

## **BAB IV**

### **HASIL TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **1.1 Orientasi Kancha dan Persiapan Penelitian**

##### **1.1.1 Sejarah Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang**

Berdirinya Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman berawal dari keinginan Pimpinan Majelis Dzikir Al Furqon agar segala bentuk pembinaan dan pendidikan di Majelis Dzikir tersebut dapat direalisasikan dalam bentuk amaliyah secara nyata. Pemahaman dan pengertian yang diperoleh dari pengajian khusus ***ketauhidan*** ini mengajarkan untuk selalu membersihkan hati melalui dzikrullah, serta melakukan amaliyah-amaliyah dalam bentuk kebaikan bagi masyarakat banyak sehingga terbentuk manusia yang "***Rahmatan Lil'alamin***" (Bermamfaat bagi seluruh alam).

Dipilihnya Ar Rahman (Pengasih) sebagai nama, adalah adanya keinginan dan tekad untuk memberikan rasa kasih tanpa pilih kasih terhadap umat Islam khususnya bagi pecandu narkoba yang terkadang tidak mendapatkan perhatian optimal terutama bagi mereka yang berada dipelosok daerah jauh dari jangkauan pemerintah. Pembangunan Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman tersebut bersamaan dengan pembangunan Ponpes Ar Rahman yang dimulai ***tanggal 3 Desember 1993***, di atas tanah wakaf seluas 2 ha lebih dari salah seorang pensiunan Pertamina yang bernama Bapak Toha Usman. Selama bertahun-tahun kegiatan pembangunan Panti tersebut diusahakan, tapi masih dalam tahap penimbunan tanah dan perbersihan lahan. Barulah di ***tahun 2000 tepatnya tanggal 28 Juli***, bangunan tersebut dapat terwujud walaupun sangat sederhana.

Hakikat dari pembangunan serta pendirian Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman tersebut adalah menampung dan memberi pelayanan

yang maksimal bagi korban narkoba dan pelayanan konseling bagi ODHA di seluruh lapisan masyarakat, yang pada saat itu belum ada lembaga rehabilitasi bagi pecandu narkoba yang berbasis religi dan berbasis masyarakat di Palembang. Pembangunan Rehabilitasi Ar Rahman tersebut seluruhnya dikerjakan swadana dan swadaya oleh seluruh anggota majelis dzikir Al Furqon dan memakan waktu / bertahap.

### **1.1.2 Kondisi Bangunan**

1. Nama Lembaga : Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman
2. Alamat Lengkap : Jl. Tegal Binangun RT 35/10 Kel. Plaju Darat Kop. Ponpes Ar Rahman Palembang, Sumatera Selatan 30267
3. Ketua : Sahrizal, S.Ag
4. No. Telp : 0711-540421
5. Email:rehabilitasinarkoba.arahman@gmail.com

Adapun jumlah klien di rehabilitasi Ar Rahman berjumlah 33 klien dari latar belakang yang berbeda dan penggunaan zat adiktif yang berbeda. Klien dikelompokkan dalam satu kamar dan dirolling setiap hasil rapat ditentukan agar dapat bersosialisasi dengan baik antar klien. Klien juga dibagi menjadi dua kelompok yaitu klien regular dan klien sekolah. Klien regular terletak di asrama regular yang dihuni oleh klien yang menjalani full aktivitas sedangkan untuk klien sekolah terletak di asrama jepang yang selain mengikuti program rehabilitasi yang ada klien sekolah juga mengikuti kegiatan sekolah di PonPes Ar Rahman sebagai berikut:

**Tabel. 1**  
**Keadaan Klien**

<b>No.</b>	<b>Asrama/Ruang</b>	<b>Jumlah Klien</b>	<b>Jumlah Kamar</b>
1	Reguler	22 Klien	25 Kamar
2	Jepang	6 Klien	10 Kamar
3	Ruang Detoks	3 Klien	4 Kamar
4	Ruang Isolasi	2 Klien	2 Kamar

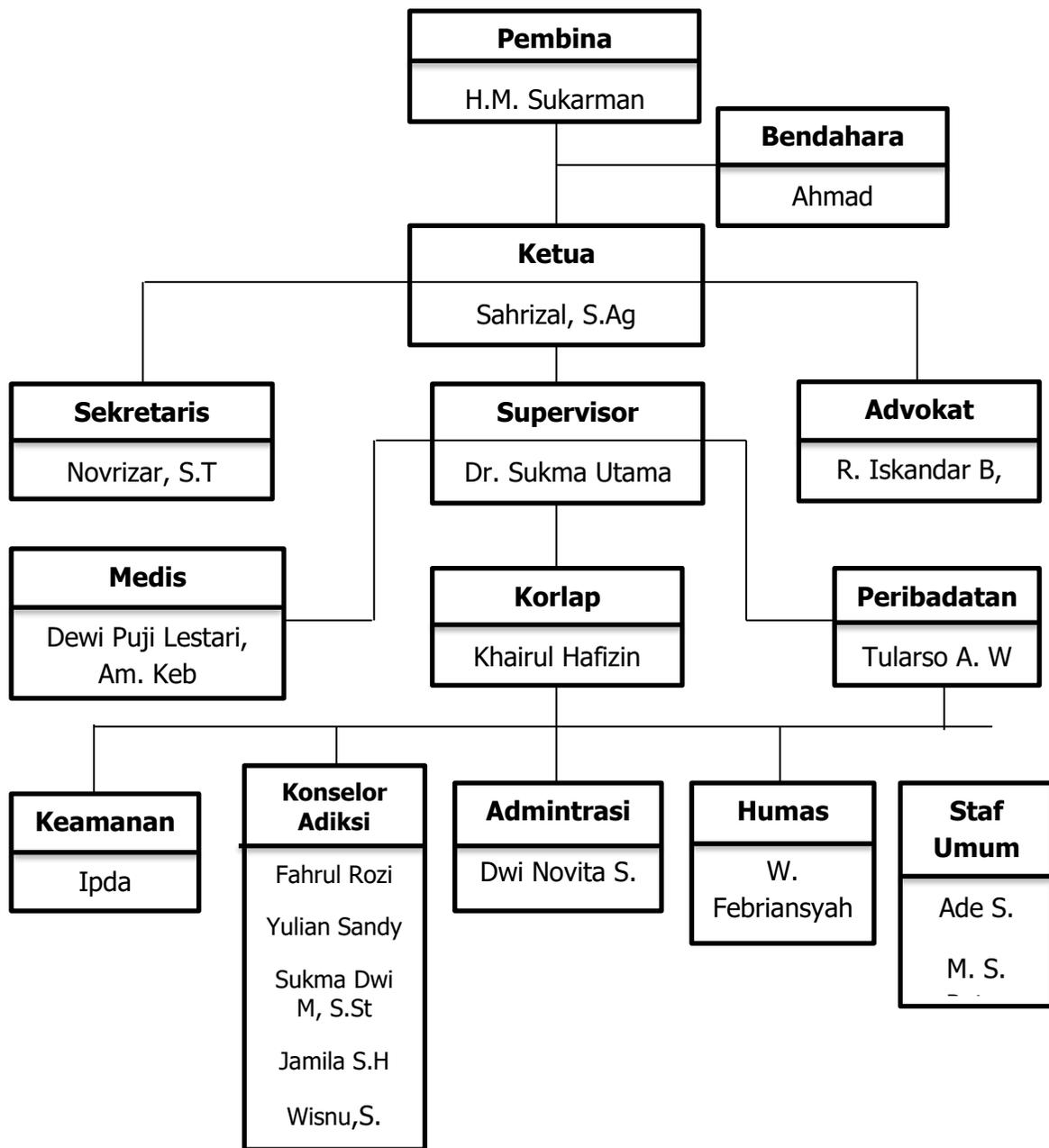
Sumber data: Dokumentasi PR Ar Rahman Palembang

Dari tabel diatas dapat diketahui jumlah klien perkamarnya yaitu:

1. Asrama Regular adalah kamar yang digunakan pada klien yang umum dan tidak berdasarkan umur atau zat adiktif yang dipakai. Asrama regular mempunyai 25 kamar dan dihuni 22 klien. Satu kamar berisi 3 klien.
2. Asrama Jepang adalah kamar yang khusus digunakan pada klien sekolah dan klien perempuan. Asrama Jepang mempunyai 10 kamar yang dihuni 6 Klien. Satu kamar berisi 3 klien.
3. Ruang Detoks adalah ruangan yang digunakan untuk klien yang baru masuk terdiri dari 4 kamar dan dihuni 3 klien untuk data terakhir (Juli 2019)
4. Ruang Isolasi adalah ruangan bagi klien yang melakukan pelanggaran terhadap peraturan di rehabilitasi yang terdiri 2 ruangan dan dihuni 2 klien berdasarkan data terakhir (Juli 2019)
5. Struktur Organisasi

Adapun struktur organisasi di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang dapat dilihat dari tabel berikut:

**Bagan. 2**  
**Struktur Organisasi**



## 6. Kegiatan dan Rutinitas Klien

Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang adalah tempat untuk melakukan pembinaan terhadap klien narkoba yang berlokasi di Kota Palembang. Banyak kegiatan yang dilakukan di rehabilitasi diantaranya melakukan apel berupa morning meeting setiap pagi, kegiatan religi dan kegiatan lainnya. Adapun rutinitas para klien dimulai dari jam 4 pagi untuk melakukan persiapan sholat subuh dan dilanjutkan dengan kegiatan olahraga pagi serta kegiatan morning meeting sampai selesai, setelah itu klien melakukan kegiatan sholat dhuha dan kembali ke kamar masing-masing untuk melakukan kegiatan control lingkungan. Setiap hari jumat, klien melakukan senam yang dikomandoi oleh instruktur senam yang didatangkan langsung ke Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman. Pada hari biasa, klien diberikan tugas masing-masing sesuai tugas yang diberikan berdasarkan hasil rapat yang dilakukan dengan staff yang betugas. Mulai dari kebersihan rumah, floor, halaman, kebersihan dapur, dll.

Ketika jam 12.00 WIB persiapan sholat Zuhur berjama'ah dan 13.00 WIB. Bagi yang piket mengambil makan mereka perkamar. Baru setelah itu kembali ke kamar masing-masing untuk istirahat sampai jam 2 siang. Kemudian pada pukul 17.00 WIB sampai pukul 17.30 WIB klien melakukan aktivitas olahraga dan dilanjutkan dengan sholat maghrib berjama'ah.

Sebelum klien tidur, pada pukul 21.00 diadakan wrap up atau rapat tutup hari untuk mengevaluasi kegiatan selama sehari penuh. Setelah rapat selesai, klien dipersilahkan untuk masuk kamar masing-masing untuk tidur. Bagi klien yang melanggar aturan akan diberikan punishment berupa membersihkan tugas-tugas rumah dan apabila klien melanggar aturan yang berat, seperti bertengkar, kabur atau lainnya maka klien akan masuk ruang isolasi.

Dari uraian di atas, rutinitas klien sangatlah padat sehingga hal tersebut membuat sebagian klien menjadi monoton dan membuat mood kurang baik sehingga emosi pun menjadi tidak stabil.

### **1.1.3 Tujuan**

Adapun tujuan dari Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman adalah memberikan kemaslahatan / manfaat bagi orang banyak khususnya masyarakat yang mengalami permasalahan penyalahgunaan narkoba serta dampaknya.

### **1.1.4 Visi dan Misi**

Visi dari Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang adalah:

Menjadi Lembaga yang professional dalam merehabilitasi bagi penyalahgunaan dan penggunaan zat.

Misi dari Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang adalah:

Mengembalikan orang dengan gangguan penggunaan zat secara utuh dan bermartabat, sehingga dapat bermasyarakat serta bemanfaat.

## **1.2 Pelaksanaan Penelitian**

### **1.2.1 Persiapan Administrasi**

Tahap persiapan dilakukan dengan menyelesaikan proposal dan pedoman wawancara sesuai ketentuan yang ada, kemudian peneliti konsultasi kepada pembimbing sehingga bersamaan dengan diizinkannya peneliti untuk melakukan penelitian. Peneliti kemudian mempersiapkan administrasi berupa surat izin penelitian yang ditujukan kepada Kepala Pusat Rehabilitasi Ar Rahman Palembang, oleh Dekan Fakultas Psikologi, dengan nomor surat B-501/Un.09/IX/PP.09/06//2019.

Persiapan selanjutnya dilakukan pada tanggal 30 Juni 2019 dengan meminta izin kepada Supervisor Pusat Rehabilitasi Ar Rahman, dengan menyertakan proposal dan surat permohonan izin penelitian. Peneliti juga berkonsultasi kepada Pihak Korlap Pusat Rehabilitasi Ar Rahman terkait subjek yang akan menjadi subjek penelitian. Teknik pengambilan subjek yang digunakan oleh peneliti adalah *Purposeful Sampling*, yaitu subjek memiliki ciri-ciri yang sesuai dengan kriteria penelitian. Setelah itu peneliti dipertemukan dengan subjek yang bersangkutan yaitu AS, DS, KP, MR. Peneliti meminta izin kepada subjek guna meminta kesediaan menjadi subjek penelitian agar dapat melakukan wawancara dan observasi. Setelah meminta izin kepada subjek, subjek bersedia untuk menjadi subjek penelitian tanpa meminta imbalan apapun bahkan subjek menawarkan hubungan komunikasi yang terjaga agar dapat mengatur waktu yang tepat untuk pengambilan data penelitian. Pada tahap persiapan ini juga peneliti menjelaskan secara rinci mengenai kerahasiaan identitas subjek, dan melindungi yang sudah menjadi hak subjek penelitian.

### **1.2.2 Tahap Pelaksanaan**

Setelah menemukan keempat subjek, peneliti mulai melakukan pengambilan data pada tanggal 1 Juni 2019. Peneliti terlebih dahulu bertemu dan melakukan *building rapport* dengan subjek dengan jadwal bertemu yang sudah ditentukan. *Building rapport* dilakukan dengan tujuan agar membangun hubungan yang erat dan membangun kepercayaan subjek terhadap peneliti. Selama *building rapport* dilakukan, peneliti tidak mengalami kendala apapun, mengingat peneliti pernah berada di lingkungan Pusat Rehabilitasi Ar Rahman selama 45 hari dalam rangka Kuliah Kerja Nyata pada bulan Februari 2019, sehingga peneliti dan subjek sudah saling mengenal dan pernah melakukan komunikasi selama peneliti melakukan KKN. Pengambilan data dilakukan

dengan disertai rekaman wawancara dan catatan observasi terhadap subjek.

Pada saat pengambilan data, peneliti juga melakukan *building rapport* dengan Informan. Pengambilan data dengan melibatkan Informan, guna mendapatkan data yang lengkap, memperkuat dan mendalam, sehingga pengambilan data tidak hanya dilakukan dengan data primer namun juga dengan data sekunder. Peneliti melanjutkan pengambilan data dengan melakukan wawancara semi-struktur secara mendalam dengan subjek dan informan menggunakan pedoman wawancara. Peneliti juga melakukan pengambilan data dengan observasi, sehingga data yang didapatkan dapat lengkap dan dapat dipertanyakan kebenarannya.

### **1.2.3 Tahap Pengolahan Data**

Setelah peneliti melaksanakan pengambilan data hingga data yang didapatkan utuh. Peneliti kemudian melakukan tahapan pengolahan data sesuai ketentuan pengolahan data pada penelitian kualitatif yaitu tahap pertama, mereduksi data dengan cara menuangkan hasil wawancara ke dalam bentuk verbatim wawancara, dan hasil observasi ke dalam bentuk tulisan. Setelah dituangkan dalam bentuk tulisan, pada tahap kedua peneliti membuat kategorisasi tema setiap subjek maupun semua subjek dan juga *coding* tema wawancara yang sudah diselesaikan. Selanjutnya, kategorisasi tema tersebut peneliti analisis dan sajikan dalam bentuk *display data* atau naratif pada bagian pembahasan. Pada saat proses pengolahan data, peneliti juga melakukan triangulasi sumber yaitu mengecek kembali data yang telah didapatkan dari data primer dan data sekunder (Informan), sehingga terdapat kedalaman data dan validitas data yang dapat peneliti sajikan. Tahap terakhir yaitu peneliti menarik kesimpulan dari keseluruhan data.

## **1.3 Hasil Temuan Penelitian**

### **4.3.1 Hasil Observasi**

#### **a. Subjek AS**

Observasi pertama peneliti lakukan di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman Palembang ketika subjek sedang menjalankan tugas piket menjadi *Mayor On Duty* (MOD), saat itu subjek terlihat tegas dalam berkata kepada klien yang sedang menjalankan program. Subjek juga terlihat menjalankan tugas piketnya hingga jam selesai yang telah ditentukan. Tidak ada tanda perilaku kekerasan namun saat itu peneliti melihat pihak Supervisor (IT II) dan Korlap (IT I), mengeluarkan surat peringatan untuk 3 orang yang melakukan pelanggaran *violence* (kekerasan) dan *sneaking* (mencuri). Setelah peneliti bertanya kepada Informan, ternyata surat peringatan tersebut salah satunya diterima oleh AS karena kekerasan terhadap klien. Di luar wawancara pun subjek AS menceritakan kepada peneliti bahwa ia mendapatkan surat peringatan dan memang benar itu salah dirinya yang tidak lebih hati-hati.

Selanjutnya pada tanggal 3 Juli 2019 tepat pada saat wawancara mulai dilakukan, subjek bercerita dan menjawab pertanyaan peneliti seringkali tanpa ekspresi tersenyum dan muka serius. Subjek menceritakan segala sesuatu permasalahannya, dan apa yang dirasakannya biasa di hari-hari berada di rehabilitasi.

Observasi selanjutnya pada tanggal 10 Juli 2019, saat melakukan wawancara. Subjek juga saat itu baru saja ada perselisihan dengan pihak staff, namun saat sebelum wawancara, subjek tetap menjalankan tugasnya. Subjek tetap bersikap sopan dan ramah terhadap staff lainnya. Namun, saat subjek bercerita diluar wawancara mengenai permasalahannya, subjek mengaku sudah mengungkapkan perasaan amarahnya kepada yang

bersangkutan sehingga subjek bisa berlaku biasa saja dan mencoba tidak terlalu memikirkan hal tersebut.

Kemudian pada saat tanggal 17 Juli 2019, pada hari itu subjek terlihat lebih segar dan ceria. Subjek bercerita bahwa ia sangat susah tidur, sehingga di beri obat oleh Supervisor Rehabilitasi yang juga sekaligus seorang Dokter. Ia merasa terbantu dengan adanya obat tersebut, namun subjek belum siap jika harus diberi resep obat tersebut. Peneliti saat itu bertanya kepada Informan yang bersangkutan, dan informan membenarkan bahwa ia memberi subjek sebuah obat agar subjek dapat tidur.

#### **b. Subjek DSL**

Observasi pertama yang peneliti lakukan pada subjek di Pusat rehabilitasi Ar Rahman Palembang, pada tanggal 1 Juli 2019. Saat itu subjek sedang menjalankan tugas bersamaan dengan AS. Subjek dipanggil oleh Korlap dan diberi pemberitahuan bahwa ia diminta kesediaan untuk wawancara, subjek terlihat sangat senang. Menurut korlap, subjek menginginkan adanya konsultasi untuk dirinya. Kemudian saat itu yang peneliti, subjek terlihat menjaga etika dan hanya banyak bergurau terhadap staff.

Selanjutnya peneliti lakukan pada tanggal 8 Juli 2019. Peneliti mulai mewawancarai subjek, namun sebelum wawancara, peneliti sudah datang terlebih dahulu untuk observasi. DSL terkadang sering tidur disaat jam menjelang ia piket, sehingga terkadang ia piket datang di waktu yang telat sedikit. Perlakuan subjek terhadap klien tidak ada unsur kekerasan, subjek sangat santai dalam berinteraksi dengan klien.

Observasi selanjutnya peneliti lakukan pada tanggal 9 Juli 2019. Saat itu peneliti melihat subjek masuk ke musholla dan melaksanakan sholat Dzuhur. Subjek kemudian baru mengetahui

jika peneliti datang untuk wawancara dengan subjek. Subjek terlihat berat menceritakan tentang kegagalan pernikahannya.

Selanjutnya pada tanggal 15 Juli 2019, subjek menjawab pertanyaan peneliti dengan leluasa, menceritakan mengenai anaknya dengan raut yang sangat wajah yang sangat ceria.

### **c. Subjek KPW**

Observasi pertama yang peneliti lakukan pada tanggal 5 Juli 2019, saat itu subjek sedang mengawasi dan menyuruh klien untuk bersih-bersih di sore hari. Subjek juga terlihat lebih banyak aktifitas diluar kamar, yaitu seperti duduk di kantor, di pos satpam atau di ruang MOD membantu mengawasi klien. pada siang hari, terkadang subjek memilih untuk tidur di kamarnya.

Observasi selanjutnya yaitu pada tanggal 10 Juli 2019, peneliti melihat subjek yang saat itu aktif dalam kegiatan religi di rehabilitasi. Pada saat ini, peneliti memulai wawancara subjek, dan subjek tidak memperlihatkan raut tidak nyaman ataupun tidak senang saat ditanya oleh peneliti. Subjek menjawab dengan santai dan beberapa kali membuat lelucon disela wawancara. Saat tidak sengaja bertemu di luar waktu pertemuan wawancara pun, subjek terlihat sosok yang ramah, tidak banyak mengurus urusan orang lain, yang dilakukannya adalah ramah, menjaga etika, dan mencoba mengakrabkan diri dengan orang lain.

Pada tanggal 11 Juli 2019, peneliti kembali melakukan wawancara dan observasi pada subjek. Saat itu subjek baru saja pulang dari kegiatan sosialisasi narkoba, subjek menjadi contoh saat sosialisasi bahwa ia pun memiliki semangat dalam mempertahankan pemulihannya. Subjek saat ditemui dan melakukan wawancara, subjek menjawab dengan pertanyaan peneliti dengan *gesture* yang mengisyaratkan apa yang sedang dijelaskannya.

#### **d. Subjek MR**

Pada tanggal 10 Juli 2019, peneliti saat berada di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman, melihat subjek datang membawa perempuan masih remaja untuk check tes urine. Subjek terlihat buru-buru dan tegas kepada perempuan tersebut seperti memastikan bahwa perempuan itu tidak menggunakan narkoba ataupun obat-obatan terlarang. Subjek kemudian pergi lagi dengan remaja perempuan tersebut. Namun disela keseriusan subjek dalam mengatasi hal tersebut, subjek masih sempat mengeluarkan lelucon kepada para staff. Subjek bersikap sangat ramah dan sopan terhadap siapapun staff yang ada.

Observasi selanjutnya pada tanggal 12 Juli 2019, subjek terlihat kurang nyaman dengan keadaan wawancara pada hari itu karena saat itu rehabilitasi sedang ada kegiatan senam. Sehingga keadaan rehabilitasi sangat ramai dan berisik. Kemudian subjek memberikan tawaran untuk wawancara di luar rehabilitasi, peneliti pun bertanya apakah akan melanggar ketentuan atau tidak kepada pihak Informan. Akhirnya saat itu peneliti putuskan untuk tidak melanjutkan wawancara karena keadaan subjek yang terlihat tidak nyaman.

Selanjutnya pada tanggal 14 Juli 2019, wawancara dilakukan di Rumah Kopi. Kedai kopi tersebut adalah milik teman subjek, sehingga subjek tidak masalah duduk berlama dan berbincang di tempat tersebut. Saat ditemui subjek sedang bermain game, sambil duduk. Kemudian saat wawancara dilaksanakan, subjek terlihat sangat santai dan nyaman. Beberapa kali subjek dan peneliti sempat bercanda bersama disela wawancara yang dilakukan saat itu.

**Tabel. 2**

**Tabel Observasi**

<b>No.</b>	<b>Subjek</b>	<b>Tanggal Observasi</b>	<b>Tempat Observasi</b>
1	AS	1 Juli 2019	Ruang Kantor Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		3 Juli 2019	Pondok I Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		10 Juli 2019	Pondok III Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		17 Juli 2019	Pondok III Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
2	DS	1 Juli 2019	Ruang Kantor Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		8 Juli 2019	Pondok III Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		9 Juli 2019	Pondok II Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		15 Juli 2019	Pondok III Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
3	KPW	5 Juli 2019	Taman Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		10 Juli 2019	Pondok I Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		11 Juli 2019	Pondok I Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
4	MR	10 Juli 2019	Ruang Tunggu Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		12 Juli 2019	Pondok III Pusat Rehabilitasi Ar Rahman
		14 Juli 2019	Rumah Kopi SumSel

### **1.3.2 Hasil Wawancara**

Regulasi diri adalah kemampuan seseorang dalam mengatur, merencanakan, mengarahkan dan memonitori perilaku untuk

mencapai suatu tujuan dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional dan sosial. Dalam hal ini regulasi diri adalah mengenai proses individu dalam kemampuannya merencanakan, mengarahkan dan mengawasi perilakunya. Seorang mantan pecandu pasti memiliki keinginan untuk tidak kembali memakai narkoba, maka dari itu mantan pecandu narkoba membutuhkan regulasi diri yang tepat agar dapat mengoptimalkan usaha yang telah dilakukan saat di rehabilitasi. Keempat subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki berinisial AS, DSL, KPW dan MR yang memasuki usia dewasa awal dan telah mengalami beberapa kali *relapse* (kekambuhan). Semua subjek menyelesaikan pendidikan hingga SMA/SMK dan beberapa pernah berkuliah namun tidak sampai selesai. Keempat subjek saat ini menetap di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman Palembang.

Berdasarkan pernyataan semua subjek, mereka telah merencanakan tujuan, mengerahkan usaha maupun mengatur pikiran, perasaan dan perilaku mereka selama mereka berada di rehabilitasi Ar Rahman. tentunya keempat subjek menginginkan pemulihan yang kekal hingga selamanya, maka dari itu para subjek mempersiapkan diri mereka menghadapi dunia luar rehabilitasi. Semua subjek juga memiliki sumber motivasi dan rencana-rencana yang ingin dicapai maupun upaya yang berbeda dalam mengoptimalkan pemahaman dan usaha yang telah mereka lakukan untuk diri mereka. Keempat memiliki latar belakang *relapse* yang berbeda, sehingga untuk AS dan DSL yang terpenting adalah bagaimana mereka mengatur pikiran dan perasaan mereka agar tidak kehilangan arah. Keempat subjek juga sudah cukup dalam memahami diri mereka sendiri, sehingga mereka tau mana yang menjadi hambatan untuk regulasi diri mereka dan mana yang tidak. Dengan adanya upaya yang dilakukan keempat subjek, diharapkan mereka dapat terus mencapai tujuan dan mengatur diri mereka ke arah yang lebih

baik lagi. Permasalahan kegagalan dalam meregulasi diri dan permasalahan lainnya tentu pernah dirasakan keempat subjek. Sehingga hal itu juga yang memicu semua subjek berusaha dan berupaya yang bisa mereka lakukan. Mengenai keempat subjek seperti yang sudah diungkapkan subjek. Secara rinci dapat dilihat pada tabel dan penjelasan berikut:

**Tabel. 4**  
**Regulasi Diri Pada Mantan Pecandu Narkoba**

Kategori Tema	Regulasi Diri Seorang Mantan Pecandu Narkoba Umum	Regulasi diri seorang mantan pecandu narkoba khusus							
		AS		DSL		KPW		MR	
Latar belakang subjek	Keempat subjek merupakan laki-laki dewasa awal dengan rentang usia 20-28 tahun.	Subjek berusia 25 tahun	AS	Subjek berusia 28 tahun	DSL	Subjek berusia 20 tahun	KPW	Subjek berusia 23 tahun	MR
	Keempat subjek memulai hidup menjadi	Subjek mulai kecanduan saat SMP	AS	Subjek mulai kecanduan saat SMP	DSL	Subjek mulai kecanduan saat SMP	KPW	Subjek mulai kecanduan saat SMA	MR

	<p>seorang pecandu saat subjek berada di SMP dan SMA</p> <p>Semua subjek mulai mencoba narkoba karena terpengaruh lingkungan</p>	Subjek AS terpengaruh lingkungan pertemanan	Subjek DSL terpengaruh lingkungan pertemanan	Subjek KPW terpengaruh lingkungan pertemanan	Subjek MR terpengaruh lingkungan pertemanan dan keluarga
Penyebab Subjek <i>Relapse</i>	Keempat subjek memiliki faktor <i>relapse</i> yang berbeda	Subjek AS <i>relapse</i> karena ia tidak nyaman berada dirumah mendengarkan ayahnya yang terus menyuruhnya berada dirumah. Selain itu, subjek mengalami putus asa karena asmara.	Subjek DSL <i>relapse</i> karena ia merindukan anak dan memikirkan mantan istrinya.	Subjek KPW <i>relapse</i> karena terpengaruh ajakan temannya yang sesama pecandu.	Subjek MR <i>relapse</i> karena dirinya sendiri yang tidak bisa menahan rasa <i>craving</i> menggunakan narkoba
Kegagalan dalam Regulasi	Semua subjek sempat	Subjek AS mengalami kegagalan	Subjek DSL mengalami kegagalan	Subjek KPW mengalami kegagalan	Subjek MR mengalami kegagalan

Diri	mengalami kegagalan dalam meregulasi diri	dalam memproses respon ke arah yang lebih baik. Subjek tidak siap saat dihadapkan pada permasalahan, subjek tidak tau bagaimana memproses emosi yang dirasakannya.	dalam merubah dirinya menuju respon yang ada pada dirinya kearah yang lebih baik. Subjek tidak merasakan pengaruh rehabilitasi, juga tidak memiliki tujuan yang pasti.	regulasi diri karena kurangnya pemahaman subjek terhadap diri sendiri, maupun tujuan dan usaha yang telah dilakukannya.	karena kurangnya pemahaman yang dimilikinya, sehingga usaha-usaha yang telah dilakukan menjadi sia-sia dan tidak membawa perubahan apapun
Aspek regulasi diri pada subjek	Terdapat perubahan pola pikir pada keempat subjek.	Subjek AS mulai bisa berpikir bahwa permasalahan adalah dari diri-nya sendiri.	Subjek DSL, juga berpikir bahwa permasalahan berasal dari dirinya	Subjek KPW merasakan perubahan cara bekerja otaknya yang sudah tidak sejernih saat ia belum memakai narkoba. Subjek masih teringat dengan hal negatif namun sudah bisa mencegah.	Subjek MR juga berpikir bahwa permasalahan sebenarnya ada pada dirinya sendiri bukan pada lingkungan ataupun narkoba.
	Keempat subjek	Subjek AS memiliki	Subjek DSL mengaku	Subjek KPW menuturkan	Subjek MR juga

	memiliki motivasi yang berbeda	motivasi untuk berubah karena ia sudah lelah hidup bersama narkoba selama bertahun-tahun	motivasinya berasal dari anaknya karena subjek tidak ingin anaknya akan menjadi seperti dirinya.	bahwa motivasinya adalah orang tua terutama ibunya. ia tidak ingin menyusahkan ibunya lagi.	motivasinya berasal dari orang tua, ia sadar bahwa orang tua tidak selamanya akan hidup bersamanya.
Faktor yang mempengaruhi Regulasi Diri subjek	Keempat subjek memahami diri sendiri	Subjek AS tau bahwa dirinya suka menunda-nunda, susah fokus, suka memendam masalah namun tidak bisa mengontrol rasa kesal dengan orang lain. Sedangkan kelebihan, subjek bisa menjadi orang yang teliti, bertanggung jawab.	Subjek DSL menyadari bahwa dirinya mudah terpengaruh lingkungan, susah dalam mengatur emosi, tidak bisa menghadapi masalah atau dibawah tekanan, dan sangat mudah terpancing amarahnya. Namun subjek juga sadar bahwa ia sudah mampu mempertahankan pemulihannya hingga saat ini.	Subjek KPW, sangat sadar bahwa dirinya adalah orang yang malas, dan mudah terpengaruh oleh teman. Namun KPW juga sadar bahwa ia sudah dapat perlahan melawan segala hambatan yang ada pada dirinya.	Subjek MR memiliki kekurangan dalam keberdayaan mengingat sesuatu, subjek juga mudah terpengaruh dan jika sudah marah bisa berlebihan. Subjek juga menyadari bahwa ia bisa tegas menolak temannya, dan ia sopan juga dapat berpikir secara dewasa.

	Keempat subjek memiliki tujuan yang sama, yaitu menjaga pemulihan	Subjek AS ingin menjaga pemulihannya dan menata kembali masa depan yang sempat dihancurkannya juga tidak menyusahkan orang tuanya.	Subjek DSL ingin menjaga pemulihannya, kembali bekerja sesuai bidang yg sebelumnya ia tekuni, dan fokus memikirkan masa depan anak.	Subjek KPW ingin menjadi pribadi yang lebih baik dan dapat menjaga pemulihannya, subjek juga ingin menata masa depan agar dapat membahagiakan orang tuanya.	Subjek MR, juga ingin menjaga pemulihannya selamanya, ia ingin menjadi orang yg sukses dan tidak lagi menyusahkan orang tuanya.
	Keempat subjek berlindung di lingkungan yang aman	Subjek AS mempersiapkan diri menghadapi dunia luar sembari berada di Ar Rahman lingkungan yang aman dari narkoba	Subjek DSL juga ia merasa bahwa lingkungannya saat ini benar-benar memacu dirinya untuk tidak menggunakan narkoba.	Subjek KPW, senang berada di lingkungan yang aman, dengan begitu ia dapat melatih dirinya juga ia dapat jauh dari teman-temannya sesama pecandu.	Subjek MR juga sedang mempersiapkan diri sembari berada di lingkungan yang aman, ia dapat melatih diri.
Upaya yang dilakukan Subjek untuk Regulasi Diri	Semua subjek memiliki upaya masing-masing dalam	Subjek AS, saat ia bertemu temannya, subjek sudah mulai menghindari	Subjek DSL, mengatur emosinya dengan kegiatan religi. Subjek juga terkadang	Subjek KPW fokus terhadap kegiatan religi, ia juga belajar mengatasi dirinya yang mudah	Subjek MR sering menyadarkan dirinya sendiri atas apa yang terjadi di kehidupannya,

	<p>mengoptimalkan regulasi diri</p>	<p>pembicaraan yang panjang dengan temannya, kemudian subjek juga telah membuat rencana apa saja yang akan dilakukannya setelah tidak di rehabilitasi. Subjek mulai terbuka dengan keluarga terhadap permasalahan apapun yang dihadapinya. Subjek berpegang teguh pada komitmen yang telah dibuatnya agar tidak lagi ke perbuatan yang tidak baik.</p>	<p>mengungkapkan dengan diri sendiri apapun yang mengganjal dipikirkannya. Subjek mempersiapkan dirinya dengan pikirannya sendiri. Subjek terus menerapkan bahwa ia berada di lingkungan yg aman, yang mendeklarasikan untuk tidak menggunakan narkoba juga subjek sudah memahami dampak yang diberikan oleh narkoba. Subjek juga mulai belajar mengatasi kekurangan-kekurangan yg ada pada dirinya. Dan mencari solusi lebih banyak</p>	<p>terpengaruh. Subjek juga terus mencoba beradaptasi dan kontrol diri selama di rehabilitasi, subjek melawan rasa malas juga belajar tegas menolak ajakan teman. Subjek menerapkan pemikiran bahwa jika ia <i>relapse</i> ia akan sangat malu. Subjek juga berusaha santai dan tenang dalam menghadapi hal-hal yang menjadi pemicu permasalahan untuk dirinya. Kemudian, subjek juga terbuka dengan ibunya.</p>	<p>subjek juga sudah mulai bisa tegas dalam menolak ajakan temannya ke hal negatif. Subjek tidak ingin mencari dan mendekati narkoba, subjek berprinsip bahwa narkoba sudah seharusnya tidak dicari ataupun dijemput. Saat ini subjek juga mulai melatih diri agar tidak <i>suggest</i> saat melihat narkoba. Subjek juga melatih kontrol diri pada dirinya selama di rehabilitasi.</p>
--	-------------------------------------	--	--	--	---

			lagi.		
--	--	--	-------	--	--

Selanjutnya untuk deskripsi lebih lanjut mengenai regulasi diri pada mantan pecandu narkoba di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman Palembang. Peneliti akan membagi tema-tema yang muncul pada setiap subjek ke dalam 6 tema, yaitu tema pertama akan membahas mengenai "Latar Belakang Subjek" yang membahas usia subjek, faktor subjek menggunakan napza. Tema kedua yaitu tema "Penyebab Subjek *Relapse* (kekambuhan)" yang membahas faktor permasalahan subjek kembali menggunakan narkoba, pada tema ini akan dibahas penjelasan mengenai permasalahan yang dialami subjek. Tema ketiga yaitu tema "Kegagalan subjek dalam Regulasi diri" pada tema ini akan dibahas mengenai bahwa sempat mengalami kegagalan dalam meregulasi diri, salah satu yang menghambat subjek sehingga tidak dapat meregulasi diri dengan tepat. Pada tema selanjutnya yaitu tema "Aspek Regulasi diri" yang mana pada tema ini akan dibahas hal-hal yang dialami subjek yang termasuk dalam aspek meregulasi diri seperti pemahaman tentang pola pikir, motivasi yang membangun subjek. Tema selanjutnya yaitu tema "Faktor Subjek dalam Regulasi Diri", pada tema ini juga akan dibahas secara rinci faktor yang mempengaruhi subjek dalam meregulasi diri seperti pemahaman tentang diri, tujuan-tujuan subjek hingga pengaruh lingkungan pada subjek. Tema yang terakhir yaitu tema "Upaya subjek dalam regulasi diri", tema ini akan membahas secara tuntas upaya apa saja yang dilakukan oleh subjek untuk mengoptimalkan regulasi diri yang sedang mereka capai.

### **Tema 1: Latar Belakang Subjek**

Tema ini akan menjelaskan yang berhubungan dengan identitas subjek serta faktor yang melatarbelakangi subjek dalam menggunakan NAPZA. Semua subjek merupakan laki-laki yang sudah menginjak usia dewasa awal. Keempat subjek seperti orang

pada umumnya, hidup dan tinggal bersama orang tua dan disekolahkan hingga tamat SMA. Keempat subjek seperti yang lainnya, bergaul dan memiliki banyak teman sehingga hal inilah yang membuat subjek tidak bisa mengatur diri agar tidak terpengaruh lingkungan pertemanan dan kurangnya pemahaman mengenai bahaya narkoba. Hal ini dilihat dari pernyataan semua subjek, baik subjek AS, DSL, KPW, dan MR.

Subjek pertama AS merupakan laki-laki berusia 25 tahun, berasal dari Kabupaten Pali, orang tua subjek masih menetap disana. Subjek berpendidikan terakhir SMA, dan subjek pernah berkuliah namun diberhentikan oleh pihak kampusnya. Subjek mencoba menggunakan narkoba karena terpengaruh lingkungan pertemanannya yang saat itu pecandu narkoba. Subjek merasa ingin seperti teman-temannya dan menurutnya jika ia menggunakan narkoba maka ia akan terlihat keren. Subjek mencoba narkoba jenis ganja saat ia berada di Sekolah Menengah Pertama (SMP) kemudian subjek terus mencoba narkoba jenis lain yaitu sabu-sabu dan inex.

Subjek kedua yaitu DSL. Subjek DSL merupakan laki-laki yang berusia 28 tahun dan berasal dari Kota Lubuk Linggau namun memiliki rumah di kota Palembang. Subjek DSL sudah pernah menikah dan mempunyai satu anak laki-laki. seperti subjek lainnya, subjek DSL mencoba narkoba karena pergaulan pertemanannya, ia merasa tidak enak jika hanya dia sendiri yang tidak menggunakan narkoba maka subjek memulai dengan mencoba narkoba jenis ganja. Di duga subjek kecanduan dari saat ia berada di SMP.

Subjek selanjutnya yaitu KPW. Subjek merupakan anak laki-laki berusia 20 tahun. Ia mulai mencoba narkoba saat berada di SMP, subjek pun sempat naik kelas bersyarat akibat nilainya yang anjlok karena menggunakan narkoba. Subjek memakai narkoba karena kurangnya pemahaman mengenai narkoba. Subjek berpikir jika ia menggunakan narkoba maka ia akan terlihat jadi sangat pemberani

seperti temannya, juga menurut subjek narkoba dapat menjadi obat segala penyakit untuk dirinya.

Subjek terakhir yaitu MR. Subjek merupakan anak laki-laki berusia 23 tahun. Ia menggunakan narkoba karena lingkungan pertemanan dan lingkungan keluarga Ayahnya yang rata-rata adalah pecandu narkoba sehingga subjek ikut tergiur ingin menggunakan narkoba. Subjek mencoba narkoba saat ia berada di SMA. Sama seperti KPW, subjek MR juga sempat berhenti sekolah dan pindah ke sekolah lain karena narkoba. Berikut kutipan wawancara dengan subjek:

*"Namo aku... AS. Aku lahir tanggal 19 Juni 1994... di Palembang... aku besak di Pali.... Pendidikan terakhir SMA, aku pernah kuliah tapi keno DO....." (S1/AS, W1, 25-29, dan 43)* "...aku jugo diajak dan pengen keren cak mereka, aku pake lah ganja..." (S1/AS, W1, 53-55)

*"...nama saya DSL, asal dari kota Lubuk Linggau, 19 Maret 1991...kalo rumah di Palembang di jalan Bagelen..." (S2/DSL, W1, 22-26, 34-35, dan 46-49)* "Saya cerai sama istri, punya anak satu, masih kecil, laki-laki..." (S2/DSL, W1, 34-35) "...saya pake narkoba...karena pergaulan, ikut-ikutan teman... Mulai dari SMP kelas 2, saat itu saya udah kenal narkoba jenis ganja..." (S2/DSL, W1, 46-49)

*"...namo KPW...Palembang 11 April 1999... Sma nih 2 kali, tapi alumni Methodist 3. Jadi 1 tahun di Methodist 2, 2 tahun di Methodist 3." (S3/KPW, W1, 26-31, dan 48-52)* "Pake narkoba... Smp kelas 3... Karno kawan-kawan." (S3/KPW, W1, 48-52)

"...namo bro MR... Palembang 13 Juni 1996. Pendidikan terakhir SMK" (S4/MR, W1, 14-16) "...karno bergaul samo wong nurul iman... karno aku ekot komunitas punk..." (S4/MR, W1, 32-35)

## **Tema 2: Penyebab Subjek *Relapse***

Ber macam faktor yang menyebabkan keempat subjek kembali menggunakan narkoba setelah masa *clean* atau bersih dari narkoba yang mereka alami. Keempat subjek ada yang kembali menggunakan narkoba karena ingin melarikan diri dari masalah, kemudian ada juga subjek yang kembali menggunakan karena memang permasalahan diri sendiri ataupun faktor lingkungan. Hal ini sesuai dengan pernyataan keempat subjek saat diwawancarai.

Subjek AS mengaku setelah menjalani rehabilitasi ia kembali menggunakan narkoba karena permasalahan yang dirasakannya saat berada di dalam rumah. Subjek merasa tidak nyaman dengan keadaan rumah, karena Ayah subjek sering memarahi subjek dan menyuruh subjek secara berulang-ulang untuk berada di rumah meskipun ia sudah berada di rumah. Subjek kesal dengan tingkah laku ayahnya yang seperti itu, sehingga membuat subjek tidak ingin berlama-lama ada di rumah. Selanjutnya permasalahan yang membuat subjek kembali menggunakan narkoba yaitu subjek sempat mengalami putus cinta dengan mantan kekasih yang ingin dipinangnya. Saat itu subjek sudah ingin melamar kekasihnya, namun ternyata orang tua kekasih tidak merestui lantaran tau bahwa subjek pernah masuk rehabilitasi. Subjek merasa sangat kecewa dan putus asa harus merelakan mantan kekasihnya menikah dengan orang lain.

Subjek selanjutnya DSL. Setelah menjalani rehabilitasi, subjek sempat *clean* dan rajin beribadah. Namun dikarenakan subjek merindukan anaknya, memikirkan kabar mantan istrinya yang

sudah memiliki pengganti dirinya atau belum, subjek jadi tidak bisa mengatur pikiran dan perasaannya. Hal tersebut yang membuat ia kembali memakai narkoba. Di tambah lagi karena subjek memiliki teman kantor yang saat itu pecandu, subjek semakin tergiur saat digoda teman-temannya.

Subjek KPW juga sempat bersih dari narkoba selama satu tahun, namun kembali memakai narkoba karena tidak bisa menolak ajakan temannya. Saat itu subjek dipindahkan orang tuanya ke sekolah lain agar jauh dari lingkungan rumah yang sebenarnya. Namun ternyata saat ia kembali ke rumahnya pada malam tahun baru, ia bertemu temannya yang dulu sering menggunakan narkoba bersamanya. Subjek diajak dan tidak bisa menolak ajakan temannya tersebut, akhirnya subjek kembali menjadi candu.

Subjek MR justru berbeda dari subjek yang lain. Subjek MR kembali menggunakan narkoba karena ia tidak dapat menahan rasa *craving* yang berasal dari dirinya sendiri, sehingga saat ia pulang dari rehabilitasi, dalam hitungan jam ia langsung mencari sendiri narkoba jenis sabu-sabu dan menggunakannya sendirian. Berikut kutipan wawancara dengan subjek:

*"Iyo, papa ngomongi aku 'jadila gung keluar teros, dirumah bae" kapan aku... dirumah, masih ... diulanginyo... Pening... kesel akhernyo... aku males dirumah." (S1/AS, W2, 120-125)* "... dulu punya pacar, aku nak ngelamar dio, wongtuonyo dak setuju samo aku. ...dio cerito dengan ibuknyo kalo aku... pernah di rehab." **(S1/AS, W2, 133-137)**

*"Saya... kangen anak, trus kepikiran...denger istri bolak balik ke Palembang... Apa nemuin pacarnya. Buat nge-handle feeling... akhirnya ikut mabok dan pake lagi." (S2/DSL, W1, 495-507)*

*"...2 kawan aku.. balek galo pas malem tahun baru...  
Ketemu dio di lorong... laju ngambek barang..."*  
**(S3/KPW, W1, 185-187)**

*"...Jadi balek langsung kangen pake..."* **(S4/MR, W1,  
240-242)**

### **Tema 3: Kegagalan Subjek dalam Regulasi Diri**

Dalam proses subjek meregulasi diri tentu terdapat hambatan dan kegagalan yang dialami subjek. Keempat subjek mengaku gagal dalam merubah respon ke arah yang lebih baik, gagal dalam melakukan usaha-usaha yang sudah dilakukan untuk mencapai tujuan mereka tidak *relapse*, subjek pun sempat tidak mendapatkan pemahaman apapun untuk mengatur dirinya. Hal ini dinyatakan oleh subjek AS, DSL, KPW dan MR.

Subjek AS sedari awal mencoba menggunakan narkoba sudah mengalami kegagalan dalam memproses diri agar tidak terpengaruh lingkungan, subjek yang saat itu berpikir bahwa narkoba dapat membuatnya terlihat keren kembali mengalami kegagalan dalam merespon emosi yang dirasakannya. subjek juga mengalami kurang pemahaman cara mengatasi emosi negatif dan cara menghadapi masalah. Oleh sebab itu, subjek berpikir bahwa satu-satunya cara adalah dengan menggunakan narkoba.

Subjek DSL juga mengalami kegagalan dalam usaha-usaha yang telah dilakukannya untuk mencapai tujuan, sehingga subjek yang sebelumnya sudah dapat mengatur diri jauh dari narkoba, namun karena tidak mengerti bagaimana cara mengatur pikiran dan perasaannya, subjek kembali menggunakan narkoba. Usaha-usaha yang telah dilakukan subjek tidak membawa hasil ke arah yang lebih baik.

Subjek KPW, mengalami kurangnya pemahaman mengenai bahaya narkoba dan cara menolak ajakan teman dalam hal negatif, sehingga subjek yang sebelumnya adalah anak berprestasi, menjadi tidak lagi dapat memfungsikan pikirannya dengan baik karena subjek kurang pemahaman. usaha subjek bersih dari narkoba pun sia-sia tidak membuatnya menjadi pribadi yang lebih baik.

Subjek MR juga mengalami kegagalan dalam membawa usaha yang telah dilakukannya ke arah yang lebih baik. Hal ini dikarenakan subjek merasa tidak memiliki pemahaman apapun, sehingga subjek sulit dalam mengatur dan mengontrol keinginannya kembali memakai narkoba. Berikut kutipan wawancara sebagai berikut:

*"...aku dak siap dengan masalah yg ado. Tiap kecewa, marah, kesel...aku dak tau cakmano ngatasinyo... Pikiran aku aku harus lari ke barang itu." (S1/AS, W1, 177-180)*

*"...saya ga ada... perubahan yang signifikan... dari tingkah laku, perilaku..." (S2/DSL, W2, 592-595)*

*"...aku dak paham cakmano caro nolak kawan. Jadi selamo setahun aku clean [bersih dari narkoba] sio-sio...dak katek pembelajaran apo apo." (S3/KPW, W1, 196-198)*

*"...masuk di arrahman... selamo sebulan. Tapi jujuran bae...belum dapet apo apo saat itu.." (S4/DSL, W1, 226-227)*

#### **Tema 4: Aspek Dalam Regulasi Diri**

Setiap subjek telah menyadari perubahan pola pikir yang dialami saat subjek sesudah maupun sebelum rehabilitasi. Setelah

subjek melewati pengalaman menjadi pecandu dan *relapse*, subjek telah menemukan titik permasalahan yang membuat subjek gagal dalam mengatur diri. Setiap subjek saat ini pun telah merasakan motivasi untuk berubah dan mencapai tujuan-tujuan yang sudah direncanakan. Tentunya setiap subjek memiliki penguatan yang berbeda, ada yang berasal dari orang tua, anak, adik maupun demi kehidupan yang lebih baik daripada sebelumnya. Hal ini dinyatakan oleh subjek AS, DSL, KPW dan MR.

Subjek AS saat menjadi pecandu berpikir bahwa keluarganya tidak ada yang benar-benar peduli padanya, subjek berpikir bahwa keluarganya hanya sibuk ingin mengatur hidupnya. Subjek berpikir bahwa subjek bisa menjadi pecandu adalah karena keluarganya, namun setelah melewati proses regulasi diri saat di rehabilitasi maupun setelah menyelesaikan program, subjek sudah mulai sadar dan berpikir bahwa permasalahan yang sebenarnya adalah berasal dari dirinya sendiri, bukan salah siapapun. Subjek juga saat ini telah memiliki motivasi untuk berubah ke arah yang lebih baik. Subjek termotivasi karena subjek ingin memiliki masa depan yang lebih baik, selain itu subjek termotivasi karena adanya keluarga yang terus mendukungnya.

Subjek DSL, menyadari bahwa kesalahan bukan berasal dari orang lain ataupun siapapun yang memiliki masalah dengannya, namun subjek berpikir bahwa permasalahan yang sebenarnya adalah dirinya sendiri bukanlah orang lain. Subjek pun memiliki motivasi berubah yang berasal dari anaknya. Subjek termotivasi karena ia tidak ingin anaknya di masa yang akan datang akan mengalami hal yang sama sepertiinya. Selain itu, subjek ingin membesarkan dan mempersiapkan masa depan yang lebih baik untuk anaknya.

Subjek KPW saat menjadi pecandu banyak mendapatkan perubahan yang tidak seharusnya. Subjek merasakan perubahan cara berpikirnya saat ini dan saat ia belum menjadi pecandu,

menurut subjek saat ini pikirannya sudah benar-benar terkontaminasi dan tidak bersih karena subjek masih sering teringat perilaku yang dilakukannya semasa jadi pecandu namun subjek berpikir bahwa ia bisa mencegah hal tersebut dari pada saat ia belum melalui proses rehabilitasi. subjek berpikir, bahwa yang harus diperbaiki adalah dirinya. Subjek yang dulunya menjadi pecandu sering menyusahkan ibunya, maka ia sekarang termotivasi tidak ingin menyusahkan lagi, selain itu subjek juga menerapkan pemikiran bahwa jika ia *relapse* ia akan sangat malu karena ia sudah berada di Rehabilitasi Ar Rahman.

Subjek MR pun berpikir bahwa permasalahan yang sebenarnya adalah berasal dari dirinya bukan dari narkoba ataupun lingkungan meskipun lingkungan mengambil peran juga. subjek MR juga termotivasi karena ia tidak ingin menyusahkan orang tuanya lagi, selain itu motivasi subjek adalah berasal dari adik perempuan bungsunya. Sebagai berikut kutipan wawancara:

*"...aku sadar bahwa permasalahan...berasal dari diri aku. Jadi self-talk tadilah yang nyadarke aku" (S1/AS, W2, 331-333) "... aku capek... aku dak galak lagi sampe harto bendo abes galo...Yang penting aku bekomitmen." (S1/AS, W2, 546-549)*

*"...permasalahan itu berasal dari diri saya...Kalo dulu...belum sadar, rasanya salah semua orang..." (S2/DSL, W3, 859-863 dan 700-702) "...Anak saya...ketika ditanya apakah mau keturunan kita ngikutin apa yang kita lakuin, kita pasti ga mau kan..." (S2/DSL, W3, 700-702)*

*"... Kalo dulu... pikiran masih jernih, belom tecampur narkoba... Kalo sekarang... masih ado siso-siso dikit, yg gawe dak bener tuh masihla teinget. Cuma masih biso dicegah." (S3/KPW, W2, 358-366)*

*"...karno diri kito, bukan karno yg laen. Kalo bro terapke, sabu nih benda mati, ngaposih galak bro jemput?.." (S4/MR, W2, 428-430, dan 449)*

### **Tema 5: Faktor Regulasi Diri pada Subjek**

Semua subjek telah cukup mengenali kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri masing-masing. Meskipun menurut subjek belum sepenuhnya, namun semua subjek sudah dapat mengerti letak kekurangan yang menjadi hambatan dirinya. Hal ini yang mendukung subjek menjadi memahami apa saja tujuan yang ingin dicapai setelah mempersiapkan diri selama di rehabilitasi Ar Rahman. Baik subjek AS, DSL, KPW maupun MR menyadari bahwa mereka saat ini berada di lingkungan yang mendukung perubahan mereka, lingkungan yang membuat mereka menjadi mau mempersiapkan diri dan mengatur diri ke arah yang lebih baik. Hal ini dinyatakan subjek AS, DSL, KPW maupun MR.

Subjek AS cukup mengenali kekurangan yang ada pada dirinya, Subjek tau bahwa dirinya sering menunda-nunda, susah fokus, sering memendam masalah namun tidak bisa mengontrol rasa kesal dengan orang lain, keras kepala juga egois. Sedangkan kelebihan, subjek bisa menjadi orang yang teliti, bertanggung jawab, kritis dalam menyikapi suatu hal. Subjek AS telah memiliki rencana tujuan yang ingin ia capai saat ia telah siap menghadapi dunia luar. Subjek memiliki rencana bahwa ia ingin kembali bekerja, menjadi pegawai BNP, membangun rehabilitasi sendiri, ataupun pilihan terakhir kembali bekerja di bidang administrasi. subjek ingin menata masa depan yang sempat ia hancurkan. Subjek mengakui bahwa saat ini ia berada di lingkungan yang aman, yang menjauhkannya dari narkoba dan maka dari itu subjek berada di lingkungan yang aman dapat membuatnya sembari mempersiapkan diri.

Subjek DSL juga mengenali kekurangannya yang menjadi penghambat dirinya selama ini, Kekurangan yang menurut subjek dimilikinya adalah subjek kurang bisa mengendalikan dan menyembunyikan perasaan yang dirasakannya. Subjek juga merasa ia adalah orang yang mudah marah, kesal, mudah terbawa suasana dan mudah terpengaruh hal-hal yang negatif. Subjek juga merasakan bahwa dirinya kurang bisa mengatur permasalahan yang ada, kurang bisa menerima tekanan. Kelebihan yang dimiliki subjek yaitu ia dapat mempertahankan pemulihannya hingga saat ini, subjek merasa ia lebih mementingkan kepentingan orang lain dari pada kepentingan dirinya sendiri. Subjek ingin menjaga pemulihannya, kembali bekerja sesuai bidang yg sebelumnya ia tekuni, dan fokus memikirkan masa depan anak. Subjek juga ia sadar bahwa lingkungannya saat ini benar-benar memacu dirinya untuk tidak menggunakan narkoba.

Subjek KPW pun menyadari kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya. Subjek mengaku bahwa kekurangannya adalah mudah terpengaruh, mudah diajak melakukan hal yang negatif, subjek juga mengaku bahwa subjek adalah orang yang pemalas. Kemudian untuk kelebihan, subjek sudah merasakan bahwa ia sudah dapat melawan dan belajar mengatasi kekurangan yang dimilikinya. Subjek ingin menjadi pribadi yang lebih baik dan dapat menjaga pemulihannya, subjek juga ingin menata masa depan agar dapat membahagiakan orang tuanya terutama Ibunya. Subjek pun senang berada di lingkungan yang aman, dengan begitu ia dapat melatih dirinya juga ia dapat jauh dari teman-temannya sesama pecandu.

Subjek MR pun sudah cukup mengenali dirinya, ia mengaku bahwa kekurangannya adalah mudah terpengaruh, mudah lupa akan sesuatu, jarang terpancing amarahnya namun jika dia sudah kesal dengan seseorang tersebut, ia akan benar-benar marah.

Kemudian untuk kelebihan, subjek merasa bahwa ia sudah mulai dapat mengatasi kekurangan yang dimilikinya, subjek juga adalah orang yang sopan juga humoris. Tujuan yang ingin dicapai subjek tentunya sama seperti subjek lainnya yaitu menjaga pemulihan, dan mempersiapkan diri untuk terjun ke dunia kerja saat telah berada di luar rehabilitasi. Subjek bersyukur dengan keadaannya yang saat ini berada di rehabilitasi, karena subjek merasa berada di lingkungan yang aman sekaligus tempat untuk subjek perlahan mempersiapkan diri juga melatih dirinya sendiri. Hal ini dinyatakan subjek sebagai berikut:

*"... nunda-nunda waktu... Cerewet.. trus susah fokus. terus, ringaman. [kesal/sebel]" (S1/AS, W3, 386-391) "...kalo aku kesel samo wong trus belum ku sampeke yo kepikiran... trus keras kepala, egois." (S1/AS, W3, 393-397) "...aku lebih banyak mendem..." (S1/AS, W3, 541-543) "Tanggung jawab, teliti, kritis, cepet nangkap...kalo sekarang ... jujur. 2 tahun terakhir ini...ketika keluarga nelfon, mereka nanyo... aku jujur terus. Karno aku dulu tetutup wongnyo." (S1/AS, W3, 399-404) "... yang pasti selamonyo jago pemulihan aku." (S1/AS, W3, 447-448) "...kalo kapolres disano buka, BNP ado, mungkin kesano...mungkin buka rehab dewek... balek gawe lamo...begawe bagian administrasi lagi..." (S1/AS, W3, 443-447) "Disini...circle yg aman buat aku, jadi aku biso...nunggu sambil siapke diri..." (S1/AS, W3, 438-442)*

*"... Kelebihan...saya bisa mempertahankan pemulihan...saya bisa mementingkan orang lain daripada diri saya..." (S2/DSL, W3, 770-773)*

"...saya... kurang bisa meng-handle feeling, kurang bisa menyembunyikan feeling... mudah emosi...mudah terpengaruh hal-hal negatif, kurang hati-hati..kurang bisa manage masalah, kurang bisa menerima tekanan..." **(S2/DSL, W3, 779-784)** "...Saya mikirnya tentang masa depan anak... positif dampaknya buat saya..." **(S2/DSL, W3, 833-836)** "...Saya mau kembali ke bidang pemilu, saya kan memang dari dulu selalu berkecimpung disana..." **(S2/DSL, W3, 882-884)** "...saya berada di circle yang aman...saya ada di lingkungan yang mendeklarasikan narkoba itu berbahaya, memerangi narkoba, jadi saya terpacu gamau pake..." **(S2/DSL, W3, 677-681)**

"...kekurangan aku...mudah terpengaruh..." **(S3/KPW, W2, 389-391)** "...pemales akuni..." **(S3/KPW, W2, 400)** "...pacak ngatasi kekurangan..." **(S3/KPW, W2, 418-419)** "...jago pemulihan aku..." **(S3/KPW, W2, 436-437)** "...salah satunya nak sukses..." **(S3/KPW, W2, 435)** "...Jadi pribadi yg lebih baik jago pastinya..." **(S3/KPW, W2, 436)**

"...pelupo nian, mudah terpengaruh... dak emosian tapi kalo sekali la dak seneng samo wong biso emosi nian, egois, dak sabaran, pemales jugo..." **(S4/MR, W2, 511-517)** "...kelebihan...biso jago pemulihan, biso tegas samo kawan yg ngajak...mudah bersosialisasi... humoris... sopan dan biso bepikir dewasa" **(S4/MR, W2, 519-523)** "jago pemulihan..." **(S4/MR, W2, 501)** "...dak selamonyo disitu, saat kuat siap bro akan keluar dari situ..." **(S4/MR, W2, 474-475)** "...pengen nyubo dunia kerja...buat wong tuo bahagia..." **(S4/MR, W2, 501-502)**

## **Tema 6: Upaya Subjek dalam Meregulasi Diri**

Semua subjek telah melewati kegagalan dalam mengatur diri, mengontrol diri juga gagal dalam berhenti memakai narkoba. Baik subjek AS, DSL, KPW dan MR, keempat subjek telah mengenali kekurangan diri mereka dan faktor pemicu yang membuat mereka kembali *relapse*. Beberapa kekurangan yang ada pada subjek dapat menghambat subjek dalam mengatur diri ke arah yang lebih baik, sehingga semua subjek telah memiliki upaya masing-masing dalam mempersiapkan diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Subjek AS demi menjaga pemulihannya, saat ia pulang ke daerah asalnya ia bertemu dengannya namun subjek mengungkapkan bahwa ia tidak lagi tergoda bahkan ia benar-benar membatasi pembicaraan dengan temannya. Menurut subjek, jangan terlalu banyak perbincangan dengan teman yang dulunya pernah sesama pemakai. Subjek juga yang sebelumnya adalah orang yang sering memendam emosi dan permasalahan, saat ini subjek mulai terbuka dengan keluarga dan jika subjek kesal dengan seseorang maka akan ia sampaikan. Subjek tidak ingin hal tersebut membuatnya kembali tidak mengerti cara merespon emosi yang dirasakannya. Salah satu upaya subjek juga adalah dengan menetap di rehabilitasi Ar Rahman hingga ia siap menghadapi dunia luar.

Subjek DSL yang merasa bahwa kekurangannya adalah susah dalam menghadapi masalah, mudah terpengaruh dan susah dalam mengendalikan emosi yang dirasakan baik bahagia maupun sedih atau amarah. Subjek sudah berupaya melakukan kegiatan religi saat subjek merasa bahwa emosinya sudah diluar batas. Terkadang subjek juga mengungkapkan amarahnya dengan diri sendiri atau terkadang subjek juga memilih untuk tidur, namun subjek juga mengakui bahwa penguatannya adalah anaknya. Upaya subjek lainnya adalah subjek belajar mempengaruhi pikirannya sendiri ke

arah yang positif, subjek mulai mengatur pikiran dengan turut menggunakan perasaan. Subjek juga menerapkan pemikiran bahwa ia berada lingkungan yang aman, yang mendeklarasikan bahaya narkoba. Saat ini subjek juga sudah memahami dampak bahaya yang diberikan oleh narkoba, sehingga subjek terpacu ingin lebih baik lagi. Subjek juga menuturkan bahwa ia akan terus mencari terapi yang sesuai dengan dirinya.

Subjek KPW juga menerapkan upaya yang menurutnya dapat membantu proses perubahan dirinya. Subjek yang merasa bahwa dirinya susah dalam menolak ajakan teman, mulai menerapkan upaya selama di rehabilitasi yaitu dengan cara tegas dan kejam kepada klien yang aktif program. Dengan begitu subjek berpikir ia akan terbiasa saat di luar rehabilitasi menolak ajakan siapapun ke arah yang negatif. Subjek juga menerapkan kebiasaan agar tidak malas dengan cara bangun pagi, beradaptasi dengan lingkungan dan bersih-bersih setiap pagi. Subjek mengaku ia malu jika *relapse*, hal itu pula yang membuat subjek semakin berupaya dalam mengatur diri. menurut subjek, ia harus melatih kontrol dirinya dan berpegang teguh pada prinsip karena jika hanya niat, subjek yakin tidak akan ada perubahan pada dirinya. Subjek rutin dalam mengikuti kegiatan majelis dzikir, demi menjadi pribadi yang lebih baik. Bagi subjek, stigma akan selalu ada pada diri mantan pecandu, sehingga jika tidak dapat menyikapi stigma dari orang dengan baik, bisa jadi pemicu untuk diri sendiri. Maka dari itu, subjek menyikapi stigma dengan santai. Subjek juga selalu terbuka terhadap ibunya, permasalahan apapun yang dihadapinya.

Subjek MR pun memiliki upaya tersendiri, yaitu dengan melatih diri melihat klien yang program aktif, dengan begitu ia dapat terus menerus sadar bahwa ia harus membawa perubahan yang lebih baik. Subjek menyadarkan dirinya dengan cara berbicara dengan diri sendiri. Kemudian subjek bercerita bahwa ia pernah diajak

kembali memakai narkoba namun dengan tegas ia menolak bahkan hampir bertengkar dengan temannya tersebut. Subjek memiliki prinsip bahwa narkoba adalah benda mati dan jangan dicari ataupun dijemput jika ingin berubah. Saat melihat narkoba, subjek mengaku masih merasa gemetar dan berkeringat banyak, sehingga upaya yang dilakukan subjek adalah tidak memikirkan narkoba, mengalihkan pikiran dengan bermain game, atau jalan-jalan. Upaya lain yaitu dengan mengingat bahwa orang tua tidak selamanya akan bersama dia. Berikut kutipan wawancara:

*"...Kalo kawan... yang penting aku dak ngobrol samo dio." (S1/AS, W3, 497-500) "aku minta tolong samo keluarga..." (S1/AS, W3, 504-505) "...yang pasti bekomitmen, dak bakal teulang lagi yang dulu-dulu." (S1/AS, W3, 507-509) "...Keinginan aku... sudah tesampeke galo ke keluarga...Disini jugo kan circle yg aman buat aku, jadi aku biso terus nunggu sambil siapke diri..." (S1/AS, W3, 438-442)*

*"...kalo saya rasa udah parah, langsung sholat... saya suka ngomel sendiri..." (S2/DSL, W2, 617-621) "...saya tidur... cari hobi juga...belum nemu hobi saya apa... Liat foto anak, video anak." (S2/DSL, W2, 653-656) "...saya berada di circle yang aman, yang menghimbau untuk tidak pakai narkoba... di lingkungan yang mendeklarasikan narkoba itu berbahaya...jadi saya terpacu gamau pake..." (S2/DSL, W3, 677-681) "...Saya udah tau efeknya, di hati dan pikiran saya udah ga mau, kalo di terusin tau akibatnya bisa gila..." (S2/DSL, W3, 693-695) "...mempengaruhi pikiran kita sendiri dengan pikiran kita... dibantu oleh hati, biar sinkron." (S2/DSL, W3, 696-697)*

*"...aku belajar kejam samo klien yg aktif program, biar tebiasa jugo... di luar." (S3/KPW, W2, 393-398)*  
*"...bro kan ikut majelis dzikir pondok..." (S3/KPW, W2, 472-474)* *"...harus biso kontrol diri...biso beradaptasi..." (S3/KPW, W2, 420-422)* *"...aku belajar...melawan raso males, bangun pagi...sapu teras..." (S3/KPW, W2, 400-402)* *"...aku harus ngejauh...dari wong itu, iyolah... disini..." (S3/KPW, W2, 431-433)* *"...ku jawabi maen-maen biar dak nyesek di hati..sebagai latian aku, kalo aku nangingpinyo marah gek telaju." (S3/KPW, W2, 456-459)* *"...Aku cerito ke mama..." (S3/KPW, W2, 477-478)*

*"...bro dewek nganuke pas lagi ado jam sela-sela, pas lagi ngelamun..." (S4/MR, W2, 374-375)* *"...sempet disodorke...barang itu oleh kawan...bro dak galak, sempet nak bebala garagara itu..." (S4/MR, W2, 414-516)* *"...Sekarang dak pernah bro jemput, bro aman... sudah tau jugo... dampaknya..." (S4/MR, W2, 432-434)* *"...Kalo bro dak bro pikiri...paling main game daktu jalan-jalan." (S4/MR, W2, 481-482)* *"...dengan bro ngeliat klien yg masih aktif rehab... inget bahwa wong tuo dak selamonyo samo kito." (S4/MR, W2, 505-507)*

Untuk mempermudah analisa, setelah memberi deskripsi ke dalam suatu matrik yang telah diberi kode. Selanjutnya peneliti mendeskripsikan tema-tema yang telah peneliti dapatkan dari masing-masing subjek dengan mencantumkan pernyataan-pernyataan sesuai deskripsi yang peneliti berikan. Berikut pernyataan dari keempat subjek.

## Subjek AS

### a. Latar Belakang Subjek

Subjek lahir di Kota Palembang. Namun beliau dibesarkan di Kabupaten Pali, Sumatera Selatan. Subjek lahir pada tanggal 19 Juni 1994, yang mana subjek saat ini berumur 25 Tahun. Sebelum subjek di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman, subjek tinggal bersama orang tuanya di Pali. Subjek merupakan anak laki-laki pertama dan memiliki dua adik laki-laki. Pendidikan terakhir subjek SMA, subjek juga sempat melanjutkan pendidikan ke jenjang perkuliahan namun subjek di *Drop Out* (diberhentikan) oleh pihak kampus. Setelah tidak lagi melanjutkan perkuliahan, subjek bekerja di banyak perusahaan/instansi yakni seperti di Pemerintahan Daerah, subjek juga sempat menjadi *Developer* di sebuah *Project* pembuatan perumahan, subjek juga pernah bekerja di Sekretaris Daerah, kemudian subjek pernah menjadi Tenaga Kerja Sukarela di Dinas Kesehatan Kabupaten Pali. Hal tersebut seperti yang dinyatakan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"... Aku lahir tanggal 19 Juni 1994, lahir di Palembang tapi aku besar di Pali. Rumah aku juga aslinya di Pali sama wong tuo. Pendidikan terakhir SMA, aku pernah kuliah tapi keno DO...." (S1/W1/25-29)*

*"...Kalo begawe.. banyak hahaha pemda iyo, developer perumahan iyo, sekda jugo, dinkes jugo pernah.." (S1/W1/29-31)*

*"Aku 3 beradek, cowok galo. Aku anak pertama..." (S1/W1/33)*

Hal ini sama dengan informasi yang peneliti dapatkan dari Informan, sebagai berikut:

*"...dia itu kalo ga salah kuliah keperawatan, tapi paksaan kuliahnya...." (IT1/W1/107-108)*

Dalam kutipan di atas, peneliti mendapatkan informasi baru bahwa subjek kuliah karena keterpaksaan.

#### **b. Kegiatan Subjek Sehari-hari**

Kegiatan subjek selama di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman yaitu menjalankan tugas piket yang sudah diberikan oleh Pihak Rehabilitasi yang berwenang. Kemudian, jika tidak piket biasanya subjek membantu apapun pekerjaan yang sedang perlu dibantu. Subjek biasanya bangun pada siang hari, makan, atau jalan-jalan keluar rehabilitasi disaat diizinkan keluar. Subjek juga siap sedia disaat ada temannya yang meminta digantikan jadwal piket. Hal tersebut dinyatakan oleh subjek dalam wawancara sebagai berikut:

*"Yo cakinilah.. begawe kalo ado jadwal piket, kalo idak paling bantu apo yg biso dibantu. Bangun siang, makan, atau keluar kalo biso keluar, stand by saat ado kawan yg minta di back up piketnyo." (S1/W1/37-40)*

#### **c. Riwayat dan Faktor Subjek memakai NAPZA**

Subjek menuturkan bahwa ia pertama kali mencoba mengkonsumsi narkoba pada saat subjek berada di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Jenis Narkotika, Psikotropika dan Zat yang dikonsumsi subjek adalah Ganja, Sabu-Sabu, Inex. Subjek tidak pernah mengkonsumsi jenis obat-obatan terlarang. Subjek mengkonsumsi NAPZA dikarenakan pengaruh lingkungan, yaitu diajak temannya sendiri. Ia merasa jika menggunakan Narkoba dapat membuatnya terlihat keren seperti teman-temannya, sehingga hal itulah yang membuat subjek memakai Ganja pada saat mencoba narkoba. Namun

ternyata subjek merasa tidak cocok memakai Ganja karena sensasi ganja tersebut membuat dirinya menjadi pusing. Subjek lebih senang memakai sabu-sabu karena menurut subjek justru sabu-sabu memberikan sensasi nikmat, ketagihan, tenang dan membuat subjek merasa bahwa semua yang ada di hidupnya baik-baik saja. Hal ini subjek nyatakan dalam wawancara sebagai berikut:

*"Aku baru pake nyubo itu pertama kali pas aku SMP..."*  
**(S1/W1/43)**

*"Ganja, sabu, inex...aku dak pernah pake obat obatan."*  
**(S1/W1/100-101)**

*"Inex sih, tapi inex tu buat "on" bae di orgen..."*  
**(S1/W1/96)**

*"...karno kawan pake galo, aku jugo diajak dan pengen keren cak mereka, aku pake lah ganja..."*  
**(S1/W1/53-55)**

*"...Kalo ganja aku pening pakenyo... kalo sabu aku laju...lebih enak sensasi ketagihan samo pas pakenyo. Dak buat pening, tenang, ngeraso baik baik bae."*  
**(S1/W1/79-82)**

Hal ini sesuai dengan informasi yang peneliti dapatkan dari informan, sebagai berikut:

*"...Riwayat pemakaian dia dulu amfetamine... ganja, samo inex. Kalo faktor.. lingkungan..."*  
**(IT1/W1/126-130)**

#### **d. Proses Rehabilitasi Subjek**

Subjek sempat menjalani dua kali Rehabilitasi, namun salah satu diantaranya tidak sampai selesai program, sedangkan rehabilitasi yang terakhir ia jalani sampai selesai

program. Saat rehabilitasi yang terakhir, subjek mendapatkan perlakuan (*treatment*) khusus dari seorang Psikolog yaitu berupa konsultasi dengan teknik khusus. Psikolog tersebut tidak menanyakan permasalahan yang ada pada dirinya, namun Psikologi tersebut bertanya permasalahan yang ada antara subjek dan pihak keluarganya. Kemudian, subjek mengakui permasalahannya dengan Sang Ayah dan menceritakan kronologis permasalahannya. Psikolog tersebut memfasilitasi subjek dalam kegiatan rehabilitasi bernama *Family Support Group* (FSG), dimana subjek dipertemukan dengan Ayahnya di acara tersebut. Selama rehabilitasi juga, subjek sering melakukan pembicaraan dengan diri sendiri atau biasa disebut dengan *Self-Talk*, guna menyadarkan diri subjek sendiri. Hal ini dinyatakan oleh subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Duo kali. Sikok dak selesai program, yg terakhir selesai program." (S1/W2/325-326)*

*"Treatment ...yang dari psikolog ini..." (S1/W2/269)*

*"...dio nanyo ado dak konflik dengan keluarga. Ku jawab ado, samo bapakku. Ditanyolah oleh dio ngapo dengan bapak. setiap aku dirumah dekat bapak aku, kuping akutu selalu panas... di gali-galinyo teros sampe nangis akutu kan... abis dari situ, kami ado kegiatan namonyo FSG (family support group) ternyata mereka la kesepakatan samo bapak, cakmano caronyo bapak tuh harus dateng ke acara itu." (S1/W2/271-281)*

*"yang nangis nangis cakitu. Pas self-talk, step to step study, dan pembacaan ikrar. Itu galo-galo nyentuh aku." (S1/W2/309-311)*

#### **e. Faktor Subjek Kembali Menggunakan NAPZA**

Subjek menuturkan bahwa hal yang membuatnya kembali menggunakan NAPZA setelah sempat *clean* di Rehabilitasi adalah karena faktor keluarga. Subjek merasa tidak nyaman dengan keadaan rumah. Seperti yang dijelaskan di atas, subjek memiliki permasalahan dengan Ayahnya. Ayah subjek selalu memarahinya dan meminta subjek berada di rumah dengan perkataan yang selalu berulang-ulang. Subjek ingin jika memang Ayahnya meminta ia hanya di rumah saja, maka jangan mengatakan hal yang berulang karena hal tersebut membuat subjek kesal dan tidak ingin berlama-lama berada di rumah. Kemudian selain faktor keluarga, subjek juga mengalami patah hati yang membuatnya semakin candu menggunakan narkoba. Saat itu subjek memiliki mantan kekasih dan sudah berniat untuk melanjutkan ke jenjang pernikahan. Namun ternyata pihak keluarga mantan kekasih subjek tidak merestui lantaran mengetahui bahwa subjek pernah masuk Rehabilitasi. Alhasil, subjek harus menyudahi hubungannya dengan sang mantan kekasih, dan merelakan mantan kekasihnya menikah dengan orang lain. Lantaran merasa sangat kecewa dan patah hati, subjek akhirnya mengkonsumsi narkoba semakin banyak dari pada biasanya. Hal ini dituturkan oleh subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*".. Rumah." (S1/W1/115)*

*"Iyo, papa galak ngomongi aku 'jadila gung keluar teros, dirumah bae'" kapan aku la dirumah, masih bae diulanginyo teros kato-kato itu. Maksud aku tuh kan men la sekali ngomong tuh jadila... Pening akutu*

*dengernyo, kesel... Itula yang galak buat aku males dirumah." (S1/W2/120-125)*

*"Akuni dulu punyo pacar, aku nak ngelamar dio, la siap galo-galo... ternyata wongtuonyo dak setuju samo aku. Ruponyo dio cerito dengan ibuknyo kalo aku pernah di rehab." (S1/W1/133-137)*

*"dan katonyo dio nak dilamar wong laen, hasil jodohan ayahnyo. Disitu aku bener-bener jatuh nian..." (S1/W1/141-143)*

Informan mengatakan bahwa jika terkait masalah keluarga, subjek sering mencetuskan kata-kata yang mengandung amibigu, namun subjek adalah orang yang tidak terbuka dikalangan sekitarnya.

*"...Nah kalo masalah keluarga sih, ado sekali duo kali dio nyeletuk tapi dia tidak terbuka." (IT1/W1/111-112)*

#### **f. Kegagalan Subjek dalam Regulasi Diri**

Subjek mengalami kegagalan dalam memproses respon dirinya untuk ke arah yang lebih baik. Hal ini karena subjek tidak siap dengan masalah yang ada di kehidupannya, dan subjek tidak bisa menyelesaikan emosi negatif yang ada pada dirinya dengan cara yang positif. Subjek tidak memiliki pengetahuan bagaimana cara mengatasi hal-hal tersebut, sehingga subjek merasa bahwa satu-satunya cara yaitu dengan menggunakan narkoba. Hal ini dinyatakan dalam wawancara sebagai berikut:

*"Yo aku dak siap dengan masalah yg ado. Tiap kecewa, marah, kesel aku dak biso ngatasinyo, aku dak tau cakmano ngatasinyo saat itu. Pikiran aku Cuma aku harus lari ke barang itu." (S1/W1/177-180)*

#### **g. Perubahan Pola Pikir Subjek Sebelum dan Sesudah Rehabilitasi**

Sebelum menjalankan Rehabilitasi, subjek memiliki pemikiran bahwa tidak ada orang yang benar-benar peduli dengan keadaan dirinya. Subjek sering menggerutu saat keluarga subjek mencoba menasehati subjek dan meminta subjek berhenti. Menurut subjek saat itu, subjek tidak menyusahkan keluarganya dan tidak meminta uang kepada keluarganya sehingga subjek merasa keluarganya tidak berhak mengatur hidupnya. Setelah menjalankan Rehabilitasi, subjek mulai memiliki pemikiran bahwa permasalahan sebenarnya berasal dari dirinya sendiri, bukan dari keluarganya maupun lingkungannya. Hal ini dituturkan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Aku ngeraso yo apo peduli kalian samo aku? Apo aku pake duit kalian? Kapan kumpul, kalian nak sidang aku. Pikiran dulu kan cakitu bekas makek. Kacau lah masih pikirannyo..." (S1/W2/230-233)*

*"...Cuma aku la sadar bahwa permasalahan pake tuh Cuma berasal dari diri aku. Jadi self-talk tadilah yang nyadarke aku, bahwa akunilah permasalahannyo" (S1/W2/331-333)*

#### **h. Tujuan yang ingin Subjek Capai**

Subjek tidak ingin kembali tergiur dengan narkoba, subjek ingin berubah dan menggunakan kesempatan yang ia dapatkan saat ini karena menurutnya kesempatan dapat bertahan *clean* sangatlah langka sehingga subjek tidak ingin menyia-nyiakannya. Subjek juga merasa ilmu yang didapatkan sudah dikategorikan cukup, sehingga ia

ingin benar-benar fokus berubah. Selain itu, tentunya tujuan utama subjek adalah menjaga pemulihan selamanya. Subjek pun sudah mengatur rencana yang akan ia lakukan dan kejar saat ia telah siap keluar dari dunia Rehabilitasi yaitu rencana pertama, subjek ingin bekerja di BNP Kabupaten Pali. Rencana kedua, subjek ingin merealisasikan keinginannya membuka Rehabilitasi di Kabupaten Pali, demi membantu teman-teman yang masih terjerat Narkoba, kemudian rencana yang terakhir, jika kedua rencana sebelumnya tidak dapat tercapai maka subjek akan kembali bekerja di bagian administrasi seperti sebelum-sebelumnya. Hal ini dinyatakan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"...Cuma yang pasti bekomitmen, dak bakal teulang lagi yang dulu-dulu. Karno kesempatan itukan langkah, terus ilmu yang ku ado la dikategorike cukup."*  
**(S1/W3/507-510)**

*"... yang pasti selamonyo jago pemulihan aku."*  
**(S1/W3/447-448)**

*"...Planning A, kalo kapolres disano buka, BNP ado, mungkin kesano. Planning B, mungkin buka rehab dewek, ngajuke proposal ke pemerintah disano. Rencana C, yo balek gawe lamo. bukan gawe pake barang itu hahaha begawe bagian administrasi lagi, ntah dimano..."* **(S1/W3/443-447)**

Menurut Informan, setiap pecandu pasti menginginkan pemulihan yang bersifat selamanya karena pemulihan adalah perjalanan yang sangat panjang.

*"... mantan pecandu maksudnya. Pasti tujuan utamanya jago pemulihan, karno recovery is a long*

*journey...Mereka nih jugo pasti pengen masa depan yg lebih baik. " (IT1/W1/153-156)*

**i. Pemahaman Subjek terhadap Diri Sendiri**

Subjek merasa belum sepenuhnya mengenal dirinya sendiri, namun jika harus dijabarkan, subjek mengetahui kurang lebih yang ada pada dirinya. Terutama kekurangan yang ada pada diri subjek, yaitu menurut subjek dirinya adalah orang yang pemalas, suka menunda-nunda waktu, sering menegur kesalahan orang lain secara langsung, subjek juga merasa ia adalah orang yang susah fokus dan sering merasa kesal dengan siapapun yang perilakunya menurut dia salah. Subjek juga sering merasa kesal hingga terbawa ke dalam mimpinya. Jika kesal dengan seseorang, maka subjek harus menyampaikan hal tersebut dengan yang bersangkutan, jika tidak maka rasa kesal tersebut akan terus berada dalam pikirannya. Hal tersebut dilakukan subjek agar ia tidak terus menerus memendam perasaannya. Subjek juga mengakui bahwa dirinya cukup ceroboh dalam mengerjakan sesuatu, juga keras kepala dan egois.

Selain mengenali kekurangan yang ada. Subjek juga menyadari beberapa kelebihan yang dimilikinya, yaitu bertanggung jawab, teliti, kritis dalam menyikapi suatu hal, cepat mencerna ilmu pengetahuan, dan mudah bergaul. Subjek juga mulai memiliki kelebihan yang sebelumnya adalah kekurangannya yaitu menjadi pribadi yang terbuka, dan tidak memendam masalah ataupun emosi negatif yang dirasakannya. Hal tersebut dinyatakan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Belum.. kiro-kiro 52%" (S1/W3/379)*

*"... males , nunda-nunda waktu... Cerewet kali e.. trus susah fokus. terus, ringaman. [Kesal/Sebel]"*

**(S1/W3/386-391)** "...Tapi kalo aku kesel samo wong trus belom ku sampeke yo kepikiran aku sampe tebawa mimpi... ceroboh, trus keras kepala, egois."  
**(S1/W3/393-397)**

"...Kan aku lebih banyak mendem... larinyo jadi pake narkoba." **(S1/W3/541-543)**

"Tanggung jawab, teliti, kritis, cepet nangkep, mudah begaul penyayang, setia... apobe masalah ketika keluarga nelfon, mereka nanyo, itu aku jujur terus. Karno aku tuh dulu tetutup wongnyo." **(S1/W3/399-404)**

Hal ini sesuai dengan yang Informan sampaikan kepada Peneliti yaitu:

"... kalo masalah emosi masih labil jugo..."  
**(IT1/W1/136-138)**

"...A tuh jugo agak keras kepala, dengan wong wong tertentu..." **(IT1/W1/144-145)**

"...ketika dio dikasih tanggung jawab, dio bener bertanggung jawab. Meskipun dia suka sakit karna penyakit penyerta, dia tetap kerjakan." **(IT1/W1/145-147)**

#### **j. Titik Kesadaran Subjek untuk Berubah**

Subjek mulai menyadari ingin berubah pada saat ia mulai sering melakukan *Self-Talk*, subjek sadar bahwa ia telah banyak menghabiskan harta yang dimilikinya maupun harta yang dimiliki orang tuanya, sudah banyak menyusahkan keluarganya dan juga subjek sangat berkeinginan memiliki masa depan yang lebih baik. Kembali menata masa depan

yang sempat ia hancurkan sendiri. Hal ini subjek tuturkan dalam wawancara sebagai berikut:

*"Self-talk yg aku ceritoke tuh. Aku sadar aku la banyak ngabiske harto bendo, aku la banyak nyusahke. Dan aku jugo nak punyo masa depan, siaposih yang dak pengen? Aku pengen tata lagi masa depan aku yg sempet ku buyarke." (S1/W3/551-555)*

#### **k. Motivasi Subjek untuk Mencapai Tujuan**

Motivasi subjek semakin kuat karena subjek sering bercerita dengan adiknya dan bergurau dengan adiknya disela-sela bercerita. Subjek juga termotivasi karena ia sudah lelah menjalani hidup bertahun-tahun sebagai pecandu dulunya. Hal ini dinyatakan subjek dalam wawancara sebagai berikut:

*"...Cuma kemaren ado penguat dari adek. Yo apolah biar tahan disini, cak 3 tahun 5 tahun. Ay ujiku lamo hahahahaha.. cerito ke dio tulah aku." (S1/W3/520-522)*

*"... aku la capek cakini, aku la dak galak lagi sampe harto bendo tuh abes galo. Itulah. La ku sadari pulo kan kalo masalah tuh berasal dari diri aku. Yang penting aku bekomitmen." (S1/W3/546-549)*

#### **l. Upaya Subjek dalam Regulasi Diri**

Subjek tidak lagi tergiur dengan pengaruh teman lingkungannya di Kabupaten Pali, karena saat ia pulang ke daerahnya ia tidak merasa terpancing ingin kembali memakai narkoba. Subjek juga menghindari banyak perbincangan dengan temannya agar tidak terlalu akrab lagi. Subjek yang dulunya adalah orang yang cukup tertutup dan selalu memendam segala sesuatu seorang diri, sekarang subjek mulai terbuka dengan keluarganya, sehingga segala sesuatu

permasalahan ataupun rencana yang ingin subjek capai diketahui oleh pihak keluarganya. Subjek berpikir saat ini ia dapat merencanakan, namun saat ia berada di keadaan yang sebenarnya maka subjek baru dapat langsung melaksanakan semua rencananya. Subjek juga berupaya dengan cara berkomitmen pada diri sendiri, bahwa ia tidak akan mengulangi kesalahan-kesalahan yang dulu ia lakukan. Upaya selanjutnya yang saat ini subjek lakukan adalah dengan menetap di Pusat Rehabilitasi Ar rahman Palembang sembari ia mempersiapkan diri untuk terjun ke dunia di luar Rehabilitasi, subjek merasa bahwa Rehabilitasi adalah lingkungan yang aman dan mendukungnya dalam proses pemulihan dan berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Hal ini subjek tuturkan dalam wawancara sebagai berikut:

*"Kalo masalah tekanan atau test power istilahnyo tu, kakak kan kemaren sering balek ke Pali. 3 mingguan lah balek. Biaso-biaso bae, dak ado masalah. Kalo kawan, pake alesan bae, yang penting aku dak ngobrol samo dio." (S1/W3/497-500)*

*"Yo aku minta tolong samo keluarga, samo adek aku itu tadi." (S1/W3/504-505)*

*"Iyolah kito Cuma nunggu, pas waktunyo tiba, action. Itu bae lah." (S1/W3/528-529)*

*"Cuma yang pasti bekomitmen, dak bakal teulang lagi yang dulu-dulu." (S1/W3/507-509)*

*"Aku disuruh nunggu. Keinginan aku galo-galo tadi sudah tesampeke galo ke keluarga, disuruh nunggu, disuruh tahan dulu disini. Sampe Pali bekembang.*

*Disini jugo kan circle yg aman buat aku, jadi aku biso terus nunggu sambil siapke diri..." (S1/W3/438-442)*

## **Subjek DSL**

### **a. Latar Belakang Subjek**

Subjek berasal dari Kota Lubuk Linggau, Sumatera Selatan. Subjek berusia 28 Tahun saat ini. Subjek juga berstatus sudah pernah menikah namun bercerai dengan mantan istrinya dan memiliki satu anak laki-laki. Orang tua subjek berada di Kota Lubuk Linggau, sedangkan subjek memiliki rumah dari pemberian orang tuanya di Jl. Bagelen, kota Palembang. Anak subjek saat ini diasuh oleh orang tua subjek di Lubuk Linggau. Pendidikan terakhir adalah SMA, subjek pernah kuliah namun ia tidak menyelesaikan perkuliahannya dalam artian ia berhenti tanpa pemberitahuan. Subjek sebelum berada di Rehabilitasi Ar Rahman, bekerja di Bawaslu kota Palembang. Subjek juga merupakan anak ketiga dan laki-laki satu-satunya dari 4 bersaudara. Hal ini subjek nyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"...nama saya DSL, asal saya dari kota Lubuk Linggau, 19 Maret 1991, pendidikan terakhir saya SMA. Kuliah ga tamat. Alamat saya, rumah orang tua di Lubuk Linggau, kalo rumah di palembang di jalan Bagelen..." (S2/W1/22/26)*

*"Saya cerai sama istri, punya anak satu, masih kecil, laki-laki. Di urus sama orang tua saya di linggau." (S2/W1/34-35)*

*"...Pekerjaan, saya dulu di Bawaslu Kota, lama dulu saya disana." (S2/W1/31-32)*

*"4. Saya punya 2 kakak cewek, 1 cewek. Saya anak laki-laki sendiri, nomor 3." (S2/W1/37-38)*

Hal ini selaras dengan ungkapan Informan bahwa subjek telah pernah menikah dan memiliki anak satu, sebagai berikut:

*"...Sudah pernah menikah, anaknya satu.."  
(IT1/W1/158-159)*

#### **b. Kegiatan Sehari-hari Subjek**

Kegiatan sehari-hari subjek di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman yaitu menjalankan tugas piket yang sudah ditetapkan, membantu pihak Rehabilitasi, dan terkadang subjek izin pulang kerumahnya jika Anak dan Orang tuanya sedang berada di Palembang. Hal ini dituturkan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Ya ginilah adanya yas.. kalo piket ya saya piket di MOD, kalo ga, ya ngapain aja yg penting bantu yg bisa dibantu. Kalo orang tua kesini, saya home leave ke kenten, nemuin anak paling sehari dua hari."  
(S2/W1/40-43)*

#### **c. Riwayat dan Faktor Subjek Memakai NAPZA**

Subjek telah mengenali narkoba sejak ia berada di Sekolah Menengah Pertama (SMP), tepatnya saat subjek kelas 2 SMP. Subjek mencoba memakai narkoba karena terpengaruh lingkungan pertemanan, subjek meniru apa yang dilakukan temannya sehingga saat itu subjek mencoba memakai narkoba jenis Ganja. Subjek mengaku bahwa ia kecanduan narkoba jenis ganja, sabu-sabu dan inex namun subjek merasa lebih menyukai Ganja dari pada sabu dan inex. Pada saat mulai kecanduan, subjek memakai narkoba rutin setiap akan pergi ke sekolah, namun subjek memakai narkoba tersebut di

lingkungan luar sekolah. Pemakaian sabu yang terlalu banyak subjek pakai menimbulkan halusinasi pada dirinya, ia merasa hewan-hewan yang dilihatnya seperti terus menerus mengejek dirinya. Subjek juga mengalami perubahan emosional yang tidak stabil semenjak ia kecanduan sabu-sabu, sehingga menurut subjek semakin sering memakai sabu-sabu semakin tidak terkontrol pula perilaku yang ada pada diri subjek. Hal ini subjek nyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"...saya pake narkoba itu karena pergaulan, ikut-ikutan teman..." (S2/W1/46-47)*

*"...Mulai dari SMP kelas 2..." (S2/W1/48-49)*

*"Iya saya Cuma pake ganja, sabu, inex. Tapi saya lebih suka ganja. Inex itu jarang banget lah." (S2/W1/449-450)*

*"...waktu SMA... saya tiap mau berangkat sekolah pake dulu. Tapi pakenya di luar sekolah..." (S2/W1/87-89)*

*"...yg saya pake waktu itu, rasanya saya berhalusinasi, ngeliat binatang kayak ngata-ngatain saya gila..." (S2/W1/121-126)*

Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Informan, bahwa subjek karena lingkungan dan pemakaiannya yang terlalu banyak sehingga ia berhalusinasi. Berikut:

*"...karno pemakaian dio... begitu banyak... Dio pernah ngalami halusinasi sejauh itu, dan minum obat psikiater..." (IT1/W1/160-162)*

#### **d. Proses Rehabilitasi Subjek**

Subjek telah menjalani 3 kali rehabilitasi, namun hanya rehabilitasi yang terakhir subjek jalani hingga program selesai. Pada saat rehabilitasi yang terakhir, subjek tersentuh dengan adanya kegiatan renungan. Kegiatan tersebut dilakukan untuk mengungkapkan permasalahan yang disesali para residen, subjek sempat menangis pada saat kegiatan tersebut. Disela menangis, subjek sempat bingung dengan keadaan dirinya yang saat itu dapat menangis dan tertawa dalam waktu yang sangat dekat, subjek mengaku ia tertawa dengan sangat puas melihat temannya menangis. Kemudian subjek berkonsultasi dengan seorang Psikolog terkait keadaannya yang membingungkan tersebut, Psikolog tersebut mendiagnosa subjek terkena Bipolar. Setelah itu, subjek mendapatkan *treatment* atau perlakuan untuk emosinya yang tidak stabil dari seorang konselor. *Treatment* tersebut berupa membaca buku sebuah buku dengan judul *Emotional Healing*, subjek diminta untuk membaca, menerapkan juga menyimpulkan hasil yang subjek baca dari buku tersebut kepada Konselornya. Pada saat di rehabilitasi dengan *treatment* tersebut, subjek merasa ia mulai dapat mengendalikan emosinya yang tidak stabil dengan cara menyadarkan diri sendiri apabila perilakunya sudah berlebihan. Hal ini subjek tuturkan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"3 kali saya rehabilitasi..." (S2/W2/524)*

*"Mengungkapkan permasalahan yang kita sesali." (S2/W2/556)*

*"Nangis saya..." (S2/W2/560)*

*"... Pas giliran temen saya yang nangis, saya ketawatawa liatnya." (S2/W2/560-562)*

*"Saya ceritain ke Psikolognya. Dia bilang namanya itu Bipolar lah namanya." (S2/W2/579-580)*

*"...Setelah konsultasi, saya dikasih buku namanya Emotional Healing..." (S2/W2/632-634)*

*"Berhasil... meskipun saya masih emosi tapi udah inget. Oh ini udah kelewatan... Jadi lebih cepet sadarnya." (S2/W2/645-647)*

**e. Faktor Subjek Kembali Menggunakan NAPZA**

Sebelum kembali menggunakan narkoba, subjek sempat *clean* karena menjalankan rehabilitasi namun saat subjek keluar dari rehabilitasi, ia tidak dapat menjaga pemulihannya. Hal ini disebabkan oleh faktor permasalahan rumah tangga yang dialami subjek. Subjek sering merindukan anaknya dan juga subjek sering memikirkan keadaan mantan istrinya yang saat itu sering pulang-pergi Palembang, subjek berpikir mantan istrinya sudah mendapatkan pengganti dirinya. Subjek tidak dapat mengatur pikiran dan perasaannya akan hal tersebut sehingga kembali menggunakan narkoba dan mabuk. Selain itu, subjek memiliki teman kantor yang juga adalah sesama pemakai. Subjek tidak dapat menahan godaan dari teman-temannya tersebut. Hal ini subjek nyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Saya kan kangen anak, trus kepikiran juga...denger istri bolak balik ke Palembang... Apa nemuin pacarnya. Buat nge-handle feeling ini tadi akhirnya ikut mabok dan pake lagi." (S2/W1/503-507)*

*"...Emang, mereka dahsyat banget ngegoda saya..." (S2/W1/495-497)*

Sesuai dengan informasi yang peneliti dapatkan dari informan bahwa subjek kembali menggunakan narkoba karena permasalahan pernikahannya.

*"...Dio relapse itu kan karno masalah pernikahan dio."*  
**(IT1/W1/170-171)**

#### **f. Kegagalan Subjek dalam Regulasi Diri**

Subjek mengalami kegagalan regulasi diri yang mana saat itu subjek menjalani rehabilitasi namun tidak ada perubahan yang berarti dalam diri subjek. Subjek merasa dari mulai saat ia baru masuk rehabilitasi hingga saat ia keluar, tidak ada perubahan yang terlihat jelas dari perilakunya. Terlihat bahwa usaha-usaha yang membawa subjek tidak berhasil dilakukannya. Subjek merasa bahwa program rehabilitasi yang dijalankannya tidak begitu memberi pengaruh pada dirinya. Hal ini dinyatakan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"... Dari awal masuk gini, ya keluaranya juga gini. Jadi saya tuh ga ada perubahan yang pragmatis, atau perubahan yang signifikan itu ga ada dari tingkah laku, perilaku..."* **(S2/W2/592-595)**

#### **g. Perubahan Pola Pikir Subjek Sebelum dan Sesudah Rehabilitasi**

Sebelum menjalani rehabilitasi, subjek merasa bahwa semuanya yang terjadi adalah karena salah orang lain. Namun setelah menjalani rehabilitasi sebanyak 3 kali, subjek mulai berpikir bahwa permasalahan yang sebenarnya adalah pada dirinya sendiri. Subjek juga berpikir bahwa ia semakin ingin mencari solusi yang tepat dan sesuai dengan pikiran dan perasaannya. Hal ini subjek tuturkan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Karna permasalahan itu berasal dari diri saya...Kalo dulu kan belum sadar, rasanya salah semua orang..."*  
**(S2/W3/859-863)**

*"...semakin ingin cari solusi gitu. Semakin ingin cari-cari terapi yang sesuai pikiran..."* **(S2/W3/867-868)**

#### **h. Tujuan yang ingin subjek capai**

Tujuan utama yang ingin subjek capai tentunya adalah ingin mempertahankan pemulihannya sampai akhir hayatnya. Setelah melewati proses yang sempat menjauhkan dan melupakan subjek terhadap anaknya, subjek ingin fokus dan memikirkan tentang masa depan anaknya. Subjek ingin menabung untuk masa depan anak, meskipun menurutnya hal tersebut adalah pemikiran yang terlalu jauh namun dengan memikirkan anak dapat berpengaruh positif terhadap subjek. Subjek juga ingin kembali mengejar dan menekuni pekerjaan yang ia sukai, yaitu berada di bidang Pemilihan Umum. Hal ini subjek nyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Saya pengen mempertahankan pemulihan saya sampai ...akhir hayat lah."* **(S2/W3/829-830)**

*"...Saya mikirnya jauh tentang masa depan anak saya...buat dia nanti besarnya mau jadi apa...positif dampaknya buat saya..."* **(S2/W3/833-836)**

*"...Saya mau kembali ke bidang pemilu, saya kan memang dari dulu selalu berkecimpung disana..."*  
**(S2/W3/882-884)**

Hal inipun sama yang dirasakan oleh subjek seperti subjek AS sebelumnya. Diperkuat oleh pernyataan Informan:

*"...setiap... mantan pecandu... tujuan utamanya jago pemulihan, karno recovery is a long journey..."*  
**(IT/W1/153-155)**

**i. Pemahaman Subjek Terhadap Diri Sendiri**

Subjek cukup mengenali dirinya, sehingga subjek mengetahui kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Kelebihan yang dimiliki subjek yaitu ia dapat mempertahankan pemulihannya hingga saat ini, subjek merasa ia lebih mementingkan kepentingan orang lain dari pada kepentingan dirinya sendiri. Kekurangan yang menurut subjek dimilikinya adalah subjek kurang bisa mengendalikan dan menyembunyikan perasaan yang dirasakannya. Subjek juga merasa ia adalah orang yang mudah marah, kesal, mudah terbawa suasana dan mudah terpengaruh hal-hal yang negatif. Subjek juga merasakan bahwa dirinya kurang bisa mengatur permasalahan yang ada, kurang bisa menerima tekanan. Hal ini dituturkan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"... Kelebihan saya bisa mempertahankan pemulihan saya sampai saat ini... trus kelebihan saya, saya bisa mementingkan orang lain daripada diri saya..."*  
**(S2/W3/770-773)**

*"...saya itu kurang bisa meng-handle feeling, kurang bisa menyembunyikan feeling, kurangnya mudah emosi.. trus mudah terbawa suasana, trus mudah terpengaruh hal-hal negatif, kurang hati-hati, trus kurang bisa manage masalah, kurang bisa menerima tekanan..."* **(S2/W3/779-784)**

Menurut Informan, subjek adalah orang yang menghargai orang lain meskipun ia lebih tua daripada

orang tersebut. Subjek juga bertanggung jawab meskipun ia terlalu santai.

*"...sebenarnya dia itu lebih tua dari saya tapi dia tetep respect." (IT1/W1/163-164)*

*"...Tetep responsible, dia itu terlalu santai..." (IT1/W1/174)*

#### **j. Titik Kesadaran Subjek untuk Berubah**

Titik kesadaran subjek adalah saat subjek mengingat anaknya. Subjek mengaku sering menangis jika teringat anak. Subjek merasa bersalah karena subjek pernah sholat dan memohon doa kalau subjek tidak akan kembali memakai narkoba jika hak asuh anak sudah jatuh kepadanya. Hal ini subjek nyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Karna saya sering nangis kalo inget anak. Karna saya pernah sholat doanya itu adalah saya ga akan pake lagi kalo anak sudah ada di tangan saya." (S2/W3/704-706)*

#### **k. Motivasi Subjek untuk Capai Tujuan**

Subjek mulai memiliki motivasi mengingat bahwa ia tidak ingin anaknya mengalami hal yang sama, ia tidak ingin anaknya meniru perbuatan buruk yang sudah ia perbuat. Subjek menerapkan pemikiran seperti itu agar ia terus termotivasi, karena semangat dan motivasinya berasal dari anaknya. Hal ini dinyatakan dalam wawancara sebagai berikut:

*"Anak itu pasti. Anak saya. karna ketika ditanya apakah mau keturunan kita ngikutin apa yang kita lakuin, kita pasti ga mau kan. Buat pikiran gitu." (S2/W3/700-702)*

"..Anak. Semua karna anak saya, semangat saya pun karna dia.." (S2/W3/875-876)

### **I. Upaya Subjek dalam Regulasi Diri**

Upaya yang dilakukan subjek yaitu salah satunya subjek mengatur emosi dengan kegiatan religi. Saat subjek merasa bahwa emosinya sudah diluar batas kemampuannya, subjek langsung melaksanakan ibadah sholat. Menurut subjek jika ia sholat, maka ia dapat kembali merasakan emosi yang tenang dan datar. Subjek juga terkadang meluapkan emosi dengan cara berbicara dengan diri sendiri mengungkapkan segala sesuatu yang menjadi akar amarahnya. Subjek mencoba tidur dalam mengalihkan amarah, juga subjek sedang mencari hobi apa yang dapat ia tekuni. Cara lain yang ampuh bagi subjek adalah dengan melihat koleksi foto dan video anak yang ada di *handphone* subjek. Selain itu, upaya yang dilakukan subjek adalah subjek menanamkan pemikiran bahwa ia berada di Rehabilitasi Ar Rahman yang mana tempat aman untuk dirinya, Rehabilitasi Ar Rahman menghimbau siapapun untuk tidak menggunakan narkoba, dan yang mendeklarasikan bahaya narkoba, sehingga subjek terpacu untuk tidak ingin kembali memakai narkoba. Subjek juga sudah mengenali dampak bahaya dari narkoba, subjek tau bahwa hati dan pikirannya sudah menolak hal tersebut. Subjek tau jika ia terus memakai narkoba maka ia bisa gila. Menurut subjek, mengatur pikiran diri sendiri sangatlah penting, hal tersebut ia terus terapkan dengan dibantu juga oleh perasaan yang ada pada dirinya, sehingga *sinkron*. Jika ada pengaruh yang membuat subjek merasa berbahaya dengan keadaan tersebut, maka subjek mencoba menganalisa pengaruh yang ada dan apa yang harus dilakukannya. Subjek mengetahui kekurangannya adalah tidak bisa menghadapi masalah, maka dari itu jika subjek ada permasalahan dengan seseorang, subjek akan terus bahas

masalah tersebut sampai tau titik terang dan solusi dari permasalahan tersebut. Hal ini dinyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"...saya kalo saya rasa udah parah, saya langsung sholat. Misal siang, belum sholat, saya sholat. Kalo saya udah keliat mau marah, saya suka ngoceh sendiri, gerem sendiri, teriak teriak ngoceh sendiri, itu saya lariin ke sholat. Biar saya datar lagi, flat lagi."*  
**(S2/W2/617-621)**

*"...Ya saya tidur. Jadi saya cari hobi juga, tapi saya belum nemu hobi saya apa. Jadi.. ga ada, paling ke anak tulah. Liat foto anak, video anak."*  
**(S2/W2/653-656)**

*"...saya berada di circle yang aman, yang menghimbau untuk tidak pakai narkoba, saya ada di lingkungan yang mendeklarasikan narkoba itu berbahaya, memerangi narkoba, jadi saya terpacu gamau pake..."*  
**(S2/W3/677-681)**

*"...Saya udah tau efeknya kan, di hati dan pikiran saya udah ga mau, kalo di terusin udah tau akibatnya bisa gila. Itu yang buat saya jadi ga mau..."*  
**(S2/W3/693-695)**

*"...Dan kita mempengaruhi pikiran kita sendiri dengan pikiran kita. Dan dibantu oleh hati, biar sinkron. Gitu."*  
**(S2/W3/696-697)**

*"...Saya teliti dulu ini pengaruhnya apa, saya cari solusinya, apa dulu yang harus saya handle. Apa feeling saya atau orangnya yang harus saya hindari. Solusinya*

*tuh keluar dari pertimbangan-pertimbangan..."*  
**(S2/W3/803-806)**

*"...saya nutupinnya tuh saya kan ga suka lari dari masalah. Jadi harus dibahasssss terusss sampe tuntas, hancurnya dimana, titik terang nya dimana. Cuma klo saya salah ya saya langsung benarkan dan langsung respect..."* **(S2/W3/819-823)**

## **Subjek KPW**

### **a. Latar Belakang Subjek**

Subjek lahir dan dibesarkan di Kota Palembang, subjek berumur 20 Tahun. Subjek juga sebelumnya tinggal bersama kedua orang tuanya di Kecamatan Plaju. Ayah subjek adalah seorang mualaf, sedangkan subjek, ibunya dan adiknya beragama Islam. Subjek memiliki 1 kakak tiri perempuan dan 1 adik kandung perempuan. Subjek sempat bersekolah di SMA Methodist selama 1 tahun kemudian subjek pindah bersyarat ke SMA Methodist 3 hingga lulus. Hal ini dinyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"...namo KPW... Palembang 11 April 1999... pendidikan SMA yas terakhir. Sma nih 2 kali...Jadi 1 tahun di Methodist 2, 2 tahun di Methodist 3."* **(S3/W1/26-31)**

*"3. aku punyo kakak beda emak, bini papa aku yg pertamo tuh meninggal abis ngelahiri kakak. Papa aku nikah sm mak aku, mualaf, aku anak pertamonyo, aku jugo punyo adek cewek sikok."* **(S3/W1/35-48)**

*"Di plaju, jl. Ahmad Yani. Di Polsek Sekta 6.. Rumah wong tuo..."* **(S3/W1/40)**

Sesuai dengan informasi yang peneliti dapatkan dari Informan, bahwa ayah subjek merupakan mualaf, dan ia memiliki kakak perempuan berbeda agama.

*"...dia tuh ayahnya mualaf kan, ayuk kandungunya itu, masih kristen.. itu bae kok..." (IT/W1/48-49)*

#### **b. Kegiatan Sehari-hari Subjek**

Kegiatan sehari-hari subjek yaitu menjalankan tugas piket, membantu pihak Rehabilitasi dalam hal mengawasi kegiatan klien, serta mengikuti kegiatan dzikir di Majelis. Terkadang subjek izin untuk pulang kerumah selama sehari atau dua hari. Subjek juga rutin mengikuti kegiatan bersih-bersih setiap pagi. Hal ini dinyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Piket yas, ngawasi klien, ikut dzikir di majelis. Kalo lagi biso balek, balek kerumah cak sehari apo duo hari. Trus bersih-bersih tiap pagi." (S3/W1/44-46)*

#### **c. Riwayat dan Faktor Subjek Memakai NAPZA**

Subjek mengenal dan mencoba narkoba saat ia berada di bangku Sekolah Menengah Pertama atau SMP kelas 3. Subjek mencoba narkoba karena terpengaruh lingkungan pertemanannya yang merupakan pecandu narkoba. Subjek pun merasa temannya memakai narkoba jadi terlihat sangat gagah dan berani, sehingga subjek juga tertarik dan ingin seperti temannya. Subjek meminta kepada temannya untuk dicarikan narkoba. Jenis narkoba yang subjek pakai adalah sabu-sabu dan inex, subjek pernah mencoba narkoba jenis Ganja namun menurutnya tidak cocok dengan dirinya. Saat subjek sudah mencoba sabu-sabu, efek pertama kali yang dirasakan adalah gemetar. Subjek berpikir bahwa gemetar tersebut karena keinginan badan yang ingin mengonsumsi sabu-sabu lagi,

kemudian subjek kembali memakai dan efek gemetar tersebut hilang. Pada saat itu subjek mulai terbiasa menggunakan sabu-sabu sebagai obat apapun penyakit yang ada seperti flu, demam, dan lain-lain. Subjek yang sebelumnya memakai narkoba adalah anak yang beprestasi, saat mulai menjadi candu subjek tidak lagi berprestasi. Hal ini dinyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Pake narkoba itu...Smp kelas 3." (S3/W1/48-49)*

*"...Cuma karno lingkungan...kawan-kawan." (S3/W1/51-52)*

*"...akutuh nyingok...kawan aku, diotu pakek narkoba...ngelawan nian...aku chat dio, aku omongke akuni banyak nian musuh, cubo cakmano? Aku jingok disaat kau pake sabu kau cak melawan nian. Dari situlah laju..." (S3/W1/70-74)*

*"...beli lagi aku, ilang efek gemeternyo, oh berarti ini penyebabno kato aku tu kan...efek pertama kali mungkin kan...kebiasaan, badan lesu dikit, pilek teros, istilah aku tuh dulu obat segala penyakit." (S3/W1/96-100)*

*"Iyo.. aku candu pake sabu samo inex..." (S3/W1/225-226)*

*"...ngaji la lupu...kan ado kelas unggulan.. jadi ranking 31 saat itu. Padahal kelas 7 samo 8, aku tu ranking 1 2 3 teros." (S3/W1/103-105)*

Menurut informasi yang didapatkan, Informan mengatakan bahwa pemakaian narkoba subjek selama

3 tahun. Subjek juga memang benar karna terpengaruh lingkungan pertemanan.

*"...dio pake itu sekitar selama 3 tahunan..."*  
**(IT1/W1/14)**

*"...Tapi kalo K, jelas dia pake karna garagara lingkungan, berawal dari temen..."* **(IT1/W1/11-12)**

#### **d. Proses Rehabilitasi Subjek**

Subjek hanya menjalankan rehabilitasi sebanyak satu kali. Pada saat menjalani rehabilitasi, subjek fokus meresapi kegiatan Religi yang ada seperti sholat 5 waktu, mengaji dan dzikir. Subjek juga merasa tersentuh dengan adanya kegiatan religi seperti Dzikir. Pada saat subjek mengikuti dzikir, subjek menangis dan menyesali perbuatannya yang tidak baik. Subjek menjalani program dengan serius, sehingga perkembangan yang dialami subjek pun termasuk pesat. Subjek merasa jika ia sudah menjalani rehabilitasi maka harus ada ilmu yang didapatkannya. Hal ini dituturkan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Cuma sekali yas.."* **(S3/W2/289)**

*"Sholat 5 waktu, ngaji. Religi-nyo yang bro ambek."*  
**(S3/W2/319)**

*"Awal dzikir pasti... tekeluar segalo banyu mato. Nyeselnyo, banyaklah..."* **(S3/W2/331-332)**

*"...alhamdulillah perkembangan aku disini pesat, aku dak pernah buat masalah... Jadi bukan sekedar jalan-jalani bae, harus ado yg aku dapet."* **(S3/W2/344-347)**

Menurut Informasi yang peneliti dapatkan dari Informan, bahwa subjek memang tidak pernah berulah hal yang diluar aturan. Subjek benar-benar meresapi terapinya selama saat ia rehabilitasi.

*"...Dio emang ngeresapi terapi yg ado disini..."*  
**(IT1/W1/21-23)**

#### **e. Faktor Subjek Kembali Menggunakan Narkoba**

Sebelum menjalani rehabilitasi, subjek sempat bersih dari narkoba selama 1 tahun karena saat itu subjek dipindahkan ke Perumnas, namun subjek kembali tergiur menggunakan narkoba dikarenakan subjek bertemu temannya yang sebelumnya sering menggunakan narkoba bersama dengannya. Tepat pada saat perayaan tahun baru subjek bertemu dengan temannya di gang dekat rumah subjek, sehingga tanpa basa-basi ia dan teman-temannya kembali membeli dan memakai bersama sabu-sabu tersebut. Hal ini dinyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*".... Setahun aku sekolah di perum, itu kelas 11, berenti pake aku setahun..."* **(S3/W1/168-169)**

*"...2 kawan aku...balek pas malem tahun baru... Ketemu di lorong... laju ngambek barang..."*  
**(S3/W1/185-187)**

#### **f. Kegagalan Subjek dalam Regulasi Diri**

Subjek mengalami *Misregulation* yang mana subjek tidak mengerti cara menolak ajakan teman-temannya untuk menggunakan narkoba. Subjek menyadari saat ia bersih dari narkoba selama 1 tahun tidak memberikan pembelajaran apapun kepadanya, sehingga menjadi sia-sia dan gagal. Subjek juga mengalami kegagalan dalam mengedukasi dirinya

mengenai narkoba, karena subjek terus menerus menjadi kebiasaan setiap saat ia merasa sakit maka ia mengkonsumsi narkoba. Hal ini dinyatakan subjek dalam wawancara sebagai berikut:

*"...saat itu aku dak paham caro nolak kawan. Jadi selamo setahun aku clean tuh sio-sio bae... dak katek pembelajaran apo apo." (S3/W1/196-198)*

*"...Laju kebiasaan, badan lesu dikit, pilek teros, istilah aku tuh dulu obat segala penyakit..." (S3/W1/99-100)*

#### **g. Perubahan Pola Pikir pada Subjek sebelum dan sesudah Rehabilitasi**

Subjek menyadari adanya perbedaan pola pikir dan cara bekerja otak saat menjadi pecandu, sebelum, maupun setelah menjalani rehabilitasi. Subjek menyadari bahwa saat ia belum mencoba narkoba, cara bekerja otaknya lebih jernih daripada sekarang saat ia sudah berstatus mantan pecandu. Jika sebelum rehabilitasi, subjek tidak bisa mencegah dirinya untuk melakukan perbuatan yang tidak baik. Sekarang saat subjek telah selesai menjalani program, subjek memang masih teringat perilakunya saat ia menjadi pecandu, namun saat ini subjek sudah bisa mencegah dirinya agar tidak kembali tergiur. Hal ini dinyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"... Kalo dulu tu kan pikiran masih jernih, belum tecampur narkoba yas. Kalo sekarang nih, masih adolah siso-siso dikit...gawe dak bener tuh teinget. Cuma masih biso dicegah." (S3/W2/362-366)*

#### **h. Tujuan yang ingin Subjek Capai**

Seperti mantan pecandu lainnya, keinginan subjek ialah menjaga pemulihannya yang paling utama. Subjek juga ingin menjadi seseorang yang sukses menurut dirinya dan subjek ingin menjadi pribadi yang lebih baik daripada sebelumnya. Hal ini subjek nyatakan di dalam wawancara sebagai berikut:

*"...jago pemulihan aku...yg nomor satu."*  
**(S3/W2/436-437)**

*"...salah satunya nak sukses.."* **(S3/W2/435)**

*"...Jadi pribadi yg lebih baik jago pastinya..."*  
**(S3/W2/436)**

Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari Informan, bahwa subjek ingin kuliah namun belum ada pergerakan kuliah hingga saat ini.

*"... dio jago pengen kuliah, karno anaknyo pinter emang..."* **(IT1/W1/55-56)**

#### **i. Pemahaman Subjek terhadap Diri Sendiri**

Subjek mengerti dengan kekurangan yang dimilikinya yaitu mudah terpengaruh dengan lingkungan, dan juga subjek merasa dirinya adalah orang yang sangat pemalas. Selanjutnya kelebihan yang dimiliki subjek adalah ia dapat mengatasi kekurangan yang dimilikinya. Hal ini dinyatakan subjek dalam wawancara sebagai berikut:

*"...kekurangan aku... aku mudah terpengaruh..."*  
**(S3/W2/389-391)**

*"...pemales akuni.."* **(S3/W2/400)**

*"...pacak ngatasi kekurangan tadi..."* **(S3/W2/418-419)**

Berdasarkan hasil informasi dari Informan bahwa subjek juga cukup *moody* karena usianya yang masih labil, namun subjek adalah orang yang menghargai orang lain, mudah bergaul, dan beretika.

*"...mood-mood dio, biasolah usia labil..." (IT1/W1/27)*

*"...mudah bergaulah lah samo siapa bae..."  
(IT1/W1/19-21)*

*"...dio jugo anak yg beretika..." (IT1/W1/54)*

#### **j. Titik Kesadaran Untuk Berubah**

Subjek mulai memiliki kesadaran saat ia menyadari bahwa ia telah banyak menyusahkan orang tuanya, terutama ibunya. Saat menjadi pecandu, subjek kerap kali menipu ibunya agar mendapatkan uang untuk membeli narkoba. Hal ini dinyatakan dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*"...banyak nian sudah nyusahke wongtuo. Kesian nian samo emak akutu. Tiap hari bener keno tipu keno kola oleh aku..." (S3/W2/305-307)*

#### **k. Motivasi Subjek untuk Capai Tujuan**

Sosok ibu membuat subjek cukup kuat termotivasi untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Subjek merasa ibunya adalah segala-galanya dalam hidup. Penguatan lain yang membuat subjek termotivasi adalah karena subjek berada di Rehabilitasi Ar Rahman, yang mana jika ia *relapse* atau kekambuhan maka akan membuat dirinya sangat malu. Subjek juga berpegang teguh dengan prinsip yang dimilikinya, karna menurut subjek jika seseorang hanya ada niat tetapi tidak ada prinsip, maka hanya akan sia-sia usahanya. Berikut kutipan wawancara:

*"...aku mikirke emak aku... Kunci aku di mak aku  
tulah..." (S3/W2/358-359)*

*"...ado penguatan jugo karno aku ado disini. Kalo aku  
relapse rasonyo malu nian.." (S3/W2/359-360)*

*"...kalo ado niat, tapi katek prinsip, percuma. Niat bae  
kalo katek usaha..." (S3/W2/383-385)*

## **I. Upaya dalam Regulasi Diri**

Upaya yang dilakukan subjek adalah belajar mengatasi dirinya yang mudah terpengaruh dengan cara belajar kejam menghadapi klien yang saat ini aktif menjalani program di Rehabilitasi Ar rahman. Harapan subjek, jika ia bisa berlaku kejam, maka diluar rehabilitasi ia pun dapat menerapkan hal yang sama. Upaya lain juga dilakukan subjek dengan mengikuti dzikir secara rutin di Majelis. Subjek juga belajar beradaptasi dan kontrol diri selama tinggal di Ar rahman. subjek pun berusaha melawan rasa malas dengan cara bangun pagi, bersih-bersih lingkungan disekitar. Subjek sadar bahwa kelemahannya adalah mudah diajak orang lain, sehingga ia mengatasinya dengan cara menjauhi orang-orang yang memberikan pengaruh negatif pada dirinya seperti sekarang ia berlindung di Pusat rehabilitasi Ar Rahman.

Setiap mantan pecandu pasti dihantui stigma yang melekat pada diri mereka. Subjek berpikir bahwa ia harus menghadapi stigma yang ada dengan santai, karena jika stigma terlalu dipikirkannya, khawatir subjek akan kembali kesal dan menggunakan narkoba. Maka dari itu, subjek berusaha santai dan memberi respon gurauan setiap kali ia mendapat stigma dari keluarganya. Saat subjek dihadapkan pada permasalahan subjek biasanya memendam, namun jika sudah tidak bisa maka subjek akan ceritakan hal tersebut

kepada Ibunya karena subjek selalu terbuka kepada Ibunya.  
Berikut petikan wawancara:

*"...Jadi di rehab ini aku belajar kejam samo klien yg aktif program, biar tebiasa jugo cakitu di luar."*  
**(S3/W2/393-398)**

*"...ikut majelis dzikir pondok, la lamo gabung..."*  
**(S3/W2/472-474)**

*"...di tempat cakini harus biso kontrol diri... biso beradaptasi..."*  
**(S3/W2/420-422)**

*"...belajar melawan raso males... bangun pagi... sapu teras..."*  
**(S3/W2/400-402)**

*"...berarti aku harus ngejauh dulu dari wong itu, iyolah disini..."*  
**(S3/W2/431-433)**

*"...ku jawabi maen-maen biar dak nyesek di hati...Itu sebagai latian aku, kalo aku nanggepinyo marah gek telaju."*  
**(S3/W2/456-459)**

*"...kalo dak biso lagi ku pendem. Aku cerito... ke mama tulah..."*  
**(S3/W2/477-478)**

## **Subjek MR**

### **a. Latar Belakang Subjek**

Subjek lahir dan dibesarkan di Kota Palembang, subjek berusia 23 Tahun dan tinggal bersama orang tuanya di Jl. Cinde. Pendidikan terakhir subjek yaitu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), subjek sempat berkuliah namun ia lebih memilih untuk berhenti. Subjek anak pertama dari 5 bersaudara, salah satu adik subjek ada yang diadopsi orang,

kemudian ia memiliki 2 adik laki-laki, dan 1 adik bungsu perempuan. Hal ini dinyatakan dalam wawancara sebagai berikut:

*"...nama panjang MR... Palembang, 13 Juni 1996. Pendidikan terakhir SMK" (S4/W1/14-16)*

*"...rumah wong tuo..." (S4/W1/20-21)*

*"...Sempet kuliah tapi aku berenti" (S4/W1/16)*

*"Harusnyo 5, tapi sikok diadopsi. Jadi 4, bro anak pertama, adek bro 2 cowok, sikok yg bungsu cewek." (S4/W1/26-27)*

#### **b. Kegiatan sehari-hari subjek**

Seperti penghuni yang lainnya, subjek pun menjalankan tugas piket yang sudah ditetapkan, maupun piket malam. Subjek juga turut ikut serta mengawasi klien yang aktif beraktifitas dan terkadang subjek keluar bersama pihak Rehab. Berikut petikan wawancara:

*"Kegiatan, paling... piket, jadi MOD, jadi night man, bantu ngawasi klien, kadang keluar jugo samo yg lain." (S4/W2/23-24)*

#### **c. Riwayat dan Faktor Subjek Memakai NAPZA**

Subjek mengakui bahwa dulu saat masih SMA, ia terlebih dahulu candu akan minuman beralkohol karena lingkungan SMA subjek yang saat itu adalah pemabuk. Setelah candu minuman beralkohol, subjek mulai mencoba obat-obatan seperti *detrox*. Subjek mengkonsumsi obat terlarang tersebut karena ia bergabung di komunitas *punk*, ia mengkonsumsi obat *detrox* selama hampir 2 tahun seiring dengan bertahannya

subjek di dalam komunitas tersebut. Subjek sempat mencicipi ganja karena ia saat itu bermain ke komunitas lain yang para anggotanya adalah pemakai ganja, namun ternyata subjek merasa tidak cocok dengan efek ganja yang dirasakannya. Biasanya subjek mengonsumsi obat-obatan tersebut dalam sebanyak 90 butir dalam pemakaian satu hari, namun ada juga obat terlarang yang subjek konsumsi hanya sebanyak 1-2 butir sekali tegukan. Setelah candu akan obat-obatan terlarang, subjek mulai kecanduan sabu-sabu selama 3 tahun. Subjek menggunakan sabu karena terpengaruh oleh lingkungan keluarga ayah subjek yang rata-rata adalah pecandu narkoba. Selama kecanduan, subjek mengalami perubahan emosional yang lebih tempramen terhadap hal apapun. Perubahan ini subjek rasakan semenjak subjek menggunakan rutin sabu-sabu, bukan saat subjek menggunakan obat terlarang. Berikut petikan wawancara yang subjek tuturkan:

*"...karno bergaul samo wong nurul iman... itu baru minum bae..." (S4/W1/32-33)*

*"...Baru lanjut ke pake dextro..." (S4/W1/32)*

*"... Aku biso pake...karno aku ekot komunitas punk...sekitar 2 tahun..." (S4/W1/34-35)*

*"...aku pake ganja karno aku...maen ke perum, disitu kan komunitasnyo pake ganja galo..." (S4/W1/70-71)*

*"belzou sih...tramadol...lupo aku. Aximer. Kalo dextro minumnyo nak sampe 90 butir, kalo aximer atau aprazolam atau sejenisnyo... mungkin 2 be la cukup." (S4/W1/53-56)*

*"...Pake sabu itu 2014..." (S4/W1/96)*

*"...selama 3 tahun itu rutin pake." (S4/W1/169-170)*

*"...dari keluarga ayah... rato-rato pemake galo..."  
(S4/W1/172)*

*"...emosi dak tekontrol, meraso hebat, lupo nian dengan  
yg namonyo akal sehat... Efek sabu sih itu tuh..."  
(S4/W1/274-276)*

#### **d. Proses Rehabilitasi Subjek**

Subjek menjalankan dua kali rehabilitasi, yang mana rehabilitasi pertama tidak subjek ikuti sampai selesai program, sedangkan rehabilitasi kedua, subjek jalani hingga program selesai. Pada rehabilitasi yang kedua kali subjek jalani, subjek sering melakukan *self-confront* atau sama dengan berbicara dengan diri sendiri. Subjek sering bertanya dan mencari jawaban dari pertanyaan itu sendiri dengan dirinya, melalui analisa kejadian yang telah subjek lalui. Sedangkan pengaruh rehabilitasi yang dirasakan subjek adalah karena dengan adanya konselor. Saat subjek konsultasi kepada konselornya, konselor tersebut selalu membiasakan subjek untuk melihat segala sesuatu melalui banyak pandangan sehingga subjek dapat berpikir sendiri atas permasalahan yang dihadapinya. Saat berada di rehabilitasi, subjek sempat diberikan obat oleh Psikiater selama 3 bulan, hal ini dikarenakan saat itu subjek sangat susah tidur. Hal ini dinyatakan subjek di dalam wawancara sebagai berikut:

*"Duo kali yas bro rehab." (S4/W1/224)*

*"...lebih ke self-confront, ngapo aku ado di sini, kayak  
keinget wong tuo sih sebenernyo..." (S4/W2/370-  
371)*

"...lebih keno pas... konseling kan dikasih pandangan samo konselor, dio galak tuh ngomong cubo cakmano kalo misal kau..." (S4/W2/381-385)

"...Karno dak biso tedok ... selamo 3 bulan minum... dosisnyo semakin hari semakin dikurangi..." (S4/W2/442-443)

**e. Faktor Subjek kembali Menggunakan NAPZA**

Subjek mengalami *relapse* setelah menjalani rehabilitasi yang pertama. Pada saat itu, subjek tidak tersadarkan dengan program rehabilitasi yang ada karena keadaan bulan Ramadhan membuat rehabilitasi menjadi minim aktifitas, sehingga saat subjek kembali kerumah, subjek tidak dapat menahan rasa *craving* menggunakan narkoba. Hal ini dinyatakan dalam wawancara sebagai berikut:

"... nahan selamo disano, minim kegiatan, dak tesadar... Jadi balek tuh langsung kangen pake.." (S4/W1/240-242)

"Dak biso nahan craving yas..." (S4/W1/240)

**f. Kegagalan dalam Regulasi Diri**

Subjek mengalami *misregulation* atau yang disebut dengan kegagalan dalam mendapatkan pemahaman untuk mencapai tujuan. Pada saat subjek memutuskan ingin berubah, subjek berpikir bahwa dengan rehabilitasi ia dapat berubah, namun ternyata subjek merasa tidak mendapatkan pemahaman apapun, sehingga usaha subjek untuk tidak lagi menggunakan narkoba menjadi gagal. Berikut petikan wawancara:

*"...nak masukke bro polisi, jadi dari inisiatif bro dewek nak masok rehab..." (S4/W1/220-222)*

*".. masoklah bro di arrahman disini, selamo sebulan. Tapi jujur bae bro belum dapet apo apo saat itu.." (S4/W1/226-227)*

#### **g. Perubahan Pola pikir sebelum dan sesudah Rehabilitasi**

Pada saat sebelum subjek mengikuti rehabilitasi, subjek berpikir bahwa hanya dengan rehabilitasi seseorang dapat menjadi tidak lagi kecanduan narkoba, namun subjek kemudian mulai berpikir setelah rehabilitasi, bahwa dirinya sendiri adalah permasalahan dari segala-galanya. Subjek berpikir narkoba adalah benda mati, jika tidak ingin pakai narkoba maka jangan cari atau jemput narkoba tersebut. Berikut petikan wawancara:

*"...Pikir bro mungkin dio jalaninyo dak bener bener.. jadi bro tuh penasaran pengen nyubo.." (S4/W1/259-261)*

*".... Kalo kito pake yo karno diri kito, bukan karno yg laen...sabu nih benda mati, ngaposih galak bro jemput?.." (S4/W2/428-430)*

#### **h. Tujuan yang ingin Subjek capai**

Subjek seperti mantan pecandu lainnya, tentu menginginkan pemulihan bertahan selamanya. Subjek juga ingin melatih dirinya agar lebih siap dan kuat, karena sampai saat ini terkadang subjek masih berkeringat saat melihat narkoba tersebut. Dan juga melatih diri ini agar subjek siap menghadapi dunia diluar rehabilitasi. Subjek menginginkan hidupnya tidak selamanya berada di rehabilitasi, subjek ingin hidup di luar rehabilitasi. Subjek juga menginginkan mencoba

dunia kerja dan membuat orang tuanya bahagia. Hal ini dituturkan subjek dalam wawancara sebagai berikut:

*"Pastinyo jago pemulihan..." (S4/W2/501)*

*"...ngelatih diri supaya lebih kuat, idak keringetan lagi liat barang, trus biso siap jugo kedunia luar..." (S4/W2/495-497)*

*"...dak selamonyo disitu, saat kuat siap akan keluar dari situ..." (S4/W2/474-475)*

*"...pengen nyubo dunia kerja... buat wong tuo bahagia lah" (S4/W2/501-502)*

Hal ini sesuai dengan informasi yang diberikan Informan bahwa subjek menginginkan menata masa depannya lagi namun subjek terlihat belum siap.

*"...tata lagi masa depannya. Cuma dio belum siap caknyo.." (IT1/W1/88-89)*

#### **i. Pemahaman tentang diri sendiri**

Subjek mengenali kekurangan yang ada pada dirinya, yaitu pelupa, mudah terpengaruh, susah dalam berbicara, jarang marah namun jika sudah marah bisa sangat meluap. Subjek juga merasa bahwa dirinya egois, sering tidak sabaran, pemalas dan susah bangun pagi. Sedangkan kelebihan subjek yaitu bisa menjaga pemulihan, bisa tegas dengan teman yang mengajak kembali menggunakan narkoba dan bisa menutupi perasaan, berpikir dewasa, sopan, mudah dalam bersosialisasi dengan lingkungan baru, dan humoris. Hal ini dinyatakan subjek dalam kutipan wawancara:

*"...kekurangan ... pelupo nian, mudah terpengaruh... kalo sekali la dak seneng samo wong biso emosi nian, egois, dak sabaran, pemales jugo, trus susah nian bangun pagi..." (S4/W2/511-517)*

*"...kelebihan biso jago pemulihan...bisu tegas samo kawan yg ngajak, biso nutupi perasaan, mudah bersosialisasi jugo bro nih, trus humoris... sopan dan biso bepikir dewasa" (S4/W2/519-523)*

Menurut Informan, subjek adalah orang yang jarang sekali marah, namun saat marah, ia benar-benar akan meluapkan emosinya. Subjek juga ramah, mudah bergaul, cuek dan masa bodo.

*"...diotuh jarang marah tapi sekali emosi bikin kaget..." (IT2/W1/118-119)*

*"...tipikal cuek, masa bodo..." (IT1/W1/71-72)*

*"...Ramah dio tuh, mudah begaul samo siapobe..." (IT2/W1/109-110)*

#### **j. Titik kesadaran subjek untuk berubah**

Titik kesadaran subjek ingin berubah yaitu saat subjek berada di *detox* rehabilitasi. Setelah 3 hari subjek mengamuk, subjek mulai sadar bahwa dia tidak akan dikeluarkan dari rehabilitasi dan subjek pun merasa ia ingin berubah. Maka mulai dari saat itu ia menerima keadaannya berada di rehabilitasi. Hal ini dinyatakan dalam wawancara berikut:

*"Setelah 3 hari ngamuk...sadar, dak mungkin dibalekke wong, turuti...jalani, aku jugo kan pengen berenti dari situ. Jadi acuan..." (S4/W2/375-378)*

### **k. Motivasi subjek untuk capai Tujuan**

Motivasi subjek berasal dari orang tua dan adik subjek. Subjek berpikir jika ingin berubah, maka harus benar-benar berubah. Motivasi subjek juga karena subjek ingin sekali lebih dekat dan disayangi oleh keluarga subjek, hal ini berasal dari pesan konselor subjek yang mengatakan bahwa saat ia keluar dari rehabilitasi maka ia akan merasakan bahagia dekat dengan keluarga. Subjek pun merasakan hal tersebut, subjek tidak pernah bertengkar dengan orang tua dan subjek pun sudah tidak pernah membantah perkataan orang tuanya. Motivasi terkuat subjek juga karena subjek tidak ingin orang tuanya meninggal pada saat ia masih menjadi pecandu. Hal ini diungkapkan subjek dalam wawancara sebagai berikut:

*"Wong tuo...samo adek...kepalang tecebur kan, sekalian berubah nian..." (S4/W2/449-450)*

*"...ku percaya dari omongan konselor aku, kau bakal lebih indah dgn wong tuo kau setelah kau diluar agek. Dan bro beneran ngeraso nian sekarang, dak pernah berantem lagi, bro jugo dak pernah ngelawan lagi." (S4/W2/451-454)*

*"...aku dak galak wongtuo aku mati saat aku dalem keadaan pake narkoba. Kalo dak biso senengi, setidaknya jangan bikin susah." (S4/W2/390-392)*

### **l. Upaya Regulasi Diri**

Seperti yang sudah dijelaskan diatas, subjek melakukan *self-confront* atau bertanya dan menjawab dengan diri sendiri. Subjek melakukan kegiatan tersebut disela-sela jam kosong saat ia berada di rehabilitasi, seringkali saat subjek sedang merenung sendiri. Subjek juga mulai mengatur diri agar tegas

dengan temannya yang menyodorkan narkoba kepadanya. Subjek juga sangat menghindari dan menjauhi diri dari narkoba karena, subjek sudah mengetahui dampak yang diakibatkan oleh narkoba, terutama keluarga akan hancur karena narkoba. Selain itu, subjek melawan rasa *suggest* saat melihat narkoba dengan cara tidak memikirkan hal tersebut dan bermain game atau bahkan jalan-jalan. Subjek juga menerima dan menikmati proses pemulihan yang ada, karena menurut subjek pemulihan bersifat selamanya. Upaya lain yaitu subjek melatih kontrol diri dengan cara melihat klien yang aktif menjalani program, dan mengingat bahwa orang tua tidak selamanya bersama dia. Hal ini subjek nyatakan dalam wawancara sebagai berikut:

*".....nganuke pas lagi ado jam sela-sela, pas lagi ngelamun..." (S4/W2/374-375)*

*"...sempet disodorke...barang itu oleh kawan. Tapi bro dak galak, sempet lah nak bebala garagara itu..." (S4/W2/414-516)*

*"...Sekarang dak pernah bro jemput, bro aman aman bae kan...sudah tau dampaknya, keluarga nih terutama yg bakal hancur..." (S4/W2/432-434)*

*"...dak bro pikiri...paling bro main game daktu jalan-jalan." (S4/W2/481-482)*

*"...dinikmati bae namonyo pemulihan tuh selamonyo kan." (S4/W2/498-499)*

*"...dengan ngeliat klien yg masih aktif rehab, trus jugo inget bahwa wong tuo dak selamonyo samo kito." (S4/W2/505-507)*

## 1.4 Pembahasan

Penelitian ini membahas mengenai proses, faktor yang mempengaruhi subjek dapat meregulasi diri dan upaya dari regulasi diri seorang mantan pecandu narkoba yang berada di Pusat Rehabilitasi Ar Rahman Palembang dengan melibatkan empat subjek yang merupakan dewasa awal dengan rentang usia 20 tahun sampai 28 tahun, dan berinisial AS, DSL, KPW dan MR.

Berdasarkan hasil informasi yang sudah melalui proses analisa dan reduksi dari keempat subjek. Keempat subjek merupakan mantan pecandu yang pernah mengalami satu sampai tiga kali *relapse* atau kekambuhan dan telah menjalani satu sampai tiga kali program rehabilitasi. Subjek AS, DSL, KPW maupun MR mencoba narkoba karena faktor yang sama, yaitu lingkungan pertemanan dan kurangnya pengetahuan mengenai bahaya narkoba. Hal yang berbeda terjadi pada keempat subjek saat telah menjadi pecandu, mereka mengalami *relapse* dikarenakan hal yang berbeda. Subjek AS dan DSL, mengalami *relapse* karena mencoba melarikan diri dari permasalahan hidup dengan menggunakan narkoba. Subjek KPW mengalami *relapse* karena ketidakmampuan dalam menolak ajakan teman sesama pecandu. Selanjutnya, MR menyatakan bahwa MR *relapse* karena ketidakberdayaan dalam menahan rasa *craving* (keinginan) menggunakan narkoba. Keempat subjek pun menyadari bahwa mereka ingin dapat mengatur dan mengontrol diri agar dapat mencapai tujuan yang mereka inginkan.

Menurut Baumeister (2009), pengaturan diri atau regulasi diri yang tidak memadai atau salah arah, termasuk dalam kecanduan narkoba dan alkohol, gangguan makan, obesitas, kejahatan dan kekerasan, prestasi menurun dalam sekolah dan bekerja, penyakit seksual menular, utang, judi, dan lain-lain. Hal ini menyatakan bahwa adanya peran regulasi diri dalam kehidupan seseorang agar tidak melakukan perilaku asusila ataupun perilaku yang merugikan

diri sendiri. Dalam hal ini peneliti menemukan bahwa keempat subjek pernah mengalami kegagalan dalam meregulasi diri dan perbedaan fokus dalam keharusan mengatur diri. Subjek yang regulasi dirinya salah arah adalah subjek yang *relapse* menggunakan narkoba karena kesulitan dalam mengelola emosi negatif yang dirasakannya, akan memiliki fokus dan kesulitan yang berbeda dengan subjek yang *relapse* karena terpengaruh lingkungan.

Hal ini dapat dilihat dari persiapan, proses dan upaya yang saat ini dilakukan oleh subjek AS dan DSL. Subjek AS diduga *relapse* karena bentuk pelarian saat AS merasakan emosi-emosi yang tidak dapat dikelolanya dengan baik, subjek juga merupakan orang yg tertutup. AS saat ini harus mengelola emosinya dengan baik, terlebih subjek baru saja mendapatkan Surat Peringatan karena telah melakukan *violence* (kekerasan) kepada klien karena emosi yang tak terbendung. Subjek AS juga harus berupaya lebih terbuka dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang ada di hidupnya. Dengan cara mengungkapkan perasaan kesalnya kepada yang bersangkutan dan terbuka dengan cara bercerita kepada keluarganya, sehingga subjek tidak merasa terbebani dengan perasaan amarah yang dipendamnya. Sedangkan subjek DSL yang juga mengalami hal yg sama. DSL harus berusaha lebih lagi dalam mengatur pikiran dan perasaannya dengan cara berbicara kepada diri sendiri, senantiasa mengingatkan diri sendiri dikala subjek sudah merasakan emosi yang berlebihan, dan subjek juga mencoba mencari titik akar permasalahan dengan yang bersangkutan hingga terjadinya perdebatan diantara subjek dan yang bersangkutan. Berbeda seperti subjek MR dan KPW, fokus yang dilakukan mereka dalam meregulasi diri adalah diri sendiri dan cara menolak atau menghindari lingkungan yang tidak sehat untuk proses regulasi diri mereka.

Selanjutnya, kegagalan dalam regulasi terdapat 2 bentuk, yaitu *Underregulation*, keadaan individu yang tidak bisa merubah respon atau pikiran, perasaan dan perilakunya ke arah yang lebih baik ditandai dengan adanya perilaku yang tidak bertujuan. Selanjutnya, terdapat *Misregulation*, yaitu keadaan dimana usaha yang dilakukan individu tersebut tidak membawa hasil pada tujuan yang ingin dicapai, hal ini karena kurangnya pemahaman. Hal ini terjadi pada keempat subjek dimana subjek AS dan DSL mengalami *Underregulation*. Kedua subjek tidak bisa mengatasi dan merubah emosi negatif yang ada pada diri mereka, mereka pun mendapatkan kegagalan dalam mengatur pikiran mereka sendiri sehingga akhirnya kedua subjek merasa kehilangan arah dan merasa bahwa hanya narkoba yang dapat memberikan solusi. Sedangkan subjek KPW dan MR, mengalami *Misregulation*. Subjek KPW mengalami ketidakpahaman dalam menolak teman dan bahaya yang diberikan oleh narkoba, sehingga saat subjek telah *clean* dan kemudian kembali memakai. Subjek KPW tidak merasakan bahwa usaha ia bersih dari narkoba adalah usaha yang sangat penting untuk dijaga. Kemudian subjek MR mengalami kurangnya pemahaman mengenai pemulihan yang dijalaninya, sehingga usaha subjek dan keinginan subjek untuk pulih hanya sia-sia dan tidak membawa hasil apapun.

Narkoba dapat merubah dan memanipulasi pikiran dan perasaan siapapun yang kecanduan padanya, sehingga tidak jarang, pecandu memiliki pemikiran dan perasaan yang berbanding terbalik dengan apa yang sebenarnya dilakukannya. Keempat subjek sadar saat mereka menjadi pecandu, mereka kerap kali merasa bahwa semua yang terjadi di hidup mereka adalah kesalahan yang orang lain perbuat, baik itu kesalahan keluarga, teman sesama pecandu, ataupun orang lain di sekitar mereka. Hal ini diakibatkan oleh efek narkoba yang membuat cara berpikir mereka menjadi terganggu. Saat ini keempat subjek telah memiliki

perubahan dalam pola pikir yang mereka miliki, mereka telah menyadari bahwa permasalahan yang sebenarnya adalah berasal dari diri mereka bukan berasal dari siapapun yang sebelumnya mereka salahkan. Selain itu, tentu untuk mengatur diri ke arah yang lebih tepat, keempat subjek memiliki motivasi yang berbeda-beda, sebagai penguatan dan titik semangat mereka dalam berupaya mengatur diri dan menjadi yang lebih baik. Subjek AS, termotivasi karena dukungan keluarga yang dirasakannya, dan karena subjek merasa lelah hidup berkaitan dengan narkoba. Subjek DSL, merasa bahwa semangat dan motivasi yang ada, berasal dari anaknya. Sedangkan subjek KPW dan MR, motivasi mereka berasal dari keluarga, mereka ingin membahagiakan orang tua karena selama ini sudah banyak menyusahkan.

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang membahas mengenai proses, faktor, dan upaya yang dilakukan subjek. Dapat disimpulkan bahwa saat proses subjek mengatur diri, keempat subjek mengalami kegagalan yang membuat keempat subjek belajar mengatasi hal tersebut agar tidak adanya lagi kegagalan dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Kemudian, sesuai dengan faktor yang mempengaruhi regulasi diri, dan meliputi pemahaman diri, tujuan, upaya, serta keterlibatan lingkungan, dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

Dalam faktor yang meliputi individu, yaitu pemahaman subjek mengenai diri masing-masing. Terlihat adanya usaha subjek dalam memahami kekurangan dan kelebihan diri yang memiliki, yang mana hal ini akan mempengaruhi upaya yang akan dilakukan subjek. Keempat subjek sudah memperlihatkan usaha dalam memahami diri sendiri dan hal apa saja yang menghambat diri seperti mudah terpengaruh, tidak dapat mengatasi masalah, tidak dapat merespon perasaan marah, kesal, sedih ke arah yang seharusnya dan menahan rasa *craving* atau keinginan

menggunakan narkoba. Keempat subjek juga memahami proses dan cara berpikir diri mereka sendiri, yang mana subjek mengetahui bahwa saat menjadi pecandu ada yang salah dalam cara mereka berpikir. Serta keempat subjek memiliki tujuan yang ingin dicapai yaitu tidak kembali menggunakan narkoba selama akhir hayat hidup, memiliki kehidupan yang lebih baik, menjadi pribadi yang lebih baik, mencapai masa depan dan pekerjaan yang sempat mereka hancurkan dan membahagiakan orang-orang disekitar mereka seperti anak, orang tua, adik, dan lain-lain.

Pada faktor perilaku yaitu meliputi upaya yang dilakukan subjek dalam mengoptimalkan proses regulasi diri mereka. Pada perilaku ini terdapat tiga tahapan yang dilakukan subjek yaitu yang pertama *self-observation* atau mengamati diri sendiri, dimana subjek mengamati kemampuan dan kelemahan apa saja yang dimiliki oleh subjek. Kedua *self-judgement*, setelah mengamati diri sendiri, subjek menilai dan menganalisa apa saja yang menghambat dan yang tidak menghambat proses regulasi diri. Selanjutnya yang terakhir, *self-reaction* yang meliputi upaya subjek dalam mengoptimalkan subjek.

Bentuk dari *self-observation*, seperti yang dilakukan oleh keempat subjek dengan cara yang berbeda. Subjek AS, DSL dan MR mengamati diri mereka dengan cara *self-talk*, dan renungan di sela-sela saat mereka sedang menjalani program rehabilitasi. *Self-talk* dan renungan yang dilakukan untuk mengamati pengalaman yang telah dilalui dan menganalisa, bertanya dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang sering dipertanyakan oleh pikiran mereka sendiri. Sedangkan subjek KPW, telah melakukan *self-observation* dengan melihat dan mengingat pengalaman yang telah dilewati selama sebelum dan sesudah menjadi pecandu narkoba.

Bentuk dari *self-judgement*, yang dilakukan oleh subjek dalam menilai diri mereka sendiri. Subjek AS, menilai bahwa ia adalah orang yang tidak siap dalam merasakan amarah, kecewa, dan sedih. Subjek AS juga menilai dirinya adalah orang yang sering memendam masalah dan perasaan. Kemudian, subjek DSL menilai dirinya juga tidak bisa mengatasi masalah, susah berada di bawah tekanan, susah dalam mengatur perasaan, dan mudah terpengaruh. Selanjutnya subjek KPW menilai dirinya adalah orang yang sangat mudah terpengaruh dan malas. Sedangkan subjek MR, ia menilai bahwa dirinya mudah terpengaruh, masih merasakan rasa *craving* terhadap narkoba.

Setelah menilai diri, adanya bentuk dari *self-reaction* yang meliputi upaya yang dilakukan subjek. Subjek AS, saat ini berupaya selalu terbuka kepada keluarganya mengenai permasalahan apapun yang sedang dialaminya, subjek juga berupaya dalam mengungkapkan perasaan kepada yang bersangkutan disaat merasa kesal ataupun kecewa pada orang tersebut; Subjek DSL, berupaya mengatur perasaan dengan kegiatan religi, mengungkapkan dengan diri sendiri, tidur dan mengingat anaknya melalui foto ataupun video. Subjek juga mencoba mengatur pikiran dan perasaannya dengan cara memperingati diri sendiri saat sedang merasakan perasaan yang tidak nyaman berlebihan. Kemudian, subjek juga mencoba menyelesaikan masalah dengan yang bersangkutan sampai subjek menemukan titik terang dari permasalahan tersebut; Selanjutnya, subjek KPW berupaya menerapkan ketegasan dalam menghadapi klien yang sedang menjalani program, sehingga subjek dapat menerapkan ketegasan itu pula saat nanti subjek berada di luar rehabilitasi. Subjek juga menilai dirinya sangat malas, sehingga subjek membiasakan diri bangun pagi membantu kebersihan lingkungan rehabilitasi. KPW juga mengikuti majelis dzikir; Subjek MR, setelah mengetahui dirinya mudah terpengaruh, MR mulai

bersikap tegas kepada temannya dalam menolak ajakan memakai narkoba. Subjek juga meningkatkan kesadaran dengan melihat kondisi klien yang saat ini sedang aktif menjalani program. Subjek juga sedang berupaya dalam mengatur diri agar tidak berkeringat berlebihan saat melihat narkoba dengan cara bermain game, atau jalan-jalan.

Regulasi diri juga dipengaruhi oleh lingkungan. Dalam hal ini keadaan lingkungan yang mendukung atau tidak mendukung. Keempat subjek tau dan mengakui bahwa mereka saat ini berada di lingkungan yang aman. Lingkungan yang mendukung perubahan mereka menjadi lebih baik, dan juga lingkungan yang mendeklarasikan bahaya narkoba. Selain itu dari segi lingkungan keluarga, keempat subjek sampai saat ini masih didukung sepenuhnya oleh keluarga mereka. Hal ini peneliti dapatkan informasi dari Informan, bahwa keempat subjek masih didukung secara materil dan non-materil, sehingga keempat subjek semakin berupaya dalam mengatur diri mereka ke arah yang lebih tepat sesuai dengan diri mereka masing-masing.

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang peneliti uraikan diatas. Keempat subjek memiliki proses, kegagalan dan upaya dalam mengatur diri ke arah yang lebih baik. Keempat subjek tidak hanya dengan cara berdiam, berdoa tanpa usaha. Tetapi keempat subjek memiliki upaya dalam mengatur diri mereka. Hal ini sesuai dengan ketentuan dalam ayat 11 QS. Ar'Ra'd:

لَهُمْ مَعْقِبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ  
 مَا يَقَوْمٌ حَتَّىٰ يَغْيُرُوا مَا بَأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ  
 مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَّالٍ ﴿١١﴾

Artinya: "Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia." **(QS Ar'Rad: 11)**

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum, sehingga kaum itu sendiri yang merubah mental, pikiran dan perilakunya sendiri. Dan kalau Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum maka karena kaum tersebut terlebih dahulu menghendakinya. Maka tidak ada pelindung bagi mereka selain Allah.

Dalam hal ini seorang mantan pecandu narkoba harus memiliki kemauan dan kemampuan dalam merubah dirinya ke arah yang lebih baik jika tidak ingin kembali menggunakan narkoba. Hal ini pula yang dilakukan keempat subjek dalam proses meregulasi diri yang hingga sampai saat ini masih diupayakan agar optimal. Dengan harapan saat mereka keluar dari rehabilitasi, mereka sudah siap menghadapi keadaan yang ada.

## **1.5 Keterbatasan Penelitian**

Setelah melalui proses penelitian di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang. Peneliti menyadari sepenuhnya masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penelitian ini. Adapun kelemahan yang peneliti sadari dalam penelitian ini yaitu tidak ada data pendukung dari informan penelitian yang dapat diperoleh dari pihak keluarga subjek. Hal ini dikarenakan saat peneliti telah mencoba untuk mendapatkan data dari informan keluarga subjek dengan meminta izin dan bertemu langsung dengan keluarga subjek. dalam hal ini ada orang tua subjek yang menetap di luar kota Palembang, dan ada juga orang tua subjek yang di Palembang, namun subjek merasa berat dan tidak berkenan jika keluarga subjek tau bahwa subjek menjadi partisipan penelitian. peneliti juga menyadari banyak tata bahasa peneliti yang kurang baik selama memberikan analisa dan pembahasan, sehingga penelitian ini jauh dari kata sempurna.

**Bagan. 3**

**Temuan Hasil Penelitian**

