

***Psychological Well-Being* Pada Mantan Penyalahguna Narkoba Di Pusat Rehabilitasi Ar-Rahman Kota Palembang**

**Jeny Karlina, Siti Athira Nur Izati, Lutvia Alviani, Fachrina Safira, Firdaus Hamto
Diningso**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Corresponding Email: jenykarlina12345@gmail.com

ABSTRAK

Kepala Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Selatan Bapak Brigjen Pol. Djoko Prihadi menjelaskan bahwa Provinsi Sumatera Selatan berada pada urutan nomor 2 (dua) terbesar terpapar narkoba di Indonesia. Sementara itu, dalam *Press release* akhir tahun 2022 menyebutkan jumlah total layanan asesmen diberikan BNNP Sumsel sebanyak 877. Dari hasil asesmen 689 atau 79 persen mengikuti layanan rehab. Sedangkan ditinjau dari jenis kelamin, 811 atau 92 persen laki laki dan 0,8 persen atau 66 orang perempuan. *Psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) adalah gambaran dari bagaimana fungsi dari psikologis berjalan dengan baik dan positif. Sama halnya seperti Schultz yang mendefinisikan bahwa *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) sebagai fungsi yang positif dari individu, dimana fungsi yang positif dari individu adalah arah atau suatu tujuan yang harus diusahakan untuk dicapai oleh individu yang sehat. Penelitian ini dilaksanakan untuk mencari pemahaman mengenai *psychological well-being* pada mantan penyalahguna narkoba di pusat rehabilitasi Ar-Rahman kota Palembang. Penelitian ini dilaksanakan menggunakan pendekatan studi kasus dengan melihat aspek dinamika psikologis serta faktor penyebab *well-being* pada mantan penyalahguna narkoba di pusat rehabilitasi Ar-Rahman kota Palembang. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 1 orang. Metode dalam penelitian ini menggunakan teknik gabungan dari observasi dan wawancara. Hasil dari ini peneliti menemukan bahwa ada faktor - faktor penyebab baik subyek menjadi baik yang timbul dari dalam diri sendiri (internal) maupun dari luar.

Kata Kunci: *Psychological Well-Being*, Mantan Penyalahguna Narkoba, Pendekatan Studi Kasus

Pendahuluan

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika dan obat-obatan terlarang. Penyalahgunaan narkoba kian marak terjadi di Indonesia. Penyebaran penyalahgunaan atau ketergantungan narkoba pun hampir merata di seluruh Indonesia tidak mengenal status, golongan, agama, suku, ras, profesi, latar belakang, tua-muda, penduduk desa atau kota membuat narkoba menjelma menjadi kejahatan kemanusiaan yang luar biasa.

Kepala Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Selatan Bapak Brigjen Pol. Djoko Prihadi menjelaskan bahwa Provinsi Sumatera Selatan berada pada urutan nomor 2 (dua) terbesar terpapar narkoba di Indonesia. Sementara itu, dalam *Press release* akhir tahun 2022 menyebutkan jumlah total layanan asesmen diberikan BNNP Sumsel sebanyak 877. Dari hasil asesmen 689 atau 79 persen mengikuti layanan rehab. Sedangkan ditinjau dari jenis kelamin, 811 atau 92 persen laki laki dan 0,8 persen atau 66 orang perempuan.

Narkoba ialah suatu zat yang terbuat dari bahan alami, sintetis dan semi sintetis yang mampu mempengaruhi kesadaran dan fungsi saraf manusia serta menyebabkan ketergantungan. Alasan yang mendorong seseorang untuk menggunakan narkoba biasanya karena efeknya yang membuat perasaan ‘melayang’ pada penggunaannya, perasaan kebal terhadap rasa sakit, serta sejenak terlupa dari berbagai masalah yang dialami. Adapun efek penyalahgunaan narkoba pada aspek fisik yang dikemukakan oleh Sinjar dan Sahuri (dalam Seftilia, dkk., 2022) yaitu (1) dehidrasi, sesak napas, kejang, agresivitas, hingga kerusakan otak; (2) penurunan kesadaran; (3) kematian. Sedangkan efek buruk bagi kondisi psikologis antara lain (1) Timbulnya halusinasi, perasaan khawatir dan takut yang berlebihan, mengarah pada gangguan mental seperti stres, depresi, serta gangguan kecemasan; (2) mengganggu kualitas hidup.

Rehabilitasi merupakan salah satu cara terbaik untuk mengatasi kecanduan pada narkoba. Dalam undang-undang Republik Indonesia Nomor 35 tahun 2009 pasal 54 tentang narkotika jelas dikatakan bahwa pecandu narkotika dan korban dari penyalahgunaan narkotika wajib menjalani suatu proses rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial. Bagi para korban penyalahgunaan narkoba, mereka sangat membutuhkan bantuan agar mereka dapat melangsungkan kembali kehidupannya sesuai dengan fungsi sosialnya melalui proses rehabilitasi narkoba.

Menurut Nurul (dalam Nasution & Fakhurrozy, 2018), di pusat rehabilitasi yang berbasis *therapeutic community* terdapat empat struktur program yang biasa dijalankan, yaitu (1) tingkah laku, (2) emosional dan psikologis, spiritual atau kerohanian, vocational atau survival (ketrampilan). Adapun yang yang juga kerap dirasakan oleh para mantan pecandu narkoba setelah melalui tahap rehabilitasi adalah persoalan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis).

Aspinwal (dalam Ikhsan dan Arisandy, 2021) mengungkapkan bahwa *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) adalah gambaran dari bagaimana fungsi dari psikologis berjalan dengan baik dan positif. Sama halnya seperti Schultz yang mendefinisikan bahwa *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) sebagai fungsi yang positif dari individu, dimana fungsi yang positif dari individu adalah arah atau suatu tujuan yang harus diusahakan untuk dicapai oleh individu yg sehat. Dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah suatu kondisi psikologis individu yang sehat dan berfungsi dengan positif untuk mencapai aktualisasi diri.

Ryff (dalam Seftilia, dkk. 2022) menyampaikan, *Psychological well-being* (Kesejahteraan psikologis) adalah suatu keadaan mental yang sehat dan berfungsi dengan optimal. Yang mana hal ini dapat terlihat dari beberapa dimensi berikut:

1. Mampu menerima diri apa adanya (menerima kekurangan, kelebihan, serta masa lalu atau pengalaman hidup yang menyakitkan dan mengecewakan;

2. Memiliki kemandirian atau kemampuan dalam mengambil keputusan yang tepat bagi dirinya;
3. Mampu membuat perencanaan hidup, arah dan tujuan hidup dengan baik untuk masa depan;
4. Dapat mengatur dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan yang diperlukan;
5. Memiliki kemampuan untuk mengembangkan potensi diri; serta
6. Dapat membangun relasi yang positif dengan orang lain.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti *psychological well-being* pada mantan penyalahguna narkoba di pusat rehabilitasi Ar-Rahman kota Palembang. Dimana pusat rehabilitasi Ar-Rahman memberikan beberapa terapi untuk klien seperti *therapeutic community*, terapi spiritual (dzikir), *narcotics anonymous*, dan masih banyak lagi terapi yang diberikan terhadap klien. Selain terapi untuk menunjang *psychological well-being*, Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman juga mengadakan berbagai macam kegiatan seperti konseling, pemeriksaan medis, seminar, olahraga dan banyak lagi kegiatan lainnya. Adapun tujuan dilakukan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada mantan penyalahguna narkoba di pusat rehabilitasi Ar-Rahman kota Palembang.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan alat ukur wawancara dan observasi. Alasan peneliti memilih menggunakan desain penelitian kualitatif *case study* adalah menurut Robert K. Yin (2012) adalah suatu metode penelitian ilmu-ilmu sosial atau metode pembelajaran empiris yang meneliti fenomena didalam konteks kehidupan nyata, yang dimana batas antara fenomena dan konteks tidak terlihat dengan tegas dan karena itu multisumber bukti pun dimanfaatkan. Dalam pemilihan partisipan penelitian ini dilakukan menggunakan *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2015) mengatakan bahwa *purposive sampling* merupakan suatu teknik pengambilan data dengan melalui pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini subjek berjumlah satu orang laki-laki yang menjalani masa rehabilitasi di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini akan menggunakan beberapa teknik yaitu berupa wawancara, dokumentasi suara dan foto agar mendapatkan data yang tepat atau akurat dan lengkap.

Hasil Penelitian

Penelitian dalam artikel ini dilakukan di pusat rehabilitasi narkoba Ar-Rahman kota Palembang mengenai seseorang yang dahulunya pernah memakai narkoba dan saat ini sudah berhenti narkoba. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 1 orang subjek pelaku penyalahguna narkoba yang sudah berhenti menyalahgunakan narkoba. Subjek berinisial Y menyalahgunakan narkoba sejak usia 17 tahun, saat masih berada disekolah menengah akhir.

Y menjadi pengguna narkoba sejak tahun 2012-2022, saat ini subjek berusia 29 tahun. Awal mulanya subjek menyalahgunakan narkoba akibat pergaulan dilingkungan sekitar rumahnya yang kebanyakan penyalahguna narkoba, lalu akhirnya Y berhenti menyalahgunakan narkoba saat dirinya mulai bekerja. Namun terulang kembali ketika dirinya berhenti bekerja dengan faktor penyebabnya yang sama yaitu lingkungan sekitar. Sebelumnya Y sudah pernah berhenti melalui proses rehabilitasi, dan sekarang Y sedang menjalani proses rehabilitasi dan hampir selesai.

Selama menyalahgunakan narkoba, Y merasakan efek narkoba yang lebih aktif pada dirinya selama dosisnya masih ada, sehingga menyebabkan dirinya merasa lebih bersemangat namun menjadi tidak mau tidur, tidak mau makan dan mandi. Terjadi pula perubahan suasana hati Y saat mengonsumsi yaitu seperti mudah marah dan mudah tersinggung. Awal mulanya subjek Y dicurigai menyalahgunakan narkoba karena orang tuanya melihat banyak perubahan yang terjadi pada diri anaknya dan terjadi cukup lama.

Sebenarnya Y tidak mau dibawa ke pusat rehabilitasi namun dipaksakan keluarganya, dorongan keluarga untuk pemulihannya sangat kuat dan dapat dirasakannya sehingga saat sampai di pusat rehabilitasi dirinya dapat menerima dan menjalani kegiatan dan rutinitas yang ada disetiap harinya dengan ikhlas dan sungguh-sungguh. Y menjalani rehabilitasi dengan harapan untuk pemulihan dan dapat membahagiakan keluarga, serta dapat kembali berkumpul bersama keluarga yang selalu mendukung pemulihannya. Y berkata bahwa setelah keluar dari pusat rehabilitasi, beliau tidak mau lagi bergaul dengan teman yang pecandu dan akan mencari teman yang positif agar tidak terulang kembali dan stop dari zona narkoba karena keluarga itu berharga.

Dampak positif yang dirasakan subjek Y saat berhenti menyalahgunakan narkoba, Subjek Y merasa sangat bersyukur karena keluarganya yang bahagia melihat dirinya di tempat rehabilitasi Ar-Rahman sudah menjalani tahapan kegiatan setiap harinya dengan baik dan ikhlas sehingga sudah berhenti dan jauh dari narkoba. Y juga sangat merasa bangga dan bahagia atas pencapaiannya untuk kembali hidup normal lagi. Subjek Y merasa senang karena dirinya sebentar lagi akan keluar jika tugas akhirnya telah selesai. Subjek Y sangat senang berada di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman kota Palembang karena setiap harinya melakukan kegiatan positif seperti sholat berjamaah ada kegiatan sosial seperti seminar, ada kegiatan *medical checkup* setiap dua kali dalam seminggu. Selain itu subjek Y juga memperoleh pengalaman serta banyak pembelajaran yang bermakna serta memotivasi diri sehingga dapat berhenti.

Pembahasan

Subjek dalam penelitian ini telah memenuhi aspek-aspek *psychological well-being* menurut Ryff yaitu :

1. Penerimaan diri yang baik, subjek mengakui dan menerima kualitas diri sendiri yang bagus dan baik.
2. Relasi positif yang baik dengan orang lain, subjek merasa peduli dan mengerti dengan harapan keluarganya yang ingin beliau cepat pulih dari kecanduan narkoba.
3. Otonomi, subjek mulai dapat mengambil keputusan untuk mengatur diri dengan cara menjaga pergaulan agar menjauhkan dari orang-orang yang dapat menjerumuskannya kembali ke dalam kecanduan narkoba.
4. Penguasaan lingkungan, subjek dapat mengontrol lingkungannya untuk dikelilingi dengan orang-orang yang positif.
5. Tujuan dalam hidup, subjek memiliki tujuan dalam hidup yaitu keluar dari rehabilitasi, beliau akan menjauhi pecandu narkoba dan memulai hidup baru dengan baik.
6. Pertumbuhan personal, subjek terbuka terhadap pengalaman baru yang didapatkannya dalam pusat rehabilitasi Ar-Rahman.

Selain itu, subjek juga mengalami pertumbuhan pribadi menjadi lebih baik lagi mengenai sikap dan emosi setelah berada di pusat rehabilitasi. Adapun faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada mantan penyalahguna yaitu dapat terjadi dari diri subjek sendiri dan juga karena adanya dukungan sosial dari lingkungan seperti keluarga dan teman-teman subjek yang selalu mendukung subjek untuk berubah menjadi lebih baik.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis penelitian yang berjudul “*Psychological well-being* pada mantan penyalahguna narkoba di Pusat Rehabilitasi Ar-Rahman” dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian telah memiliki *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang baik. Dapat dikatakan seperti itu, karena subjek Y telah memenuhi semua aspek kesejahteraan psikologis. Yang mana hal tersebut didapatkan oleh subjek Y setelah beliau berada di pusat rehabilitasi Ar-Rahman.

Referensi

- Anggraini, A.D. & Kristianingsih, S.A. (2023). *Psychological well-being* pada mantan narapidana kasus pengguna narkoba. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 9(1), 52-56. Diakses 23 Mei 2023, dari [https://jurnal.iicet.org/index.php/j-
edu/article/view/2640/1367](https://jurnal.iicet.org/index.php/j-
edu/article/view/2640/1367)

BNN, Editor. (2022). *Press Release akhir tahun Badan Narkotika Nasional Provinsi (BNNP) Sumatera Selatan (Sumsel) Tahun 2022*. Diakses 22 Mei 2023, dari <https://sumsel.bnn.go.id/press-release-akhir-tahun-badan-narkotika-nasional-provinsi/>

Herdiansyah, Haris.(2010). *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: SalembaHumanika.

Ikhsan, M.N. & Arisandy, D. (2021). *PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA MANTAN PENGGUNA NARKOBA DI KOTA PALEMBANG*. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 15(1), 53-62. Diakses 22 Mei 2023, dari <https://journal.binadarma.ac.id/index.php/jurnalpsyche/article/view/1382/743>

Nasution, D.E. & Fakhurrozy, M. (2018). *KONTRIBUSI RELIGIUSITAS TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PECANDU NARKOBA YANG SEDANG MENJALANI REHABILITASI DI BNN*. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 126-134. Diakses 23 Mei 2023, dari https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/download/2257/pdf&ved=2ahUKEwit0dub2Yn_AhX5xTgGHXjeC2UQFnoECAcQAQ&usq=AOvVawIn7oMPN8yULnZIW9MoEcnX

Nawangsih, S.K & Sari, P.R. (2016). *STRES PADA MANTAN PENGGUNA NARKOBA YANG MENJALANI REHABILITASI*. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 99-107. Diakses 22 Mei 2023, dari <https://smartlib.umri.ac.id/assets/uploads/files/e5f04-14736-35196-1-pb.pdf>

Sa'diyah, K. & Amiruddin. (2020). *PENTINGNYA PSYCHOLOGICAL WELL BEING DI MASA PANDEMI COVID-19*. *Kariman*, 8(2), 221-232. Diakses 25 Mei 2023, dari <https://jurnal.inkadha.ac.id/index.php/kariman/article/download/149/136/343>

Seftilia, dkk. (2022). *UPAYA PENINGKATAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING NARAPIDANA NARKOBA MELALUI PELATIHAN MENTAL DI RUTAN KELAS II B*. *TRANSFORMASI DAN INOVASI : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 111-118. Diakses 22 Mei 2023, dari <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpm/article/view/19188>

Sugiyono.(2008).*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.Bandung:ALFABETA