

MODUL KEGIATAN
KELOMPOK TEMATIK



PEMULIHAN DAN TAHAPAN PERUBAHAN

EDISI REVISI



OG
AKAAN
8
N

DEPUTI BIDANG REHABILITASI
BADAN NARKOTIKA NASIONAL RI
2020



MODUL
KEGIATAN KELOMPOK TEMATIK

PEMULIHAN DAN TAHAPAN PERUBAHAN

PERPUSTAKAAN BNN RI	
TGL DITERIMA	:
No. INDUK	: 9210
No. KODE BUKU	: 364 .0 BNN P
SUMBER	: Sumbangan
HARGA BUKU	:
PARAF PETUGAS	:

**KEGIATAN KELOMPOK TEMATIK (SEMINAR DASAR)
PEMULIHAN DAN TAHAPAN PERUBAHAN**

Tim Penyusun :

Pelindung : Kepala Badan Narkotika Nasional
Sekretaris Utama BNN

Pengarah : Dra. Yunis Farida Oktoris, M.Si

Penyusun : Dr. dr. Diah Setia Utami, Sp.KJ, MARS
Dra. Riza Sarasvita, M.Si, MHS, Ph.D
Solikhun S, Ag. MH
Thomas Avitho da lopez, S.H
Desi Wahyuni, A. Mk
Ovita Rizki Zulkarnain, A. Md

Kontributor : Sri Bardiyati, S.Sos, M.Si
dr Linda Octarina, M.Si
dr Yuli Astuti
Debby F.Hernawati, M.Psi, Psi

Ilustrasi Cover : Ahmad Jad Al-Maula (do.urdesign@gmail.com)

Penerbit :

Deputi Bidang Rehabilitasi
Badan Narkotika Nasional RI
2020 (Edisi Revisi)

ISBN : 978-623-90510-0-6



KATA SAMBUTAN KEPALA BADAN NARKOTIKA NASIONAL

Dengan mengucapkan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya Buku Modul Kegiatan Kelompok Tematik (Edisi Revisi) dalam layanan rehabilitasi pada Balai Besar, Balai dan Loka rehabilitasi BNN telah selesai disusun oleh Deputy Bidang Rehabilitasi BNN.

Modul –modul pembelajaran yang telah dibuat untuk para fasilitator ini diharapkan dapat menjadi acuan para fasilitator dalam pemulihan adiksi secara mandiri dan dinamis, serta meningkatkan kualitas layanan rehabilitasi BNN yang berorientasi pada kebutuhan individu klien melalui pendekatan kelompok. Model pembelajaran terpadu yang dilakukan melalui kegiatan tematik ini bertujuan untuk mengaitkan beberapa sesi kelompok tematik sehingga dapat memberikan pengalaman bermakna pada klien, dalam rangka meningkatkan kualitas hidup klien sehingga klien dapat produktif dan berfungsi sosial kembali di masyarakat. Selain itu modul ini juga diharapkan dapat memandu para *professional addiction* dalam memberikan rawatan berbasis individual dan arah pemulihan klien sehingga mampu mengeloladirinya menjadi lebih baik.

Sehubungan dengan peningkatan layanan Rehabilitasi yang harus terus di sesuaikan dengan perkembangan modalitas layanan rehabilitasi, selaku Kepala Badan Narkotika Nasional, saya menyambut baik diterbitkannya “Modul Kegiatan Kelompok Tematik”. Saya berharap buku ini dapat menjadi panduan khususnya bagi Balai Besar, Balai, dan Loka Rehabilitasi BNN sehingga dapat membantu pemulihan klien secara maksimal dan berkualitas.

Kepada semua pihak yang telah turut serta dalam mendukung diterbitkannya buku ini, saya menyampaikan ucapan terimakasih atas kerjasamanya dalam menyusun buku ini. Diharapkan buku ini dapat dimanfaatkan secara optimal.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberikan petunjuk-Nya kepada kita semua dalam menyukseskan program rehabilitasi terkait dengan upaya penanggulangan Pecandu dan Korban Penyalahgunaan Narkoba untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat dan produktif.

Jakarta, Juli 2020
Kepala Badan Narkotika Nasional

Drs. Heru Winarko, SH

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas Rahmat dan Hidayah-Nya, kami Deputi Bidang Rehabilitasi dapat menyusun dan menerbitkan Modul “Kegiatan Kelompok Tematik” (Edisi Revisi) dalam layanan klien melalui pendekatan kelompok. Secara garis besar, buku ini berisi tentang materi-materi pembelajaran untuk klien guna membantu klien dalam pemulihan adiksi secara mandiri dan dinamis, serta meningkatkan kualitas layanan rehabilitasi BNN yang berorientasi pada kebutuhan individu klien melalui pendekatan kelompok.

Harapan kami modul ini bisa menjadi bahan materi pengajaran fasilitator kepada klien di Balai Besar, Balai dan Loka Rehabilitasi BNN khususnya yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan sekaligus melatih keterampilan klien dalam proses pemulihannya. Model pembelajaran terpadu yang menggunakan tema ini bertujuan untuk mengaitkan beberapa sesi kelompok tematik sehingga dapat memberikan pengalaman bermakna pada klien. Penyusunan modul ini dibuat secara terpadu berdasarkan kesesuaian kebutuhan, kesinambungan proses pemulihan, terintegrasi, dan memiliki arah serta target yang terukur sehingga dapat dievaluasi dan mendukung pemulihan.

Kami menyadari bahwa penyelesaian modul ini terjadi berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Narasumber, Tim Penyusun, Inspirator dan Panitia yang telah membantu penyusunan modul ini. Kami sangat menyadari bahwa modul ini masih memiliki kekurangan, sehingga kami mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk kesempurnaan modul ini.

Jakarta, Juli 2020

Deputi Rehabilitasi BNN



Dra. Yunis Farida Oktoris, M.Si

DAFTAR ISI

KATA SAMBUTAN KEPALA BADAN NARKOTIKA NASIONAL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR LAMPIRAN	iv
SESI 1. PEMULIHAN	1
A. Deskripsi Singkat	1
B. Tujuan Pembelajaran	1
C. Indikator Keberhasilan	1
D. Metode dan Alat Pembelajaran	1
E. Langkah Pembelajaran	1
F. Pokok Bahasan dan SubPokok Bahasan	2
G. Uraian Materi	2
1. Pengertian yang Terkait Pemulihan	2
a. Tahapan Pemulihan	2
b. Abstinensia	3
c. <i>Post Acute Withdrawal Syndrom</i>	3
H. Rangkuman	3
SESI II. TAHAPAN PERUBAHAN	4
A. Deskripsi Singkat	4
B. Tujuan Pembelajaran	4
C. Indikator Keberhasilan	4
D. Metode dan Alat Pembelajaran	4
E. Langkah Pembelajaran	4
F. Pokok Bahasan dan SubPokok Bahasan	5
G. Uraian Materi	5
1. Tahapan Perubahan	5
a. Pengertian	5
b. Tahapan Perubahan	5
H. Rangkuman	6
REFERENSI	7
LAMPIRAN	8

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: RBPMP Pemulihan dan Tahap Perubahan	8
Lampiran 2: SAP Pemulihan.....	10
Lampiran 3: SAP Tahapan Perubahan	13
Lampiran 4: Soal Pre Test Sesi I : Pemulihan.....	16
Lampiran 5: Soal Pre Test Sesi II : Tahapan Pemulihan.....	17
Lampiran 6: Soal Post Test Sesi I : Pemulihan	18
Lampiran 7: Soal Post Test Sesi I : Tahapan Pemulihan	19
Lampiran 8: Kunci Jawaban Soal Pre Dan Post Test.....	20

Perpustakaan BNN

A. Deskripsi Singkat

Pemulihan merupakan sebuah proses panjang dan berkelanjutan, yang tidak mudah untuk diikuti oleh klien. Oleh karena itu, perlu adanya suatu penjelasan tentang apa itu pemulihan, abstinensia, dan tahapan pemulihan, sehingga klien akan mendapatkan gambaran yang menyeluruh dari proses pemulihan itu, mengetahui apa yang bisa dilakukan atau tidak bisa dilakukan oleh klien dalam menjalani proses tersebut. Dalam modul ini, klien juga dapat mengetahui tentang tahapan - tahapan yang akan dilalui dalam proses pemulihan ini.

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti mata pelatihan ini, peserta diharapkan akan mengetahui dan memahami mengenai pemulihan, abstinensia, dan *post acute withdrawal syndroma*.

C. Indikator Keberhasilan

Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan pemulihan
2. Menjelaskan abstinensia
3. Menjelaskan *post acute withdrawal syndroma*

D. Metode dan Alat Pembelajaran

Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi interaktif, *brain storming*, tanya jawab, *Ice brea*, pre dan post test.

Alat pembelajaran yang digunakan adalah multimedia, papan tulis, spidol, kertas plano, bahan tayang, alat tulis, papan rakit, lembar soal pre dan post test.

E. Langkah Pembelajaran

1. Fasilitator menyampaikan salam dan memperkenalkan diri.
2. Fasilitator menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif dengan membuat *Ice breaking*.
3. Fasilitator menguraikan skenario pembelajaran secara garis besar dan memberikan pre test.
4. Fasilitator menanyakan kepada peserta tentang pengetahuan mereka terhadap pemulihan.
5. Fasilitator menjelaskan mengenai pemulihan.
6. Fasilitator menjelaskan abstinensia.
7. Fasilitator menjelaskan *post acute withdrawal syndroma*.
8. Fasilitator memberikan permainan "kelipatan angka", peserta yang salah menyebutkan

contoh dari tahapan pemulihan.

9. Facilitator membuat rangkuman bersama peserta.
10. Facilitator mengevaluasi pembelajaran secara umum.
11. Facilitator menutup kelas dengan menguatkan komitmen dalam pemulihan.
12. Facilitator memberikan motivasi, afirmasi, dan apresiasi kepada peserta.
13. Facilitator mengakhiri sesi dengan mengucapkan salam.

F. Pokok Bahasan dan SubPokok Bahasan

1. Pengertian yang Terkait Pemulihan
 - a. Tahapan Pemulihan
 - b. Abstinensia
 - c. *Post Acute Withdrawal Syndrom*

G. Uraian Materi

1. Pengertian Yang Terkait Pemulihan

Gorski menyatakan bahwa, *Total abstinence is necessary to recover from an addiction, abstinence is necessary first step for recovery.*(Gorski, 1986) Tercapainya pengertian dan pemahaman dari pemulihan itu sendiri, berarti klien sudah bebas dari pemakaian Narkoba, alkohol, ataupun tidak menyalahgunakan obat-obatan yang diresepkan. Akhirnya klien mampu menjalani pemulihannya dengan baik, sesuai dengan tahapan pemulihan yang akan dilalui, hal ini akan membuat klien mendapat satu gambaran utuh tentang pemulihan. Selain pemulihan, ada juga istilah *abstinensia* yang sering kita dengar. Pengertian *abstinensia* adalah kondisi dimana individu tidak menggunakan alkohol dan zat terlarang maupun obat-obatan tanpa resep lainnya. Pada tahapan pemulihan terdapat kumpulan gejala putus zat yang di sebut dengan *post acute sindrom*. Berdasarkan pengertian tersebut, maka *abstinensia* dan *post acute withdrawl* adalah bagian dari pemulihan.

a. Tahapan Pemulihan

Gorski menyebutkan bahwa,

"The recovery process is developmental, this means that recovery is a process of growth and development that progresses from basic to complex recovery tasks".(Gorski, 1986)

Berdasarkan pernyataan Gorski di atas, maka pemulihan merupakan suatu proses perkembangan dari fase awal ke fase yang lebih kompleks.

Pengertian tentang tahapan pemulihan harus diberikan kepada klien agar klien mampu memahami setiap tahapan pemulihan yang ada serta tugas-tugas yang harus dilalui pada setiap tahapannya, sehingga klien mendapatkan panduan untuk menjalani pemulihan, hal ini menggambarkan bahwa proses itu mempunyai arah dan tujuan yang jelas, dan hal ini akan membantu kembali pola pikir dan perilaku klien terbangun kembali

secara konstruktif dan akhirnya mendapatkan satu hasil perawatan yang terapeutic dan berkelanjutan.

Pemulihan bagi mantan pengguna Narkoba harus melalui beberapa tahap. Tahap awal adalah klien melalui tahapan perilaku. Saat klien berada pada fase aksi, klien sudah mulai mendapat pengobatan dan perawatan. Klien harus mengikuti proses perawatan tersebut dan mendapat bimbingan dari konselor dan pekerja sosial. Pada saat klien berada di fase tahapan pemulihan, klien bisa mengalami slip ataupun *relapse*. Saat hal tersebut terjadi, maka klien harus mendapat dukungan dari keluarga dan konselor untuk mendukungnya melewati saat tersebut dan mengarahkan klien agar kembali ke tahapan perubahan perilaku menuju pemulihan lagi.

b. Abstinensia

Abstinensia adalah kondisi di mana individu tidak menggunakan alkohol, Narkoba, dan obat-obatan tanpa resep.

c. *Post Acute Withdrawal Syndrom*

Gejala putus zat berupa rasa yang tidak nyaman yang terjadi segera setelah penghentian penggunaan Narkoba. Pada tahap ini seseorang akan lebih sedikit memiliki gejala fisik daripada emosional dan psikologis. *Post acute withdrawal* terjadi karena kimia otak seseorang akan kembali bertahap normal. Ketika otak anda meningkatkan kadar zat kimia otak anda akan berfluktuasi ketika mendekati keseimbangan baru. Beberapa gejala *post acute withdrawal syndrom* antara lain adaah ketidakmampuan berpikir jernih, gangguan tidur dan memori, emosi berlebihan, gangguan pada koordinator fisik dan rentan terhadap stres.

H. Rangkuman

Setiap penyalahguna Narkoba yang berada di tahap pemulihan pasti akan mengalami abstinensia dan *post acute withdrawal*. Tahapan perubahan perilaku merupakan tahap awal pemulihan. Pengertian tentang tahapan pemulihan harus diberikan kepada klien sehingga klien mampu memahami setiap tahapan pemulihan dan tugas-tugas yang harus dilalui pada setiap tahapannya. Hal tersebut sebagai panduan agar pola pikir dan perilaku klien terbangun kembali secara konstruktif sehingga klien mendapatkan satu hasil perawatan yang terapeutic dan berkelanjutan.

A. Deskripsi Singkat

Tahapan perubahan adalah suatu model dari teori transtheoretical yang dikembangkan oleh Prochaska dan kawan-kawan. Model tahapan perubahan ini juga meliputi satu rangkaian *variable* yang mandiri, proses merubah perilaku, dan satu rangkaian hasil mengukur dengan menggunakan teknik *decisional balancing* dan *readiness ruler*. Dalam menangani pengguna Narkoba, kita perlu mengetahui dan memahami tahapan perubahan yang mereka alami karena hal tersebut dapat membantu kita dalam memberikan terapi yang sesuai dengan kebutuhan mereka saat itu. Bagi pengguna Narkoba, pengetahuan tentang tahapan perubahan perlu diketahui juga karena pengetahuan tersebut akan membantu mereka dalam memulai pengobatan dan perawatan.

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti mata pelatihan ini, peserta mampu menjelaskan dan mengidentifikasi tahapan perubahan yang sedang dijalani.

C. Indikator Keberhasilan

Setelah mengikuti pelatihan ini, peserta dapat:

1. Menjelaskan pengertian tahapan perubahan
2. Menjelaskan 6 tahapan perubahan
3. Mampu mengidentifikasi tahapan perubahan yang terjadi pada dirinya

D. Metode dan Alat Pembelajaran

Metode yang digunakan adalah curah pendapat, ceramah, diskusi interaktif, tanya jawab, latihan individu, evaluasi pre test dan post test.

Alat pembelajaran yang digunakan adalah multimedia, bahan tayang, spidol, *white board*, kertas plano, lembar latihan individu, soal pre test dan post test, papan rakit, pointer, lembar soal pre dan post test.

E. Langkah Pembelajaran

1. Fasilitator menyampaikan salam dan memperkenalkan diri.
2. Fasilitator menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif dengan membuat *ice breaking*.
3. Fasilitator menguraikan skenario pembelajaran secara garis besar dan memberikan *pre*

test.

4. Fasilitator menanyakan kepada peserta, pengetahuan mereka terhadap tahapan perubahan.
5. Fasilitator memberikan lembar kerja individu kepada para peserta.
6. Fasilitator menjelaskan pengertian dari tahapan perubahan.
7. Fasilitator mengajak peserta untuk mengidentifikasi diri mereka dengan pertanyaan pertanyaan, dan peserta menuliskan jawaban mereka pada lembar kertas plano.
8. Fasilitator menjelaskan tahapan perubahan.
9. Fasilitator membuat rangkuman bersama peserta dari hasil jawaban yang sudah dituliskan pada lembar kertas plano.
10. Fasilitator mengevaluasi pembelajaran secara umum.
11. Fasilitator menutup kelas dengan menguatkan komitmen dalam perubahan.
12. Fasilitator memberikan motivasi, afirmasi, dan apresiasi kepada peserta, serta mengakhiri sesi dengan mengucapkan salam.

F. Pokok Bahasan dan SubPokok Bahasan

1. Tahapan Perubahan
 - a. Pengertian
 - b. Tahapan Perubahan

G. Uraian Materi

1. Tahapan Perubahan

a. Pengertian

Tahapan perubahan adalah suatu tahapan yang mempunyai konstruksi temporal dan memberikan makna bahwa perubahan itu suatu fenomena yang terjadi dari waktu ke waktu. Perubahan perilaku sering difafsirkan sebagai peristiwa yang terbatas padahal pada kenyataannya perubahan perilaku itu tidak terbatas dan dapat dipertahankan dengan memperhatikan faktor-faktor yang mendukung perubahan itu sendiri yang berasal dari dalam diri, hal ini akan membentuk suatu kepribadian yang kuat karena mampu melewati suatu perubahan yang tidak mudah yang menciptakan teknik pengalihan diri untuk melalui rintangan atau yang sering dikenal dengan *self efficacy*.

b. Tahapan Perubahan

Pada model transteoretikal, tahapan perubahan terjadi melalui beberapa tahap, yaitu:

1) Prekontemplasi

Pada tahap ini, klien belum menyadari adanya permasalahan atau kebutuhan untuk melakukan suatu perubahan. Pada tahap ini, klien membutuhkan informasi untuk menumbuhkan kesadaran tentang permasalahan yang sedang dihadapinya.

2) Kontemplasi

Pada tahap ini, klien sudah timbul kesadaran bahwa adanya permasalahan atau kebutuhan, tetapi klien masih berada pada keragu-raguan. Pada tahap ini, konselor

atau terapis perlu mendiskusikan dengan klien tentang keuntungan dan kerugian terhadap perubahan tersebut.

3) **Preparasi**

Pada tahap ini, klien berada pada fase persiapan untuk melangkah maju. Klien membutuhkan bantuan untuk menentukan strategi yang harus dilakukan menuju tahap pemulihan.

4) **Aksi**

Pada tahap ini, klien sudah mulai melakukan perubahan untuk perubahan perilaku sesuai permasalahannya.

5) **Pemeliharaan**

Pada tahap ini, klien perlu melakukan pemeliharaan pada perubahan perilaku yang sudah dicapainya sehingga kekambuhan dapat dicegah.

6) **Relapse**

Pada tahap ini, kekambuhan terjadi, sehingga proses perubahan perlu diawali kembali.

H. Rangkuman

Perubahan merupakan suatu fenomena yang terjadi dari waktu ke waktu. 6 tahap perubahan dapat terjadi di dalam fenomena tersebut, yaitu terdiri: prekontemplasi, kontemplasi, preparasi, aksi, pemeliharaan, dan *relapse*. pada tahap prekontemplasi, klien tidak merasakan adanya permasalahan dalam dirinya ataupun perilaku yang dilakukannya. Pada tahap kontemplasi, klien merasa ragu-ragu mengenai permasalahan dan kebutuhan pengobatan. Pada tahap preparasi, klien bersiap-siap untuk pengobatan. Pada tahap aksi, klien sudah mulai melakukan perubahan perilaku. Pada tahap pemeliharaan, klien perlu memelihara pemulihannya agar tidak kambuh. Jika klien berada pada tahap *relapse*, maka klien akan kembali ke proses awal perubahan.

REFERENSI

- Gorski, Miller. 1986. *Staying Sober*, Independence Missouri
Universal Treatment Curriculum II. 2017. *Treatment For Substance Use Disorder The continuum of Care for Addiction Professionals*. Colombo Plan Drugs Advisory Program
- William R.miller, Nick Heather. 1984. *Treating Addictive Behaviors*. Springer Boston, MA

Perpustakaan BNN

LAMPIRAN 1

**RANCANG BANGUN PEMBELAJARAN MATA PELATIHAN (RBPMP)
KEGIATAN KELOMPOK TEMATIK**

1	Nama Pelatihan	:	Kegiatan Kelompok Tematik					
2	Mata Pelatihan	:	Pemulihan dan Tahap Perubahan					
3	Alokasi Waktu	:	4 Jam Pelajaran @ 45 Menit = 180 Menit					
4	Deskripsi Singkat	:	Mata pelatihan ini membahas berbagai materi terkait dengan pemulihan seperti pengertian pemulihan, tahapan pemulihan, tahapan perubahan melalui berbagai metode seperti <i>ice brea</i> , ceramah, tanya jawab, diskusi, <i>brain storming</i> , permainan, pre dan post test, dan lembar kerja.					
5	Tujuan Pembelajaran	:						
	a. Hasil Belajar	:	Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran, peserta diharapkan dapat mengetahui konsep dasar pemulihan, tahap pemulihan dan dapat mengidentifikasi dirinya mengenai tahapan perubahan yang dialaminya.					
	b. Indikator Keberhasilan	:	Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat: 1) Menjelaskan pemulihan 2) Menjelaskan tahapan perubahan 3) Mampu mengidentifikasi tahapan perubahan yang terjadi pada dirinya					
No	Indikator Hasil Belajar	Materi Pokok	Sub Materi Pokok	Metode	Media	Bentuk Evaluasi	Jumlah JP	Referensi
1.	Menjelaskan Mengenai Pemulihan Dan Hal-Hal Yang Terkait Dengan Pemulihan	Pengertian Yang Terkait Pemulihan	1.1 Tahapan Pemulihan 1.2. Abstinensia 1.3. <i>Post Acute Withdrawal Syndroma</i>	- Ceramah - Tanya Jawab - <i>Ice Brea</i> - <i>Brain Storming</i> - Test Tulis - Diskusi - Permainan - Pre Dan Post Test	- Multimedia - Bahan Tayang - Visualisasi Gerak Contoh - Spidol - Kertas - Flipchart - Kertas Metaplan - Lembar Kerja - Lembar Soal Pre Dan Post Test	- Tes tulis (pre dan post test) - Tes lisan (tanya jawab) - Observasi permainan	2 JP	Gorski, Miller. 1986. <i>Staying Sober, Independence Missouri Universal Treatment Curriculum</i> li. 2017. <i>Treatment For Substance Use</i>

2.	Menjelaskan Tahapan Perubahan	Tahapan Perubahan	2.1. Tahapan Perubahan	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya Jawab - Ice Brea - Test Tulis - Lembar Kerja - Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan Tayang - Visualisasi Gerak Contoh - Kertas Kerja - Spidol - Kertas - Flipchart - Kertas Metaplan 	2 JP	<p><i>Disorder The Continuum Of Care For Addiction Professionals. Colombo Plan Drugs Advisory Program</i></p> <p>William R. Miller, Nick Heather. 1984. <i>Treating Addictive Behaviors</i>. Springer Boston, Ma</p>
----	-------------------------------	-------------------	------------------------	---	--	------	--

Perpustakaan BMW

LAMPIRAN 2

**RENCANA PEMBELAJARAN/SAP
(SATUAN ACARA PENGAJARAN)**

1	Nama Pelatihan	:	Kegiatan Kelompok Tematik			
2	Mata Pelatihan	:	Pemulihan			
3	Alokasi Waktu	:	2 Jam Pelajaran (90 Menit)			
4	Deskripsi Singkat	:	Mata Pelatihan ini membahas berbagai materi terkait dengan pemulihan seperti pengertian pemulihan, abstinensia, dan <i>post acute withdrawal syndroma</i> , melalui berbagai metode seperti <i>ice brea</i> , ceramah, tanya jawab, diskusi, <i>brain storming</i> , permainan, pre dan post test.			
5	Tujuan Pembelajaran	:				
	a. Hasil Belajar	:	Pada akhir pembelajaran ini, peserta diharapkan akan mengetahui dan memahami mengenai pemulihan, abstinensia, dan <i>post acute withdrawal</i> .			
	b. Indikator Keberhasilan	:	Setelah mengikuti pembelajaran ini, peserta dapat: <ol style="list-style-type: none"> 1) Menjelaskan pemulihan 2) Menjelaskan abtinensia 3) Menjelaskan <i>post acute withdrawal syndroma</i> 			
6.	Kegiatan Belajar Mengajar					
No	Tahapan Kegiatan	Kegiatan		Metode	Media	Estimasi Waktu
		Fasilitator	Peserta			
1.	Pendahuluan	1.1 Menyampaikan salam, memperkenalkan diri	- Membalas salam - Memperhatikan	- Ceramah - Tanya jawab	- Multimedia - Bahan tayang	5 Menit
		1.2 Menciptakan suasana kelas yang kondusif melalui <i>ice breaking</i>	- Mengikuti arahan - Melaksanakan ice breaking untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif	- Ceramah - Tanya jawab - Ice breaking "Merangkai Kata"	- Multimedia - Bahan tayang - Visualisasi gerak contoh	5 Menit
		1.3 Menguraikan skenario pembelajaran secara garis besar (tujuan, indikator keberhasilan, orientasi, agenda dan komitmen)	- Memperhatikan - Mencatat - Mengerjakan pre test	- Ceramah - Tes tulis (pre test)	- Multimedia - Bahan tayang - Lembar kerja (pre test)	18 Menit

2	Penyajian	2.1 Menanyakan kepada peserta, pengetahuan mereka terhadap pemulihan	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan brain storming - Memberikan jawaban atas pertanyaan yang diberikan 	<ul style="list-style-type: none"> - Brain storming - Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Spidol - Kertas - Flipchart - Metaplan 	5 Menit
		2.2 Menjelaskan pemulihan	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah Interaktif - Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit
		2.3 Menjelaskan abstinensi	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah Interaktif - Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	10 Menit
		2.4 Menjelaskan <i>post acute withdrawal syndroma</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah Interaktif - Diskusi - 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	10 Menit
		2.5 Memberikan permainan "Kelipatan Angka" peserta yang salah menyebutkan contoh dari tahapan pemulihan	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mengikuti - Melaksanakan permainan "Kelipatan Angka" 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya jawab - Permainan "Kelipatan Angka" 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang - 	10 Menit
3.	Penutup	3.1 Membuat rangkuman bersama peserta	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat rangkuman - Memberikan tanggapan dari fasilitator 	<ul style="list-style-type: none"> - Diskusi kelas 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit
		3.2 Mengevaluasi pembelajaran secara umum	<ul style="list-style-type: none"> - Menanggapi/ memberikan jawaban 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya jawab - Test tulis (post test) 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang - Lembar kerja (post test) 	5 Menit
		3.3 Menutup kelas dengan menguatkan komitmen dalam pemulihan	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan komitmen dalam pemulihan 	<ul style="list-style-type: none"> - Diskusi kelas 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit
		3.4 Memberikan motivasi, afirmasi dan apresiasi kepada peserta	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mengikuti arahan 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit
		3.5 Mengakhiri sesi dengan mengucapkan salam	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Membalas Salam 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	2 Menit

7.	Evaluasi Pembelajaran:	a. Tes tulis (pre dan post test) b. Tes lisan (tanya jawab) c. Observasi permainan
8.	Referensi:	Gorski, Miller. 1986. <i>Staying Sober</i> , Independence Missouri Universal Treatment Curriculum II. 2017. <i>Treatment For Substance Use Disorder The continuum of Care for Addiction Professionals</i> . Colombo Plan Drugs Advisory Program William R.miller, Nick Heather. 1984. <i>Treating Addictive Behaviors</i> . Springer Boston, MA

Perpustakaan BNN

LAMPIRAN 3

**RENCANA PEMBELAJARAN/SAP
(SATUAN ACARA PENGAJARAN)**

1.	Nama Pelatihan	:	Kegiatan Kelompok Tematik			
2.	Mata Pelatihan	:	Tahapan Perubahan			
3.	Alokasi Waktu	:	2 JP @ 45 Menit = 90 Menit			
4.	Deskripsi Singkat	:	Mata pelatihan ini membahas berbagai materi terkait dengan pemulihan (tahapan perubahan) melalui berbagai metode seperti ceramah, tanya jawab, diskusi, <i>ice brea, brain storming</i> dan lembar kerja.			
5.	Tujuan Pembelajaran					
	a. Hasil Pembelajaran	:	Setelah mengikuti mata pelatihan ini, peserta mampu menjelaskan dan mengidentifikasi tahapan perubahan yang sedang dijalani.			
	b. Indikator Keberhasilan	:	Setelah mengikuti pelatihan ini, peserta dapat: 1) Menjelaskan pengertian tahapan perubahan 2) Menjelaskan 6 tahapan perubahan 3) Mampu mengidentifikasi tahapan perubahan yang terjadi pada dirinya			
6.	Kegiatan Belajar Mengajar					
No	Tahapan Kegiatan	Kegiatan		Metode	Media	Estimasi Waktu
		Fasilitator	Peserta			
1.	Pendahuluan	1.1 Menyampaikan salam, memperkenalkan diri	- Membalas salam - Memperhatikan	- Ceramah - Tanya jawab	- Multimedia - Bahan tayang	2 Menit
		1.2 Menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif dengan membuat <i>ice breaking</i>	- Mengikuti arahan - Melaksanakan <i>ice breaking</i> untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif	- Ceramah - Tanya jawab - <i>Ice breaking</i> “Gerak Berlawanan”	- Multimedia - Bahan tayang - Visualisasi gerak contoh	3 Menit
		1.3 Menguraikan skenario pembelajaran secara garis besar dan memberikan pre test	- Memperhatikan - Mengerjakan pre test	- Ceramah - Tes tulis (pre test)	- Multimedia - Bahan tayang - Lembar kerja (pre test)	5 Menit

2.	Penyajian	2.1. Menanyakan kepada peserta, pengetahuan mereka terhadap tahapan perubahan	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Melaksanakan curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Lembar kerja - Tanya jawab - Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	10 Menit
		2.2. Memberikan lembar kerja individu kepada para peserta	<ul style="list-style-type: none"> - Mengisi lembar kerja - Memperhatikan 	<ul style="list-style-type: none"> - Lembar kerja 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang - Kertas kerja 	5 Menit
		2.3. Menjelaskan pengertian dari tahapan perubahan	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya jawab 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit
		2.4. Mengajak peserta untuk mengidentifikasi diri mereka dengan pertanyaan pertanyaan, dan peserta menuliskan jawaban mereka pada lembar kertas plano	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah Interaktif - Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang - Spidol - Kertas - Flipchart 	25 Menit
		2.5. Menjelaskan tahapan perubahan	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan - Mencatat - Curah pendapat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya jawab 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	10 Menit
3.	Penutup	3.1. Membuat rangkuman bersama peserta dari hasil jawaban yang sudah dituliskan pada lembar kertas plano	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat rangkuman - Menanggapi/ bertanya 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya jawab 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	10 Menit
		3.2. Mengevaluasi pembelajaran secara umum	<ul style="list-style-type: none"> - Menanggapi/ memberikan jawaban 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah - Tanya jawab 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit
		3.3. Menutup kelas dengan menguatkan komitmen dalam perubahan	<ul style="list-style-type: none"> - Membalas salam - Mengikuti arahan - 	<ul style="list-style-type: none"> - Ceramah 	<ul style="list-style-type: none"> - Multimedia - Bahan tayang 	5 Menit

			-			
		3.4. Memberikan motivasi, afirmasi, dan apresiasi kepada peserta, serta mengakhiri sesi dengan mengucapkan salam	- Membalas salam - Mengikuti arahan	- Ceramah - Tanya jawab	- Multimedia - Bahan tayang	5 Menit
7.	Evaluasi Pembelajaran:	a. Tes tulis (pre dan post test) b. Tes lisan (tanya jawab) c. Observasi permainan				
8.	Referensi:	Gorski, Miller. 1986. <i>Staying Sober</i> , Independence Missouri Universal Treatment Curriculum II. 2017. <i>Treatment For Substance Use Disorder The continuum of Care for Addiction Professionals</i> . Colombo Plan Drugs Advisory Program William R. Miller, Nick Heather. 1984. <i>Treating Addictive Behaviors</i> . Springer Boston, MA				

LAMPIRAN 4

Nama Lengkap:.....
Sesi :
Nilai :

SOAL-SOAL PRE TEST SESI I: PEMULIHAN

- Proses perubahan yang dilalui individu untuk mencapai kondisi abstinesia dan meningkatnya kualitas kesehatan, kesejahteraan dan kualitas hidup merupakan proses dari:
 - Pemulihan
 - Pengobatan
 - Penyembuhan
 - Relapse*
 - Perawatan
- Kondisi dimana individu tidak menggunakan alkohol dan zat terlarang maupun obat-obatan tanpa resep lainnya disebut:
 - Pemulihan
 - Abstinensia
 - Relapse*
 - Perubahan
 - perawatan
- Tahapan pemulihan di bawah adalah benar, kecuali:
 - Periode awal pemulihan
 - Periode rumatan
 - Periode tengah pemulihan
 - Periode akhir
 - Periode antara tengah dengan akhir
- Pada prinsipnya proses pemulihan berlangsung selama:
 - Ketika berada di rehabilitasi
 - Berada di lingkungan yang sehat
 - Bersama dengan keluarga yang mendukung
 - Seumur hidup
 - Berada di rumah sahabat
- Pada fase apa seorang individu berisiko jatuh kembali menggunakan Narkoba:
 - Fase pemeliharaan
 - Fase prekontemplasi
 - Fase rumatan
 - Semua fase
 - Fase kontemplasi

LAMPIRAN 5

Nama Lengkap:.....

Sesi :

Nilai :

SOAL-SOAL PRE TEST SESI II: TAHAPAN PERUBAHAN

1. Tahapan perubahan yang dilalui individu untuk mencapai kondisi abstinensia dan meningkatnya kualitas kesehatan, kesejahteraan dan kualitas hidup, merupakan proses pada tahapan dari:
 - a. Pemulihan
 - b. Aksi
 - c. Perubahan
 - d. *Relapse*
 - e. Perawatan
2. Kondisi dimana individu masih tidak mempunyai pemikiran untuk tidak melakukan perubahan, adalah tahapan:
 - a. Pemulihan
 - b. Prekontemplasi
 - c. Relapse
 - d. Aksi
 - e. Persiapan
3. Tahapan perubahan yang tidak benar di bawah ini adalah
 - a. Prekontemplasi
 - b. Aksi
 - c. Rumatan
 - d. Preparasi
 - e. Kontemplasi
4. Pada prinsipnya proses perubahan berlangsung selama:
 - a. Ketika berada di rehabilitasi
 - b. Berada di lingkungan yang sehat
 - c. Bersama dengan keluarga yang mendukung
 - d. Seumur hidup
 - e. Berada di rumah sahabat
5. Apakah teknik yang digunakan untuk membantu kita mencapai tahapan perubahan:
 - a. Timbangan keputusan
 - b. Penggaris kesiapan
 - c. Lingkaran kehidupan
 - d. Pasrah
 - e. Rumatan

LAMPIRAN 6

Nama Lengkap:.....

Sesi :

Nilai :

SOAL-SOAL POST TEST SESI I: PEMULIHAN

- Proses perubahan yang dilalui individu untuk mencapai kondisi *abstinesia* dan meningkatnya kualitas kesehatan, kesejahteraan dan kualitas hidup merupakan proses dari:
 - Pemulihan
 - Pengobatan
 - Penyembuhan
 - Relapse*
 - Perawatan
- Kondisi dimana individu tidak menggunakan alkohol dan zat terlarang maupun obat-obatan tanpa resep lainnya disebut:
 - Pemulihan
 - Abstinensia
 - Relapse*
 - Perubahan
 - perawatan
- Tahapan pemulihan di bawah adalah benar kecuali:
 - Periode awal pemulihan
 - Periode rumatan
 - Periode tengah pemulihan
 - Periode akhir
 - Periode antara tengah dengan akhir
- Pada prinsipnya proses pemulihan berlangsung selama:
 - Ketika berada di rehabilitasi
 - Berada di lingkungan yang sehat
 - Bersama dengan keluarga yang mendukung
 - Seumur hidup
 - Berada di rumah sahabat
- Pada fase apa seorang individu berisiko jatuh kembali menggunakan Narkoba:
 - Fase pemeliharaan
 - Fase prekontemplasi
 - Fase rumatan
 - Semua fase
 - Fase kontemplasi

LAMPIRAN 7

Nama Lengkap:.....
Sesi :
Nilai :

SOAL- SOAL POST TEST SESI II: TAHAPAN PERUBAHAN

1. Tahapan perubahan yang dilalui individu untuk mencapai kondisi *abstinensia* dan meningkatnya kualitas kesehatan, kesejahteraan dan kualitas hidup, merupakan proses pada tahapan dari:
 - a. Pemulihan
 - b. Aksi
 - c. Perubahan
 - d. *Relapse*
 - e. Perawatan
2. Kondisi dimana individu masih tidak mempunyai pemikiran untuk tidak melakukan perubahan, adalah tahapan:
 - a. Pemulihan
 - b. Prekontemplasi
 - c. *Relapse*
 - d. Aksi
 - e. Persiapan
3. Tahapan perubahan yang tidak benar di bawah ini adalah
 - a. Prekontemplasi
 - b. Aksi
 - c. Rumatan
 - d. Preparasi
 - e. Kontemplasi
4. Pada prinsipnya proses perubahan berlangsung selama:
 - a. Ketika berada di rehabilitasi
 - b. Berada di lingkungan yang sehat
 - c. Bersama dengan keluarga yang mendukung
 - d. Seumur hidup
 - e. Berada di rumah sahabat
5. Apakah teknik yang digunakan untuk membantu kita mencapai tahapan perubahan:
 - a. Timbangan keputusan
 - b. Penggaris kesiapan
 - c. Lingkaran kehidupan
 - d. Pasrah
 - e. Rumatan

LAMPIRAN 8

KUNCI JAWABAN SOAL PRE DAN POST TEST PEMULIHAN DAN TAHAPAN PERUBAHAN

KUNCI JAWABAN SOAL PRE TEST PEMULIHAN

1. A
2. B
3. E
4. D
5. A

KUNCI JAWABAN SOLA PRE TEST TAHAPAN PERUBAHAN

1. C
2. B
3. C
4. D
5. B

Perpustakaan BNN

Perpustakaan BNN

BNN RI

Berani
Nasionalisme
Netral
Responsif
Inovatif



Jl. MT Haryono No. 11 Cawang - Jakarta Timur
Call Center : 184 SMS Center : 1784
Faksimili : (62-21) 80885225, 80871591, 8087592, 80871593
E-mail : info@bnn.go.id Website : www.bnn.go.id

ISBN : 978-623-90510-0-6

