Strategi Pendekatan Konseling Therapy Behavioristik Dalam Merehabilitasi Kecanduan Narkoba

Alfredo Manurung¹, Septerianus Waruwu,² Evans Dusep Dongoran³
Prodi Teologi, STT Real Batam
Prodi Teologi, STT Real Batam
Prodi Teologi, STT Real Batam
redooemanurung@gmail.com

Abstract

Someone who is addicted to drugs will tend to close down and selfish interests. Based on research saying that people who consume drugs / illicit drugs caused by lack of affection or family attention can also be caused by environmental factors where he gets along. Drugs offer pleasures that attract everyone's attention from teenagers to adults. Based on the observations of the writer where the writer lives in the city of Jambi see that many teenagers and even adults who are addicted to drugs. As for someone who is addicted to drugs cannot be recovered directly or with a short time but it takes a long process. Based on the above background, the writer will conduct a research with a behavioral therapy counseling approach strategy in rehabilitating narcotics addiction. This paper aims to provide a solution that can be practiced by people who have a desire to help people who are addicted to drugs. The method that can be used in this research is descriptive qualitative, namely through observation, interviews, and books about drugs.

Keywords: Counseling, Therapy, Behavioristic, Rehabilitation, Drug Addiction

Abstrak

Seseorang yang sudah kecanduan narkoba akan cenderung untuk menutup diri dan mementingkan kepentingan pribadi. Berdasarkan penelitian mengatakan bahwa orang yang mengkonsumsi narkoba/ obat-obat yang terlarang disebabkan karena kurangnya kasih sayang atau perhatian keluarga juga bisa disebabkan oleh faktor lingkungan dimana dia bergaul. Narkoba menawarkan kenikmatan yang menarik perhatian setiap orang mulai dari anak remaja sehingga orang dewasa. Berdasarkan pengamatan penulis dimana penulis tinggal di kota Jambi melihat bahwa banyak anak-anak remaja bahkan dewasa yang sudah kecanduan narkoba. Adapun seorang yang sudah kecanduan narkoba tidak dapat dipulihkan secara langsung atau dengan waktu yang singkat tetapi butuh proses yang cukup lama. Berdasarkan latarbelakang diatas penulis akan melakukan penelitian dengan strategi pendekatan konseling therapy behavioristic dalam merehabilitasi kecanduan narkotika. Paper ini bertujuan untuk memberikan satu solusi untuk bisa dipraktekan oleh orang-orang yang punya kerinduan untuk menolong orang yang sudah kecanduan narkoba. Adapun metode yang dapat digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, yaitu dengan melalui observasi, wawancara, dan buku tentang narkoba.

Kata kunci: Konseling, Therapy, Behavioristik, Rehabilitasi, Kecanduan Narkoba

PENDAHULUAN

Pada dasarnya, semua obat adalah racun, jika dikonsumsi melebihi dosis yang sudah ditentukan dapat membahayakan kesehatan bahkan dapat membawa kematian. Pada umumnya orang mengenal nama obat terlarang ini dengan sebutan Narkoba. Narkoba atau

Narkotika adalah zat atau obat yang bersifat alamiah, sintetis, maupun semi sintentis yang menimbulkan efek penurunan kesadaran halusinasi, serta daya rangsang yang dirasakan setelah menggunakan obat tersebut.¹ Seseorang yang telah mengkonsumsi narkoba dia akan mengalami penurunan produksi zat serotonin, sehingga menyebabkan informasi yang dari luar tidak maksimal diterima oleh otak. Orang yang sudah mengkonsumsi narkotika ia akan mengalami mati rasa dan tidak merasakan kelelahan walaupun melakukan aktifitas yang kucup banyak. Sama halnya dengan obat-obatan atau zat yang bersifat adiktif atau menimbulkan ketagihan. Orang yang sudah pernah mengkonsumsi narkoba dan melakukannya berulang-ulang sehingga menjadi kebiasaan atau ketagihan, jika seseorang sudah ketagihan dan tergantung pada obat tersebut, sulit untuk melepaskannya. Dalam keadaan ketagihan, pecandu merasa sangat tidak nyaman dan kesakitan. Baginya, tidak ada lagi yang penting daripada mendapatkan zat yang menyebabkan dia ketagihan itu. Remaja yang menyalahgunakan narkoba sudah menjadi generasi yang rusak dan sulit dapat dibenahi. Orang yang sudah ketagihan narkoba akan kelihatan dalam bentuk fisik serta tindakannya setiap saat. Biasanya bisa kita deteksi dengan gerakan tubuh dan kesehatan sipengguna obat tersebut. Sipengguna cenderung keinginannya dipengaruhi oleh obat-obat yang dia konsumsi bahkan dia tidak bisa mengontrol dirinya sendiri dan mereka rapuh dan terjebak dalam lingkaran yang menghancurkan mereka.² Penulis mengamati adanya para pencandu narkoba atau obat-obat yang salah digunakan adalah orang yang memiliki rasa kehilangan kasih sayang dari keluarga sehingga banyak orang yang mencari kepuasan dalam diri mereka untuk dapat menyenangkan hati mereka sehingga banyak peminat para generasi bangsa sudah mengkomsumsi atau memakai narkotika tersebut.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan metode pengumpulan data atau menggunakan metode penelitian kualitatif karena relative dan kompleks maka data yang dapat terkumpulkan berbentuk kata-kata sehingga tidak terlalu kepada angka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling Terapi Behavior

Terapi behavior adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Corey menyatakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif.³ Pendekatan ini telah memberikan sumbangan-sumbangan yang berarti baik kepada bidang-bidang klinis maupun pendidikan. Teori belajar dan modifikasi tingkah laku adalah

¹ "Pengertian Narkoba Dan Bahaya Narkoba Bagi Kesehatan," n.d., <https://bnn.go.id/pengertian-narkoba-dan-bahaya-narkoba-bagi-kesehatan/>.

² Ivan Masdukin, *Narkoba, Musuh Semua Generasi* (Banten: Talenta Pustaka Indonesia, 2010). 33-37

³ Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: PT Indeks, 2011). 187

pendekatan-pendekatan yang dilakukan oleh konselor kepada pasiennya dengan menerapkan teori psikoterapi yang berkaitan dengan tingkah laku. Penting untuk dicatat bahwa tidak ada teori tunggal tentang belajar yang mendominasi praktek tingkah laku. Sejumlah teori belajar yang beragam memberikan andil kepada penerapan terapeutik umum yang satu ini. Ketimbang memandang terapi tingkah laku sebagai pendekatan terapi yang di persatukan dan tunggal, lebih tepat mengaangapnya sebagai terapi-terapi tingkah laku yang mencakup berbagai prinsip dan metode yang belum di padukan kedalam suatu system yang di persatukan.⁴

Adapun ciri-ciri Konseling Behavior

1. Kebanyakan perilaku manusia dipelajari dan arena itu dapat di rubah..
2. Perubahan-perubahan khusus terhadap lingkungan individual dapat membantu dalam mengubah perilaku-perilaku yang relevan. Langkah-langkah yang dilakukan konselor untuk mengkonseling kliennya dimulai dengan lingkungan sekitar. Ke efektifan dan hasil konseling dinilai dari perubahan dalam perilaku-perilaku khusus di luar wawancara prosedur-prosedur konseling.
3. Prosedur-prosedur konseling tidak statis, tetap atau di tentukan sebelumnya, tetapi dapat secara khusus didisain untuk membantu memecahkan masalah khusus.⁵

Pelayanan konseling terhadap bagi kecanduan narkoba. Seseorang yang mengalami kecanduan narkoba adalah orang yang memiliki ketergantungan obat-obatan yang terlarang. Narkoba memiliki tiga jenis yaitu psikotropika, psikotropika dan adiktif. Ketiga jenis obat ini sangat berbahaya jika di konsumsi secara terus menerus dan mengakibatkan kematian.

- a. Faktor Kepribadian
- b. Faktor Keluarga
- c. Faktor Lingkungan dan Masyarakat

Ketiga faktor tersebut menjadi sebab utama seseorang melakukan hal yang dilarang seperti narkoba. Kepribadian karena adanya kurang pengendalian diri dalam seseorang dan terbiasa hidup mewah. Faktor keluarga karena tidak ada control dari orang tua dan penerapan sikap disiplin dan bertanggung jawab. Faktor lingkungan dan masyarakat misalnya pengaruh teman atau kelompok juga berperan penting terhadap penggunaan narkoba.

Bagaimana Pelayanan yang dapat dilakukan, bagi orang yang mengalami kecanduan narkoba. Layanan bagi anak pecandu narkoba menggunakan Konseling Terpadu (KT). Guru memberikan bantuan dengan menggunakan beragam pendekatan konseling dan memberdayakan klien terhadap lingkungan social agar klien segera menjadi

⁴ Ibid. 196

⁵ Singgih D Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007), 194
<https://ewintri.wordpress.com/tag/ciri-ciri-konseling-behavioral/>.

anggota masyarakat yang normal dan bermoral. Ragam pendekatan konseling yang diterapkan pada KT yaitu :

1. Konseling individual ini konselor membantu klien secara individual dengan mengutamakan hubungan emosional, sehingga besar kepercayaan klien terhadap konselor.
2. Bimbingan Kelompok

Pada layanan ini konselor memberi kesempatan kepada klien untuk berpartisipasi dalam memberi ceramah dan diskusi dengan berbagai masyarakat. Klien diharapkan mengalami peningkatan dalam hal kepercayaan diri untuk hidup normal sehingga menjadi orang yang berguna.

3. Konseling Keluarga

Dukungan dari keluarga terdekat sangat penting bagi pemulihan klien narkoba. Fasilitator konseling keluarga adalah konselor, sedangkan pesertanya adalah klien, orang tua, saudara, suami/istri, dan sebagainya. Dengan nuansa emosional yang akrab dan rasa tanggung jawab.

Ketiga layanan diatas adalah layanan yang perlu diterapkan kepada anak yang memiliki resiko terutama pecandu narkoba kategori kasus berat. Selain itu, kolaborasi dan kontribusi antarguru, keluarga dan masyarakat sangat diperlukan untuk membangun menangani siswa yang memiliki kasus berat seperti narkoba.

Rehabilitasi Pecandu Narkoba

Pecandu narkoba yang akan menjalankan proses rehabilitasi, harus melalui beberapa tahapan agar pemulihan dapat tercapai secara maksimal. Didalam bukunya, Daru Wijayanti menjelaskan tahapan rehabilitasi bagi pecandu narkoba, yaitu sebagai berikut :

1. Rehabilitasi Medis (Detoksifikasi)

Tahap ini pecandu di periksa seluruh kesehatannya baik fisik dan mental oleh dokter terlatih. Dokterlah yang memutuskan apakah pecandu perlu di berikan obat tertentu untuk mengurangi gejala putus zat (sakaw) yang ia derita. Pemberian obat tergantung dari jenis narkoba dan berat ringannya gejala putus zat. Dalam hal ini dokter butuh kepekaan, pengalaman, dan keahlian guna memdeteksi gejala kecanduan narkoba tersebut.

2. Rehabilitasi Non-Medis

Rehabilitasi non-medis adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit apakah mental, spiritual, moral, maupun fisik dengan tidak melalui medis.⁶ Terapi behavior memiliki prosedur kerja yang jelas, sehingga konselor dan konseli memiliki peran yang jelas. Ini berarti untuk mencapai tujuan terapi yang sangat dibutuhkan kerjasama yang baik antara konselor dan konseli. Adapun sikap, peran dan tugas konseli dalam proses terapi ialah meliputi

- a. Memiliki motivasi untuk berubah.

⁶ Daru Wijayanti, *Revolusi Mental Stop Penyalahgunaan Narkoba* (Jakarta: Indoliterasi, 2016). 197-198

- b. Kesadaran dan partisipasi konseli dalam proses terapi, baik selama sesi terapi maupun dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Klien terlibat dalam latihan perilaku baru dan umumnya menerima pekerjaan rumah yang aktif (seperti self-monitoring perilaku bermasalah) untuk menyelesaikan antara sesi terapi.
- d. Terus menerapkan perilaku baru setelah pengobatan resmi telah berakhir.⁷

Strategi Rehabilitasi bagi Kecanduan Narkoba

Strategi yang dapat dilakukan oleh pihak BNN Provinsi Sumatra Utara pada keputusan tersebut adalah melakukan ekstensifikasi dan intensifikasi pencegahan penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba. Strategi yang dilakukan dengan cara membangun dan meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran masyarakat terhadap bahaya penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba. Strategi yang dilakukan dengan cara meningkatkan kemampuan pelayanan terapi dan rehabilitasi bagi penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba baik dari luar maupun dalam negeri. Strategi dilakukan dengan cara memetakan dan mengungkapkan sindikat jaringan penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba serta menyita asset perilaku untuk kejahatan narkoba dan meningkatkan tata kelola pemerintahan di lingkungan Badan Narkotika dengan cara membangun budaya organisasi yang menjunjung tinggi.⁸

Masalah pemulihan dalam penyalahgunaan narkoba (demand reduction) bukan persoalan yang mudah dibutuhkan waktu yang panjang, usaha yang serius dan disiplin yang tinggi bagi penyalahgunaan untuk dapat bertahan bebas zat (abstinensia). Beberapa penelitian mengemukakan bahwa 90 hari setelah masa detoksifikasi adalah masa yang paling tinggi angka kekambuhannya (Doweiko, 1999). NIDA tahun 2000 melaporkan bahwa perubahan perilaku yang signifikan terjadi setelah masa program minimal 3 bulan, artinya program jangka panjang diharapkan dapat mengatasi masa kritis penderita untuk kembali menggunakan narkoba.

Tindak pidana narkoba di dalam masyarakat menunjukkan kecenderungan yang semakin meningkat baik secara kuantitatif maupun kualitatif dengan korban yang meluas, terutama dikalangan anak-anak, remaja dan generasi muda pada umumnya, hal ini dapat dilihat khususnya di Lembaga Pemasyarakatan dimana sebagian besar warga binaan pemasyarakatan adalah kasus narkoba. Berdasarkan data tersebut, maka perlu dilakukan pembinaan bagi warga binaan pemasyarakatan, baik pembinaan mental, psikis, spiritual, psikososial maupun life skill. Salah satu implementasi untuk mewujudkan tujuan pembinaan sebagaimana diatur di dalam Undang-undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang

⁷ "REBT Rational Emotive Behavior Therapy," n.d., <http://bimbingandankonseling07.blogspot.com/>.

⁸ Dr.H. Irwan Jasa Tarigan, *Peran Badan Narkotika Nasional* (Yogyakarta: Hak Cipta, 2017). 47

Pemasyarakatan adalah pelayanan dan rehabilitasi terhadap binaan pemasyarakatan khususnya bagi para pecandu narkoba di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika.⁹

KESIMPULAN

Seseorang yang memiliki kecanduan mengkonsumsi narkoba pasti memiliki dampak yang besar untuk masa depan orang tersebut, karena faktor bagi orang yang sudah pernah mengkonsumsi narkoba sangatlah sulit untuk dapat menghilangkan rasa kecanduan tersebut. Salah satunya cara untuk dapat pemulihan dari rasa kecanduan narkoba adalah melakukan rehabilitasi dan mengikuti suatu bimbingan yang baik secara jasmani maupun secara rohani dan arahan-arahan yang positif dari lingkungan. Berdasarkan dengan penelitian diatas, maka penulis menemukan dua cara dalam pemulihan yang kecanduan narkoba yaitu secara jasmani dan rohani. Secara jasmani yaitu menyampaikan apa yang menjadi keluhan sehingga keluhan tersebut dapat di bantu dengan orang yang memiliki kemampuan untuk dapat membantu dalam memecahkan suatu masalah atau disebut dengan konseling, sedangkan secara rohani ia harus mengikuti setiap jadwal ibadah kepada Tuhan dan dapat mengikuti setiap aktivitas gereja sehingga rohani mereka dapat dipulihkan dan pendengaran atau pikiran mereka dapat diubahkan oleh Firman Tuhan sehingga seluruh hidup mereka dapat dipulihkan oleh Tuhan dan selalu mampu dalam berpikir dan melakukan aktivitas yang positif

KEPUSTAKAAN

- Corey, Gerald. *Teori & Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Indeks, 2011.
- Daru Wijayanti. *Revolusi Mental Stop Penyalahgunaan Narkoba*. Jakarta: Indoliterasi, 2016.
- Equatora, Muhammad Ali. *Rehabilitasi Sosial Pengguna Narkoba*. Jakarta: Bitread Publishing, 2017.
- Gunarsa, Singgih D. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007.
<https://ewintri.wordpress.com/tag/ciri-ciri-konseling-behavioral/>.
- Masduhin, Ivan. *Narkoba, Musuh Semua Generasi*. Banten: Talenta Pustaka Indonesia, 2010.
- Tarigan, Dr.H. Irwan Jasa. *Peran Badan Narkotika Nasional*. Yogyakarta: Hak Cipta, 2017.
- “Pengertian Narkoba Dan Bahaya Narkoba Bagi Kesehatan,” n.d.
<https://bnn.go.id/pengertian-narkoba-dan-bahaya-narkoba-bagi-kesehatan/>.
- “REBT Rational Emotive Behavior Therapy,” n.d.
<http://bimbingandankonseling07.blogspot.com/>.

⁹Muhammad Ali Equatora, *Rehabilitasi Sosial Pengguna Narkoba* (Jakarta: Bitread Publishing, 2017). 3-4