

**PERAN RESILIENSI DALAM MENGATASI KESEHATAN MENTAL  
PADA PECANDU NARKOBA DI BADAN NARKOTIKA NASIONAL  
PROVINSI SUMATERA UTARA**

**Gio Vanny Valentina Zai<sup>1</sup>, Sinta Surabina Tarigan<sup>2</sup>, Agnes Mehuli Tarigan<sup>3</sup>**

[vannyvalentina05@gmail.com](mailto:vannyvalentina05@gmail.com), [sintasurabina32@gmail.com](mailto:sintasurabina32@gmail.com),

[taehyungnyaagnes22@gmail.com](mailto:taehyungnyaagnes22@gmail.com)

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

**INTISARI**

Penyalahgunaan narkoba merupakan berdampak serius pada kesehatan fisik dan kesehatan mental, khususnya pada individu dewasa awal. Proses rehabilitasi sering kali disertai dengan tekanan psikologis yang berasal dari pengalaman penahanan, konflik keluarga, serta stigma sosial. Penelitian ini bertujuan untuk ingin melihat gambaran peran resiliensi dalam mengatasi kesehatan mental pada pecandu narkoba di Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Utara. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif melalui observasi dan wawancara yang mendalam. Subjek penelitian berjumlah tiga orang laki-laki pecandu narkoba dewasa awal yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria individu berusia 18–40 tahun dan sedang menjalani rehabilitasi rawat jalan di BNNP-SU. Teori resiliensi yang digunakan dari Reivich dan Shatte (dalam Hardiana & Dewi, 2023) yang menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, bangkit kembali, serta beradaptasi secara positif dalam menghadapi tekanan maupun pengalaman hidup yang berat sehingga individu tetap dapat menjalani kehidupannya secara efektif dan optimal melalui tujuh faktor yaitu regulasi emosi, pengendalian dorongan, analisis kausal, efisiensi diri, optimisme, empati, dan menjangkau peluang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan narkoba dipengaruhi oleh faktor lingkungan pertemanan, tekanan keluarga, dan kebutuhan akan penerimaan sosial. Selama masa penahanan, subjek mengalami tekanan psikologis berupa stres, kecemasan, perasaan tertekan, dan kesepian. Dari ketujuh faktor resiliensi yang sangat signifikan membuat mereka resilien adalah faktor dukungan keluarga, kondisi rehabilitasi yang manusiawi dan optimisme yaitu keyakinan mau berubah karena tidak mau membuat keluarga kecewa, malu dan ingin membahagiakan keluarganya.

**Kata kunci: Resiliensi, kesehatan mental, pecandu narkoba**

**THE ROLE OF RESILIENCE IN OVERCOMING MENTAL HEALTH  
PROBLEMS AMONG DRUG ADDICTS AT THE NATIONAL  
NARCOTICS AGENCY OF NORTH SUMATRA PROVINCE**

**Gio Vanny Valentina Zai<sup>1</sup>, Sinta Surabina Tarigan<sup>2</sup>, Agnes Mehuli Tarigan<sup>3</sup>**

[vannyvalentina05@gmail.com](mailto:vannyvalentina05@gmail.com), [sintasurabina32@gmail.com](mailto:sintasurabina32@gmail.com),

[taehyungnyaagnes22@gmail.com](mailto:taehyungnyaagnes22@gmail.com)

Psychology Program

Faculty of Psychology, Universitas Prima Indonesia

**ABSTRACT**

Drug abuse has serious impacts on both physical and mental health, particularly among individuals in early adulthood. The rehabilitation process is often accompanied by psychological pressure arising from experiences of detention, family conflicts, and social stigma. This study aims to examine the role of resilience in addressing mental health among drug addicts at the National Narcotics Agency of North Sumatra Province. This research employed a qualitative method using observation and in-depth interviews. The subjects consisted of three male early-adult drug users selected through purposive sampling, with criteria of individuals aged 18–40 years who were undergoing outpatient rehabilitation at the National Narcotics Agency of North Sumatra Province. The resilience theory used in this study refers to Reivich and Shatté (as cited in Hardiana & Dewi, 2023), which explains that resilience is the ability of individuals to endure, recover, and adapt positively when facing pressure or difficult life experiences, enabling them to function effectively. This ability is reflected through seven factors: emotional regulation, impulse control, causal analysis, self-efficacy, optimism, empathy, and reaching out. The results indicate that drug use is influenced by peer environment, family pressure, and the need for social acceptance. During detention, participants experienced psychological distress such as stress, anxiety, feelings of pressure, and loneliness. Among the seven resilience factors, family support, humane rehabilitation conditions, and optimism were the most significant in fostering resilience, as participants expressed a strong desire to change, avoid disappointing their families, and improve their future.

**Keywords: Resilience, Mental health, Drug addicts**