purwosari, pada tanggal 23-24 Oktober 2025, yaitu klien H berusia 20 tahun, I berusia 15 tahun, dan S berusia 23 tahun. Analisis dilakukan berdasarkan aspek keterbukaan/pengungkapan diri (*self disclosure*) yang mencakup kuantitas (*amount*), penilaian dari penyungkapan diri (*valensi self disclosure*), ketepatan/kejujuran (*accuracy/honesty*), keluasaan pengungkapan diri (*intention*), keakraban (*intimacy*). Berikut hasil dan pembahasan penelitiannya.

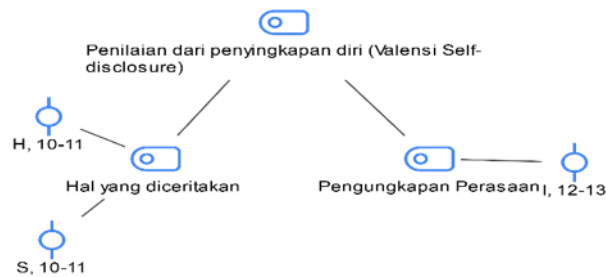


Gambar 1. Kuantitas (Amount)

Tabel 1. Kuantitas (Amount)

Aspek	Pernyataan Informan	Koding
Kuantitas (<i>Amount</i>)	Sama teman-teman, tapi ceritanya sambil bercanda tentang teman-teman, terkait pribadi ga cerita ke siapa-siapa. (Klien H)	Memendam cerita (6-7)
Kuantitas (<i>Amount</i>)	Nyaman terus. (Klien H)	Situasi (8-9)
Kuantitas (<i>Amount</i>)	Ga ada, dipendem sendiri. Kalo ada masalah ga ada yang tau cuma saya yang tau. (Klien I)	Memendam cerita (6-7)
Kuantitas (<i>Amount</i>)	Biasa cerita pas lagi sedih (Klien I)	Situasi (8-9)

Berdasarkan Tabel 1, kuantitas (*amount*) dalam aspek ini klien H cenderung membatasi pengungkapannya pada hal-hal ringan sesuai yang di ungkapkan “*Sama teman-teman, tapi ceritanya sambil bercanda tentang teman-teman*”, tanpa membagikan cerita pribadi dan lebih memendam cerita, sehingga jumlah pengungkapan dirinya rendah. Klien I, menyatakan bahwa setiap ada masalah selalu dipendam sendiri sesuai dengan yang diungkapkannya “*Ga ada, dipendem sendiri. Kalo ada masalah ga ada yang tau cuma saya yang tau*”, sehingga jumlah pengungkapan dirinya rendah. Situasi yang mendorong pengungkapan juga berbeda. Klien H merasa terdorong ketika merasa nyaman sesuai yang diungkapkan “*Nyaman terus*”, sering sambil bercanda dengan teman, sedangkan klien I lebih banyak berbagi ketika sedang sedih sesuai yang diungkapkan “*Biasa cerita pas lagi sedih*”, di mana emosi tersebut menjadi pemicu utama untuk mengungkapkan diri.

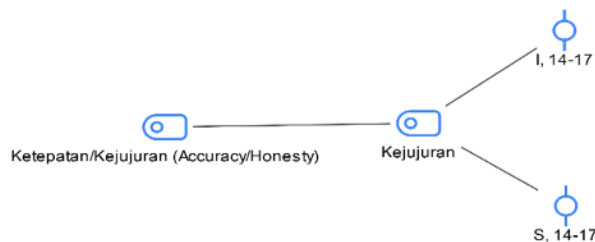


Gambar 2. Penilaian dari Penyingkapan Diri (Valensi Self Disclosure)

Tabel 2. Penilaian dari Penyingkapan Diri (Valensi Self Disclosure)

Aspek	Pernyataan Informan	Koding
Penilaian dari penyingkapan diri (<i>Valensi Self Disclosure</i>)	Positif, pengen positif-positif aja, tapi diceritakn yang lain juga. (Klien H)	Hal yang diceritakan (10-11)
Penilaian dari penyingkapan diri (<i>Valensi Self Disclosure</i>)	Ya yang positif. Ya karena senengnya cerita yang positif aja. (Klien S)	Hal yang diceritakan (10-11)
Penilaian dari penyingkapan diri (<i>Valensi Self Disclosure</i>)	Biasanya dua mba, biasane sudah lega, tapi nanti setengah masih sedih. (Klien I)	Pengungkapan perasaan (12-13)

Berdasarkan Tabel 2, penilaian dari penyingkapan (*valensi self disclosure*) menunjukkan penilaian positif atau negatif dari pengungkapan. Klien H lebih sering menceritakan terkait hal positif seperti yang diungkapkan “*Positif, pengen positif-positif aja, tapi diceritakan yang lain juga*”, tetapi juga menyertakan hal lain terkait pengalamannya. Klien S juga mengatakan hal yang serupa yaitu lebih sering menceritakan hal positif sesuai dengan yang diungkapkan “*Ya yang positif. Ya karena senengnya cerita yang positif aja*”. Klien lebih memilih untuk bercerita tentang hal positif, seperti kemajuan dalam pemulihan. Setelah mengungkapkan pengalaman baik atau buruk, klien I merasakan perasaan yang lega namun masih terdapat perasaan yang sedih seperti yang diungkapkan “*Biasanya dua mba, biasannya sudah lega, tapi nanti setengah masih sedih*” yang menggambarkan suasana hati setelah mengungkapkan hal yang dialami.

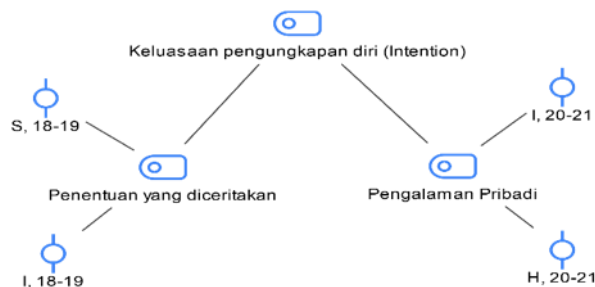


Gambar 3. Ketepatan/Kejujuran (Accuracy/Honesty)

Tabel 3. Ketepatan/Kejujuran (Accuracy/Honesty)

Aspek	Pernyataan Informan	Koding
Ketepatan/Kejujuran (Accuracy/Honesty)	Jujur, saya jujur semua, jujur ngepil apa engga, saya tau minum pak, saya tau narkoba pak. Diceritakan tentang teman-teman juga. Penting. Kalo ga jujur kan nanti dibicarin terus, besok disuruh kelurahan lagi disuruh jujur lagi, ga jujur, besok dipanggil lagi mending saya jujurkan semuanya, kalo udah jujur tenang. (Klien I)	Kejujuran (14-17)
Ketepatan/Kejujuran (Accuracy/Honesty)	Yaa jujur. Lebih Penting, karena ya lebih bisa bercerita. (Klien S)	Kejujuran (14-17)

Berdasarkan Tabel 3, ketepatan atau kejujuran (*accuracy/honesty*), klien I menyatakan jujur sepenuhnya terkait semua pengalaman sesuai yang diungkapkan “jujur, saya jujur semua, jujur ngepil apa engga, saya tau minum pak, saya tau narkoba pak, diceritakan tentang teman-teman juga”. Sejalan dengan jawaban klien I, klien S juga merasa sudah jujur, sesuai dengan yang di ungkapkan “yaa jujur” dari klien I dan S merasa sudah jujur terkait pengalamannya. Klien I mengungkapkan “Penting. Kalo ga jujur kan nanti dibicarin terus, besok disuruh ke kelurahan lagi disuruh jujur lagi, ga jujur, besok di panggil lagi mending saya jujurkan semuanya, kalo udah jujur tenang” dari ungkapan tersebut klien menyatakan bahwa kejujuran penting dan dapat membuatnya tenang. Klien S juga mengungkapkan “Lebih Penting, karena ya lebih bisa bercerita” dari ungkapan tersebut klien S menyatakan bahwa kejujuran penting karena melihatnya sebagai cara untuk dapat bercerita lebih banyak. Dilain sisi klien H menyatakan bahwa kejujuran penting meskipun dirinya tidak jujur sepenuhnya tentang pengalamannya, sesuai dengan yang diungkapkan klien H terkait pentingnya kejujuran “Ya penting, kalo berbohong ga bisa pemulihan, kalo bicara pas pemulihan berbohong nanti pemulihannya ga ada efeknya, tapi kalo ngomong beneran kan nanti ditangani yang bener”. Semua responden mengakui pentingnya kejujuran dalam proses pemulihan.



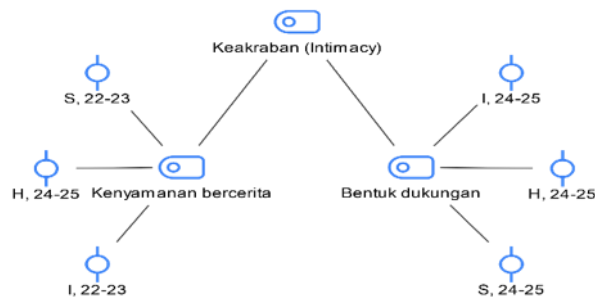
Gambar 4. Keluasaan Pengungkapan Diri (Intention)

Tabel 4. Keluasaan Pengungkapan Diri (Intention)

Aspek	Pernyataan Informan	Koding
Keluasaan pengungkapan diri (Intention)	Kalo narkoba dan minum-minum ke Pak S dan Bu P, satu itu tak ceritain tentang narkoba dan minum-minum itu, ya disuruh ceritain itu tapi yang satunya engga. kalo tentang kerja-kerja sama hobi ke Pak J. (Klien I)	Penentuan yang diceritakan (18-19)
Keluasaan pengungkapan diri (Intention)	Menceritakan terkait penggunaan, selain itu tidak. (Klien S)	Penentuan yang diceritakan (18-19)
Keluasaan pengungkapan diri (Intention)	Masih makai atau engga, masih kumpul sama teman-teman atau engga, masih kecanduan apa engga kan sudah dijawab seadanya. (Klien H)	Pengalaman Pribadi (20-21)
Keluasaan pengungkapan diri (Intention)	Narkoba, pas dikelurahan ditanyain masih suka mium apa engga, ngepil apa engga, nyoba-nyoba gitu disuruh teman. (Klien I)	Pengalaman Pribadi (20-21)

Tabel 4 berisi pernyataan tentang keluasaan pengungkapan diri (*intention*). Keluasaan pengungkapan menunjukkan seberapa luas hal yang dibagikan. Klien I menentukan hal yang dapat diceritakan sesuai lawan bicara yang akan mendengarkan, sesuai yang diungkapkan “Kalo narkoba dan minum-minum ke Pak S dan Bu P, satu itu tak ceritain tentang narkoba dan minum-minum itu, ya disuruh ceritain itu tapi yang satunya engga. kalo tentang kerja-kerja sama hobi ke Pak J”. Pengalaman pribadi yang dibagikan fokus pada aspek rehabilitasi. Klien H menceritakan tentang masih menggunakan narkoba atau tidak, pertemanan, dan kecanduan. Klien I berbagi tentang penggunaan narkoba, minum-minum keras, dan penggunaan obat-obatan, termasuk interaksi dengan teman. Klien S menentukan hal yang dapat diceritakan sesuai dengan ranah saat itu seperti yang di ungkapkan “Menceritakan terkait penggunaan, selain itu tidak” hal tersebut menunjukkan bahwa klien S hanya

menceritakan terkait penggunaan saja pada ranah terkait rehabilitasi. Pengalaman pribadi yang dibagikan klien H mengungkapkan *“Masih makai atau engga, masih kumpul sama teman-teman atau engga, masih kecanduan apa engga kan sudah dijawab seadanya”* pernyataan tersebut menggambarkan bahwa klien hanya membagikan terkait pengalaman penggunaan narkoba dan terkait temannya. Klien I mengungkapkan *“Narkoba, pas dikelurahan ditanyain masih suka mium apa engga, ngepil apa engga, nyoba-nyoba gitu disuruh teman”* dari pernyataan tersebut menggambarkan bahwa klien I berbagi pengalaman pribadi terkait penggunaan narkoba dan teman-temannya. Klien H dan klien I menunjukkan kesamaan dalam pengalaman yang dibagikan yaitu terkait penggunaan obat dan teman-temannya.



Gambar 5. Keakraban (Intimacy) (Hasil Pengolahan MAXQDA)

Tabel 5. Keakraban (Intimacy)

Aspek	Pernyataan Informan	Koding
Keakraban (Intimacy)	Ga ada, Cuma orang tua tok, yang nyuruh ikut kegiatan juga ibu (Klien H)	Kenyamanan bercerita (22-23)
Keakraban (Intimacy)	Teman-teman, kalo dirumah ga pernah. sama bapak, kalo sama ibu ngamuk. Mending bapak kalo ibu ngamuk. Kalo di IBM ke Bu Pipit sama Pak Sigit. (Klien I)	Kenyamanan bercerita (22-23)
Keakraban (Intimacy)	Ibu, karena sering cerita ke ibu. (Klien S)	Kenyamanan bercerita (22-23)
Keakraban (Intimacy)	Disuruh berangkat mengikuti kegiatan IBM atau kegiatan yang diadakan dikelurahan. (Klien H)	Bentuk dukungan (24-25)
Keakraban (Intimacy)	Dari ibu, diceramahin tapi kalo di jawab pasti ngamuk. Kalo bapak becanda becanda pasti ngajaknya guyon. (Klien I)	Bentuk dukungan (24-25)
Keakraban (Intimacy)	Ibu membuat usaha, saya sekarang berjualan cireng. (Klien S)	Bentuk dukungan (24-25)

Berdasarkan Tabel 5, keakraban (*intimacy*) juga berbeda, terkait kenyamanan untuk bercerita klien H mengungkapkan *“Ga ada, Cuma orang tua tok, yang nyuruh ikut kegiatan juga ibu”* pernyataan tersebut menggambarkan bahwa klien H nyaman bercerita kepada Ibunya, klien I mengungkapkan *“Teman-teman, kalo di rumah ga pernah. sama bapak, kalo sama ibu ngamuk. Mending bapak kalo ibu ngamuk. Kalo di IBM ke Bu Pipit sama Pak Sigit.”* merasa dekat dengan teman-teman dan AP (agen pemulihan), bapak, dan Petugas BNN, menunjukkan keakraban yang tinggi, Klien S mengungkapkan *“Ibu, karena sering cerita ke ibu”* pernyataan tersebut menggambarkan klien paling nyaman bercerita dengan ibunya, yang menjadi sosok utama untuk bercerita. Kenyamanan bercerita berbeda di antara responden. Klien H dan S tidak merasa nyaman dan dekat dengan siapa pun saat proses rehabilitasi, hanya dengan orang tua. Klien I paling nyaman dengan teman-teman, Bu P (pegawai BNN Prov. Jateng), dan Pak S (agen pemulihan IBM), tetapi tidak nyaman di rumah karena ibunya sering marah. Bentuk dukungan yang dirasakan juga variatif. Klien H merasakan dukungan dari orang tua, terutama ibunya, berupa dorongan untuk mengikuti kegiatan IBM atau kelurahan, klien I merasakan dukungan dari ibu berupa ceramah meskipun sering marah, dan dari bapak berupa candaan yang membuatnya rileks, dan klien S mendapat dukungan ibu yang membuatkan usaha berjualan cireng.

Secara keseluruhan, responden menunjukkan variasi dalam tingkat keterbukaan atau pengungkapan diri. Klien H lebih tertutup, klien I dengan tingkat terbuka terkait masalah negatif, sementara klien S fokus pada keterbukaan atau pengungkapan terkait hal positif pemulihan. Selain itu hasil wawancara mengungkapkan bahwa *self disclosure* di antara klien rehabilitasi ini memiliki kecenderungan untuk berbagi spesifik terkait narkoba, serta pentingnya kejujuran dan dukungan keluarga dalam memfasilitasi proses tersebut. Pola ini menunjukkan bahwa meskipun ada hambatan seperti memendam masalah, pengungkapan yang tepat dapat berkontribusi pada pemulihan. Dukungan keluarga sangat penting, karena dapat meningkatkan efektivitas pengungkapan diri, yang mengarah pada hasil pemulihan yang lebih baik. Stigmatisasi vs dukungan: pengungkapan dapat menimbulkan reaksi stigmatisasi dan suportif, dan memengaruhi proses pemulihan (Earnshaw et al., 2019).

Temuan hasil penelitian dapat dibagi menjadi 5 kategori utama. Kategori tersebut yaitu: kuantitas, penilaian dari penyingkapan diri, ketepatan/kejujuran, keluasaan pengungkapan diri, dan keakraban. Temuan tersebut diperoleh melalui wawancara mendalam dengan tiga subjek yaitu klien rehabilitasi (klien I, H dan S), yang mengungkapkan variasi keterbukaan atau pengungkapan diri seperti situasi, memendam permasalahan, pengungkapan perasaan, hal yang diceritakan, kejujuran, pengalaman pribadi, penentuan yang diceritakan, bentuk dukungan dan kenyamanan bercerita.

Hasil penelitian pada aspek kuantitas (*amount*), klien cenderung lebih terbuka dalam situasi tertentu, misalnya ketika sedang sedih atau nyaman dengan teman namun sebagian besar masih memendam masalah pribadi. Pada aspek penilaian dari penyingkapan diri (*valensi self disclosure*) menunjukkan bahwa terdapat perasaan klien saat pengungkapan diri. Klien I merasa lega saat sudah menceritakan permasalahannya atau pengalamannya. Klien H dan S merasa biasa saja setelah menceritakan permasalahan atau pengalamannya. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Barak bahwa keterbukaan diri mengacu pada sikap komunikasi di mana seorang mengatakan aspek dirinya sendiri menimpa data individu, pengalaman, pemikiran individu, serta perasaan individu (Hidjayanti et al., 2023).

Pada aspek *accuracy/honesty*, dua klien mengaku jujur, namun data triangulasi menunjukkan bahwa mereka belum sepenuhnya jujur terkait penggunaan zat. Pada aspek *intention*, klien menyaring informasi yang dibagikan berdasarkan konteks dan lawan bicara, menunjukkan mekanisme perlindungan diri. Sedangkan pada aspek *intimacy*, kedekatan emosional dengan orang tua, agen pemulihan, dan teman berperan besar dalam mendorong pengungkapan diri. Menurut Devito (2018) keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan suatu komunikasi di mana kita memberitahu suatu informasi pribadi mengenai diri kita suatu informasi pribadi yang biasanya disembunyikan atau kita tutupi (Arda & Rina, 2022).

Menurut Devito (1986), *self disclosure* memiliki 5 dimensi yaitu: *amount* merupakan frekuensi atau waktu untuk melakukan pengungkapan diri, *valensi* yaitu kualitas atau negatif dari pengungkapan diri, *accuracy* yaitu kecermatan dan kejujuran dari pengungkapan diri dibatasi sejauh mana individu mengetahui dan mengenal dirinya, *intention* yaitu tujuan dan maksud individu melakukan pengungkapan diri sehingga dengan sadar individu dapat mengontrol pengungkapan diri yang dilakukan, dan *intimate* yaitu individu dapat mengungkapkan hal-hal yang pribadi dan intim. Keterbukaan diri sangat penting dalam proses penyembuhan kecanduan narkoba. Pengungkapan diri dalam hubungan interpersonal dan pertemanan menjadi titik awal bagi mantan pecandu untuk memulai kehidupan yang lebih baik (Hasanah et al., 2023).

Dalam penelitian Muchtar, keterbukaan yang mempunyai lima dimensi, memiliki tiga dimensi utama. Pertama keluasaan pengungkapan diri (*intention*), kedua ketepatan dan kejujuran (*accuracy*), ketiga keakraban (*intimate*). Untuk dimensi yang lain seperti penilaian dari penyingkapan diri (*valensi self disclosure*) dan kuantitas (*amount*) itu menjadi dimensi yang turut mendukung dalam keterbukaan diri pasien, sehingga keterbukaan diri adalah bagian penting dari proses penyembuhan pada pasien rehabilitasi narkoba, yang didukung oleh komunikasi interpersonal yang efektif (Muchtar & Ramadhana, 2024).

Teori ini relevan dengan temuan penelitian di BNN Provinsi Jawa Tengah yang menunjukkan bahwa *self disclosure* memiliki peran penting pada proses pemulihan klien rehabilitasi narkoba. *Self disclosure* berperan sebagai penyampaian informasi terkait pengalaman pribadi, perasaan, kenyamanan dan situasi yang dialami. Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana *self disclosure* berperan dalam proses pemulihan klien rehabilitasi NAPZA di program IBM Mekar Berseri Kelurahan Purwosari. Temuan menunjukkan bahwa *self disclosure* klien muncul dalam intensitas yang berbeda pada setiap aspek, dipengaruhi kepribadian, situasi emosional, dukungan sosial, serta relasi interpersonal.

3.1. Kuantitas (Amount)

Pada aspek kuantitas, klien rehabilitasi BNN provinsi Jawa Tengah menunjukkan variasi dalam keterbukaan diri, di mana beberapa klien cenderung membatasi pengungkapan pada hal-hal ringan lebih memilih memendam permasalahan pribadi kepada orang tua atau keluarga akibat takut mendapat respons marah dan lebih banyak berbagi pengalamannya kepada teman-temannya, adapun situasi tertentu yang mendukung untuk bercerita seperti ketika merasa sedih. Aspek ini menunjukkan frekuensi atau situasi dalam pengungkapan atau keterbukaan diri individu. Hasil penelitian ini menunjukkan kuantitas (*amount*) mengambil peranan penting seberapa sering individu bercerita dan situasi seperti apa yang mendukung individu berbagi permasalahan pribadinya.

Penelitian yang dilakukan di Kalimantan timur menyatakan bahwa frekuensi pengungkapan diri (*amount*) pada mantan pecandu narkoba meningkat saat individu merasa aman dalam hubungan interpersonal, seperti dengan teman atau dengan keluarga, yang mendukung pemulihan (Hasanah et al., 2023). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian ini, di mana klien I dan H lebih sering berbagi cerita, atau permasalahannya ketika sedih atau saat nyaman, menunjukkan bahwa situasi emosional positif/negatif memengaruhi keintensifan keterbukaan/pengungkapan diri. Devito dalam dimensi *amount* menekankan bahwa frekuensi keterbukaan

/pengungkapan tergantung pada kondisi sosial, seperti kepercayaan terhadap lawan bicara, yang didukung penelitian yang dilakukan oleh Muchtar dan Ramadhana di Yayasan Sekar Mawar, di mana pasien memilih orang terpercaya untuk berbagi sehingga frekuensi lebih tinggi dalam lingkungan rehabilitasi yang mendukung, (Muchtar & Ramadhana, 2024). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Yunita dan Malau (2023) menunjukkan bahwa faktor kepribadian memengaruhi kuantitas keterbukaan/pengungkapan, di mana individu pemalu (klien H) cenderung memiliki frekuensi rendah, sementara yang mudah akrab (klien I) lebih intens berbagi dalam situasi tertentu. Terdapat beberapa karakteristik keterbukaan diri di antaranya presisi, motivasi, kondisi, keintensifan, serta kedalaman dan keluasaan (Nasyar & Ahmad, 2020). Sesuai penelitian yang dilakukan Nasya dan Ahmad (2020) dari beberapa karakteristik terdapat kondisi dan keintensifan dalam keterbukaan diri.

Temuan pada aspek ini menegaskan bahwa kuantitas keterbukaan/pengungkapan diri bukan hanya tentang jumlah informasi yang dibagikan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti lingkungan dan emosional. Misalnya klien I yang memendam masalah pribadi akibat takut respon marah dari keluarganya (terutama ibu) menunjukkan kondisi emosional negatif (seperti ketakutan) dapat menurunkan frekuensi keterbukaan/pengungkapan diri sejalan dengan karakteristik "*kondisi*" yang disebutkan (Nasyar & Ahmad, 2020). Di sisi lain, situasi seperti merasa sedih atau nyaman (seperti bercanda dengan teman) meningkatkan keintensifan keterbukaan/pengungkapan diri, di mana individu lebih intens berbagi saat emosi menjadi penyebab. Hal ini selaras dengan penelitian Muchtar dan Ramadhana (2024), yang menekankan pentingnya membangun rasa aman melalui interaksi interpersonal, seperti dengan teman atau petugas rehabilitasi, untuk meningkatkan frekuensi berbagi.

Secara keseluruhan, pada aspek ini menggarisbawahi bahwa kuantitas keterbukaan/pengungkapan diri merupakan fondasi untuk *self disclosure* yang efektif dalam proses pemulihan klien rehabilitasi narkoba di BNN Provinsi Jawa Tengah.

3.2. Penilaian dari Penyingkapan Diri (Valensi Self Disclosure)

Pada penilaian dari penyingkapan diri, sebagian klien lebih memilih membagikan hal positif seputar pemulihan, meskipun ada juga pengungkapan perasaan negatif yang berkontribusi pada rasa lega psikologis. Aspek ini menunjukkan pengungkapan perasaan dan hal apa saja yang diceritakan selama proses pemulihan di rehabilitasi narkoba memberikan peran pada psikologis. Sesuai temuan ini *self disclosure* pada aspek penilaian dari penyingkapan diri berperan pada proses pemulihan terutama pada psikologis klien.

Pengungkapan diri emosional terkait dengan menerima tingkat dukungan emosional yang lebih tinggi, yang dapat mengurangi perasaan terisolasi dan tertekan selama pemulihan (Chi et al., 2025). Tingkat penyembunyian diri yang tinggi dapat memperburuk tekanan psikologis dan menghambat pemulihan, yang mengarah pada peningkatan perilaku adiktif dan ide bunuh diri (Anika & Lambert, 2024). Pengungkapan hal positif tentang pemulihan berkontribusi terhadap peningkatan harga diri dan penerimaan diri. disisi lain , pengungkapan perasaan negatif seperti rasa bersalah, kecemasan, atau trauma masa lalu, dalam lingkungan rehabilitasi yang aman (seperti kelompok dukungan atau sesi terapi) memberikan efek *cathartic*. Safaranni et al. (2024) menunjukkan bahwa proses ini memberikan efek psikologis lega serta motivasi untuk perubahan setelah mengungkapkan perasaan negatif yang juga dibuka dalam lingkungan yang aman. Penelitian ini menekankan bahwa penilaian dari pengungkapan diri juga memainkan peran pada proses pemulihan terutama dalam psikologis klien. Didukung dengan pernyataan di mana keterbukaan terhadap perasaan negatif maupun positif secara signifikan berkontribusi pada peningkatan kesehatan mental, termasuk pengurangan gejala depresi dan kecemasan. Dalam praktiknya, ini berarti bahwa *litator* rehabilitasi harus menciptakan ruang yang *non-judgmental* untuk mendorong *self disclosure*, karena pengungkapan yang terhambat dapat memperburuk isolasi psikologis dan menghambat pemulihan. Hal tersebut mendukung proses pemulihan dan peningkatan kesehatan mental klien (Muchtar & Ramadhana, 2024).

Temuan ini menegaskan bahwa penilaian dari *self disclosure* yaitu evaluasi internal klien terhadap apa yang mereka ungkapkan yang berperan krusial pada psikologis dalam proses pemulihan klien. Klien yang merasa aman untuk berbagi secara seimbang (positif dan negatif) cenderung mengalami transformasi yang lebih holistik, yang tidak hanya memperbaiki aspek emosional tetapi juga sosial. Pembahasan dari hasil aspek penilaian dari penyingkapan diri (*valensi self disclosure*) mengambil peranan tersendiri mendukung psikologis dalam proses pemulihan klien rehabilitasi.

3.3. Ketepatan dan Kejujuran (Accuracy)

Temuan dalam aspek ini menunjukkan bagaimana kejujuran dari masing-masing responden berbeda. Dua klien mengatakan sudah jujur sepenuhnya terkait apa yang diungkapkan sedangkan satu klien mengatakan tidak terlalu jujur terkait pengungkapannya. Pengungkapan tersebut didukung oleh pernyataan dari ketiga dukungan informan yang merupakan orang tua (Ibu) klien yang mengungkapkan bahwa klien (anak mereka) belum bisa sepenuhnya jujur masih suka berbohong terkait hal pribadinya terutama dalam penggunaan obat-obatan. Klien yang mampu melakukan *self disclosure* dengan jujur menunjukkan tingkat efikasi diri yang lebih

tinggi, yang selanjutnya mendukung strategi koping medis dan proses penyesuaian psikologis yang sehat (Wu et al., 2022).

Pernyataan informan secara konsisten menyoroti bahwa ketiga klien belum sepenuhnya jujur, dengan kecenderungan berbohong tentang hal pribadi yang sensitif. Hal ini mengindikasikan adanya kesenjangan persepsi antara *self assessment* klien dan pandangan eksternal. Menurut penelitian terdahulu yang menyebutkan *self disclosure* atau keterbukaan diri dimaknai sebagai proses pengungkapan informasi yang dilakukan seseorang guna mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain atau sebaliknya, sebagai bentuk kebutuhan individu guna memperoleh jalan keluar atau tekanan-tekanan yang terjadi pada dirinya (Nasyar & Ahmad, 2020). *Self disclosure* bukan hanya pengungkapan informasi pribadi, tetapi juga proses yang memerlukan kejujuran penuh untuk mengatasi tekanan internal dan mencapai resolusi. Ketidakselarasan ini mungkin disebabkan oleh stigma sosial, ketakutan akan konsekuensi, atau tahap awal rehabilitasi di mana klien belum sepenuhnya siap untuk keterbukaan secara keseluruhan. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang mengatakan, rasa takut akan penolakan dan konsekuensi negatif membuat banyak individu memilih untuk merahasiakan kondisinya, terutama pada tahap awal ketika mereka belum siap sepenuhnya untuk terbuka, (Prizeman et al., 2024). Penelitian ini menyoroti bagaimana stigma menjadi hambatan utama dalam *self disclosure* sekaligus menyediakan alasan memilih kerahasiaan untuk menjaga penerimaan sosial (Prizeman et al., 2024).

Penelitian mengonfirmasi bahwa kejujuran dalam pengungkapan pribadi bukan hanya mengurangi tekanan internal tetapi juga membangun resiliensi, dengan efek jangka panjang pada pencegahan *relapse* (Yamashita & Yoshioka, 2016). Sejalan dengan yang diungkapkan Nasyar dan Ahmad, pengakuan semua klien bahwa kejujuran dalam *self disclosure* merupakan aspek penting untuk mendukung pemulihan dan mengurangi kecemasan selama proses rehabilitasi menunjukkan kesadaran positif. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Muchtar dan Ramadhana (2024), bahwa kejujuran dalam *self disclosure* mendukung proses pemulihan dengan mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan antar klien dan petugas rehabilitasi.

3.4. Keluasaan Pengungkapan Diri (Intention)

Dalam keluasaan pengungkapan, klien mengendalikan informasi yang dibagikan sesuai dengan konteks dan kepada siapa cerita itu disampaikan, mencerminkan strategi perlindungan diri. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa klien secara sadar mengendalikan informasi yang mereka bagikan berdasarkan konteks dan kepada siapa cerita itu disampaikan. Hal ini menggambarkan strategi perlindungan diri yang penting dalam proses rehabilitasi. Klien memilih secara selektif aspek pengalaman pribadi yang dianggap tepat untuk diceritakan kepada petugas tertentu atau lingkungan yang dianggap aman, sebagaimana terlihat dari klien I yang berbagi pengalaman terkait narkoba dan minuman keras hanya kepada petugas tertentu di IBM Kelurahan Purwosari, atau klien S yang membatasi pengungkapan pada topik tertentu saja.

Temuan ini sejalan dengan konsep *self disclosure* dalam psikologi komunikasi, menekankan bahwa individu cenderung melakukan batasan terhadap informasi pribadi demi menjaga privasi dan melindungi diri dari risiko sosial atau emosional. Pengungkapan yang selektif dan kontekstual ini dapat dipahami sebagai mekanisme adaptif yang memungkinkan klien mengatur interaksi interpersonal agar tetap aman dan nyaman, yang sangat penting dalam proses pemulihan yang rentan terhadap stigma dan evaluasi sosial negatif (Altman et al., 2025). Mungkin dianggap mengungkapkan informasi yang sangat pribadi terlalu dini dalam hubungan sebagai "*terlalu banyak, terlalu cepat*" (Saffarizadeh et al., 2017). Penelitian lain menunjukkan bahwa *self control* sebagai kemampuan dalam mengendalikan diri memprediksi tingkat pengungkapan, di mana individu dengan pengendalian diri yang baik cenderung lebih selektif dan bijak dalam menyampaikan informasi (Ababil et al., 2024).

Temuan dalam penelitian ini mendukung hal tersebut dengan menunjukkan bahwa keluasaan pengungkapan berperan secara aktif dalam proses pemulihan, karena klien tidak hanya menyampaikan informasi secara bebas, tetapi secara strategis mengelola pengungkapan dirinya untuk menjaga kenyamanan dan efektivitas komunikasi selama rehabilitasi. Dengan demikian, keluasaan pengungkapan menjadi aspek penting yang tidak hanya merefleksikan kemampuan kontrol diri, tetapi juga aspek perlindungan psikologis yang membantu klien dalam proses pemulihan yang kompleks.

3.5. Keakraban (Intimate)

Temuan pada aspek keakraban menyoroti peran kedekatan emosional dengan orang tua, teman, atau petugas rehabilitasi yang berfungsi sebagai sumber dukungan utama bagi klien. Sejalan dengan temuan penelitian, menurut hidayat dalam penelitiannya mengatakan, klien merasa diperhatikan dan merasa termotivasi dengan dukungan yang diberikan oleh teman, keluarga, dan staf atau konselor (Hidayati & Andriati, 2020). Keberagaman kenyamanan bercerita menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan interpersonal yang suportif dalam mendorong keterbukaan diri.

Penemuan pada penelitian ini juga didukung penelitian terdahulu yang mengatakan, hubungan emosional internet, keintiman perkawinan, dan keintiman keluarga dapat memprediksi kekambuhan penggunaan zat terlarang di antara individu yang menghadapi kecanduan. Dengan kata lain, terdapat hubungan yang signifikan antara kekambuhan penggunaan zat terlarang dan keintiman keluarga, keintiman perkawinan, dan interaksi emosional internet (Khorrami et al., 2025). Artinya, keintiman emosional baik dalam keluarga maupun hubungan sosial lainnya yang memiliki pengaruh signifikan terhadap keberhasilan pemulihan. Seiring berkembangnya hubungan, informasi yang dibagikan semakin meluas, tetapi pengungkapan diri secara bertahap melambat seiring beralih ke topik yang lebih pribadi dan intim (Masaviru, 2016). Hal ini menegaskan pentingnya peran keakraban sebagai fondasi bagi pemulihan yang berkelanjutan.

Orang tua memiliki peran penting dalam meningkatkan *self disclosure* pada anak melalui dukungan komunikasi interpersonal yang efektif meningkatkan rasa percaya anak dengan orang tua. Terlihat dari hasil wawancara bahwasanya dengan melakukan komunikasi interpersonal antara anak dan orang tua, maka akan membangun rasa percaya anak terhadap orang tuanya, sehingga anak lebih terbuka kepada orang tuanya (Irsa, 2023). Dengan membangun rasa percaya ini melalui komunikasi yang mendalam, anak atau klien rehabilitasi mampu meningkatkan *self disclosure*, yang merupakan komponen penting dalam proses pemulihan.

Secara keseluruhan, aspek keakraban dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa lingkungan sosial yang hangat dan mendukung, terutama melalui hubungan emosional yang dekat dengan orang tua, teman, dan petugas rehabilitasi memiliki peran krusial dalam memfasilitasi keterbukaan diri. Keterbukaan ini akan meningkatkan efektivitas komunikasi interpersonal yang diperlukan untuk proses rehabilitasi yang berlangsung lebih berhasil dan berkelanjutan.

3.6. Temuan Baru: Kepribadian (Personality)

Temuan baru pada penelitian ini keterbukaan atau pengungkapan diri menunjukkan adanya faktor Kepribadian, hal ini tampak dari hasil wawancara dengan tiga klien I, H, dan S yang menggambarkan adanya perbedaan karakter personal dalam merespons proses wawancara. Klien I mengungkapkan bahwa ia memiliki kepribadian yang mudah akrab dengan orang baru, sehingga proses membuka diri berlangsung lebih cepat dan natural. Berbeda dengan klien I, klien H mengatakan dirinya memiliki pemalu, yang membuatnya membutuhkan waktu untuk merasa nyaman dalam membagikan pengalaman pribadinya. Sementara klien S menunjukkan kecenderungan sulit akrab dengan orang lain terutama orang baru sehingga pengungkapan dirinya berlangsung lebih lambat dan selektif. Pernyataan dari klien ini diperkuat dari hasil wawancara orang tua (ibu) sebagai data pendukung. Informasi yang diberikan orang tua selaras dengan apa yang disampaikan klien, baik mengenai kecenderungan mudah berbaur maupun kesulitan dalam menjalin kedekatan sosial. Konsistensi antara data klien dan data pendukung memperkuat validitas temuan mengenai peran kepribadian dalam dinamika *self disclosure* selama proses rehabilitasi.

Penemuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kepribadian menjadi salah satu faktor dari keterbukaan diri (Yunita & Malau, 2023). Menegaskan kepribadian individu dapat memengaruhi intensitas maupun kualitas informasi pribadi yang dibagikan dalam konteks interpersonal. Temuan ini juga konsisten dengan teori yang dikemukakan DeVito (2017) mengenai delapan faktor yang mempengaruhi *self disclosure* yaitu besaran kelompok, perasaan menyukai, efek diadik, kompetensi, topik, kepribadian, serta jenis kelamin (Yunita & Malau, 2023). Dengan demikian, kepribadian menjadi salah satu variabel penting yang selaras dengan temuan penelitian ini.

Pendukung lain dari penelitian sebelumnya menunjukkan temuan mendukung pada kepribadian ini di mana, tingkat resiliensi yang terkait dengan kepribadian berperan dalam mendalami *self disclosure* dan mengurangi risiko kekambuhan (Yamashita & Yoshioka, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan kepribadian yang lebih adaptif dan memiliki daya lenting lebih tinggi cenderung lebih terbuka dalam proses terapi, sehingga intervensi menjadi lebih efektif. Sejalan dengan pernyataan tersebut bahwa berbagai fungsi kepribadian yang memengaruhi proses pemulihan, termasuk aspek keterbukaan diri dalam konteks terapi rehabilitasi (Schlosserova et al., 2025). Artinya, karakteristik kepribadian bukan hanya memengaruhi cara individu membuka diri, tetapi juga menentukan respons mereka terhadap seluruh proses pemulihan.

Temuan ini turut diperkuat Nevid et al. (2020) menunjukkan adanya hubungan penting antara tipe kepribadian tertentu dan pola *self disclosure* serta stigma pada pengguna narkoba. Individu dengan tipe kepribadian tertentu lebih mampu melakukan pengungkapan diri yang sehat sehingga mampu mengurangi beban stigma internal maupun sosial. Secara keseluruhan, temuan penelitian ini konsisten dengan teori dan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kepribadian yang merupakan salah satu faktor dalam *self disclosure* yang mengambil peranan penting pada proses pemulihan klien rehabilitasi narkoba. Perbedaan karakter personal dari masing-masing klien terbukti memengaruhi cara, intensitas, dan kedalaman mereka dalam membagikan informasi pribadi selama menjalani proses rehabilitasi.

3.7. Implikasi Praktis

Implikasi praktis dari hasil penelitian ini antara lain berupa: (1) Agen Pemulihan (AP) dan konselor perlu membangun rasa aman dan hubungan yang stabil untuk mendorong keterbukaan klien dalam proses rehabilitasi. (2) Program Intervensi Berbasis Masyarakat (IBM) perlu menambah sesi konseling individu dan kelompok untuk memfasilitasi pengungkapan diri. (3) Orang tua perlu dilibatkan secara intensif dalam rehabilitasi untuk memperkuat dukungan emosional klien. (4) Pelatihan komunikasi empatik bagi Agen Pemulihan (AP) penting untuk mengurangi resistensi klien.

3.8. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya adalah wawancara dilakukan dalam waktu terbatas sehingga dinamika perubahan *self disclosure* jangka panjang belum terobservasi. Selain itu, jumlah subjek terbatas hanya tiga klien sehingga generalisasi tidak dapat dilakukan.

4. Simpulan

Self disclosure mempunyai peran yang sangat penting dalam proses pemulihan klien rehabilitasi IBM di Kelurahan Purwosari. Hasil menunjukkan keterbukaan/pengungkapan diri, cenderung kurang dalam pengungkapan Pribadi. Dari kelima aspek yang paling banyak muncul yaitu aspek kuantitas, keluasaan dan keakraban, di mana tiga aspek tersebut memegang peranan penting dalam *self disclosure* selama proses pemulihan. Dua aspek lainnya yaitu ketepatan atau kejujuran dan penilaian dari penyingkapan diri dalam penelitian ini tidak muncul sepenuhnya namun aspek ini juga ikut serta dalam mendukung ketiga aspek lainnya dalam keterbukaan/pengungkapan diri. Temuan baru di luar kelima aspek menunjukkan keterbukaan/pengungkapan diri juga dilihat dari kepribadian individu. Kesimpulannya, *self disclosure* (keterbukaan atau pengungkapan diri) klien rehabilitasi adalah proses yang dinamis dan kompleks, yang memainkan peran penting dalam mendukung pemulihan melalui kontrol diri, selektivitas informasi, kejujuran, dan dukungan emosional yang cukup.

Kontribusi Penulis

Seluruh penulis memiliki kontribusi yang sama terhadap artikel. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel.

Pendanaan

Tidak ada dukungan pendanaan yang diterima.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan sehubungan dengan penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini.

Ketersediaan Data

Kumpulan data yang dihasilkan dan/atau dianalisis dalam penelitian ini tersedia dan dapat diperoleh dengan menghubungi penulis korespondensi berdasarkan permintaan yang wajar.

Pernyataan Penggunaan AI

Penulis menyatakan tidak menggunakan *AI* atau alat berbantuan *AI* dalam penyusunan naskah ini. Penulis menyatakan bahwa *AI* digunakan semata-mata untuk meningkatkan keterbacaan dan kebahasaan dengan pengawasan manusia yang ketat; tidak ada konten, ide, analisis, interpretasi, atau kesimpulan yang dihasilkan oleh *AI*.

Daftar Rujukan

- Ababil, V., Hakim, A., & Ibad, M. (2024). Peran self-control dan intimate friendship sebagai prediktor terhadap self-disclosure pada remaja pengguna second account Instagram di Karawang. *Jurnal Psikologi*, 4(3), 476–485. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8326465/>
- Altman, H., Clancy, K., Coleman, E., Encarnacion, L., Hoppe-Nagao, A., Khanna, A., Kicenski, K., Leonard, V., Mata, A., Moran, R., & Plump, B. (2025). *Interpersonal communication: Context and connection*. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8326465/>
- Anika, A., & Lambert, E. (2024). Self-concealment influence on addictive behaviour, suicidal ideation, and mental health among drug addicts from sampled rehabilitation centres in the coastal region of Kenya. *Advances in image and video processing*, 12(6), 74–88. <https://doi.org/10.14738/aivp.126.17848>
- Arda, J. C., & Rina, N. (2022). Pengaruh keterbukaan diri terhadap hubungan relasional antar mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Telkom. *Medium*, 1(6), 1609–1624.

- Azwar, M., & Widiastuty, L. (2020). Pengaruh terapi komunitas terhadap perubahan perilaku penyalahguna narkoba di layanan rehabilitasi Yayasan Mitra Husada Kota Makassar. *Unhas Educational Journal*, 4, 42–46. Retrieved from <https://ojs.unm.ac.id/UEJ/article/view/22537>
- Badan Narkotika Nasional. (2023). *Apa itu intervensi berbasis masyarakat (IBM)?* Retrieved from <https://ntb.bnn.go.id/apa-itu-intervensi-berbasis-masyarakat-ibm/>
- Badan Narkotika Nasional. (2019). *Pengertian narkoba dan bahaya narkoba bagi kesehatan*. Retrieved from <https://bnn.go.id/pengertian-narkoba-dan-bahaya-narkoba-bagi-kesehatan/>
- Badan Narkotika Nasional. (2025). *Indonesia drug report 2025*. Retrieved from <https://puslitdatin.bnn.go.id/konten/unggahahan/2025/06/IDR-2025.pdf>
- Chi, Y., Chen, H. Y., & Thaker, K. (2025). Self-disclosure and social support in a web-based opioid recovery community: Machine learning analysis. *JMR Formative Research*, 9, 1–15. <https://doi.org/10.2196/71207>
- Earnshaw, V. A., Bogart, L. M., Menino, D. D., Kelly, J. F., Chaudoir, S. R., Reed, N. M., & Levy, S. (2019). Disclosure, stigma, and social support among young people receiving treatment for substance use disorders and their caregivers: A qualitative analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(6), 1535–1549. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9930-8>
- Hasanah, U., & Safarina, N. A. (2023). Gambaran self-disclosure pada mahasiswa Universitas Malikussaleh berdasarkan budaya. *Indonesian Journal of Psychology Research*, 6(3), 686–695.
- Hidayati, N. W., & Andriati, N. (2020). Layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi di SMP Kota Pontianak. *Pena Kreatif: Jurnal Pendidikan*, 9(1), 41–48. <https://doi.org/10.29406/-ipk.v9i1.2030>
- Hidayanti, D., Miranda, I., Azizah, N., Yanda, R., & Harahap, K. (2023). Keterbukaan diri melalui cyber counseling: Studi kasus layanan konseling individual pada siswa MTs Zia Salsabila. *Social Science Counseling Journal*, 1(3). Retrieved from <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/sscj/article/view/1359>
- Ilhami, M., Nurfajriani, W., Arivan, M., Sirodj, R., & Afgani, M. (2024). Penerapan metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(9), 462–469. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/IJWP>
- Irsa, I. (2023). Peran orang tua dalam meningkatkan self-disclosure melalui komunikasi interpersonal pada anak usia remaja. *Journal of Religious Social Studies*, 4, 1–11. Retrieved from <http://pusdikra-publishing.com/index.php/jrss>
- Khorrami, M., Haghani, K., & Aghah, F. (2025). The role of internet emotional relationships, family and marital intimacy in predicting substance use relapse: A structural equation modeling study. *Emerging Trends in Drugs, Addictions, and Health*, 5, 100183. <https://doi.org/10.1016/j.etdah.2025.100183>
- Malik, A. M., & Syafiq, M. (2019). Pengalaman rehabilitasi penyalahgunaan narkoba. *Jurnal Psikologi*, 6, 1–9. Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/download/31433/28515>
- Masaviru, M. (2016). Self-disclosure: Theories and model review. *Journal of Culture, Society and Development*, 18, 43–47. Retrieved from <http://www.iiste.org>
- Muchtar, A. F., & Ramadhana, M. R. (2024). Analisis keterbukaan diri pasien dalam program rehabilitasi NAPZA di Yayasan Sekar Mawar Bandung. *Jurnal Psikologi Klinis*, 11(2), 1373–1379.
- Nasution, A. (2023). *Metode penelitian kualitatif* (1st ed.). Bandung, Indonesia: CV Harfa Creative.
- Nasyar, A., & Ahmad, R. (2020). Self-disclosure students reveal problem in individual counseling services. *Journal of Counseling Research*, 2(3), 1–9. <https://doi.org/10.24036/00278kons2020>
- Nevid, J., Gordon, A., Miele, A., & Luke, K. H. (2020). Personality profiles of individuals with substance use disorders: Historical overview and current directions. *Journal of Mental Health & Clinical Psychology*, 4(2). Retrieved from <https://www.mentalhealthjournal.org/articles/personality-profiles-of-individuals-with-substance-use-disorders-historical-overview-and-current-directions.html>
- Parapat, N. (2018). Pengungkapan diri dalam komunikasi. *Jurnal Komunikasi*, 5(1).
- Priyatni, E. T., Suryani, A. W., Fachrunnisa, R., Supriyanto, A., & Zakaria, I. (2020). *Pemanfaatan NVivo dalam penelitian kualitatif*. Malang, Indonesia: Universitas Negeri Malang.
- Prizeman, K., McCabe, C., & Weinstein, N. (2024). Stigma and its impact on disclosure and mental health secrecy in young people with clinical depression symptoms: A qualitative analysis. *PLoS ONE*, 19(1), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0296221>
- Rofik, R. (2022). Pelayanan rehabilitasi penyalahgunaan narkoba di Kabupaten Kediri. *Policy and Maritime Research*, 1, 16. Retrieved from <https://pmr.hangtuah.ac.id/index.php/jurnal/article/view/29>
- Safaranni, N., Rahmadani, C., Lubis, R., Zahara, N., & Muslimah, M. (2024). Self-love: Strategi menjaga kesehatan mental pada santri Dayah Madinatuddiniyah Jabal Nur Aceh Utara. *Jurnal Kesehatan Mental*, 2(2), 175–179. Retrieved from <https://share.google/HgcOgsr6KHwDTrSnH>
- Saffarizadeh, K., Boodraj, M., & Alashoor, T. (2017). *Conversational assistants: Investigating privacy concerns, trust, and self-disclosure*. Retrieved from <https://www.researchgate.net>
- Saiq, M., Faza, K., & Ali, A. (2023). Analisis sentimen penonton pada video Habib Ja'far melalui aplikasi MAXQDA. *Al-I'lam: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 7(1), 1–12. Retrieved from <https://journal.ummat.ac.id/index.php/-jail/article/download/19356/7820>

- Schlosserova, L., Rosova, L., & Riegel, K. D. (2025). Self-reported personality functioning in patients with substance use disorders. *Alpha Psychiatry, 26*(4). <https://doi.org/10.31083/ap46058>
- Sugiyono, S. (2020). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung, Indonesia: Alfabeta.
- Wu, Y., Shao, J., Zhang, D., Wang, Y., Wang, S., Wang, Z., Qu, Y., & Gu, J. (2022). Pathways from self-disclosure to medical coping strategy among adolescents with moderate and major depression during the COVID-19 pandemic: A mediation of self-efficacy. *Frontiers in Psychiatry, 13*, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.976386>
- Yamashita, A., & Yoshioka, S.-I. (2016). Resilience associated with self-disclosure and relapse risks in patients with alcohol use disorders. *Yonago Acta Medica, 59*(4), 279–287.
- Yunita, S., & Malau, R. (2023). Keterbukaan diri (self-disclosure) pada remaja dewasa perempuan terhadap lawan jenis. *KAGANGA: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Riset Sosial Humaniora, 6*. Retrieved from <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/KAGANGA/article/view/5257>