

## PROFIL RESILIENSI MANTAN PECANDU NARKOBA (Studi Kasus di Balai Besar Rehabilitasi Narkoba, BNN, Lido)

Uripah Nurfatimah <sup>1</sup>  
Dra. Retty Filliani <sup>2</sup>  
Karsih, M.Pd. <sup>3</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan menggambarkan profil resiliensi mantan pecandu narkoba, meliputi tujuh aspek di dalamnya, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan reaching out. Metode yang digunakan adalah studi kasus dalam pendekatan kualitatif. Penelitian dilaksanakan di Balai Besar Rehabilitasi Narkoba Badan Narkotika Nasional dengan subjek penelitian sebanyak dua orang, yaitu WS, berusia 32 tahun; dan MM, berusia 31 tahun. Subjek penelitian dipilih berdasarkan hasil studi pendahuluan untuk mengetahui kesesuaian dengan karakteristik penelitian dan kesediaan subjek. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik wawancara, pengisian instrumen Resilience Quotient Test (RQ Test) yang dikembangkan oleh Karen Reivich dan Andrew Shatte dan telah diadaptasi, serta observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap mantan pecandu yang dapat mempertahankan kebebasannya dari penyalahgunaan narkoba memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Subjek merasa ada banyak pengetahuan, hikmah, dan keterampilan yang akhirnya mereka pelajari karena kejatuhannya ke dalam dunia narkoba. Kedua subjek penelitian merasa bersyukur atas kemampuan resiliensi yang dimiliki, sehingga sampai saat ini masih dapat mempertahankan kesembuhannya dari ketergantungan terhadap narkoba. Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan resiliensi tersebut dibentuk oleh beberapa faktor, yakni dukungan dari luar diri, kekuatan yang berasal dari dalam diri, dan kemampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain.

**Kata kunci:** resiliensi, mantan pecandu narkoba, pecandu narkoba

### Pendahuluan

Berdasarkan Laporan Badan Dunia Perserikatan Bangsa-Bangsa untuk urusan kejahatan narkotika (*United Nations Office on Drugs Crimes/UNODC World Drugs Report 2012*), diketahui bahwa upaya pengawasan narkoba yang ketat oleh negara-negara di dunia telah dapat mengendalikan peredaran nar-

koba di Eropa, Amerika dan Asia. Namun demikian transaksi dan peredaran gelap narkoba yang dilakukan oleh pelaku kejahatan terorganisir (*organized crime*) ternyata terus meningkat, sehingga diperlukan berbagai macam upaya untuk melindungi masyarakat dari bahaya narkoba (BNN, 2013:1). Permasalahan ini juga menjadi sangat *krusial* di Indo-

1 Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, uripahnurfatimah@gmail.com

2 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, rettyfilliani@yahoo.co.id

3 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, karsih5979@gmail.com

nesia. Dari hasil Survey Nasional bekerjasama antara Badan Narkotika Nasional dengan Universitas Indonesia tahun 2011 mengenai Survei Nasional Perkembangan Penyalahgunaan narkoba di Indonesia, diketahui bahwa angka prevalensi penyalahgunaan narkoba di Indonesia telah mencapai 2,2% atau sekitar 4,2 juta orang dari total populasi penduduk (berusia 10-60 tahun).

Adapun institusi yang diberikan tanggung jawab untuk mengkoordinasikan strategi dan implementasi penanggulangan permasalahan narkotika di Indonesia adalah BNN (Badan Narkotika Nasional) (BNN, 2003: 1). Pada tahun 2007 BNN telah membangun Unit Pelaksana Teknis (UPT) Terapi dan Rehabilitasi di Lido, Sukabumi yang melaksanakan pelayanan terapi dan rehabilitasi secara komprehensif dan integratif. Dengan pelayanan tanpa dipungut biaya bagi korban penyalahgunaan narkoba di seluruh Indonesia.

Meskipun serangkaian program rehabilitasi sudah didesain sebaik mungkin, tidak menjadi jaminan seorang residen menjadi pulih sepenuhnya. Kasus yang juga banyak terjadi adalah mantan pecandu yang sudah selesai direhabilitasi harus kembali lagi ke tempat rehabilitasi dengan kondisi yang lebih parah. Proses pemulihan pecandu narkoba bukanlah suatu proses yang singkat dan dapat dilakukan dengan mudah. Sebelum benar-benar dikatakan lepas dari narkoba maka dalam perjalanannya ada saat-saatnya pecandu *relapse*. *Relapse* adalah kembali pada perilaku sebelumnya, dalam hal ini menggunakan narkoba (Sarafino, 2006:245). Tempat rehabilitasi narkoba tidak menjamin seseorang untuk bisa berhenti dan terbebas dari narkoba, masih adanya residen yang kembali menggunakan narkoba setelah selesai menjalani proses rehabilitasi merupakan suatu permasalahan tersendiri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hawari pada tahun 2003 menunjukkan bahwa kekambuhan pada mantan pecandu disebabkan oleh faktor teman (58,36%), faktor "sugesti" (*craving*) 23,21%, dan faktor frustrasi atau *stress* 18,43% (Setyowati, 2010). Untuk mempertahankan diri dari keterlibatan kembali dengan narkoba pasca rehabilitasi, diperlukan adanya resiliensi.

## Kajian Teori Narkoba

Istilah NARKOBA sesuai dengan surat edaran Badan Narkotika Nasional (BNN) No. SE/03/IV/2002 merupakan akronim dari narkotika, psikotropika, dan bahan adiktif lainnya. Narkoba yaitu zat-zat alami ataupun kimiawi yang jika dimasukkan ke dalam tubuh dapat mengubah pikiran, suasana hati, perasaan, dan perilaku seseorang (BNN RI, 2007: 9).

## Mantan Pecandu Narkoba

Menurut Undang-Undang Nomor 22 Tahun 1997, pengertian pecandu adalah orang yang menggunakan atau menyalahgunakan narkotika dan dalam keadaan ketergantungan pada narkotika, baik secara fisik maupun psikis. Dalam hal ini, ketergantungan narkotika adalah gejala dorongan untuk menggunakan narkotika secara terus menerus, toleransi, dan gejala putus narkotika apabila penggunaannya dihentikan (Soedjonio, 1983: 14). Kemudian, menurut WHO (World Health Organization) seseorang dapat dikatakan sebagai mantan pecandu narkoba jika telah berhasil bersih dari obat atau abstinesia mini-mal selama dua tahun (Konsensus, 2002: 23). Proses pemulihan pecandu narkoba bukanlah suatu proses yang singkat dan dapat dilakukan dengan mudah. Pada saat satu minggu sampai satu bulan pertama setelah berhenti dari penggunaan narkoba, relapse sangat tinggi kemungkinannya terjadi pada pecandu. Relapse adalah suatu proses yang terjadi karena beberapa faktor pemicu di mana seseorang telah dinyatakan abstinence (sembuh) dan kembali menggunakannya (BNN dan Departemen Sosial RI, 2003: 11).

## Resiliensi

Secara etimologis resiliensi diadaptasi dari kata dalam Bahasa Inggris *resilience* yang berdasarkan kamus Oxford diartikan sebagai kemampuan untuk pulih dengan cepat dari kesulitan. Menurut Karen Reivich dan Andrew Shatte dalam bukunya "*The Resilience Factor*" resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap peristiwa berat atau masalah yang dialami dalam kehidupan. Resiliensi dipandang sebagai kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika ber-

hadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari (Reivich and Shatte, 2002: 1). Menurut Reivich dan Shatte terdapat *tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi*, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan *reaching out*. Sementara, Siebert dalam bukunya *“The Resiliency Advantage”* menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kondisi kesehatan dibawah situasi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan (Siebert, 2005: 5). Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi dan beradaptasi dengan masa-masa sulit kehidupannya sehingga ia mampu untuk bangkit dari keterpurukannya.

Menurut Grotberg terdapat *tiga faktor* yang membentuk resiliensi seseorang yaitu *“I have”*, *“I am”*, dan *“I can”*. *“I Have”* faktor merupakan dukungan eksternal dan sumber dalam mendukung resiliensi seseorang. Kemudian yang dimaksud *“I Am”* adalah kekuatan yang berasal dari dalam diri sendiri. Sedangkan *“I Can”* adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain.

### Balai Besar Rehabilitasi BNN

Secara hukum keberadaan Badan Narkotika Nasional (BNN) didasarkan pada Undang-Undang Nomor 35 tahun 2009 tentang Narkotika. Berdasarkan Undang-Undang ini organisasi BNN merupakan sebuah Lembaga Pemerintah Non Kementrian (LPNK) yang berkedudukan di bawah dan bertanggung jawab kepada Presiden (BNN RI, 2013:17). Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional yang selanjutnya disebut Balai Besar Rehabilitasi BNN, adalah pusat rujukan Nasional bagi pelaksanaan rehabilitasi korban pecandu dan/atau penyalah guna narkotika, psikotropika, dan bahan adiktif lainnya, baik pemerintah, swasta dan lembaga swadaya masyarakat. Balai Besar Rehabilitasi BNN adalah unsur pendukung tugas, fungsi dan wewenang di bi-

dang pelayanan rehabilitasi terhadap pecandu dan/atau penyalah guna narkotika, psikotropika dan bahan adiktif lainnya, berada di bawah dan bertanggung jawab kepada Kepala BNN melalui Sekretaris Utama BNN. Balai besar rehabilitasi BNN terletak di terletak di Desa Wates Jaya, Kecamatan Cigombong, Lido, Kabupaten Bogor.

### Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil resiliensi meliputi aspek-aspek yang ada di dalamnya pada mantan pecandu narkoba. Penelitian ini dilakukan di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Terapi dan Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) yang beralamat di Jalan Mayjen H. R. Edi Sukma Km. 21, Desa Wates Jaya, Cigombong, Jawa Barat, sejak bulan bulan Maret sampai Desember 2014.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Dalam hal ini peneliti bermaksud untuk mengenali subjek peneliti dalam lingkungan alaminya tanpa melakukan penanganan atau perlakuan tertentu. Pemilihan pendekatan penelitian kualitatif ini dikarenakan peneliti ingin melihat pengalaman subjektif mantan pecandu narkoba. Metode studi kasus dipilih karena dalam metode ini terjadi pengembangan analisis yang mendalam dari suatu kasus tunggal, sehingga hasil yang didapat dari penelitian ini dapat memperlihatkan profil resiliensi pada mantan pecandu narkoba secara lengkap dan mendalam.

Data atau informasi diperoleh dari mantan pecandu narkoba yang menjadi subjek penelitian. Prosedur pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposeful sampling*. Adapun kriteria yang harus dimiliki oleh subjek penelitian adalah:

- a. Individu yang pernah menjadi pecandu narkoba
- b. Sudah bebas atau bersih dari narkoba selama minimal dua tahun terakhir. Hal ini dilakukan karena menurut World Health Organization (WHO), seseorang dapat dikatakan sebagai mantan pecandu narkoba apabila sudah bebas atau bersih dari narkoba selama minimal dua tahun.
- c. Pernah kembali kepada lingkungan masyarakat tempat subjek berasal. Salah satunya, pernah membaur dalam lingkungan pengguna narkoba.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, instrumen RQ Test, dan observasi oleh peneliti. Pedoman wawancara disusun berdasarkan kerangka teori yang ada dan juga menggunakan *professional judgement*. *Resilience Quotient Test (RQ Test)* merupakan alat tes yang disusun oleh Karen Reivich dan Andrew Shatte untuk mengukur tingkat resiliensi seseorang. RQ Test terdiri dari 56 butir pernyataan dengan memiliki lima skala pilihan jawaban. Peneliti melakukan adaptasi terhadap instrumen RQ Test tersebut melalui beberapa tahap. Tahap pertama, RQ Test diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh ahli 1. Kemudian, hasil terjemahan tersebut dialih bahasakan kembali menjadi bahasa Inggris oleh ahli 2. Setelah itu, RQ Test asli dibandungkan dengan RQ Test hasil alih bahasa dan dilakukan perbaikan sampai dinyatakan sesuai saat pengujian oleh ahli 3. Dengan demikian, RQ Test adaptasi dapat dinyatakan reliabel dengan RQ Test asli. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi data. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain (Moleong, 2006: 331). Di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Pada penelitian ini, teknik triangulasi data yang digunakan adalah triangulasi sumber.

## Hasil dan Pembahasan

Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk tetap dalam keadaan tenang dibawah tekanan. Individu yang resilien dapat mengembangkan dengan baik kemampuan ini untuk mengontrol emosi, perhatian, dan tingkah lakunya. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa WS dapat mengontrol perasaan dan tingkah lakunya meskipun sedang merasakan emosi yang negatif. Hal ini terjadi dalam lingkungan sosial dan pekerjaan subjek. Hal lain yang subjek lakukan untuk mengontrol emosi negatif adalah dengan melakukan hal lain yang membuat hatinya merasa senang. Berkaitan dengan kemampuan WS dalam mengontrol emosi, perhatian, dan tingkah lakunya, ia dapat membina hubungan sosial yang baik dengan lingkungan pekerjaan maupun dengan lingkungan masyarakat. Memiliki regulasi emosi yang baik tidak berarti harus menekan semua emosi negatif seperti marah, sedih, gelisah dan ra-

sa bersalah. Mengekspresikan emosi positif maupun emosi negatif yang kita rasakan merupakan hal konstruktif dan sehat. WS tidak selalu meredam emosi marahnya, sebagai pribadi yang sehat dan konstruktif ia juga mampu mengekspresikan rasa marahnya tersebut. Ketika dalam keadaan marah, subjek butuh waktu untuk dapat menenangkan dirinya dan kemudian ia dapat berpikir jernih kembali. Pada keadaan tertentu subjek akan mengekspresikan rasa marahnya kepada orang yang seharusnya dan pada keadaan yang lain ia memilih untuk melampiaskan dengan melakukan hal lain seperti melakukan kegemarannya. Sementara itu, subjek MM tidak merasa marah dengan sindiran-sindiran sebagai mantan pecandu narkoba yang ia dapatkan. Akan tetapi ia tidak menerima sepenuhnya sindiran tersebut. Hal yang subjek lakukan setelah mendapat sindiran-sindiran tersebut adalah dengan tetap berlaku positif untuk mengikis stigma-stigma negatif mengenai mantan pecandu narkoba. Meskipun begitu, MM tidak selalu menahan rasa marahnya, pernah suatu waktu ia memarahi temannya saat melakukan kesalahan. Dalam mengekspresikan rasa marahnya, MM mempertimbangkan kepada siapa ia akan mengekspresikannya dan bagaimana ia harus mengekspresikan marahnya kepada orang tersebut. Meskipun dapat mengontrol rasa marah tersebut, subjek juga sebenarnya adalah orang yang sering terbawa perasaan. Akan tetapi subjek dapat mengelola tingkah lakunya terhadap orang-orang tertentu dalam lingkungannya, hal ini merupakan hal yang baik mengingat regulasi emosi juga penting dalam membentuk hubungan yang intim dalam bersosialisasi.

Pengendalian impuls merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Sebagai seorang mantan pecandu narkoba, WS dan MM masih memiliki keinginan atau dorongan untuk kembali menggunakan narkoba. Dorongan ini dapat muncul dari dalam diri ataupun dari luar diri. Hal yang WS lakukan ketika muncul sugesti-sugesti untuk menggunakan narkoba adalah dengan menceritakan keinginan tersebut kepada orang terdekatnya. Secara tidak langsung, hal ini ia lakukan agar orang terdekatnya turut menjaganya agar tidak jatuh kembali. Sedangkan hal yang dilakukan oleh MM adalah dengan segera mengalihkan pada ke-

giatan yang lain sehingga tidak larut dalam keinginan tersebut. Individu yang optimis yakni individu yang memiliki kepercayaan bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik, memiliki harapan pada masa depan, dan percaya bahwa hidup dapat dikontrol secara langsung. WS memiliki harapan-harapan masa depan dan kepercayaan untuk dapat mengontrol kehidupannya. WS yang baru memasuki tahap baru dalam kehidupannya, yakni membina rumah tangga memiliki harapan-harapan mengenai keluarga kecil yang baru dibinanya. WS juga akan berupaya agar anaknya kelak akan terlindungi dari bahaya penyalahgunaan narkoba. Terhadap bayangan-bayangan akan kehidupan masa depannya, MM melihat masa depannya seperti orang-orang lainnya. MM memiliki harapan untuk dapat segera menikah dan memiliki keluarga yang sakinnah, mawaddah, dan warrohmah. MM juga memiliki harapan untuk berprofesi sebagai dosen, oleh karena itu ia saat ini melanjutkan studi S2nya. Pribadi yang optimis juga ditandai dengan kemampuan dalam melihat masa depan yang relatif cerah. WS mampu melihat masa depan yang relatif cerah, masa depannya akan berjalan positif baik dalam hubungan rumah tangga, pendidikan, maupun dalam karier yang dimiliki. Subjek merupakan sosok yang pekerja keras sehingga tidak sulit baginya untuk meraih hal-hal tersebut. Dalam bayangan masa depannya, tidak ada kemungkinan ia akan jatuh lagi pada dunia narkoba. Pada MM, ia memiliki harapan-harapan dalam hidupnya, baik dalam kehidupan pribadi, pekerjaan, dan kehidupan finansial. MM memiliki keinginan untuk segera membangun rumah tangga, memiliki pekerjaan yang lebih baik, dan memiliki usaha untuk menambah pendapatan. Terhadap harapan-harapan yang dimilikinya tersebut, MM yakin dapat meraihnya. Hal yang membuat subjek yakin yakni ia percaya bahwa ia memiliki kemampuan, pengalaman, komitmen, motivasi, dan keberanian.

WS dan MM mengakui bahwa menjadi pengguna narkoba adalah keputusannya sendiri terlepas dari ajakan-ajakan teman di lingkungannya. Apabila nantinya subjek akan mengalami relapse, keadaan ini juga tidak terlepas dari tanggung jawab subjek sepenuhnya. Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup

mahir dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. WS dapat mengerti sikap anggota keluarganya, baik ayah, ibu, kakak laki-laki, maupun kakak perempuannya terhadapnya ketika ia masih menjadi pecandu narkoba. WS juga dapat memberikan prediksi yang detail mengenai apa yang dirasakan orangtuanya ketika ia masih menjadi pecandu narkoba. Dalam melakukan pekerjaannya sebagai seorang konselor, subjek juga mampu membaca bahasa nonverbal konselinya. WS juga dapat membaca situasi seseorang dari sikap dan respon yang ia tampilkan kepada subjek. Sedangkan, MM kurang dapat membaca situasi disekitarnya, yang menjadi fokus subjek adalah apa tujuan ia berada dalam situasi tersebut. Akan tetapi, MM mampu berempati pada orang-orang terdekatnya. Ia mampu mengenali perubahan sikap yang ditampilkan oleh sahabatnya.

Seseorang yang memiliki efikasi diri yang baik berarti ia memandang keberadaan dirinya sebagai seorang yang efektif atau berguna. Keyakinan yang dimiliki WS terhadap kemampuannya yakni keyakinan bahwa ia dapat menolak ajakan apapun untuk kembali menggunakan narkoba, memiliki kemampuan yang baik saat menjalankan tugas sebagai konselor BNN, keyakinan untuk mampu menyelesaikan masalah yang dialami, dan ia dapat memperjuangkan apa yang ia inginkan. Keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki tersebut membuat ia percaya diri dalam menjalani hidupnya. MM menilai dirinya mampu melaksanakan tugas sebagai konselor di Babesrehab. Dalam beberapa keadaan, MM memang memiliki perasaan kurang percaya diri dalam menjalankan tugas tersebut. Salah satunya ketika terdapat residen yang usianya lebih tua dibanding subjek dan dirasa memiliki ilmu dan pengetahuan yang lebih banyak dari subjek sebagai konselor. Keadaan seperti ini merupakan salah satu tantangan dalam dunia kerja MM. Untuk menghadapinya subjek mengembangkan treatment khusus dengan tujuan tertentu. Tindakan ini merupakan salah satu bukti bahwa subjek dapat mengatasi tantangan yang terjadi di dunia pekerjaannya. Subjek juga tidak memiliki keraguan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Terhadap kejatuhannya pada dunia narkoba, WS merasa sangat bersyukur. Subjek menjadi me-

memiliki banyak kelebihan karena hal tersebut. Subjek dapat memiliki pengetahuan dan keterampilan yang tidak semua orang memilikinya. Kejatuhan WS pada narkoba selama bertahun-tahun tentu membawa pelajaran sendiri bagi dirinya. Menurut WS, yang penting dari kegagalan adalah bagaimana ia bangkit dan memperbaikinya. Karena kejutannya terhadap dunia narkoba, subjek menjadi memiliki rencana tindakan yang akan dirinya lakukan sebagai orangtua untuk mencegah anaknya kelak terlibat dengan narkoba. Sementara itu, bagi MM hikmah yang MM dapatkan dari kejutannya pada narkoba yakni kini ia telah memiliki pekerjaan yang menurutnya dapat membantu orang banyak. Subjek lebih fokus kepada apa yang diraihinya saat ini dibanding terus memikirkan saat kejutannya ketika menggunakan narkoba. Perubahan-perubahan yang terjadi dalam hidup MM pasca kesembuhannya dari kecanduan narkoba menandakan bahwa ia mampu meraih aspek positif dalam kehidupannya.

Kemampuan resiliensi yang dimiliki WS saat ini tidak terlepas atas peran orang-orang di lingkungannya. Subjek memiliki orangtua yang pengertian terutama ibu yang tidak pernah lelah memberikan kasih sayang. Menurut subjek, ibunya adalah sosok yang sangat baik dan sabar karena terus berada di sisinya. Meskipun subjek menjadi pecandu narkoba sehingga melakukan hal-hal yang negatif, ibu subjek tidak pernah marah dan tidak meninggalkannya. Selain itu, subjek juga saat ini memiliki istri yang harus dipenuhi hak-haknya. Rasa tanggungjawab subjek terhadap istrinya membuat ia selalu sadar untuk tidak kembali menjadi pecandu narkoba.

Hal yang WS khawatirkan apabila ia relapse adalah cibiran dari lingkungan sekitar. Subjek yang pernah berprofesi sebagai konselor di Babesrehab menganggap bahwa semua ilmu yang telah ia amalkan kepada residennya akan menjadi sia-sia karena justru ia sendirilah yang kembali terjerat oleh narkoba. Kepercayaan yang sudah ia miliki dari banyak orang, karier yang ia miliki, kehidupan keluarga yang saat ini ia miliki menurutnya akan hancur apabila ia kembali menjadi pecandu. Kesadaran yang dimiliki WS ini membuat ia dalam keadaan *abstimensia* hingga saat ini.

Resiliensi yang dimiliki WS juga terbentuk karena keyakinan-keyakinan yang ia miliki. WS yakin

bahwa ia dapat sukses dan berhasil dalam setiap apa yang ia lakukan, yang dimaksud dalam hal ini adalah berhasil dalam persepsinya sendiri. Subjek yakin dapat membina rumah tangga dengan baik, dengan pengalaman pahit yang pernah dimilikinya ia dapat menjaga anak-anaknya kelak dari penyalahgunaan narkoba. Subjek juga memiliki optimisme bahwa setiap masalah dapat teratasi, hal ini terjadi karena saat ini ia sudah berhasil melalui kekhawatiran-kekhawatiran yang dahulu ia miliki. Meskipun ia sadar bahwa ia memiliki peluang untuk relapse, subjek tidak pernah membayangkan dirinya akan jatuh kembali pada dunia narkoba kesadaran ini ia bangun untuk tetap menjaga dirinya dan berwaspada terhadap hal-hal yang akan membuka pintu relapsenya. Subjek memiliki motivasi, komitmen, dan harapan untuk tetap dalam keadaan abstimensia.

Faktor lain yang membentuk resiliensi WS adalah kecakapan sosial yang dimilikinya, yakni kemampuan yang ia miliki untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain. Meskipun ia sudah tidak menjalani proses rehabilitasi, WS tetap menjalani hal-hal yang diajarkan selama proses rehabilitasi. Sampai saat ini ia terbiasa untuk selalu membagi atau bercerita mengenai apa yang sedang ia rasakan terhadap orang lain. Sebagai contoh, apabila dalam dirinya sedang terdapat sugesti untuk menggunakan narkoba ia akan menyampaikan hal tersebut kepada orang sekitar. Menurut subjek, dengan menyampainya orang sekitar subjek dapat ikut membantu agar subjek tidak kembali pada dunia narkoba. Kebiasaan lain yang ia tetap lakukan hingga saat ini adalah tetap menyibukkan diri. Menjalani aktivitas yang banyak membuat ia tidak punya waktu untuk melamun yang akhirnya mendatangkan pikiran negatif untuk kembali menggunakan narkoba. Selain itu, subjek juga mampu menganalisa penyebab masalah yang ia hadapi dengan tepat. Ia tidak menyalahkan orang atau faktor lain terhadap kesalahan yang ia lakukan.

Pada subjek MM, dukungan dan kepercayaan yang ia dapatkan dari orang-orang di sekitarnya merupakan faktor utama pembentuk resiliensi yang ia miliki. MM memiliki pandangan bahwa ia memiliki kemungkinan untuk relapse apabila sudah tidak mendapat support dari orang-orang di sekitarnya.

Kepercayaan dari keluarganya bahwa ia kini sudah hidup lebih baik, kepercayaan dari rekan-rekan kerjanya, serta kepercayaan dari anggota keluarga residen terhadap dirinya yang mampu membantu kesembuhan residen tersebut. Faktor pembentuk resiliensi "i have" ini berkaitan dengan kekhawatiran yang subjek miliki dalam hidupnya. Ia memiliki kekhawatiran bahwa ia tidak mendapat kepercayaan dari lingkungan sekitar karena pandangan negatif sebagai mantan pecandu narkoba.

Hal yang subjek lakukan untuk mengatasi kekhawatiran tersebut adalah dengan berkomitmen untuk tetap melakukan hal yang positif. Subjek juga memiliki kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan yang ia miliki. Subjek memiliki pekerjaan yang membuatnya dapat membantu orang banyak adalah hal yang ia syukuri. Subjek merasa sudah sukses menurut pengertiannya sendiri. Subjek juga merasa sudah dapat membahagiakan orang lain, dapat membantu orang disekitarnya dan mampu mengangkat derajat orangtua. Subjek memiliki keyakinan untuk dapat diterima oleh masyarakat dan menjadi seorang yang bermanfaat bagi orang lain. Kemampuan subjek dalam menganalisis penyebab masalah hingga akhirnya dapat mengatasi masalah tersebut juga merupakan faktor pembentuk resiliensi yang dimilikinya. Subjek bahkan memiliki keyakinan bahwa ia dapat sukses melebihi kesuksesan dari seorang yang bukan mantan pecandu.

Kedua subjek penelitian memiliki kemampuan resiliensi yang baik dan terlihat dari ketujuh aspek-aspek resiliensi yang ada. Akan tetapi, kemampuan resiliensi yang ditampilkan tidak identik satu sama lain. Hal ini disebabkan faktor-faktor pembentuk resiliensi yang berbeda antara satu sama lain.

### Simpulan dan Saran

Berdasarkan seluruh kegiatan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa setiap mantan pecandu yang dapat mempertahankan kebebasannya dari penyalahgunaan narkoba memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh mantan pecandu tidak lepas dari hasil pembelajaran yang diperoleh sela-

ma masa rehabilitasi. Dalam mempertahankan kondisi abstinensia yang sekarang dimiliki oleh kedua subjek penelitian diperlukan tekad dan usaha yang keras.

Peneliti berharap penelitian ini dapat membantu konselor untuk mendapat gambaran mengenai kondisi mantan pecandu narkoba, untuk itu diharapkan konselor dapat membaca dan memahami keseluruhan penelitian yang peneliti lakukan. Untuk konselor secara umumnya disarankan untuk dapat memberikan layanan-layanan baik berupa bimbingan maupun konseling yang bertujuan untuk menumbuhkan dan melatih kemampuan resiliensi dari setiap mantan pecandu narkoba. Sebagai contoh, memberikan bimbingan pribadi untuk memunculkan atau meningkatkan rasa optimisme dalam diri. Contoh yang lain, konselor juga dapat menerapkan konseling dengan pendekatan gestalt, sehingga mantan pecandu fokus akan dirinya saat ini bukan pada masa lampau saat ia masih menjadi pecandu narkoba.

### Daftar Pustaka

- Ana Setyowati, Sri Hartati, dan Dian Ratna Sawitri, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa Penghuni Rumah Damai," *Jurnal Psikologi Undip* Vol.7 No.1, April 2010
- Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, *Mengenal Penyalahgunaan Narkoba*, Jakarta: BNN RI, 2007
- BNN RI, *Company Profile BNN*, Jakarta: Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, 2013
- Konsensus FKUI, *Opiat, Masalah Medis, dan Penatalaksanaannya*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2002
- Metode Therapeutic Community (komunitas terapeutik) dalam rehabilitasi sosial penyalahgunaan narkoba, Jakarta: BNN RI & Departemen Sosial RI, 2003
- Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006
- Reivich, Karen dan Andrew Shatte, *The Resilience Factor*, USA: Three Rivers Press, 2002
- Sarafino, Edward, *Health Psychology*, USA: Clearance Center, 2006
- Siebert, Al, *The Resiliency Advantage*, California: Berret-Koehler Publishers, 2005
- Soedjonio D., *Narkotika dan Remaja*, Bandung: Alumi, 1983