

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Permasalahan narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (Napza) saat ini merupakan salah satu hal penting yang perlu diperhatikan oleh kita semua. Kejadian penyalahgunaan Napza terjadi pada setiap generasi, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia. Kondisi ini tidak hanya terjadi di kota-kota besar saja, tetapi sudah sampai ke kota-kota kecil di seluruh wilayah Indonesia, mulai dari tingkat sosial ekonomi menengah ke atas, sampai dengan tingkat sosial ekonomi menengah ke bawah. Badan Narkotika Nasional (BNN) mencatat jumlah penyalahguna Napza di tanah air mencapai 3,5 juta orang pada tahun 2017, dan hampir satu juta orang diantaranya bahkan telah menjadi pecandu, dikatakan oleh (Utami, 2017). Kasus Napza sebanyak 46.537 dan 27 kasus tindak pidana pencucian uang (TPPU) telah terungkap, yang bersumber dari kejahatan Napza. BNN juga telah merehabilitasi 18.311 penyalahguna Napza, baik di lembaga rehabilitasi, maupun di lembaga pemasyarakatan. Selain itu BNN telah memberikan layanan pasca rehabilitasi kepada 7.829 mantan penyalahguna Napza.

Menurut Wulandari, dkk (2015), penyalahgunaan Napza mempengaruhi tubuh terutama otak atau sistem saraf pusat, sehingga terjadi kebiasaan, ketagihan, serta kecanduan, yang dapat menyebabkan gangguan fisik, psikis, dan fungsi sosialnya. BNN (2014) mengungkapkan penyalahgunaan Napza dapat menimbulkan efek negatif bagi penggunaannya, yang merugikan dan berdampak buruk bagi fisik dan kesehatan mental. Dampak Napza secara fisiologis dapat menurunkan berat badan dengan drastis, munculnya penyakit-penyakit seperti paru-paru, jantung, ginjal, bahkan penyakit yang disebabkan virus seperti hepatitis C dan HIV/ AIDS.

Secara psikologis dampak yang akan ditimbulkan akibat dari penggunaan Napza adalah ketidakstabilan emosi dan persepsi yang negatif baik terhadap dirinya sendiri maupun orang-orang yang ada di lingkungan sosialnya. Emosi yang tidak stabil membuat perilaku para pecandu Napza terlihat menjadi mal adaptif. Ia akan mudah marah, sulit menerima dan mengolah informasi secara tepat, ekspresi emosi yang berlebihan yang tentu saja akan merugikan dirinya dan orang lain. Pecandu Napza juga dapat menghadapi masalah saat ia berada di lingkungan sosial. Persepsi yang negatif terhadap lingkungan yang disebabkan oleh zat adiktif yang terkandung pada Napza mengakibatkan kebanyakan para pecandu terlibat ke dalam masalah kriminal. Ketidakmampuan pecandu Napza dalam mengontrol perilaku diduga karena regulasi emosi pecandu yang rendah.

Menurut Gross (2013), dikatakan bahwa regulasi emosi merupakan sekumpulan berbagai proses tempat emosi diatur. Regulasi emosi adalah strategi

yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi respon emosi. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan, meningkatkan, maupun mengurangi emosinya baik positif maupun negatif. Maka dapat dikatakan juga bahwa regulasi emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam mengelola atau mengatur emosi yang dirasakan. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu (Goleman, 2002). Emosi perlu disalurkan dan dikontrol dalam suatu pengaturan emosi. Pengaturan emosi akan dialami pecandu pada saat proses pemulihan. Dalam proses pemulihan terjadi proses perubahan kognitif berupa perubahan dalam proses berpikir dan perasaan tentang penggunaan Napza dan proses perubahan perilaku yaitu perubahan dalam perilaku penggunaan Napza Prochaska dan Di Clemente pada buku (Doweiko, 2002). Perubahan kognitif dan perubahan perilaku penggunaan Napza merupakan perubahan yang membutuhkan pengaturan emosi yang positif atau yang sering disebut dengan regulasi emosi positif.

Pecandu Napza memiliki regulasi emosi yang rendah diduga karena efek negatif yang ditimbulkan dari zat yang digunakan, yang mengakibatkan seorang individu mengalami masalah dalam pengelolaan emosinya. Salah satu program yang banyak ditawarkan dalam menangani efek dari kecanduan Napza adalah program rehabilitasi, yang merupakan sebuah komunitas positif, tempat berkumpulnya orang-orang yang memiliki masalah dengan tujuan yang sama yaitu berhenti menggunakan Napza, dengan periode yang panjang, dan juga membantu pecandu Napza mengelola emosi negatifnya, melalui terapi yang dilakukan selama proses rehabilitasi.

Upaya-upaya rehabilitasi telah dilakukan oleh pemerintah yang bekerjasama dengan berbagai pihak penyedia fasilitas rehabilitasi. Program rehabilitasi memiliki tujuan utama untuk menghentikan penggunaan Napza, dan membantu pecandu tumbuh secara pribadi, agar dapat kembali ke kehidupan yang benar (Cakunani, 2015). Kegiatan rehabilitasi tersebut dilakukan dalam berbagai bentuk, antara lain berupa program rawat inap dan rawat jalan, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Salah satu lembaga rehabilitasi yang bekerjasama dengan pemerintah dalam program pencegahan, pemberantasan, penyalahgunaan, peredaran gelap Napza adalah Lembaga Rehabilitasi Natura, yang memiliki dua jenis program layanan yaitu program rawat inap dan rawat jalan.

Program rawat inap di Lembaga Rehabilitasi Natura memiliki banyak fasilitas layanan dibandingkan dengan program rawat jalan. Namun keduanya harus melewati beberapa proses, yaitu *screening*, *intake*, dan melakukan asesmen untuk dapat menentukan tingkat kecanduan, sehingga dapat menyimpulkan jenis layanan yang dibutuhkan. *Screening* yang dimaksud adalah tahap awal dimana dilakukan prosedur pemeriksaan awal calon klien, yang kemudian dilanjutkan dengan proses *intake*, dengan mengisi data-data pecandu Napza, yang terdiri dari data pribadi dan juga data orangtua atau penanggung jawab. Asesmen adalah

suatu tindakan penilaian untuk mengetahui kondisi seseorang akibat penyalahgunaan Napza yang meliputi aspek bio, psiko, dan sosial (BNN, 2014). Asesmen dilakukan dengan cara wawancara, observasi, serta pemeriksaan fisik dan psikis.

Program rawat inap memberikan layanan terapi berupa terapi konseling yang terdiri dari konseling individu, konseling medis, konseling kelompok, dan konseling keluarga, layanan psikoedukasi yang dilakukan setiap hari dalam bentuk *group* seminar, terapi perilaku kognitif, terapi spiritual 12 Langkah, dan juga kegiatan olah raga secara rutin. Sedangkan pada layanan rawat jalan, lebih fokus kepada pengecekan urin berkala, dengan rutinitas datang ke rehabilitasi dengan kesadaran pribadi (Utami, 2017). Layanan konseling pada rawat jalan juga diberikan, akan tetapi durasinya jauh lebih sedikit dibandingkan di rawat inap. Dampak negatif diperkirakan akan lebih besar, karena mudahnya mengakses Napza secara langsung, dan mengakibatkan terjadinya kekambuhan, atau menggunakan Napza kembali walaupun program masih berjalan.

Pada program rawat inap dan rawat jalan keduanya memiliki dampak yang positif terhadap pecandu Napza, yaitu memberikan kemampuan dalam mengelola emosi dengan tepat seperti dalam mengekspresikan perasaan atau ide-ide yang dimiliki, merespon tuntutan lingkungan dengan tepat. Sehingga pecandu Napza yang mengikuti program rehabilitasi rawat inap dan rawat jalan dapat menunjukkan perilaku secara tepat. Namun ada juga pecandu yang tidak berhasil dalam menjalani program rehabilitasi rawat inap dan rawat jalan. Beberapa pecandu yang telah mengikuti program, pada akhirnya kembali menggunakan Napza, yang diduga karena kesulitan dalam mengelola emosinya dengan baik. Rasa bosan dalam menjalani rutinitas di dalam menjalani program rehabilitasi kebanyakan menjadi alasan pecandu yang mengalami kegagalan dalam program pemulihan di lembaga rehabilitasi.

Hasil wawancara dengan seseorang berinisial IS, wanita berusia 28 tahun, pengguna Napza jenis shabu, yang pernah mengikuti program rawat jalan di Lembaga Rehabilitasi Natura selama tiga bulan, mulai dari Februari 2018 sampai dengan Mei 2018, dengan alasan pertama menggunakan shabu karena memiliki masalah dalam rumah tangga, dan mulai coba-coba menggunakan shabu, sehingga menjadi kecanduan, dan pada akhirnya tertangkap polisi (komunikasi pribadi, 30 April 2019):

*“Saya mengikuti program rawatan di Natura selama enam hari menginap di rehab untuk detoksifikasi, dan dilanjutkan rawat jalan selama kurang lebih tiga bulan kak. Dulu awalnya saya pake shabu karena coba-coba, karena ada masalah sama mantan suami, trus saya denger dari temen kalau pakai shabu bisa lebih semangat. Daripada saya stres di rumah, males keluar, ke kerjaan juga males-malesan, akhirnya saya pake shabu. Setiap saya ribut sama mantan, saya susah ngendaliin diri, saya sering marah-marah ngga jelas sampai teriak-teriak*

*di depan anak saya. Untuk ngatasinnya saya pakai shabu. Setelah saya pakai shabu saya malah ngerasa makin emosian, kalau ngomong selalu nada tinggi. Tapi saya masih terus pakai shabu kalau habis rebut-ribut sama mantan suami saya. Saya pakai shabu keseringan di rumah. Saya ketangkep polisi kira-kira bulan Januari tahun lalu kak, ketangkepnya juga di rumah, dan langsung dibawa ke rehab Natura. Pada waktu itu hancur perasaan saya, saya pikir saya harus di rehab minimal tiga bulan, dan pasti saya jauh dari anak saya. Anak saya masih kecil, masih baru masuk SD, dan dia lihat pada waktu saya ditangkap polisi tuh. Akhirnya saya boleh milih untuk ikut program rehab rawat jalan, dengan kedatangan dua kali seminggu, kalau ngga salah setiap Senin sama Kamis. Efektif sih Alhamdulillah, saya bisa tetap ngurusin anak saya sambil jalanin rehab. Tapi masalahnya saya sampai sekarang ngerasa malah keluarga saya belum percaya 100 persen sama saya. Kemana-mana selalu dipantau, sedikit-sedikit ditelpon, ga boleh kemana-mana kalau ngga ditemenin abang saya. Kesel sih, tapi saya ngga bisa ngapa-ngapain juga, ya saya terima aja. Kadang-kadang kalau mau pergi sama temen-temen saya terpaksa bohong, alasannya ada lembur di kerjaan, sampai pernah dicek ke tempat kerjaan. Pernah sekali-sekali ngerasain kepengen make lagi, apalagi kalau keluarga di rumah masih selalu ngungkit-ngungkit masa lalu saya”*

Terlihat dari hasil wawancara di atas, subjek IS yang kurang memiliki kemampuan dalam pengelolaan emosinya, menjadi semakin bermasalah ketika ia mulai menggunakan Napza. Perasaan negatif seperti merasa tidak dipercaya oleh keluarga, membuat dirinya menjadi kesal. Perasaan-perasaan negatif yang kerap muncul pada subjek IS bisa menjadi salah satu penyebab terjadinya kekambuhan, karena berpikir bahwa menggunakan Napza adalah jalan yang terbaik dalam mengatasi masalah.

Menurut wawancara lain dengan seseorang berinisial I, usia 22 tahun, sudah pernah mengikuti program rehabilitasi rawat inap di Lembaga Rehabilitasi Natura selama dua bulan, pada bulan Oktober 2017 sampai dengan Desember tahun 2017 (komunikasi pribadi, Oktober 2018):

*“Pertama kali gua pakai Napza kurang lebih kelas 3 SMA, alasan pertama karena gua kepo, faktor lingkungan juga, kalau faktor keluarga sih enggak, soalnya gua baik-baik aja sama keluarga. Pertama kali pakai ganja, total penggunaan kurang lebih 5 tahun. Pas kelas 3 SMA nggak intens, paling sebulan sekali, ada pendingnya. Kalau belakangan kayak ngga bisa satu hari ngga kena. Kalau sekarang sudah bisa ngendaliin ya. Sudah nggak pake mulai dari gua ketangkep 12 Juni 2017. Awal-awal sih gua kayak suges-suges, kalau malam tuh kayak geregetan, biasanya gua kalau suges malam-malam, kayak bete sendiri, cuma itu cepet hilangnya. Gua pikir kok gua kayak gini terus, gua ngebayangin masa depan kalau gua kayak gini terus, kuliah gua terlantar. Cuma pikiran itu hilang semalam. Sekarang ini ada ilmu-ilmu yang gua dapat disini selama gua di*

*rehab, sebelumnya hanya sebatas mikir aja, belum ada actionnya. Cara gua memandang masalah kalau sekarang-sekarang ini coba berpikir jernih aja ketika ada masalah kecil ngga gua besar-besarin. Contoh masalah besar gua misalnya kuliah, sebisa mungkin gua cari jalan keluar buat tujuan gua ke depan juga, masa depan gua. Kalau dulu gua mikir penggunaan gua ngga ada masalah ya. Dulu gua mikir dengan gua pakai narkoba intinya nyelesaiin masalah tuh gampang. Gua paling gampang banget tergoda karena lingkungan, trus rasa labil gua. Sekarang ini kalau temen-temen negatif gua ngajak ngumpul ya gua abaikan.”*

Berbeda dengan subjek I yang mengikuti program rawat inap. Kondisi menunjukkan bahwa pengendalian emosi menjadi suatu masalah dalam dirinya ketika ia menggunakan Napza. Pada awalnya ketika ia menghadapi suatu masalah selalu dibesar-besarkan, dihadapi dengan emosi, dan pada akhirnya ia menggunakan Napza. Mengalami kesulitan pada saat menghadapi masalah, terutama ketika menghadapi lingkungan negatifnya, ia berpikir bahwa dengan menggunakan Napza ia mudah menyelesaikan masalah. Keadaannya mulai berbeda setelah ia mengikuti rehabilitasi rawat inap di Natura. Dengan program yang dijalani selama rawat inap, ia belajar mengelola emosinya untuk dapat disalurkan dengan hal yang positif. Saat ini ia mampu berpikir jernih, mencari jalan keluar dari masalah untuk tujuan ke depan.

Dari kedua wawancara di atas terlihat masalah emosi IS dan I yang mudah terangsang, terpancing situasi dan lingkungan, dan semakin bermasalah ketika menggunakan Napza. IS yang hanya mengikuti program rawat jalan mengalami kesulitan untuk mengatasi masalah emosinya, sehingga sempat terpikir untuk kembali menggunakan Napza. Regulasi emosi positif tampak jelas terjadi pada I yang mencoba berpikir jernih dalam memandang masalah, dan perubahan perilakunya dengan cara mengontrol stimulus, yaitu dengan menghindari setiap rangsangan menuju penggunaan Napza. Perubahan regulasi emosi positif ini dirasakan manfaatnya oleh I yang mengikuti program rawat inap selama dua bulan, ia merasa mampu mengatur perasaannya ke hal yang lebih positif. Selama di dalam program rawat inap, I dilatih dengan menggunakan metode rehabilitasi seperti terapi perilaku dan konseling berkala yang dilakukan bersama psikolog dan konselor adiksi selaku mentornya selama menjalani program. Saat ini I merasa lebih mampu mengelola emosinya kepada hal positif, sehingga ia mampu bertahan untuk tidak menggunakan Napza kembali ketika menghadapi suatu masalah. Perbedaan regulasi emosi yang tampak pada kedua subjek diduga adalah karena subjek IS hanya mengikuti program rawat jalan, dan subjek I yang mengikuti program rawat inap.

Kegagalan dalam proses pemulihan juga terjadi di lembaga rehabilitasi, walaupun mereka telah atau sedang mengikuti program rawatan, baik rawat inap maupun rawat jalan. Penyebab kegagalan diduga pecandu Napza mengalami masalah seperti menghadapi rasa bosan dalam menjalani program rawatan yang

dianggap terlalu lama, seperti yang terjadi pada subjek ATR. Hal ini juga disebabkan karena kurangnya monitoring dan evaluasi yang baik.

Beberapa pecandu merasa perlu mengatasi masalah emosinya yang diakibatkan dari penggunaan Napza, dengan melakukan program rehabilitasi rawat inap, sebaliknya beberapa pecandu merasa belum dapat atau tidak membutuhkan rehabilitasi dengan program rawat inap. Mengingat bahwa perubahan regulasi emosi itu diperkirakan terjadi dalam proses rehabilitasi, maka kajian regulasi emosi dalam proses rehabilitasi menjadi menarik untuk dilakukan.

Dari fenomena yang ada, diduga menunjukkan adanya perbedaan regulasi emosi yang pada pecandu Napza yang mengikuti rawat inap dan rawat jalan, maka pada penelitian ini penulis bermaksud ingin mengetahui bagaimana perbedaan regulasi emosi pecandu yang mengikuti program rehabilitasi rawat inap dan pecandu yang hanya mengikuti program rehabilitasi rawat jalan di Lembaga Rehabilitasi Natura di wilayah DKI Jakarta. Alasan peneliti melakukan penelitian di Lembaga Rehabilitasi Natura adalah karena memiliki dua jenis program rehabilitasi sekaligus, yaitu program rawat inap dan program rawat jalan, dengan metode-metode yang cukup mendukung dalam membantu pecandu mengatasi permasalahannya. Juga dilengkapi dengan fasilitas layanan dokter profesional di bidang adiksi, dokter spesialis, psikolog, dan konselor adiksi. Selain itu, untuk efisiensi waktu, karena peneliti bekerja pada Lembaga Rehabilitasi Natura.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada perbedaan regulasi emosi antara pecandu yang mengikuti program rawat inap dan rawat jalan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui perbedaan regulasi emosi pada pecandu yang mengikuti program rehabilitasi rawat inap dan rehabilitasi rawat jalan di Lembaga Rehabilitasi Natura Jakarta.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Manfaat teoretis pada penelitian ini akan memberikan kontribusi berupa informasi dan edukasi pada bidang Ilmu Psikologi, terutama Psikologi Napza, mengenai regulasi emosi pada pecandu.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Manfaat praktis bagi pecandu Napza yaitu evaluasi pada diri sendiri tentang pengelolaan emosi dalam sebuah proses pemulihan, dengan program yang terdapat dalam rehabilitasi. Proses pembelajaran dalam pengelolaan emosi yang positif diperoleh pecandu pada saat ia mengikuti program rehabilitasi, terutama program rawat inap.

Manfaat bagi orangtua dan keluarga, agar dapat membantu, serta memberikan informasi terkait anggota keluarganya yang menjadi pecandu, tentang manfaat

dari program rehabilitasi, terutama dalam kemampuan mengelola emosi, bagaimana penanganannya, dan sangat dibutuhkannya dukungan keluarga dalam proses pemulihan seorang pecandu Napza.

Manfaat bagi lembaga rehabilitasi Napza adalah sebagai evaluasi dampak positif program rehabilitasi bagi pengelolaan emosi pecandu, dan peningkatan pelayanan terhadap pecandu pada periode mendatang.

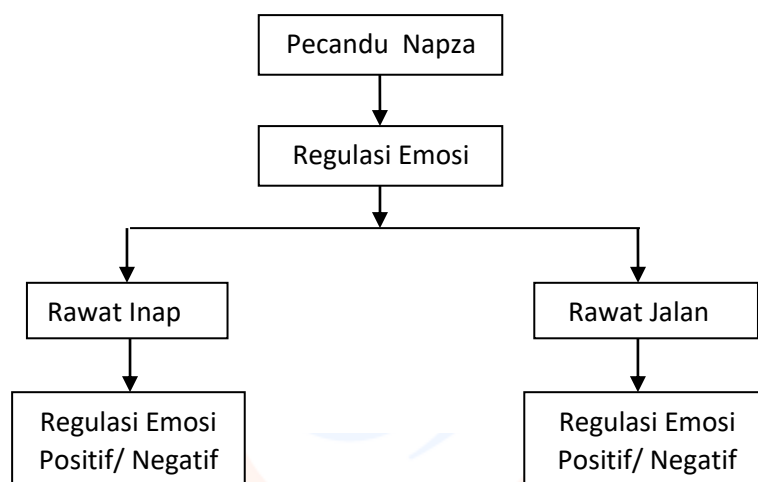
### 1.5 Kerangka Berpikir

Pada umumnya pecandu Napza memiliki masalah dalam ketidakstabilan emosi. Reaksi emosi pecandu Napza tersebut perlu disalurkan dan dikontrol dalam suatu pengaturan emosi. Ketika emosi kurang terkontrol, maka akan cenderung berperilaku negatif. Hal ini disebabkan oleh kandungan dari napza yang berdampak pada kerusakan di bagian susunan saraf pusat. Kerusakan ini membuat para pecandu napza mudah meledak-ledak, mudah marah, sulit menerima dan mengolah informasi secara tepat, ekspresi emosi yang berlebihan

Program rehabilitasi rawat inap memberikan layanan terapi berupa terapi konseling yang terdiri dari konseling individu, konseling medis, konseling kelompok, dan konseling keluarga, layanan psikoedukasi yang dilakukan setiap hari, sedangkan berbeda dengan rawat jalan, pecandu Napza tidak setiap hari mendapatkan terapi konseling, namun pecandu Napza mendapatkan terapi konseling hanya satu kali dalam seminggu. Jarak pertemuan dengan jangka waktu yang lebih lama, diperkirakan membuat regulasi emosi pecandu Napza yang mengikuti rawat jalan lebih rendah dibandingkan yang mengikuti rawat inap.

Program rehabilitasi rawat inap dan rawat jalan keduanya memiliki manfaat bagi korban penyalahgunaan Napza, namun terdapat perbedaan pemberian jenis-jenis layanan dalam program rehabilitasi rawat inap dan rawat jalan yang berpengaruh pada perubahan regulasi emosi pada pecandu Napza.

Penjelasan diatas dapat digambarkan dalam sebuah bagan kerangka berpikir sebagai berikut :



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

### 1.6 Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapatnya perbedaan regulasi emosi pada pecandu yang mengikuti program rehabilitasi rawat inap dan rawat jalan di Lembaga Rehabilitasi Natura Jakarta.





Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa Unggul**