

GAMBARAN PENYESUAIAN DIRI PADA PECANDU NARKOBA YANG TELAH MENYELESAIKAN REHABILITASI *THERAPEUTIC COMMUNITY* DI YAYASAN KARINIA INSANI

Klara Amanda¹, Prima Aulia²

^{1,2} Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

E-mail: klaraamanda1@gmail.com
primaaulia@fip.unp.ac.id

ABSTRAK

Penyalahgunaan narkotika yang sudah menjadi permasalahan yang sangat memprihatinkan selama beberapa tahun terakhir. Banyak upaya yang dilakukan untuk menanggulangi masalah penyalahgunaan narkoba, salah satunya dengan rehabilitasi. Namun tidak sedikit pecandu narkoba yang mengalami kekambuhan setelah menjalani rehabilitasi karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui Bagaimana Gambaran Penyesuaian Diri pada Pecandu Narkoba yang Telah Menyelesaikan Rehabilitasi *Therapeutic Community* di Yayasan Karunia Insani. Penelitian ini dikaji menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik wawancara semi terstruktur yang dilakukan pada 2 orang responden yang merupakan pecandu narkoba yang telah menyelesaikan *Therapeutic Community*. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Kemudian untuk pengecekan keabsahan data pada penelitian ini dilakukanlah Triangulasi Sumber. Adapun hasil yang diperoleh menggambarkan bahwa subjek telah menunjukkan penyesuaian diri yang positif, ditandai dengan subjek yang mampu mengatasi ketegangan emosional yang dialaminya, mampu mengatasi frustrasi yang dialaminya, berpikir lebih rasional dan hati-hati, mampu belajar dari arahan yang diberikan, serta mampu menerima dan menjadikan pengalamannya ketika menjadi pecandu narkoba sebagai bagian dari kehidupannya dalam mencari jati diri dan merupakan peristiwa yang memberikan banyak pengajaran kepada subjek, sehingga kemungkinan subjek untuk mengalami kekambuhan sangat rendah. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa gambaran penyesuaian diri pada kedua subjek cenderung positif dan kemungkinan untuk *relapse* atau kambuh juga rendah.

Kata kunci: *penyesuaian diri, pecandu narkoba, therapeutic community*

PENDAHULUAN

Beberapa tahun terakhir penyalahgunaan narkotika menjadi permasalahan yang sangat memprihatinkan di Indonesia. Hasil Survei Nasional Penyalahgunaan Narkoba tahun 2021 menunjukkan angka prevalensi meningkat 0,15% selama setahun terakhir ini, pada tahun 2019 penyalahgunaan narkoba berada diangka 1,80%, kemudian meningkat pada tahun 2021 menjadi 1,95% (BNN RI, 2022). Penyalahgunaan narkoba memberikan dampak negatif yang sangat besar. Afiya (2022), mengatakan penggunaan narkoba tidak sesuai dengan kebutuhan yang dianjurkan oleh pakar medis akan menyebabkan ketergantungan, gangguan mental bahkan gangguan perilaku, serta berbagai gangguan fungsi tubuh karena narkoba menyebabkan kerusakan pada *system neurotransmitter* yang bertugas mengantarkan sinyal ke susunan saraf pusat manusia. Selain mengalami berbagai gangguan fisik akibat penyalahgunaan narkoba, korban-korban pecandu narkoba ini biasanya juga akan mengalami masalah diberbagai aspek

kehidupan lainnya, seperti aspek sosialnya (Handrianto, 2013; Sarte et al., 2021).

Berbagai usaha telah dilakukan dalam upaya menanggulangi permasalahan penyalahgunaan narkoba, mulai dari tingkat lokal, nasional, bilateral, multilateral bahkan hingga lembaga keagamaan ikut andil dalam upaya ini (BNN RI, 2022). Salah satu upaya yang dilakukan dalam menanggulangi penyalahgunaan narkoba ialah dengan memberikan rehabilitasi. Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 996, Bab I ketentuan Umum, Pasal 1 butir 6, rehabilitasi didefinisikan sebagai upaya yang dilakukan pada penyalahguna narkotika baik secara psikologis, non-medis, sosial maupun spiritual untuk mencapai fungsional kembali. Namun, tidak jarang seseorang yang telah menjalani rehabilitasi dan berusaha untuk berhenti dari ketergantungan narkoba bisa mengalami kekambuhan atau *relapse*, karena terjadinya ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri terhadap rangsangan stress dari dalam maupun luar dirinya (*unable to cope with life*). *National Institute on Drug Abuse* (NIDA), mengatakan sekitar 40 hingga 60% pecandu narkoba yang telah menjalani rehabilitasi mengalami *relapse* (BNN Kota Malang, 2021).

Pertama (2019) mengemukakan salah satu faktor internal yang menyebabkan pecandu narkoba mengalami kekambuhan atau *relapse* adalah ketidakmampuan kepribadiannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang bebas narkoba. Menurut Rantelaen (2022) hal yang menjadi permasalahan bagi pecandu narkoba yang telah menyelesaikan rehabilitasi atau berbagai hukuman pidana yang kemudian memutuskan untuk berhenti mengonsumsi narkoba dan berusaha kembali ke kehidupan masyarakat sebelumnya adalah berbagai pandangan yang diberikan masyarakat di sekitarnya. Hal inilah yang berkaitan dengan penyesuaian diri para pecandu narkoba yang memutuskan untuk berhenti mengonsumsi atau menggunakan narkoba dan kembali ke kehidupan masyarakat (Jusoh et al., 2015; Yusdi, 2019).

Menurut Miller (2012) penyesuaian psikologis adalah sebuah studi yang berkaitan dengan respon perubahan situasi dapat mempengaruhi kesehatan mental dan atau fisik serta kesejahteraan individu. Yusdi (2019) mengemukakan pecandu narkoba idealnya memiliki penyesuaian diri yang positif sehingga dapat membantu mereka menghadapi berbagai tekanan, baik yang bersumber dari dirinya sendiri atau dari lingkungan sosialnya, seperti kemampuan dalam mengatasi frustrasi, kemampuan belajar dan memetik hikmah dari pengalaman masa lalu, serta pandangan yang cenderung objektif dan realistis (Jusoh, 2018). Namun sebaliknya, ditemukan bahwa mantan pecandu narkoba memiliki penyesuaian diri yang negatif, dimana mereka selalu menghindari terjadinya kontak dan interaksi sehingga sulit membangun hubungan dengan orang lain, kesulitan dalam mengontrol emosi, merasa rendah diri, serta selalu merasa takut.

Therapeutic Community (TC) merupakan salah satu metode yang banyak digunakan pada layanan rehabilitasi sosial. Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia (BNN RI, 2004), mendefinisikan *Therapeutic Community* (TC) sebagai suatu metode rehabilitasi yang diberikan kepada penyalahguna narkoba yang dikelompokkan menjadi sebuah “keluarga” dengan masalah dan tujuan yang sama, untuk saling membantu dalam menyembuhkan hingga tercapainya perubahan perilaku yang positif (Handrianto et al., 2021; Ibrahim et al., 2021). *Therapeutic community* bertujuan untuk pengembangan kehidupan individu dengan cara memperbaiki definisi dirinya, dan mempersiapkan individu untuk kembali ke kehidupan masyarakat yang lebih besar, serta merekonstruksi gaya hidup individu (De Leon, 2000). Metode ini diperkenalkan dan dikembangkan di Amerika pada tahun 1963 dan kini menyebar ke 63 negara dunia. Metode ini terbukti 80% efektif di luar negeri.

Penelitian yang dilakukan oleh Ardani (2019) menemukan bahwa tingkat *relapse* pada klien yang direhabilitasi di PSPP Galih Pakuan hanya sekitar 30%. Hal ini menunjukkan bahwa metode ini juga cukup efektif diterapkan di Indonesia. Yayasan Karunia Insani di Kota Padang merupakan salah satu Lembaga Pemberdayaan Masyarakat (LPM) yang menyelenggarakan pelaksanaan rehabilitasi sosial bagi korban penyalahguna narkoba di bawah naungan Dinas Sosial Kota Padang dan BNN Provinsi Sumatera Barat. Yayasan ini merupakan salah satu yayasan yang menerapkan metode *Therapeutic Community* (TC) dalam pelaksanaan layanan rehabilitasi sosialnya. Metode ini dipilih karena terbukti cukup efektif untuk digunakan. Hal ini ditunjukkan dengan jumlah klien yang kembali pulih dan produktif sebanyak 40%, klien yang kembali pulih namun tidak produktif sebanyak 30%, dan klien yang mengalami kekambuhan atau *relapse* sebanyak 30%.

Penelitian ini penting dilakukan untuk mengangkat bagaimana perspektif responden selama menjalani *therapeutic community* (TC) dan bagaimana mengetahui bagaimana gambaran proses pembentukan penyesuaian diri subjek setelah menyelesaikan rehabilitasi *therapeutic community* ini. Maka dari itu dilakukanlah penelitian dengan judul **Penyesuaian Diri pada Pecandu Narkoba yang telah Menyelesaikan Rehabilitasi *Therapeutic Community* di Yayasan Karunia Insani.**

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis sendiri dapat diartikan sebagai pendekatan penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan esensi atau makna sebuah fenomena dari sudut pandang individu yang pernah mengalaminya (Neubauer, Witkop, & Varpio, 2019). Dalam penelitian ini peneliti ingin mengkaji bagaimana penyesuaian diri yang

terjadi pada pengguna narkoba yang telah menyelesaikan *therapeutic community* melalui analisis psikologis. Adapun subjek dalam penelitian ini berjumlah 2 orang yang berlatarbelakangkan pecandu narkoba yang telah menyelesaikan *therapeutic community*. Kemudian informan penelitian ini berjumlah satu orang yang merupakan seorang yang menjadi wali subjek di tempat tinggal subjek yang baru. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2010) metode *purposive sampling* adalah metode pengambilan sampel dengan menentukan kriteria tertentu agar mendapatkan sampel yang representatif.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara. Wawancara dalam penelitian ini akan dilakukan dengan mengacu pada pedoman pertanyaan yang dilaksanakan secara semi terstruktur. Menurut Sugiyono (2016) wawancara semi terstruktur membantu memperoleh data dari subjek secara lebih luwes. Adapun pedoman wawancara pada penelitian ini disusun berlandaskan teori penyesuaian diri yang dikembangkan oleh Miller (2012). Selain wawancara, penelitian ini juga menggunakan teknik observasi dan dokumentasi dalam pengumpulan data.

Analisis dan interpretasi data pada penelitian ini menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Menurut Smith (2021) analisis IPA bertujuan untuk mengeksplorasi secara rinci bagaimana individu memahami dunia pribadi dan sosial mereka. Selanjutnya teknik pengecekan keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Adapun jenis triangulasi data yang digunakan untuk mengecek keabsahan data pada penelitian ini adalah triangulasi sumber. Menurut Nugrahaini (2014), triangulasi sumber adalah metode pengecekan keabsahan informasi pada penelitian kualitatif dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber yang tersedia agar memperoleh hasil yang lebih kuat kebenarannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Serangkaian proses analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini, selanjutnya akan di tuliskan menjadi sebuah hasil penelitian. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh tiga tema induk yang merupakan sintesis dari tema superordinate masing-masing subjek. Berikut ini adalah tabel yang berisi rangkuman dari keseluruhan tema induk dan tema superordinat:

Tabel 1. Tema Induk dan Tema Superordinat

Tema Induk	Tema Superordinat
Pengalaman menggunakan narkoba	- Lingkungan yang memperkenalkan narkoba - Narkoba sebagai pelarian
Pengalaman <i>therapeutic community</i>	- Komitmen diri menjalani <i>therapeutic community</i>
Dinamika penyesuaian diri	- Menyadari dan menerima stigma masyarakat - Keinginan diri untuk berubah dan bermanfaat - Dukungan sosial mempengaruhi penyesuaian diri

Pengalaman Menggunakan Narkoba

Subjek I awalnya menggunakan narkoba karena rasa penasarannya terhadap barang tersebut. Subjek yang tinggal di lingkungan dengan masyarakatnya banyak menggunakan narkoba. Terdorong oleh ajakan teman-teman dan permasalahan-permasalahan di masa remaja membuat subjek menggunakan narkoba. Lingkunganlah yang memperkenalkan narkoba pada subjek melalui teman-teman dekat subjek. Berawal dari rasa penasaran dan rasa menginginkan pengakuan hingga akhirnya menjadikan narkoba sebagai sebuah pelarian saat menghadapi masalah sampai 10 tahun terakhir. Subjek selalu menjadikan narkoba sebagai pelarian ketika terjebak suatu masalah.

Subjek II tidak jauh berbeda dengan subjek I, permulaan subjek menggunakan narkoba adalah 8 tahun yang lalu. Hal ini dikarenakan subjek yang tinggal di suatu tempat yang memang penggunaan narkoba merupakan suatu hal yang wajar dan lumrah, hingga tempat ini pun sudah biasa disebut dengan “kampung narkoba”. Berlatarbelakangkan keluarga yang kebanyakan juga merupakan pecandu narkoba, membuat penggunaan narkoba menjadi hal yang wajar di lingkungan subjek. Selain itu, keinginann untuk bisa diterima dan nyaman berbaur dengan teman-teman dan masyarakat disekitar subjek yang awalnya berkecamuk dengan pemikirannya akhirnya mencoba dan menggunakan narkoba.

Pengalaman *Therapeutic Community*

Selama menggunakan narkoba 10 tahun terakhir, subjek I sempat berhenti menggunakan narkoba karena merasa dirinya sudah terlalu jauh dari keluarga dan telah sangat “rusak”. Namun, hal ini tidak berlangsung lama karena subjek yang masih dekat dengan teman-temannya yang merupakan pecandu narkoba dan belum paham terkait hal *problem solving* saat menghadapi masalah dalam kehidupannya. Kemudian pihak keluarga subjek berinisiatif untuk memasukkan subjek ke Yayasan Karunia Insani untuk mendapatkan rehabilitasi dan membantu

subjek untuk terlepas dari narkoba.

Pada saat awal menjalani rehabilitasi subjek I merasa sangat marah dengan keluarganya karena subjek beranggapan yang menjalani rehabilitasi merupakan orang dengan gangguan jiwa, sehingga diawal rehabilitasi subjek banyak melakukan pemberontakan dan perlawanan. Namun kemudian subjek mulai bisa menerima dan menjalani rehabilitasi dengan sungguh-sungguh dan berniat untuk berubah dan tidak lagi mengecewakan orang tuanya. Berkat niat dan keinginan subjek untuk berubah subjek bisa menyelesaikan rehabilitasi selama 6 bulan.

Sementara itu subjek II, mulai menjalani rehabilitasi pada tahun 2022. Sebelum menjalani rehabilitasi subjek sempat menempuh pendidikan di salah satu perguruan tinggi dengan jurusan farmasi. Kemudian saat awal memasuki rehabilitasi subjek sempat melakukan penolakan karena subjek memiliki kekhawatiran terkait pandangan yang akan diberikan kepadanya setelah keluar dari rehabilitasi, karena subjek memiliki pandangan bahwa orang yang direhabilitasi adalah orang yang susah diatur dan orang-orang yang bermasalah. Subjek takut setelah menjalani rehabilitasi orang akan *men-judge* subjek dengan hal-hal yang buruk. Walaupun memiliki pandangan tersebut subjek berusaha untuk tetap menjalani rehabilitasi karena telah memiliki niat untuk berubah. Selain itu, pelajaran yang didapatkan selama menjalani *therapeutic community* telah menjadi motivasi bagi subjek untuk menyelesaikan masa rehabilitasinya.

Dinamika Penyesuaian Diri

Setelah menyelesaikan *therapeutic community* dan bisa kembali ke masyarakat, subjek I mengatakan perasaan yang dirasakannya adalah senang dan bersyukur karena telah bisa menyelesaikan rehabilitasi. Subjek juga mengatakan jika subjek mendapatkan banyak pelajaran dari rehabilitasi yang dijalannya. Walaupun diawal subjek sempat merasa depresi dan melakukan banyak pemberontakan, namun subjek kini menyadari banyak pelajaran dan perubahan yang dirasakannya setelah menyelesaikan rehabilitasi ini.

Saat kembali ke lingkungan masyarakat subjek menyadari ada perbedaan cara pandang masyarakat terhadap subjek. Beberapa masyarakat tidak percaya bahwa subjek tidak akan *relapse* seperti waktu sebelumnya. Bahkan teman-teman lama subjek mencemooh subjek bahwa subjek tidak akan mampu bertahan tanpa narkoba dan mengajak subjek kembali untuk menggunakan narkoba. Mendengar ajakan dari teman-teman lamanya subjek ada sedikit keinginan untuk kembali dan menggunakan. Namun berkat niat dan keinginan untuk tidak lagi membuat orang tuanya kecewa serta tidak ingin membuat usahanya selama menjalani *therapeutic community* menjadi sia-sia, subjek memilih untuk meninggalkan lingkungan tersebut.

Subjek I kini memilih untuk pindah ke lingkungan baru yang subjek rasa akan membuatnya aman dan nyaman. Walaupun pada awalnya subjek merasa berada di lingkungan baru akan berat dan sulit. Subjek merasa di lingkungan yang ditinggalinya saat ini subjek akan jauh dari pengaruh narkoba. Di lingkungan yang baru ini subjek mendapatkan banyak dukungan dan motivasi, sehingga subjek merasa sangat terbantu dalam proses penyesuaian dirinya. Namun pernyataan dari *significant others* subjek masi mengalami kesulitan untuk meminta pertolongan pada lingkungannya. Selain itu, kini subjek tengah mempersiapkan dirinya untuk memulai karier sebagai konselor adiksi. Subjek sangat senang mendapatkan kesempatan untuk dapat bekerja sebagai seorang konselor adiksi karena dirinya bisa membantu orang-orang yang masih terjebak narkoba.

Selanjutnya subjek II, menyelesaikan *therapeutic community* dengan waktu yang relatif singkat, yaitu sekitar 5 bulan. Setelah menyelesaikan *therapeutic community* subjek kembali ke rumah dan keluarganya, subjek menemui semua keluarganya dan meminta maaf karena telah mengecewakan dan meminta maaf karena sempat mencuri di rumah mereka karena dulu subjek akan melakukan apa saja untuk bisa membeli narkoba.

Pada saat awal di kembalikan ke masyarakat subjek merasa takut karena pemikiran subjek yang memikirkan respon buruk yang akan diberikan oleh orang-orang disekitarnya. Namun ternyata pemikiran tersebut salah, subjek mengatakan orang-orang disekitarnya datang menemuinya, bahkan ada beberapa yang membawakan subjek makanan sebagai bentuk penyambutan atas kembalinya subjek dari rehabilitasi. Subjek sangat senang telah berhasil menyelesaikan *therapeutic community*, karena subjek merasakan banyak perubahan pada dirinya.

Walaupun kini telah menyelesaikan rehabilitasi subjek masih merasa takut untuk kembali terjerat narkoba. subjek memilih untuk menjauhi teman-teman lamanya, karena subjek mengatakan teman-teman lamanya merupakan sumber kehancuran baginya. Subjek kini sangat menjauhi lingkungan yang akan membawa pengaruh buruk padanya dan memilih kerja dan tinggal di lingkungan baru, bahkan ketika pulang ke rumahnya subjek akan memilih untuk tidak keluar rumah untuk menghindari bertemu dengan orang-orang yang menggunakan narkoba ataupun teman-teman lamanya. Kini subjek tinggal di lingkungan baru dan menjalani pekerjaan sebagai seorang konselor adiksi. Subjek sangat senang dengan lingkungan dan pekerjaan barunya. Subjek mengatakan jika pekerjaan yang kini dijalannya selain bisa membantu orang lain, pekerjaan ini juga sesuai dengan passion nya. *Significant others* juga mengatakan jika subjek memiliki motivasi yang besar membantu orang-orang untuk bisa terbebas dari narkoba.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri yang dilakukan oleh mantan pecandu narkoba yang telah menyelesaikan *Therapeutic Community*. Menurut Yusdi (2019), mantan pecandu narkoba idealnya memiliki penyesuaian diri yang positif sehingga dapat

membantu mereka menghadapi berbagai tekanan, baik yang bersumber dari dirinya sendiri atau dari lingkungan sosialnya, seperti kemampuan dalam mengatasi frustrasi, kemampuan belajar dan memetik hikmah dari pengalaman masa lalu, serta pandangan yang cenderung objektif dan realistis. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rantelaen (2022), menunjukkan penyesuaian diri yang baik pada pecandu narkoba tergambarkan ketika mantan pecandu ini mampu memahami kekurangan serta kelebihan terhadap setiap peristiwa yang dialaminya, sehingga dari hal tersebut mantan pecandu bisa lebih mengenali dirinya dan menemukan identitas dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan gambaran penyesuaian diri yang pada pecandu narkoba yang telah menyelesaikan Therapeutic Community yang dijabarkan menjadi tiga tema induk, yaitu pengalaman menggunakan narkoba, pengalaman therapeutic community, dan dinamika penyesuaian diri. Selain itu, penyesuaian diri kedua subjek ini akan dilihat berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri yang dikembangkan oleh Miller (2012) yang menjadi acuan dalam penelitian ini. adapun aspek-aspek yang dimaksud terdiri dari adaptasi, pertumbuhan pribadi, serta perubahan.

Kemampuan adaptasi digambarkan berkaitan dengan reaksi individu terhadap peristiwa-peristiwa yang dihadapi selama hidupnya (Miller, 2012). Seseorang yang memiliki kemampuan ini akan didorong untuk dapat memenuhi kebutuhan akan keberlangsungan dan penyesuaian terhadap hal-hal baru (Moritsugu, 2017). Memiliki kemampuan adaptasi akan membantu subjek menghadapi berbagai peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, bahkan beberapa peristiwa yang awalnya begitu ditakuti oleh individu. Hal ini dilakukan subjek karena adanya keinginan diri yang kuat untuk berubah dan pembuktian diri bahwa pecandu narkoba juga mampu melakukan perubahan dan bebas dari narkoba.

Keinginan untuk berubah dan bebas dari narkoba menjadi bentuk pertumbuhan yang dilakukan oleh subjek pada penelitian ini. Menurut Miller (2012) Pertumbuhan pribadi berkaitan dengan bagaimana individu bisa terus bertahan hidup dan mampu merubah kondisi hidupnya. Kemampuan individu untuk merubah kondisi hidupnya berkaitan dengan bagaimana individu menghadapi berbagai peristiwa dalam hidupnya. Kemampuan ini akan mendorong individu untuk menghadapi dan melihat dengan cara yang paling bermanfaat terhadap peristiwa negatif yang dialaminya. Pertumbuhan pribadi ini bersifat proaktif, dimana individu tidak hanya berperan sebagai *reactor*, individu juga merupakan *actor* dimana tidak hanya menerima pengaruh dari lingkungan tetapi juga mampu mempengaruhi lingkungan (Nevid & Rathus, 2019).

Kedua subjek ini juga memiliki motivasi untuk bisa menjadi bermanfaat. Santrock (2014) mendefinisikan motivasi sebagai sebuah usaha yang dilakukan guna mencapai sebuah tujuan yang telah dibuat. Keinginan subjek untuk menjadi bermanfaat didasarkan pada

pengalaman subjek yang merasa banyak terbantu oleh staf-staf di Yayasan tempat subjek menjalani rehabilitasi, keluarga maupun pihak-pihak lain. Oleh karena itu, subjek ingin membalas semua kebaikan yang telah diberikan oleh orang-orang tersebut dengan cara menjadi bermanfaat dengan juga membantu orang-orang yang masih terjebak narkoba.

Selain itu, setelah menyelesaikan *therapeutic community* terjadi banyak perubahan pada diri kedua subjek. Perubahan menurut Miller (2012) adalah realitas kehidupan. Perubahan akan selalu ada dalam kehidupan, baik itu perubahan yang membuat menjadi lebih baik ataupun yang membawa kearah lebih buruk. Pengalaman individu dalam menghadapi perubahan yang terjadi dalam kehidupannya sangat menentukan siapa dirinya dan bagaimana individu tersebut mampu menyesuaikan dirinya dengan perubahan yang terjadi. Perubahan yang dialami pada kedua subjek ini terlihat dari perubahan pola pikir, fisik dan religius subjek. Subjek merasa kini memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah dengan lebih tenang dan lebih logis. Tidak lagi menjadikan narkoba sebagai penyelesaian atau pun pelarian dari masalah.

Kemampuan subjek dalam melakukan penyesuaian diri pasca menyelesaikan *Therapeutic Community* tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu kepribadian, jenis kelamin dan gender, pekerjaan dan karir, situasi lingkungan fisik dan sosial, serta ras, agama dan budaya. Pada penelitian ini faktor yang paling besar mempengaruhi penyesuaian diri pada kedua subjek adalah situasi lingkungan fisik dan sosial.

Miller (2012) mengemukakan manusia merupakan makhluk sosial dimana, individu akan selalu bersentuhan ataupun berinteraksi dengan individu lain, baik hanya sekedar melewati ataupun menjalin interaksi yang dekat. Namun, hal ini dapat mempengaruhi kita dengan cara tertentu, dimana saja dan kapan saja. Oleh sebab itu, lingkungan fisik dan sosial menjadi hal yang signifikan terkait pemahaman penyesuaian diri. Kemampuan subjek untuk bisa menyadari dan menerima stigma, keinginan untuk berubah, dan motivasi untuk bermanfaat tidak terlepas dari pengaruh lingkungan subjek saat ini. Subjek yang memilih untuk hijrah ke lingkungan baru, dan memilih lingkungan yang menerimanya membuat subjek bisa melakukan penyesuaian diri hingga saat ini.

Berdasarkan data yang diperoleh dari pemaparan subjek pada wawancara, dapat dilihat jika subjek telah menunjukkan penyesuaian diri yang positif. Subjek dalam penelitian ini mampu memahami kekurangan serta kelebihan terhadap setiap peristiwa yang dialaminya, berpikir lebih rasional dan hati-hati, mampu belajar dari arahan yang diberikan, serta mampu menerima dan menjadikan pengalamannya ketika menjadi pecandu narkoba sebagai bagian dari kehidupannya dalam mencari jati diri dan merupakan peristiwa yang memberikan banyak pengajaran kepada subjek. Selanjutnya dengan ditunjukkannya penyesuaian diri yang positif pada

subjek, ini juga menjadi sebuah indikasi rendahnya kejadian *relapse* atau kekambuhan pada subjek. Hal ini juga didukung oleh data yang dicatat oleh Yayasan Karunia Insani bahwa hanya sebesar 30% alumni *therapeutic community* yang mengalami *relapse* sejak yayasan ini didirikan di Sumatera Barat pada tahun 2019 lalu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat gambaran penyesuaian diri pada pecandu narkoba yang telah menyelesaikan *Therapeutic Community*. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan gambaran penyesuaian diri yang pada pecandu narkoba yang telah menyelesaikan *Therapeutic Community* yang dijabarkan menjadi tiga tema induk, yaitu pengalaman menggunakan narkoba, pengalaman *therapeutic community*, dan dinamika penyesuaian diri. Selain itu, penyesuaian diri kedua subjek ini akan dilihat berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri yang dikembangkan oleh Miller (2012) yang menjadi acuan dalam penelitian ini. Adapun aspek-aspek yang dimaksud terdiri dari adaptasi, pertumbuhan pribadi, serta perubahan. Secara garis besar analisis fenomenologis yang dilakukan pada data yang diperoleh, bahwa subjek secara garis besar telah menunjukkan penyesuaian diri yang positif. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan regulasi diri yang semakin membaik, lebih rasional dalam hal berpikir dan menyelesaikan masalah, mampu mengatasi frustrasi, kemampuan untuk belajar, serta kemampuan dalam mengatasi ketegangan-ketegangan emosional. Selain penyesuaian diri yang positif, kedua subjek ini juga memiliki indikasi yang rendah untuk mengalami *relapse* atau kekambuhan.

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian ini, peneliti merekomendasikan beberapa saran, diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Pecandu Narkoba, diharapkan dapat mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat pasca menjalani TC dengan melakukan regulasi diri dengan baik, karena penyesuaian diri yang positif akan mampu membantu dalam menghadapi berbagai tekanan yang bersumber dari diri sendiri maupun dari luar.
2. Bagi Yayasan, membantu mantan pecandu untuk mempersiapkan kemampuan penyesuaian diri sebelum kembali ke masyarakat dengan membantu subjek merubah definisi dirinya yang dulunya adalah pecandu narkoba dan membantu subjek merekonstruksi gaya hidupnya, karena hal ini dapat membantu mantan pecandu untuk tetap bersih dari narkoba dan mengurangi prevalensi *relapse*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiya, W. (2022). Implementasi Therapeutic Community (TC) pada Pecandu Narkoba Rawat Inap di Yayasan Ganesa Babel Foundation Pangkalpinang Bangka Belitung. *Jurnal Dialoka: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Dakwah dan Komunika*, 1(01), 38-67.
- Ardani, I., & Cahyani, H. S. H. (2019). Efektivitas Metode Therapeutic Community Dalam Pencegahan Relapse Korban Penyalahguna Napza Di Panti Sosial Pamardi Putra Galih Pakuan Bogor Tahun 2017. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 22(3), 184-191. <https://doi.org/10.22435/hsr.v22i3.1281>
- BNN Kota Malang. "RELAPSE; Sudah Pernah Rehabilitasi Tapi Kok Pakai Narkoba Lagi?". Malangkota.bnn.go.id. <https://malangkota.bnn.go.id/relapse-sudah-pernah-rehabilitasi-tapi-kok-pakai-narkoba/> (Diakses 1 Februari 2023)
- Badan Narkotika Nasional RI. (2004). *METODE "THERAPEUTIC COMMUNITY" (Komunitas Terapeutik) dalam Rehabilitasi Sosial Penyalahgunaan Narkoba*. Jakarta: Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN RI.
- Badang Narkotika Nasional RI. (2018). *AWAS! NARKOBA MASUK DESA Dalam Rangka Mewujudkan Desa Bersih Narkoba (Desa Bersinar)*. Jakarta: Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN RI.
- Badan Narkotika Nasional RI. (2022). *Survei Nasional Penyalahgunaan Narkoba Tahun 2021*. Jakarta: Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN RI.
- Badan Narkotika Nasional RI. (2022). *Indonesia Drugs Report 2022*. Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN RI.
- De Leon, G. (2000). *The therapeutic community: Theory, model, and method*. New York: Springer Pub.
- Handrianto, C., Jusoh, A. J., Goh, P. S. C., & Rashid, N. A. (2021). Using ADDIE model for designing instructional strategies to improve teaching competency of secondary school's teachers. *Proceeding Webinar Konvensyen Kaunseling Kebangsaan Kali Ke-22, Selangor*: 29-30 June 2021. 361-371.
- Handrianto, C. (2013). Penerapan pendekatan interaktif oleh tutor dalam pembelajaran paket c pada kelompok binuang sakti kota padang. *Spektrum: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 1(2), 35-47.
- Ibrahim, R., Razalli, A. R., Handrianto, C., Rahman, M. A., & Utami, I. W. P. (2021). Selection of vocational education of students with learning disabilities in malaysia: Students, parents, and teachers` perspectives. *International Journal of Indonesian Education and Teaching*, 5(2), 168-175.
- Jusoh, A. J., Amatea, E., & Daniels, H. (2015). Validity and reliability reality therapy counselor profile questionnaire in Malaysia. *International Journal of Choice Theory & Reality Therapy*, 35(1), 37-53.
- Jusoh, A. J. (2018). Choice theory and reality therapy in individual and group counseling in a Malaysian context. *International Journal of Choice Theory® and Reality Therapy*, 37(2), 75-85.

- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 996/MENKES/SK/VIII/2002 tentang Pedoman Penyelenggaraan Sarana Pelayanan Rehabilitasi Penyalahgunaan dan Ketergantungan Narkotika, Psikotropika dan Zat adiktif lainnya (NAPZA).
- Miller, Eric. D. (2012). *The Psychology of Adjustment and Coping*. United States of America: BVT Publishing.
- Neubauer, B.E., Witkop, C.T. & Varpio, L. (2019). How phenomenology can help us learn from the experiences of others. *Perspect Med Educ* **8**, 90–97. <https://doi.org/10.1007/s40037-019-0509-2>
- Nevid, J. S., & Rathus, S. A. (2019). *Psychology and the Challenges of Life: Adjustment and Growth*. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- National Institute On Drug Abuse. (2002). *Research Report Series(2002): Therapeutic Community*. Rockville. M.D: U.S. Department Of Health And Human Services.
- Nugrahaini, F. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*. Solo: Cakra Books. Retrieved from <http://digilibfkip.univetbantara.ac.id/materi/Buku.pdf>
- Pertama, I. A., Suwarni, L., & Abrori, A. (2019). Gambaran Faktor Internal Dan Eksternal Yang Mempengaruhi Kejadian Relapse Pecandu Narkoba Di Kota Pontianak. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 6(3), 79-89. <http://dx.doi.org/10.29406/jkmk.v6i3.1771>
- Rantelaen, T. N., & Huwae, A. (2022). Pemulihan Hidup Mantan Pecandu Narkoba: Studi Resiliensi dengan Penyesuaian Diri. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(4), 509-519. : <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4>
- Sarte, N. M. R., Santiago, B. T., Dagdag, J. D., & Handrianto, C. (2021). Welcome back: The return of college dropouts to school. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)*, 8(2), 140-149.
- Smith, J. A., & Fieldsend, M. (2021). Interpretative phenomenological analysis. In *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design (2nd ed.)*. (pp. 147–166). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000252-008>
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.