

## **BAB IV**

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

#### **4.1 Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian**

##### **4.1.1 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.

#### **4.1.2 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.arrahan@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 Pondok Pesantren Ar Rahman sebagai berikut :

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

| <b>No.</b> | <b>Asrama / Ruang</b> | <b>Jumlah Klien</b> | <b>Jumlah Kamar</b> |
|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|
| 1.         | Regular               | 18 Klien            | 25 Kamar            |
| 2.         | Re-Entry              | 4 Klien             | 2 Kamar             |
| 3.         | Jepang                | 13 Klien            | 10 Kamar            |
| 4.         | Ruang Detoks          | 2 Klien             | 4 Kamar             |
| 5.         | Ruang Isolasi         | 1 Klien             | 3 Kamar             |

Sumber data: Dokumentasi Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang (23 Januari 2020).

Dari tabel diatas dapat diketahui jumlah klien perkamarnya yaitu:

1. Asrama regular merupakan kamar yang digunakan pada klien umum dan tidak berdasarkan umur atau pemakaian napza. Asrama regular memiliki 25 kamar dimana setiap kamar umum nya di huni oleh 3 orang klien, sedangkan hingga januari 2020 jumlah klien regular ialah 18 klien.
2. Re-Entry merupakan klien yang telah selesai mengikuti program regular dan menuju ke tahapan akhir dalam program TC, dimana klien berada dalam tahap adaptasi dan kembali bersosialisasi dengan masyarakat luar komunitas yang dipersiapkan melalui program pola hidup sehat dan produktif dimana klien pada program re-entry ini di arahkan untuk melakukan kegiatan seperti wirausaha, berternak, dan berkebun. Re-entry memiliki 2 kamar yang dihuni oleh 4 orang klien .
3. Asrama jepang merupakan asrama khusus yang dipergunakan untuk klien yang bersekolah dan juga klien perempuan. Asrama jepang ini mempunyai 10 kamar dan sekarang dihuni oleh 13 orang klien sekolah dimulai dari SMP hingga SMA.
4. Ruang detoks merupakan ruangan yang dipergunakan untuk klien yang pertama

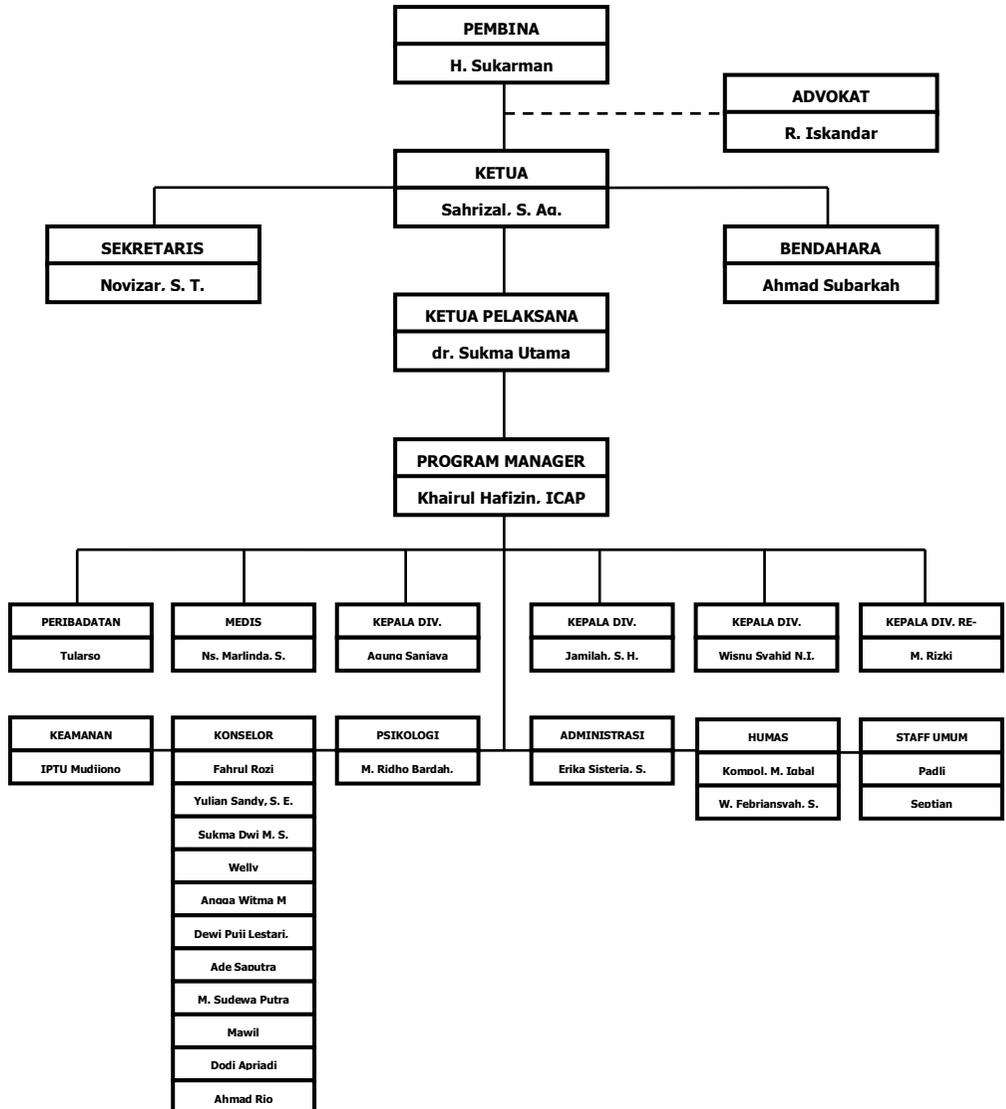
kali masuk dimana klien yang diawal masuk akan di pisahkan dari klien yang telah mengikuti program guna melihat gejala putus zat pada si klien , ruang detoks sendiri ada 4 kamar dimana saat ini klien yang berada di ruang detoks ada 2 orang klien.

5. Ruang isolasi merupakan ruangan yang digunakan untuk klien yang melakukan pelanggaran-pelanggaran yang telah ditetapkan di rehabilitasi yang terdiri dari 3 ruangan yang saatini dihuni oleh 1 klien.
6. Struktur Organisasi

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

# Bagan. 1

## Struktur Organisasi Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang



## 7. 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 bertugas. Mulai dari kebersihan rumah, floor, halaman, kebersihan dapur, dll.

Ketika jam 12.00 WIB persiapan sholat Zuhur berjamaah 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 berjamaah.

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.

#### **4.1.3 Tujuan**

Adapun tujuan dari Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman adalah memberikan kemaslahatan / manfaat bagi orang banyak khususnya masyarakat yang mengalami

permasalahan penyalahgunaan narkoba serta dampaknya.

#### **4.1.4 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 bermanfaat.

### **4.2 Pelaksanaan Penelitian**

#### **4.2.1 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 Narkoba Ar-Rahman Palembang, oleh Dekan Fakultas Psikologi, dengan nomor surat B-88/Un.09/IX/PP.09/02/2020.

Persiapan selanjutnya dilakukan pada tanggal 11 November 2020 dengan meminta izin kepada Ketua Pelaksana Harian Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang, dengan menyertakan proposal dan surat

permohonan izin penelitian. Peneliti juga berkonsultasi kepada Pihak Program Manager 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 DA, D, ARD. 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.

#### **4.2.2 Tahap Pelaksanaan**

Setelah menemukan keempat subjek, peneliti mulai melakukan pengambilan data pada tanggal 7 Februari 2020. 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 Narkoba Ar-Rahman Palembang selama 45 hari dalam rangka Kuliah Kerja Nyata (KKN) pada bulan Agustus sampai dengan September 2020, 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.

### **4.2.3 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.

## **4.3 Hasil Temuan Penelitian**

### **4.3.1 Hasil Observasi**

#### **a. Subjek DA**

Observasi yang dilakukan pada tanggal 7 Februari 2020 ketika wawancara sedang dilakukan bertempat di Pondok II Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Cara subjek menceritakan pengalaman yang terjadi dimasa lalu terbata-bata terlihat cukup gugup, ketika membahas tentang hal yang membuatnya bergejolak subjek terkadang menyampaikannya dengan nada yang tinggi dan rendah, beberapa kali cara bicara terlihat normal seperti biasa. Pada saat pertama kali wawancara, subjek seringkali terlihat kaku dan menanggapi pertanyaan dengan serius, jarang sekali menghadirkan tawa jika tidak dipancing oleh peneliti, dan gerak badan condong kedepan menandakan subjek dengan sukarela menceritakan apapun hal yang terjadi pada dirinya dimasa lampau. Pandangan mata ketika berbicara penuh makna dalam menceritakan kisah lama sesekali menatap fokus kepada peneliti namun lebih sering pandangan lurus kedepan dengan membayangkan kisah lama yang telah terjadi dihidupnya, mengkerutkan dahi ketika mencoba mengingat yang kisah lama. Pada

wawancara pertama membahas tentang latar belakang dari subjek perihal sebelum, sedang menjadi pecandu narkoba dan setelah menjadi mantan pecandu narkoba, membahas juga sejarah hidup dan pendidikan subjek didalamnya, serta tak lupa membahas perihal proses rehabilitasi hingga sedikit mengorek tentang emosi subjek.

Selanjutnya pada tanggal 8 Februari 2020 dengan wawancara kedua yang sedang berlangsung di Pondok II Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Subjek mulai menjawab pertanyaan wawancara dengan santai meskipun tetap ada sedikit kesusahan dalam menceritakan hal yang terjadi bersangkutan dengan emosi nya dan subjek cukup dikatakan komunikatif dalam wawancara. Tak dipungkiri dalam wawancara kedua cara duduk subjek sudah terlihat tenang dengan seringkali menyenderkan badan ke senderan kursi tempat duduk, mencoba menjelaskan dengan seluruh badan dibuktikan dengan tangan yang ikut bergerak, dan tetap beberapa kali menatap fokus kepada wawancara tidak terlalu menatap banyak kebawah seperti wawancara pertama. Masih sama saja ketika menceritakan hal yang dirasa mencangkup emosional

didalam dirinya, subjek seringkali mengkerutkan dahi atau sudah bisa menghadirkan tawa disenyumnya, namun tetap ada memberikan mimik muka sedih ketika mengingat kisah lama yang kelam walaupun subjek berusaha menutupinya. Pada tahap ini subjek menceritakan bagaimana dirinya terhadap permasalahan yang terjadi di hidupnya baik sebelum dan sedang menjadi mantan pecandu narkoba atau ketika setelah menjadi mantan pecandu narkoba yang melibatkan emosi dan kepribadian subjek.

Observasi berikutnya dilakukan pada wawancara terakhir pada tanggal 12 Februari 2020 bertempat di Pondok II Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Dalam wawancara ketika cara bicara subjek tidak lagi terdapat kegugupan didalamnya, subjek hanya sedikit terbata-bata ketika menjelaskan hal yang sedikit subjek terlupakan, disini subjek juga memberikan penekanan dalam beberapa hal yang ia yakini bahwa dirinya memang benar seperti apa yang subjek terangkan. Subjek terlihat sangat santai di wawancara terakhir dan seperti biasa subjek seringkali mengikut sertakan gerakan tangan dalam menjelaskan, tubuh yang juga menyandar dengan sandaran kursi ketika duduk namun juga

tak jarang subjek mencondongkan badannya ketika menerangkan. Tetap dengan mimik muka yang serius namun kali ini terlihat lebih rileks dari wawancara-wawancara sebelumnya, ketika menjelaskan suatu peristiwa subjek juga tidak terlewat dalam memberikan senyuman sedikit tawa dan kembali mengerutkan dahi jika hal itu tidak disetujuinya dan begitupun dalam hal mengingat. Pertemuan terakhir dalam wawancara ini membahas tentang perihal sudut pandang yang menyangkut ruang lingkup emosi dan kepribadian subjek dengan sedikit mengorek perihal agama yang dianut oleh subjek, disini subjek menjelaskan dengan baik dan cukup kooperatif.

**b. Subjek D**

Observasi pertama yang peneliti lakukan ketika wawancara pertama sedang berlangsung pada tanggal 7 Februari 2020 bertempat di Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Dalam wawancara pertama subjek terlihat mengalami kesusahan dalam berbicara yang cepat sehingga subjek lebih memilih menceritakan dalam bentuk lisan yang perlahan dan seringkali menghembuskan nafas berat sebelum melanjutkan

penjelasan, terlihat sangat gugup dengan gaya bicara yang terbata-bata dan seringkali terlupa begitu saja sampai mana subjek memaparkan. Cara duduk dengan mengepalkan kedua tangan dibawah, tubuh yang tidak santai dengan seringkali menggerakkan ke kanan dan ke kiri, kepala yang seringkali menunduk dalam menguraikan cerita, serta terlihat kaku dan tidak leluasa dalam bercerita. Seringkali mengerutkan dahi ketika tidak terlalu memahami pertanyaan ataupun dalam usahanya mengingat kejadian yang dulu pernah subjek alami, mimik muka sedih ketika menceritakan masa lalu kelam yang membuatnya sempat terpuruk, mata yang lebih sering memandang ke bawah melewatkan kontak mata dengan peneliti, tak jarang fokus mata memandang arah lain. Pada wawancara pertama membicarakan tentang latar belakang dan ruang lingkup yang terjadi pada subjek di masa lampau, namun seringkali subjek sedikit melebarkan alur cerita dari topik wawancara sehingga peneliti sering mengingatkan kembali fokus pembicaraan yang peneliti tanyakan kepada subjek.

Selanjutnya observasi dilakukan ketika wawancara kedua berlangsung pada tanggal 9 Februari 2020 bertempat

di Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Perbendaharaan kata yang dimiliki oleh subjek dirasa kurang oleh peneliti sehingga subjek seringkali tidak memahami poin dalam pertanyaan dan membuat peneliti selalu mensesederhanakan pertanyaan dalam bentuk yang subjek mengerti terlebih dahulu dalam contoh kasus. Masih sama namun sedikit berkurang gerakan yang terlihat gugup dilakukan oleh subjek, namun tetap saja subjek lebih sering memberikan pandangan dengan kepala menunduk atau mengarahkan ke arah lain daripada memberikan tatapan fokus kepada peneliti dalam menjelaskan, tangan yang sibuk memainkan benda disekitar. Mengerutkan dahi kembali ketika pertanyaan tersebut tidak dapat dimengerti oleh subjek atau hanya sekedar mengingat hal-hal yang sudah lalu didalam hidupnya, serius namun juga terkadang sebelum menjawab pertanyaan subjek sedikit tersenyum dengan pertanyaan yang dirasa membuatnya tergelitik, mimik muka yang serius dan tegang ketika membahas permasalahan yang dirasa kelam bagi subjek. Pembicaraan dalam wawancara kedua ini meliputi permasalahan yang meliputi

emosi didalam diri subjek, pada tahap ini subjek lebih memahami pertanyaan ketika diibaratkan mendapatkan permasalahan yang relevan dengan subjek dan subjek juga menceritakan permasalahan besar yang seringkali membuat dirinya emosional.

Observasi berikutnya dilakukan ketika wawancara terakhir yakni pada tanggal 10 Februari 2020 bertempat di Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Meskipun masih sedikit terkendala tetapi subjek mulai berfikir secara mendalam tentang pertanyaan yang dibicarakan, masih terlihat gugup terlebih menceritakan sisi dimana dirinya merasa malu untuk menjelaskan. Mengalihkan perhatian mencari benda yang dapat dipegang dalam menjawab pertanyaan yang diberikan, badan yang terkadang condong ke depan dan menjorok kedalam, masih terlihat gugup dalam menjelaskan hal yang terjadi terlihat dalam bahasa tubuh. Memberikan mimik muka yang terlihat tidak tenang ketika menjelaskan permasalahan yang begitu emosional baginya, mengkerut dahinya ketika mencoba menerangkan tentang yang terjadi namun matanya tetap seringkali tertuju ke arah bawah atau

mengalihkan pandangan mata ke arah lain. Sesi wawancara terakhir lebih membahas tentang sudut pandang subjek terhadap permasalahan yang menjadi ibarat ataupun subjek menjelaskan permasalahan yang menyangkut emosi subjek sendiri yang telah ia lewati, pada bagian ini juga meliputi hal pribadi perihal agama dan lingkungan sekitar dalam pembicaraan.

**c. Subjek ARD**

Observasi pertama dilakukan sewaktu wawancara pertama berlangsung pada tanggal 8 Februari 2020 bertempat di Pondok V Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Dalam berbicara subjek cukup memahami poin pertanyaan dengan cepat dan cara menjawab subjek tergolong langsung pada inti tidak menggunakan awalan pembicaraan yang terkesan bertele-tele, namun tetap dalam perjumpaan pertama wawancara subjek terlihat gugup dengan gaya bicara yang terkesan terbata-bata. Tangan yang lebih sering memainkan benda yang ada di sekitar subjek, mencoba merilekskan badannya dengan cara menyenderkan badan agar terlihat tersembunyi dengan kecanggungannya, kepala yang seringkali mengarah kepada lain selain melihat fokus melihat peneliti ketika subjek

sedang menjelaskan. Ada di beberapa pertanyaan sebelum menjawab subjek memberikan senyuman meringis seperti canggung dalam menjawab, mimik muka yang serius dan tegang, serta dahi mengerut ketika mencoba mengingat kisah lama dimasa lalu. Membahas kisah lama yang terjadi di kehidupan subjek terkait narkoba beserta ruang lingkup subjek yang lainnya, disini subjek cukup kooperatif dalam menceritakan hal tersebut namun subjek ada beberapa yang sempat sedikit terlupakan ketika menjelaskan.

Selanjutnya observasi dilakukan pada pertemuan kedua dalam wawancara pada tanggal 12 Februari 2020 bertempat di Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Ketika dalam wawancara kedua subjek kembali kelihatan gugup sewaktu menjawab sehingga terlihat tidak sedikit hal blank terjadi dan subjek juga perlu dibantu dalam mensesederhanakan pertanyaan yang peneliti ajukan dalam wawancara. Kembali memainkan benda yang ada disekitarnya selama sesi wawancara berlangsung, gerak tubuh yang terlihat gelisah dengan kepala lebih sering menunduk dalam menjawab pertanyaan wawancara tak terlalu

memberanikan dalam menatap peneliti ketika menjelaskan sesuatu. Senyum yang diberikan seringkali bersamaan dengan tawa kecil cengengesan seperti menutupi ketakutannya dalam menjawab, subjek juga tak jarang mengalihkan pandangan matanya ke arah lain, namun tak luput dari wajah tegang yang ditampakan. Membicarakan tentang hal-hal yang mencangkup permasalahan yang sedang maupun telah terjadi di kehidupan subjek yang tentunya meliputi aspek emosi sehingga ada beberapa pertanyaan yang serta diberikan contoh oleh peneliti agar subjek dapat menjawab dengan apa adanya dan dalam hal ini subjek cukup kooperatif.

Observasi berikutnya peneliti lakukan ketika wawancara terakhir berlangsung pada tanggal 13 Februari 2020 bertempat di Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Terlihat lebih rileks dari sebelumnya namun tetap terlihat canggung dan sedikit kebingungan bagaimana menyusun kalimat yang ingin subjek katakan, subjek terlihat juga dapat menjawab pertanyaan dengan baik dan serius. Masih memainkan beberapa barang yang ada disekitarnya ketika menjawab pertanyaan, menundukkan

kepala serta memiliki gerak tubuh yang terlihat gelisah sembari menerangkan jawabannya. Subjek juga kembali terlihat dalam beberapa menjawab pertanyaan cengengasan sebagai menutupi ketakutannya dalam menjawab, memberikan ekspresi muka cukup tegang dan canggung, namun ada beberapa pertanyaan yang mencangkup emosional dirinya seringkali terlihat sedih atau tidak menyukai hal tersebut. Dalam hal ini membahas permasalahan yang terjadi di kehidupan subjek dan seringkali mencangkup tentang sudut pandang permasalahan, lingkungan dan emosi lainnya yang tak luput dalam permasalahan intim seperti menyangkut tentang pertanyaan perihal agama subjek.

**Tabel. 2**  
**Tabel Observasi**

| <b>No</b> | <b>Subjek</b> | <b>Tanggal Observasi</b> | <b>Tempat Observasi</b>                                  |
|-----------|---------------|--------------------------|--|
| <b>1</b>  | DA            | 7 Februari 2020          | Pondok II Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang |
|           |               | 8 Februari 2020          | Pondok II Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang |

|          |     |                  |  |
|----------|-----|------------------|--|
|          |     | 12 Februari 2020 | Pondok II Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang           |
| <b>2</b> | D   | 7 Februari 2020  | Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang |
|          |     | 9 Februari 2020  | Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang |
|          |     | 10 Februari 2020 | Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang |
|          |     | 8 Februari 2020  | Pondok V Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang            |
| <b>3</b> | ARD | 12 Februari 2020 | Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang |
|          |     | 13 Februari 2020 | Taman Asrama Jepang Pusat Rehabilitasi Narkoba                     |

### **4.3.2 Hasil Wawancara**

Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol, mengendalikan, mengantisipasi serta memahami semua aspek yang berkenaan dengan emosi baik itu secara faktor internal maupun faktor eksternal. Dalam hal ini regulasi emosi juga menyangkut tentang pemahaman diri seseorang masing-masing bagaimana keadaan kepribadian emosi seseorang. Seorang mantan pecandu pasti regulasi emosinya dipengaruhi oleh narkoba dengan rentang pemakaian waktu yang lama dan dalam rentang pemakaian yang secara terus menerus ketika aktif menjadi pecandu. Maka hal ini sangat berpengaruh terhadap regulasi emosi mantan pecandu narkoba. Ketiga subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki berinisial DA, D, dan ARD yang memiliki usia dewasa menengah, dewasa akhir dan dewasa awal yang mengalami perubahan dalam regulasi emosi. DA dan D tidak menyelesaikan sekolahnya dengan sejarah pendidikan terakhir yakni kelas 2 SMP dan sedangkan ARD menyelesaikan pendidikan terakhirnya yakni SMA. DA dahulu tinggal di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang tetapi tidak lagi dikarenakan ada

hal yang tidak bisa DA tinggalkan dirumahnya yang pada akhirnya memutuskan untuk melakukan pulang pergi dalam bekerja namun D dan ARD saat ini menetap Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang.

Berdasarkan pernyataan semua subjek, mereka telah memiliki perencanaan masing-masing kedepannya, berusaha untuk bertanggung jawab dalam tugas yang diberikan didalam bekerja, mengikuti peraturan-peraturan dengan baik yang ada di dalam Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Ketiga subjek juga perlahan-lahan mulai memahami keadaan pribadi emosi masing-masing subjek sehingga mereka mengetahui kelebihan dan kekurangan masing-masing didalam regulasi emosi. Ketiga subjek juga sudah memiliki motivasi untuk mencapai tujuan hidup yang lebih baik kedepannya. Ketiga subjek memiliki latar belakang kehidupan yang berbeda-beda, mulai dari faktor lingkungan, pendidikan, keluarga atau pola asuh, rentang waktu pemakaian NAPZA, usia, ibadah dan terlebih dari segi ilmu pengetahuan dalam dunia adiksi. Hal ini sangat lah berpengaruh dalam regulasi emosi subjek. Sehingga subjek sudah mulai memahami cukup dalam emosi subjek masing-masing sehingga ketika meregulasi emosi subjek sudah memiliki caranya masing-masing agar emosi yang ada tidak terlalu

berlebihan dalam mengambil tindakan atau pun dalam mengantisipasi sebelum datangnya emosi berlebihan tersebut. Konsekuensi dalam regulasi emosi juga tidak luput dari subjek sehingga subjek mencoba untuk selalu mengevaluasi diri subjek masing-masing. Subjek mengupayakan dirinya agar selalu menjadi kepribadian lebih baik kedepannya. Mengenai ketiga subjek seperti yang sudah diungkapkan subjek, secara rinci dapat dilihat pada tabel dan penjelasan berikut:

**Tabel. 3**  
**Regulasi Emosi Pada Mantan Pecandu Narkoba**

| Kategori Tema         | Regulasi Emosi Seorang Mantan Pecandu Narkoba Umum  | Regulasi Emosi Seorang Mantan Pecandu Narkoba Khusus |   |   |
|-----------------------|---|--|---|---|
|                       | DA, D, ARD  | DA   | D   | ARD   |
| Latar Belakang Subjek | Ketiga subjek merupakan laki-laki dengan perkembangan dewasa awal. Rentang usia dari 22-35 tahun. | Subjek DA berusia 28 tahun                           | Subjek D berusia 35 tahun.                        | Subjek ARD berusia 22 tahun.                        |
|                       | Ketiga subjek memulai hidup menjadi seorang pecandu ketika subjek berada di                       | Subjek DA mulai kecanduan narkoba saat kelas 2 SMP   | Subjek D mulai kecanduan narkoba saat kelas 1 SMP | Subjek ARD mulai kecanduan narkoba saat kelas 2 SMP |

|                                  |  |   |  |  |
|----------------------------------|--|---|--|--|
|                                  | SMP  |   |  |  |
|                                  | Ketiga subjek mulai mencoba narkoba dikarenakan terpengaruh lingkungan | Subjek DA terpengaruh oleh lingkungan pergaulan di pasar  | Subjek D terpengaruh oleh lingkungan kerabat   | Subjek ARD terpengaruh oleh lingkungan pertemanan  |
| Aspek Regulasi Emosi Pada Subjek | Terdapat kemampuan ketiga subjek dalam mengontrol emosi                | Subjek DA mengontrol emosinya dengan cara membawa situasi tersebut kedalam humor  | Subjek D mengontrol emosinya dengan cara berpikir bahwa suatu saat nanti semua perbuatan hal buruk yang dilakukan orang lain kepada dirinya akan mendapatkan balasan | Subjek ARD mengontrol emosinya dengan cara berpikir apa yang menjadi dampak bila subjek melepaskan emosinya yang berlebih  |
|                                  | Terdapat kemampuan ketiga subjek dalam penerimaan diri                 | Subjek DA sudah memiliki penerimaan diri dengan cara berusaha untuk mempertahankan pemulihannya dan menahan keinginan emosi buruk untuk kembali relapse | Subjek D sudah memiliki penerimaan diri dengan cara pasrah terhadap apapun cobaan yang diberikan oleh Allah terhadap kehidupannya                                    | Subjek ARD sudah cukup memiliki penerimaan diri dengan menerima kesalahan yang telah dilakukan oleh subjek meskipun diawal masih mengalami penolakan namun dengan seiring waktu subjek sudah mulai belajar |

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|   |   |  |   | dalam penerimaan diri.  |
| Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi | Ketiga subjek memahami diri sendiri             | Subjek DA tau bahwa dirinya merupakan manusia keras kepala, memiliki komitmen terhadap prinsip hidup, memiliki kepribadian yang serba ke-aku-an, tidak menyukai hal yang bertele-tele terkesan berlebihan yang membuat subjek risih akan hal tersebut, mudah bergaul, lebih memiliki kesabaran, belajar bertanggung jawab terhadap pekerjaan yang menjadi tugasnya, subjek memiliki prinsip yang kuat untuk mempertahankan pemulihannya. | Subjek D merasa bahwa dirinya sekarang lebih sabar dari sebelumnya, kurangnya memiliki kepercayaan diri, memiliki hobi yakni berkegiatan dan menjadikan hobinya sebagai penyaluran emosi, subjek memiliki waktu untuk meredam emosinya, subjek juga orang yang mudah akrab dengan orang lain dengan cara humor. | Subjek ARD memiliki kekurangan dalam mengontrol keinginan yang berlebih, belum mempunyai pendirian yang kuat sehingga tak jarang masih tidak dapat mengontrol emosi buruknya, subjek menggunakan otaknya untuk berpikir terhadap dampak kedepan namun ketika telah dihadapkan dengan permasalahan tak jarang subjek melupakan dampaknya, subjek sudah mulai belajar untuk bertanggung jawab terhadap tupoksi bekerja, lebih sedikit bersabar. |
|   | Ketiga subjek berada di lingkungan rehabilitasi | Subjek DA bertekad untuk selalu menjadikan dirinya berada di   | Subjek D memilih lingkungan rehabilitasi sebagai tempat   | Subjek ARD mengatakan bahwa peraturan-peraturan yang  |

|                       |   |   |  |   |
|-----------------------|---|---|--|---|
|                       |   | lingkungan rehabilitasi dan menjauhi hal-hal yang dapat memancing emosi buruk untuk kembali ke masa lalu, lingkungan rehabilitasi yang disiplin menjadikan dirinya lebih menghargai diri sendiri.   | tinggalnya untuk kedepannya melatih diri dari lingkungan yang buruk agar memiliki prinsip yang kuat untuk tidak kembali ke hal yang buruk serta peraturan-peraturan yang ada di rehabilitasi membuatnya berpikir ulang untuk mengeluarkan emosi secara berlebihan. | diadakan di rehabilitasi membuatnya dapat berpikir lebih jernih untuk mengeluarkan emosi secara berlebihan.   |
| Proses Regulasi Emosi | Ketiga subjek melakukan pemilihan situasi atau modifikasi situasi | Subjek DA melakukan tindakan menghindari situasi tersebut selama beberapa saat lalu membiarkan humor menjadi pencair suasana dalam permasalahan dan juga meminta bantuan orang lain untuk menegur orang yang bersangkutan untuk bisa bertahan | Subjek D meredam emosinya dengan cara mencoba menjauh dari situasi tersebut dan merenungkan diri atas apa permasalahan yang terjadi sehingga ketika bertemu kembali dengan yang bersangkutan D masih ingat namun emosinya sudah menurun dan                        | Subjek ARD melakukan argumentasi terlebih dahulu didalam suatu permasalahan bila subjek memang terbukti benar salah subjek menerima dan diam atas konsekuensi yang didapatkan namun bila subjek merasa bahwa subjek benar maka subjek akan memperjuangkan haknya. |

|                         |  |  |  |   |
|-------------------------|--|--|--|---|
|                         |  | bercanda bersama subjek bila orang tersebut memulai duluan.  | dapat bercengkrama lagi dengan yang bersangkutan.  |   |
|                         | Ketiga subjek melakukan pengalihan perhatian | Subjek DA melakukan humor sebagai peralihan emosinya agar tidak terfokus dengan emosi yang sedang memuncak didalam dirinya                           | Subjek D ketika permasalahan sedang terjadi atau ada orang lain yang membuatnya emosi dengan perkataan atau perbuatannya, subjek mengalihkan pandangannya kepada yang lain dan berusaha mencari kegiatan yang membuatnya sibuk dan tidak terfokus dengan emosi yang sedang memuncak. | Subjek ARD melakukan permainan game sebagai bentuk peralihan perhatiannya terhadap emosi yang sedang memuncak didalam dirinya.                                    |
| Strategi Regulasi Emosi | Ketiga subjek memperdalam ilmu adiksi        | Subjek DA merasakan ilmu yang didapatkannya selama melakukan rehabilitasi sangatlah berpengaruh terhadap regulasi emosinya, dikarenakan didalam ilmu | Subjek D merasakan bahwa program yang berkaitan dengan ilmu adiksi sangat penting untuk dapat meregulasi emosinya dengan baik sehingga subjek juga   | Subjek ARD mengatakan bahwa dirinya menyadari betapa pentingnya ilmu adiksi bagi pemulihannya, dimana subjek menyadari bahwa segala hal-hal yang berkaitan dengan |

|                            |  |  |  |  |
|----------------------------|--|--|--|--|
|                            |  | adiksi terdapat pengetahuan yang luas bagi pejuang pemulih agar mampu meregulasi emosinya dengan baik dan subjek mulai mengikuti pelatihan program adiksi. | mengikuti pelatihan program yang berkaitan dengan ilmu adiksi.   | pemakaian narkoba dahulu memiliki dampak emosi masing-masing dan ilmu adiksi tersebut sangat berguna untuk regulasi emosi pada subjek.                           |
|                            | Ketiga subjek melakukan handle feeling   | Subjek DA mengatakan bahwa hal utama dalam mengendalikan emosinya yang berlebih yakni melakukan handle feeling.  | Subjek D mengatakan bahwa hal utama dalam mengendalikan emosinya yang berlebih yakni melakukan handle feeling.   | Subjek ARD mengatakan bahwa hal utama dalam mengendalikan emosinya yang berlebih yakni melakukan handle feeling.   |
| Konsekuensi Regulasi Emosi | Ketiga subjek ketika mendapatkan tekanan | Subjek DA ketika mendapatkan situasi tekanan yakni merasa kebingungan dan gelisah untuk tetap sedikit tenang dalam pengontrolan emosinya.                  | Subjek D ketika mendapatkan permasalahan yang membuatnya tertekan maka subjek akan mengalami kebingungan dan meminta saran kepada orang yang dipercaya dan subjek merasa nyaman. | Subjek ARD ketika mendapatkan tekanan maka subjek akan mengikuti alur yang ada atau dalam artian mengikuti lingkungan tersebut meskipun hal tersebut tidak baik. |
|                            | Ketiga subjek ketika mendapatkan         | Subjek DA mengatakan bahwa bila ada  | Subjek D ketika ada hal yang berulang-ulang  | Subjek ARD ketika ada hal kesalahan orang  |

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
|   | hal yang dilakukan secara berulang-ulang                                      | kesalahan orang lain yang secara berulang-ulang dan hal tersebut menyangkut dirinya maka subjek mengalami pemuncakan emosi sehingga seringkali emosi mengalami pengeluaran meskipun tidak sampai berbaku hantam | dilakukan orang lain dan hal tersebut menyangkut dirinya maka subjek lebih baik menghindari untuk berteman dekat kembali atau bila orang tersebut bisa diajak komunikasi dengan baik subjek akan menegurnya namun subjek lebih merasa pasrah dan membiarkan saja dengan pemikiran kelak orang tersebut akan mendapatkan balasannya sendiri. | lain yang dilakukan secara berulang-ulang dan hal tersebut menyangkut dirinya maka subjek tidak dapat mengontrol emosinya yang berlebih sehingga subjek lepas kendali dan tidak lagi mengingat dampak yang akna terjadi bila subjek melakukan hal yang berkaitan dengan fisik. |
| Upaya yang di Lakukan Subjek untuk Regulasi Emosi | Semua subjek memiliki upaya masing-masing dalam mengoptimalkan regulasi emosi | Subjek DA melakukan perbanyak ibadah dengan salah satunya juga mengikuti majelis zikir, memiliki motivasi yang tinggi untuk memperdalam ilmu adiksi, subjek tidak secara gegabah dalam membiarkan               | Subjek D melakukan pekerjaan sesuai dengan tupoksi yang diberikan sehingga subjek merasa terus berusaha menjadi kepribadian yang bertanggung jawab, subjek memperbanyak   | Subjek ARD melakukan perbanyak Ibadah yang dahulu juga sempat dirinya lalai dalma menjaga ibadahnya, terhadap permasalahan yang terjadi didalam hidupnya kemarin subjek  |

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | <p>emosi yang memuncak begitu saja, subjek tidak memperdulikan hal yang dapat memancing emosinya, subjek berusaha membangun relasi yang baik dilingkungannya, belajar untuk terus bertanggung jawab dan menjadi kepribadian yang lebih baik kedepannya.</p> | <p>ibadahnya kembali yang dahulu sempat dirinya lalaikan, subjek memiliki kemauan untuk belajar lebih baik kedepannya bagi dirinya sendiri, subjek juga menjaga hubungan yang baik dengan lingkungannya.</p> | <p>lebih berusaha untuk menjadi kepribadian yang bertanggung jawab dalam bekerja dan belajar untuk lebih baik bagi dirinya sendiri, berpindah dari lingkungan buruk kedalam lingkungan rehabilitasi untuk juga belajar dalam meregulasi emosi yang baik.</p> |
|--|---|--|--|

Selanjutnya untuk deskripsi lebih lanjut mengenai regulasi emosi pada mantan pecandu narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Peneliti akan membagi tema-tema yang muncul pada setiap subjek ke dalam 7 tema, yaitu tema pertama akan membahas mengenai "Latar Belakang Subjek" yang membahas usia subjek, faktor subjek menggunakan NAPZA. Tema kedua yaitu tema "Aspek Regulasi Emosi pada Subjek" yang membahas tentang kemampuan subjek dalam meregulasi emosi dan sampai pada dimana subjek mempunyai penerimaan diri. Tema yang ketiga yaitu tema "Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi" yang membahas tentang pemahaman subjek terhadap dirinya sendiri serta lingkungan yang membantunya dalam regulasi emosi. Tema yang

keempat yaitu tema "Proses Regulasi Emosi" yaitu membahas tentang subjek dalam memilih atau memodifikasi situasi dengan yang dirinya inginkan serta mengalihkan perhatian dari situasi. Tema kelima yaitu tema "Strategi Regulasi Emosi" yakni membahas tentang strategi yang subjek pilih dalam meregulasi emosinya. Tema selanjutnya yakni "Konsekuensi Regulasi Emosi" yakni membahas tentang hal yang dapat membuat subjek pecah emosinya dalam meregulasi emosi. Lalu yang terakhir memiliki tema "Upaya yang di Lakukan Subjek untuk Regulasi Emosi" yakni membahas secara tuntas upaya apa saja yang dilakukan subjek dalam meregulasi emosi nya dengan baik dan tepat untuk dapat mencapai tujuannya.

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

Tema ini 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. Ketiga subjek seperti orang pada umumnya, hidup dan tinggal bersama orang tuanya dan memiliki pendidikan terakhir SMP dan SMA. Ketiga subjek seperti yang lainnya, bergaul dan memiliki banyak teman sehingga hal ini lah yang membuat subjek tidak bisa mengatur diri agar tidak terpengaruh lingkungan pertemanan dan kurangnya pemahaman mengenai dampak bahaya narkoba. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan semua subjek baik subjek DA, D, dan ARD.

Subjek pertama DA merupakan laki-laki berusia 28 tahun, berasal dari daerah Semuntul, Musi Banyuasin lalu

tinggal di Tanggo Buntung, Palembang. Subjek berpendidikan terakhir kelas 2 SMP pada umur 12 tahun. Subjek menggunakan narkoba dikarenakan merantau dan tinggal di daerah pasar yang notabene nya pergaulan dipasar sangat lah dekat dengan dunia narkoba dan subjek terpengaruhi oleh lingkungan disana untuk menggunakan narkoba. Subjek mencoba narkoba jenis Sabu, Ganja, Inex, Happy Five.

Subjek kedua D merupakan laki-laki berusia 35 tahun, berasal dari Dusun Cinta Kasih, Muara Enim yang juga memiliki rumah di Prabumulih. Dahulu waktu SD subjek pernah menggunakan Aibon tetapi hanya 3-4 kali dan tidak lagi dikarenakan ketahuan orang tuanya, namun seiring berjalannya waktu subjek menjadi pecandu narkoba pada kelas 1 SMP dan beliau tidak menamatkan sekolahnya. Subjek menggunakan narkoba dikarenakan pengaruh kerabat dan pertemanannya. Adapun zat narkoba lainnya yang digunakan subjek yakni Alkohol, Sabu, Ganja Inex.

Subjek ketiga ARD merupakan laki-laki berusia 22 tahun, berasal dari Gotong Royong Sako, Palembang. Subjek menyelesaikan sekolah nya sampai pada pendidikan akhir SMA. Subjek menggunakan narkoba dikarenakan pertemanan dan lingkungannya baik disekolah maupun dirumah pada saat kelas 2 SMP. Adapun zat yang digunakan oleh subjek yakni Alkohol, Sabu, Inex, Ganja, Benzo.

*"DA" (S1/W1/3) "28 tahun" (S1/W1/5)  
"Semuntul tuh daerah Musi, Musi Banyuasin"  
(S1/W1/9) "Awal pertama pake narkoba yo dari  
pergaulan sih, dari pergaulan trus yang namonyo  
edop jauh dari uwong tuo kan, waktu itu idak tinggal*

dengen uwong tuo, merantau" **(S1/W1/29-32)**  
"...waktu itu ee 12 tahun mungkin, waktu kenal narkoba tuh" **(S1/W1/57-58)** "...idak nian sekolah berenti langsung" **(S1/W1/63)** "Kelas 2 smp" **(S1/W1/43)** "Make sabu, ganja, inex tapi yang parahnyo cuman sabu samo inex, kalau inex itu setiap malam, tiap malam, tiap malam nian sabu tuh paleng duo hari sekali, soalnya dio ado jeda nyo musti diistirahatke dulu sehari cak itu baru disambung sehari." **(S1/W1/151-155)** "Hapyy five tuh sekelas heroin sudah, happy five, dio sistem jilat, idak do di hisap, mainnyo dijilat, nah make itu tapi itu tuh jarang dak pernah tarok lah, idak do rutin." **(S1/W1/209-212)**

"D" **(S2/W1/3)** "35 tahun" **(S2/W1/6)** "Dusun Cinta Kasih Muara Enim" **(S2/W1/7)** "aku tuh nak balek ke Prabumulih" **(S2/W1/52)** "kelas 1 smp" **(S2/W1/43)** "Aku tuh idak tamat smp, dak naek pindah sekolah, nah pindah sekolah dak pernah masuk sekolah jadi yo makmano diomongi berenti idak diomongi diberenti ke jugo idak sekolah" **(S2/W1/36-39)** "...aku make aibon pertama tuh, itu masih SD, cuman SD tuh berenti dak lamo cuma make aibon tuh beberapa kali paleng 3 kali atau 4 kali cuman berenti karno ketahuan uwong tuo kan..." **(S2/W1/86-89)** "Pokoknyo kalau inex samo ganja.. kalau inex lah lamo idak lagi aku yang aktif nih sabu samo ganja sampe tahun 2017, minum pernah ngaibon pernah paleng, cak itu lah, cuman 5 jenis aku kalau dak salah, kalau minuman dak tau lagi minuman apo, pokoknyo dari ado masih minuman avoca dari hargo 2500." **(S2/W1/67-72)** "...asal-asalnyo diajak kawan make tuh..." **(S2/W1/74)**

*"ARD" (S3/W1/3) "21 tahun" (S3/W1/6) "Jalan gotong royong 2 rt 18 rw 03 nomor 425, Sako" (S3/W1/20) "Palembang" (S3/W1/10) "Awal keno narkoba tahun 2012" (S3/W1/29) "aku tamatan SMA" (S3/W1/31) "Iyo, pertama sih kawan sekolah make, kawan sekolah trus berapa bulan diajak make kawan kampung karena kebetulan dikampung kan rato-rato mayoritas make galo" (S3/W1/55-59) "Oh iyo hehe itu awalnya alkohol" (S3/W1/33) "Tau dari kawan jugo tahun 2014 lamo kelamoan tahun 2015 kenal yang namonnyo inex nah itu berbarengan make nyo nyabu inex nyabu inex sampe ke tahun 2019 bulan delapan terakhir" (S3/W1/41-44) "Baru sih ganja tuh tahun 2017" (S3/W1/48) "Benzo 2018 baru jugo" (S3/W1/50)*

## **Tema 2 : Aspek Regulasi Emosi**

Setiap subjek telah menyadari kemampuan dalam mengontrol emosi dengan seperti apa dan sejauh apa yang membuatnya agar tetap mempertahankan emosinya agar tidak terjadi berlebihan. Subjek juga memiliki penerimaan diri yang berbeda-beda namun perlahan telah menyadari dan mempunyai penerimaan diri tersebut. Tentunya setiap subjek berbeda-beda dalam kemampuan mengontrol emosi dan dalam penerimaan diri. Hal ini dinyatakan oleh subjek DA, D, dan ARD.

Subjek DA mengontrol emosinya dengan cara membawa situasi tersebut kedalam humor. Hal yang dapat membuat naik emosinya maka subjek segera mengubah situasi tersebut menjadi hiburan atau candaan agar tidak terjadi emosi yang berlebihan dengan ini subjek merasa bahwa orang yang bersangkutan juga harus menerima candaan subjek. Subjek DA sudah memiliki penerimaan diri

dengan cara berusaha untuk mempertahankan pemulihannya dan menahan keinginan emosi buruk untuk kembali relapse. Lingkungan yang sedang dijalani oleh subjek tak terlepas dalam banyak hal yang juga mempengaruhi regulasi emosi namun subjek tidak terlalu peduli dan mengambil pusing hal tersebut.

Subjek D mengontrol emosinya dengan cara berpikir bahwa suatu saat nanti semua perbuatan hal buruk yang dilakukan orang lain kepada dirinya akan mendapatkan balasan. Subjek tidak terpengaruh untuk membalas perbuatan orang yang bersangkutan baik secara halus maupun secara kasar. Subjek D sudah memiliki penerimaan diri dengan cara pasrah terhadap apapun cobaan yang diberikan oleh Allah terhadap kehidupannya dan subjek berprasangka baik terhadap cobaan yang diberikan kepadanya.

Subjek ARD mengontrol emosinya dengan cara berpikir apa yang menjadi dampak bila subjek melepaskan emosinya yang berlebih. Subjek juga terkadang berpikir dalam jangka panjang dampak apa saja yang akan terjadi. Subjek ARD sudah cukup memiliki penerimaan diri dengan menerima kesalahan yang telah dilakukan oleh subjek meskipun diawal masih mengalami penolakan namun dengan seiring waktu subjek sudah mulai belajar dalam penerimaan diri.

*"Yo humor paleng" (S1/W2/1112) "Padahal itu aku kesel nian tapi aku bawak.. bawak becanda dengen dio cak itu nah, dengen sikon itu" (S1/W2/1119-1120) "Iyo, olehnyo ngapo yo besak lah penghargaan tuh untuk pemulihan tuh besak, kito tuh yo mungkin dari sini idak berubah*

*cak itu nah mangkonyo dipertahan ke disini..."*  
**(S1/W1/566-569)** *"Yo ngapo.. kakak dak peduli..."* **(S1/W3/1728)**

*"...yo aku mikirnyo pasrah karno memang lah pasrah..."* **(S2/W2/786-787)** *"...kami kan peraturan disini kan men nganuke uwong sp..."*  
**(S2/W2/826-827)**

*"Dipikiri jugo yo bener siapa jugo disini kok cakmano ee mikir ke jugo dampaknya kalau ku ajak rebut apo yang terjadi amen aku ajak rebut apo yang terjadi aku pacak dikeluarke kan relapse pasti"*  
**(S3/W1/327-329)** *"Idak berpengaruh, tapi kalau tempat berpengaruh besar"* **(S3/W1/213-214)**

### **Tema 3 : Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Semua subjek telah cukup mengenali kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri masing-masing, namun semua subjek sudah dapat mengerti letak kekurangan yang menjadi hambatan dirinya. Hal ini yang mendukung subjek memahami apa saja tujuan yang ingin dicapai setelah mempersiapkan diri selama di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Baik subjek DA, D dan ARD menyadari bahwa subjek saat ini berada di lingkungan yang mendukung perubahan subjek, lingkungan yang memiliki aturan baik untuk regulasi emosi subjek agar dapat mengubah stigma terhadap subjek. Hal ini dinyatakan subjek DA, D dan ARD.

Subjek DA tau bahwa dirinya merupakan manusia keras kepala, memiliki komitmen terhadap prinsip hidup, memiliki kepribadian yang serba ke-aku-an, tidak menyukai hal yang bertele-tele terkesan berlebihan yang membuat

subjek risih akan hal tersebut, mudah bergaul, lebih memiliki kesabaran, belajar bertanggung jawab terhadap pekerjaan yang menjadi tugasnya, subjek memiliki prinsip yang kuat untuk mempertahankan pemulihannya. Subjek DA bertekad untuk selalu menjadikan dirinya berada di lingkungan rehabilitasi dan menjauhi hal-hal yang dapat memancing emosi buruk untuk kembali ke masa lalu, lingkungan rehabilitasi yang disiplin menjadikan dirinya lebih menghargai diri sendiri.

Subjek D merasa bahwa dirinya sekarang lebih sabar dari sebelumnya, kurangnya memiliki kepercayaan diri, memiliki hobi yakni berkegiatan dan menjadikan hobinya sebagai penyaluran emosi, subjek memiliki waktu untuk meredam emosinya, subjek juga orang yang mudah akrab dengan orang lain dengan cara humor. Subjek D memilih lingkungan rehabilitasi sebagai tempat tinggalnya untuk kedepannya melatih diri dari lingkungan yang buruk agar memiliki prinsip yang kuat untuk tidak kembali ke hal yang buruk serta peraturan-peraturan yang ada di rehabilitasi membuatnya berpikir ulang untuk mengeluarkan emosi secara berlebihan.

Subjek ARD memiliki kekurangan dalam mengontrol keinginan yang berlebih, belum mempunyai pendirian yang kuat sehingga tak jarang masih tidak dapat mengontrol emosi buruknya, subjek menggunakan otaknya untuk berpikir terhadap dampak kedepan namun ketika telah dihadapkan dengan permasalahan tak jarang subjek melupakan dampaknya, subjek sudah mulai belajar untuk bertanggung jawab terhadap tupoksi bekerja, lebih sedikit bersabar. Subjek ARD mengatakan bahwa peraturan-peraturan yang diadakan di rehabilitasi membuatnya dapat

berpikir lebih jernih untuk mengeluarkan emosi secara berlebihan.

*"Iyo dio dak galak, dak galak nian, itu paling sampe sekarang pun itu masih" (S1/W1/274-275)*  
*"Mudah akrab, mudah masuk omongan kek itu" (S1/W1/1519)*  
*"Uwongnyo penyabar sih kalau sekarang" (S1/W3/1514)*  
*"Lebih ke yo nyari hiburan dewek cak itu nah, paling ngehindar cak itu nah, ngehindar bae, kan lagi emosi dengan uwong itu misal ee, kito ngehindar nih" (S1/W3/1526-1528)*  
*"Malahan itu loh kakak kalau ado masalah galak kakak ado konseling cak itu nah" (S1/W2/1385-1386)*  
*"Iyo, keras kepala lah mungkin yo, tapi dak galak nian aku apo yang ku ucapke pertamo tuh dak galak nian dibantah apo yang telah terucap dengan aku aku dak galak lagi, dak galak lagi" (S1/W1/656-659)*  
*"Iyo tapi memang yo dari kejujuran jugo cak itu jadi itu tuh ado buruknyo ado jahat nyo cak itu nah" (S1/W1/634-636)*  
*"Iyo, olehnyo ngapo yo besak lah penghargaan tuh untuk pemulihan tuh besak, kito tuh yo mungkin dari sini idak berubah cak itu nah mangkonyo dipertahan ke disini..." (S1/W1/566-569)*

*"...intinyo sabar mak itu nah itu kan namonyo kito semampu diri dewek kalau memang kito mampu..." (S2/W2/853-855)*  
*"Nah iyo ado emang cuma aku malu ah.. ngeraso kek ini nah.. aidah malu jijah.." (S2/W3/1492-1493)*  
*"Hobi aku nih berkegiatan..." (S2/W2/910)*  
*"Iyo itu lah tadi, contoh ee misal aku emosi ee nah aku itu lah tadi abis handle feeling aku harus cari kegiatan apo bersihke halaman apo nganuke apo jadi fokus emosi*

*aku ilang dak tepikir lagi samo dio paling ketemu waktu ketemu masih kan cuman yang sudah yosudah kan.” (S2/W2/918-923) “Paling sehari, paling sehari tuh kadang dak nyampe sejam duo jam tuh” (S2/W2/926-927) “...yang lah pasti kan aku biso akrab gegara humor tulah trus yang diajak becando diliat dulu pacak idak diajak becando kan mak itu lah paling...” (S2/W3/1329-1332) “...kami kan peraturan disini kan men nganuke uwong sp...” (S2/W2/826-827)*

*“...apo lagi ye.. emosional...” (S3/W3/582) “Masa bodo lah...” (S3/W3/582) “...yo nuruti kendak dio aku dio minta aku disini mak itu nah” (S3/W3/748-749)*

#### **Tema 4 : Proses Regulasi Emosi**

Didalam regulasi emosi terjadi proses sebagai bentuk regulasi itu sendiri. Setiap orang memiliki regulasi emosi yang berbeda-beda begitupun dengan subjek. DA, D dan ARD mengalami proses regulasi emosi yang berbeda-beda, hal ini sesuai dengan pernyataan ketiga subjek didalam wawancara.

Subjek DA melakukan tindakan menghindari situasi tersebut selama beberapa saat lalu membiarkan humor menjadi pencair suasana dalam permasalahan dan juga meminta bantuan orang lain untuk menegur orang yang bersangkutan untuk bisa bertahan bercanda bersama subjek bila orang tersebut memulai duluan. Subjek DA melakukan humor sebagai peralihan emosinya agar tidak terfokus dengan emosi yang sedang memuncak didalam dirinya.

Subjek D meredam emosinya dengan cara mencoba menjauh dari situasi tersebut dan merenungkan diri atas apa permasalahan yang terjadi sehingga ketika bertemu kembali dengan yang bersangkutan D masih ingat namun emosi nya sudah menurun dan dapat bercengkrama lagi dengan yang bersangkutan. Subjek D ketika permasalahan sedang terjadi atau ada orang lain yang membuatnya emosi dengan perkataan atau perbuatannya, subjek mengalihkan pandangannya kepada yang lain dan berusaha mencari kegiatan yang membuatnya sibuk dan tidak terfokus dengan emosi yang sedang memuncak.

Subjek ARD melakukan argumentasi terlebih dahulu didalam suatu permasalahan bila subjek memang terbukti benar salah subjek menerima dan diam atas konsekuensi yang didapatkan namun bila subjek merasa bahwa subjek benar maka subjek akan memperjuangkan haknya. Subjek ARD melakukan permainan game sebagai bentuk peralihan perhatiannya terhadap emosi yang sedang memuncak didalam dirinya.

*"Yo humor paleng" (S1/W2/1112) "Padahal itu aku kesel nian tapi aku bawak.. bawak becanda dengan dio cak itu nah, dengan sikon itu" (S1/W2/1119-1120) "Iyo, misalnya nih uwong tuh kepenasan belebihan, dipeseni, tahan dak kau, amen aku nih men penesan men uwong tahan aku tahan men uwong dak tahan aku dak tahan pulok, cak itu, jadi uwong tuh bepikirnyo yo segan cak itu nah" (S1/W1/1242-1246)*

*"Kadang ado, yo kadang ado kalau liatnyo tuh kan marah merengut misalnya kan trus kalau dio ngomong dak galak aku jingoki mato dio aku dak galak jingoki dio cak itu" (S2/W2/813-816)"Yo*

*paling lari aku, misal budak itu tadi yeh yo lari aku pegi dari dio..."(S2/W2/883-885) "...sudah apo merenung duduk dewekan merenung..." (S2/W2/884-885)*

*"Yo mungkin saat kito ngelakuke kesalahan keno marah uwong segalo macem mungkin idak seluruh omongan uwong biso kito terimo kan cak itu yo tapi mau dak mau pasti kito terimo pasti kito salah" (S3/W1/327-330) "Apo yo caronyo misalnya disini kan pernah jugo dituduh pas piket maen game tapi aku tunjuk ke bahwa aku dak pernah maen game mak itu nah pas piket dak maen game emang bener-bener piket mak itu nah" (S3/W2/397-401)*

## **Tema 5 : Strategi Regulasi Emosi**

Strategi regulasi emosi merupakan pengantisipasi emosi yang dapat memuncak nantinya dengan cara yang ditentukan oleh masing-masing orang. Strategi regulasi emosi juga mengenai respon orang dalam menemukan cara ketika emosi tersebut secara langsung. Setiap orang memiliki strategi regulasi emosi yang berbeda-beda begitupun dengan subjek. Hal ini sesuai dengan pernyataan DA, D dan ARD dalam wawancara sebagai berikut.

Subjek DA merasakan ilmu yang didapatkannya selama melakukan rehabilitasi sangatlah berpengaruh terhadap regulasi emosinya, dikarenakan didalam ilmu adiksi terdapat pengetahuan yang luas bagi pejuang pemulih agar mampu meregulasi emosinya dengan baik dan subjek mulai mengikuti pelatihan program adiksi. Subjek DA mengatakan bahwa hal utama dalam mengendalikan emosinya yang berlebih yakni melakukan handle feeling.

Subjek D merasakan bahwa program yang berkaitan dengan ilmu adiksi sangat lah penting untuk dapat meregulasi emosinya dengan baik sehingga subjek juga mengikuti pelatihan program yang berkaitan dengan ilmu adiksi. Subjek D mengatakan bahwa hal utama dalam mengendalikan emosinya yang berlebih yakni melakukan handle feeling.

Subjek ARD mengatakan bahwa dirinya menyadari betapa pentingnya ilmu adiksi bagi pemulihannya, dimana subjek menyadari bahwa segala hal-hal yang berkaitan dengan pemakaian narkoba dahulu memiliki dampak emosi masing-masing dan ilmu adiksi tersebut sangat berguna untuk regulasi emosi pada subjek. Subjek ARD mengatakan bahwa hal utama dalam mengendalikan emosinya yang berlebih yakni melakukan handle feeling.

*"Iyo, kakak tuh ngambek ilmunyo kesitu, untuk ilmunyo itu kesitu." (S1/W1/502-503) Pas lagi terjadi misalnyo ee.. mikir, mikir tulah dek, apo nih bakal ngapo nih aku nih, cakmano.." (S2/W2/985-986)*

*"...oleh program itu jugo..." (S2/W2/839) "Yo kan paling handle feeling tulah misalkan nak marah samo uwong emosi aku naek yo kalu.. aku paling handle feeling..." (S2/W2/756-758)*

*"Dak katek sih, cuman kalau yang kedua nih lebih menyesali, menyesali ngapo sih pacak relapse lagi padahal aku sudah punyo ilmu sudah pengetahuan pacak relapse lagi cak itu paling aku mikirnyo" (S3/W1/191-194) "Emosi negatif? Handle feeling"*

*lah pertama kali trus pikirke sebelum kito berbuat”  
(S3/W3/620-621)*

## **Tema 6 : Konsekuensi Regulasi Emosi**

Konsekuensi regulasi emosi yakni hal-hal yang dapat terjadi bila regulasi emosi yang dihasikan tidak tepat. Maka ada konsekuensi regulasi dalam afektif, kognitif juga secara sosial. Hal ini dapat terjadi berbeda-beda konsekuensi regulasi dalam subjek. Bisa dilihat pada wawancara subjek DA, D dan ARD sebagai berikut.

Subjek DA ketika mendapatkan situasi tekanan yakni merasa kebingungan dan gelisah untuk tetap sedikit tenang dalam pengontrolan emosinya. Subjek DA mengatakan bahwa bila ada kesalahan orang lain yang secara berulang-ulang dan hal tersebut menyangkut dirinya maka subjek mengalami pemuncakan emosi sehingga seringkali emosi mengalami pengeluaran meskipun tidak sampai berbaku hantam.

Subjek D ketika mendapatkan permasalahan yang membuatnya tertekan maka subjek akan mengalami kebingungan dan meminta saran kepada orang yang dipercaya dan subjek merasa nyaman. Subjek D ketika ada hal yang berulang-ulang dilakukan orang lain dan hal tersebut menyangkut dirinya maka subjek lebih baik menghindari untuk berteman dekat kembali atau bila orang tersebut bisa diajak komunikasi dengan baik subjek akan menegurnya namun subjek lebih merasa pasrah dan membiarkan saja dengan pemikiran kelak orang tersebut akan mendapatkan balasannya sendiri.

Subjek ARD ketika mendapatkan tekanan maka subjek akan mengikuti alur yang ada atau dalam artian mengikuti lingkungan tersebut meskipun hal tersebut tidak

baik. Subjek ARD ketika ada hal kesalahan orang lain yang dilakukan secara berulang-ulang dan hal tersebut menyangkut dirinya maka subjek tidak dapat mengontrol emosinya yang berlebih sehingga subjek lepas kendali dan tidak lagi mengingat dampak yang akan terjadi bila subjek melakukan hal yang berkaitan dengan fisik.

*"...paling ngehindar cak itu nah, ngehindar bae, kan lagi emosi dengan uwong itu misal ee, kito ngehindar nih" (S1/W3/1527-1528) "Biasonyo yo duo hari tigo hari sudah, kakak tuh cak itulah..." (S1/W2/1335-1336) "Biasonyo ee itu tuh terjadi lebih dari sekali kalau kakak tuh emosi nyo meledak cak itu ee itu lebih dari sekali..." (S1/W2/1277-1279)*

*"Yo paling lari aku, misal budak itu tadi yeh yo lari aku pegi dari dio..." (S2/W2/883-885)"...yo aku mikirnyo pasrah karno memang lah pasrah..." (S2/W2/786-787) "solusi nyo kan misalkan aku nih ado masalah daripada aku pendem dewek lemak aku cerito ke dengan uwong jadi aku dapet solusi, oh jadi kau harus mak ini wil cak ini cak ini, nah aku pikir ke dulu dio nih kasih aku solusi bagus dak solusi buat aku, nah kalau bagus gek aku cubo mak ini mak ini mak ini, gek ah dak berhasil misalkan aku gek tetep nanyo dengan dio" (S2/W2/1131-1139)*

## **Tema 7 : Upaya yang di Lakukan Subjek untuk Regulasi Emosi**

Agar dapat meregulasi emosi dengan tepat diperlukannya upaya dalam pencapaian tujuan tersebut. Setiap orang memiliki kepribadian dan latar belakang hidup

yang berbeda. Hal ini dapat mempengaruhi seseorang dalam mengambil upaya regulasi emosi yang tepat untuk dirinya. Begitupun dengan ketiga subjek DA, D dan ARD. Subjek memiliki upaya masing-masing agar dapat mencapai tujuan regulasi emosi yang tepat. Berikut pernyataan dari semua subjek.

Subjek DA melakukan perbanyak ibadah dengan salah satunya juga mengikuti majelis zikir, memiliki motivasi yang tinggi untuk memperdalam ilmu adiksi, subjek tidak secara gegabah dalam membiarkan emosi yang memuncak begitu saja, subjek tidak memperdulikan hal yang dapat memancing emosinya, subjek berusaha membangun relasi yang baik dilingkungannya, belajar untuk terus bertanggung jawab dan menjadi kepribadian yang lebih baik kedepannya.

Subjek D melakukan pekerjaan sesuai dengan tupoksi yang diberikan sehingga subjek merasa terus berusaha menjadi kepribadian yang bertanggung jawab, subjek memperbanyak ibadahnya kembali yang dahulu sempat dirinya lalaikan, subjek memiliki kemauan untuk belajar lebih baik kedepannya bagi dirinya sendiri, subjek juga menjaga hubungan yang baik dengan lingkungannya.

Subjek ARD melakukan perbanyak Ibadah yang dahulu juga sempat dirinya lalai dalam menjaga ibadahnya, terhadap permasalahan yang terjadi didalam hidupnya kemarin subjek lebih berusaha untuk menjadi kepribadian yang bertanggung jawab dalam bekerja dan belajar untuk lebih baik bagi dirinya sendiri, berpindah dari lingkungan buruk kedalam lingkungan rehabilitasi untuk juga belajar dalam meregulasi emosi yang baik.

"Iyo, kakak melok majelis zikir bae disini dengan ayah masjid depan itu nah samo konselor yang lain jugo samo dokter jugo..." **(S1/W3/1751-1753)**  
"...Aku pengen ngaji, pengen belajar agama..." **(S1/W1/375)** "Kalau nak dituruti dengan sifat kakak yang dulu disini kalu pacak bebala tulah" **(S1/W3/1719-1720)** "Yo ngapo.. kakak dak peduli..." **(S1/W3/1728)** "Yo baik-baik bae jangan sampe teulang lagi nih kesalahan ini bakalan panjang lagi nih kalau teulang lagi cak itu" **(S1/W3/1601-1603)**

"Trus yang aku dapat kedewasaan lebih bertanggung jawab lagi sudah ado mikir ke pengen maju kan setiap begawe tuh aktif terus idak bolos mandiri lah pokoknyo kan pengen tuh nunjuk ke ke uwong tuo dan adek adek bahwa aku nih biso maju mak itu nah" **(S2/W1/556-560)** "Yo agama terutama, solat paling" **(S2/W3/1316)** "Doa paling, doa misal aku nih ado masalah yo bedoa, misal aku di anuke uwong tuh buka kan lah pintu hati nyo sabar ke lah dio paling mak itu bae aku tuh" **(S2/W3/1318-1321)** "...yo masalah tuh masalah apo tergantung di permasalahan yang dihadapi" **(S2/W3/1481-1482)** "Yo biaso bae, kebanyakan humor paleng" **(S2/W3/1325)**

"Solat terutama ee hehe dari program..." **(S3/W1/270)** "Yo intinyo idak perlu ditunjuke sih samo dio yang penting sudah nak solat idak perlu di depan dio jugo..." **(S3/W1/299-300)** "...nah pas piket dak maen game emang bener-bener piket mak itu nah" **(S3/W2/400-401)** "...yo nuruti kendak dio aku dio minta aku disini mak itu nah" **(S3/W3/748-749)**

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 ketiga subjek.

### **Subjek DA**

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

Subjek bernama DA, namun memiliki nama panggilan D. DA merupakan seorang laki-laki berumur 28 tahun pada tanggal 3 Agustus 1992 berasal dari daerah Semuntul Musi Banyuasin yang kini bertempat tinggal di daerah Tanggo Buntung Palembang. Pendidikan terakhir DA yakni SMP kelas 2. Setelah keluarga mengalami kebangkrutan, subjek memilih tetap tinggal di Palembang dan keluarga pindah ke Jambi. Saat itulah subjek bekerja dipasar untuk memenuhi kehidupannya sendiri. Ketika subjek lebih memilih tetap di Palembang, ternyata sewaktu orang tua subjek di Jambi menambah 2 anak yang menjadi adiknya DA. DA menikah ditahun 2017 ketika semakin parah menggunakan NAPZA. Hal ini dituturkan oleh subjek dalam wawancara berikut:

*"DA" (S1/W1/3)*

*"28 tahun" (S1/W1/5)*

*"3 Agustus 1992, Semuntul" (S1/W1/7)*

*"Semuntul tuh daerah Musi, Musi Banyuasin"*  
**(S1/W1/9)**

*"Kelas 2 SMP"* **(S1/W1/43)**

*"Idak, begitu uwong tuo bangkrut idak lagi sekolah, idak nian sekolah berenti langsung"*  
**(S1/W1/62-63)**

*"...di pasar, tedok, makan, tedok tuh dipasar, jadi mencari dewek, segalonyo dewek..."*  
**(S1/W1/54-55)**

*"Iyo, sampe-sampe adek tuh duo ikok yang dak kenal selamo idak betemu dengan uwong tuo tuh adek aku nambah duo ikok nah itu dak kenal dengan kakak tuh dak kenal nian"* **(S1/W1/96-99)**

*"Tahun 2017"* **(S1/W1/113)**

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

*"...mungkin D kan sudah berkeluarga..."*  
**(IT1/W1/240-241)**

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

DA merupakan konselor adiksi kurang lebih 2 bulan dan selama menjalankan tugas subjek tidak memiliki masalah dengan klien maupun staf selama berada di fasilitas dan bertugas. Subjek juga memiliki 3 orang klien dan tetap melakukan konseling sesuai jadwal yang ditentukan.

*"Konselor adiksi" (S1/W1/12)*

*"Tigo" (S1/W1/16)*

Hal ini dijelaskan oleh Informan bahwa subjek tidak mempunyai riwayat yang buruk dalam bekerja sebagai konselor adiksi, berikut pernyataan Informan:

*"Selamo ini aman ee.. katek masalah ee.. so far so good kalau si ini namonyo M ee.."*  
**(IT1/W1/147-148)**

**c. Riwayat dan Faktor Subjek Menggunakan NAPZA**

DA mengenal narkoba di umur 12 tahun dan berhenti sekolah saat itu. Orang tua belum mengetahui karena setelah kebangkrutan orang tua nya memutuskan untuk pindah ke Jambi sedangkan subjek tetap di Palembang. Subjek diawal pemakaian menggunakan sabu lalu diiringi dengan pemakaian ganja dan inex, namun hanya sabu dan inex yang lebih sering digunakan secara rutin, lalu subjek suka menggunakan happy five termasuk dalam kategori heroin tetapi jarang subjek pakai. DA mengakui bahwa dirinya dapat terjerumus menggunakan narkoba dikarenakan pergaulan di pasar setelah subjek tetap tinggal di Palembang jauh dari orang tua. DA menceritakan bahwa dirinya juga memiliki anak buah dalam bekerja di pasar sehingga narkoba sebagai dopping dalam bekerja mereka. DA bercerita bahwa subjek menjadi pecandu aktif yang dikesehariannya selalu menggunakan NAPZA tanpa terkecuali. DA mengatakan

bahwa ketika subjek menjadi pecandu perubahan emosi terjadi didalam diri subjek. Subje mengatakan bahwa diri subjek berubah menjadi kepribadian yang emosional kedalam hal buruk. Orang tua DA baru mengetahui subjek memakai narkoba ketika kembalinya orang tua DA ke Palembang setelah memiliki modal. Orang tua DA hanya dapat menasehatinya tidak ada perlakuan marah yang berlebihan, orang tua DA merasa bahwa subjek telah terlalu parah didalam narkoba maka beliau memutuskan untuk menikah kan DA pada saat itu ditahun 2017 agar DA merasa memiliki tanggung jawab.

*"...waktu itu ee 12 tahun mungkin, waktu kenal narkoba tuh" (S1/W1/57-58)*

*"Make sabu, ganja, inex tapi yang parahnyo cuman sabu samo inex, kalau inex itu setiap malam, tiap malam, tiap malam nian sabu tuh paleng duo hari sekali, soalnya dio ado jeda nyo musti diistirahatke dulu sehari cak itu baru disambung sehari" (S1/W1/151-155)*

*"Hapyy five tuh sekelas heroin sudah, happy five, dio sistem jilat, idak do di hisap, mainnyo dijilat, nah make itu tapi itu tuh jarang dak pernah tarok lah, idak do rutin"(S1/W1/209-212)*

*"Awal pertama pake narkoba yo dari pergaulan sih, dari trus yang namonyo edop jauh dari uwong tuo kan, waktu itu idak tinggal dengan uwong tuo, merantau"(S1/W1/29-32)*

*"...biar giat begawe..."(S1/W1/162-163)*

*"...dopping..." (S1/W1/165)*

*"...kalo DA nih parah nian dengan narkoba..."  
(S1/W1/109-110)*

*"Yang jelas emosi lah, peringam, peringam cak itu nah, peringam, peringam nian, jangan bae men uwong tuh banyak tanyo, ringam, ringam nian galak tuh, dengan siapa pun"  
(S1/W1/255-258)*

*"Yo dio nyo idak do ini.. idak marah."  
(S1/W1/37)*

*"...disuruh bebini biar sadar kalau ado bini tuh biar sadar..." (S1/W1/118)*

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

DA hanya melakukan sekali rehabilitasi didalam hidupnya hingga saat ini dengan complete program. DA merasa bila program NA atau Nicotine Anonymous sangat lah berpengaruh didalam dirinya karena banyak poin yang bisa subjek ambil untuk diterapkan didalam kehidupannya. Selain NA subjek juga merasa bahwa tekanan yang diberikan selama di rehabilitasi memberikan pembelajaran disiplin dan memberikan efek pembelajaran sabar didalam dirinya namun terkadang bila mendapatkan masalah dan tertekan subjek masih harus belajar untuk dapat mengontrol kebingungannya. Tak jarang dalam mengetahui sejauh

mana dirinya dapat bertahan untuk mengontrol agar dirinya tidak relapse atau slip subjek suka mengetes dirinya dengan datang kembali di perkumpulan temannya yang lama yang masih menggunakan narkoba namun sejauh ini pengakuan subjek Alhamdulillah dirinya tidak pernah mengalami relapse maupun slip. DA merasa dirinya sangat malu jika mengalami relapse maupun slip dan hal itu menjadi komitmen didalam dirinya agar tak kembali jatuh kedalam jurang yang sama.

*"Sekali" (S1/W1/658)*

*"Yo pressure nyo, tekanannyo tadi, tekanan dari staff..." (S1/W1/561)*

*"Di NA tuh loh yang banyak paling banyak dapet poin" (S1/W1/566)*

*"Kalau untuk ngetes-ngetes cak itu nah sering lah galak ku tes" (S1/W1/569-570)*

*"...malu bae malu dengan diri dewek cak itu nah." (S1/W1/599-600)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain selama subjek di rehabilitasi, sebagai berikut:

*"Kalau D men dak salah tahun 2019 yeh" (IT3/W1/3)*

*"Iyo dio tuh cuman tinggal cakmano ketika dio dapet tekanan.." (IT2/W1/222-223)*

*"Setahu aku dak pernah" (IT3/W1/127)*

*"Cukup nurut memang ada beberapa poin yang dio kemaren pernah konflik samo konselor nyo tetapi itu lebih ke kewajiban dan hak nyo dak terpenuhi jadi bukan hanya kesalahan dio, cuma sekali tulah sisonyo bagus" (IT1/W1/20-24)*

#### **e. Perubahan Emosi Sebelum dan Sesudah di Rehabilitasi**

Dahulu kala subjek merasa dirinya ketika masih dipengaruhi narkoba dan belum mendapatkan rehabilitasi DA mengalami kenaikan emosi yang sangat tidak terkontrol sehingga tidak jarang pula subjek terlihat didalam perkelahian. DA merasa bahwa dirinya setelah direhabilitasi lebih dapat menahan emosi yang berlebihan serta mendapatkan keterangan bahwa subjek merupakan orang yang mau belajar untuk lebih baik lagi kedepannya dalam memahami dirinya sendiri maupun dunia adiksi.

*"Yang jelas emosi lah, peringam, peringam cak itu nah, peringam, peringam nian, jangan bae men uwong tuh banyak tanyo, ringam, ringam nian galak tuh, dengan siapa pun" (S1/W1/255-258)*

*"Biso, biso nahan mak itu, yo dari program, dari program itulah, kito kan disini kan semakin kito idak sabar semakin, semakin dilamo ke, kalau di*

*dirumah men cak itu lah selalu ado”*  
**(S1/W1/753-755)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain baik selama subjek di rehabilitasi maupun setelah di rehabilitasi, sebagai berikut:

*“...masih kurang knowledge bae”* **(IT2/W1/32-33)**

*“Kalau D dio dari kesehariannyo cukup anak yang rajin kreatif produktif ya mau berusaha mau belajar sih tipikal nyo”* **(IT1/W1/11-13)**

**f. Faktor yang Mempengaruhi Subjek dalam Regulasi Emosi**

Hal yang termasuk dapat mempengaruhi regulasi emosi DA ialah bila orang lain melakukan keasalahan dalam berulang-ulang baik dalam rentang waktu yang berdekatan maupun lama sehingga membuat emosi butuk yang hadir didalam diri subjek kian memuncak yang merupakan efek setelah menggunakan narkoba terbawa hingga saat ini. DA tidak menyukai hal yang berbubu remeh temeh sehingga menurut nya terlalu berlebihan tidak sesuai dengan dirinya yang menyukai hal yang biasa saja tidak perlu mengharuskan hal romantis misalnya didalam suatu hubungan rumah tangganya, hal ini juga diakui bahwa dirinya bisa memiliki emosi seperti ini dikarenakan efek setelah penggunaan narkoba. Subjek juga mengatakan bahwa dirinya tidak menyukai

pertanyaan yang terlalu basa-basi atau dirasa tidak penting yang mengandung unsur 'konyol' untuk dipertanyakan sehingga membuat emosinya memuncak dan hal ini juga diakui oleh subjek sebagai efek setelah menggunakannya narkoba. Pada hal ini, DA mengatakan bahwa dirinya tidak menyukai mengusik hidup orang lain bahkan sebelum menggunakan narkoba pun dirinya tidak pernah dahulu memulai sebuah perkelahian sehingga jika hal tersebut sudah menyinggung secara fisik subjek tidak segan untuk membalasnya.

*"Biasonyo ee itu tuh terjadi lebih dari sekali kalau kakak tuh emosi nyo meledak cak itu ee itu lebih dari sekali..." (S1/W2/1277-1279)*

*"...nah cak itu nah kakak dak hobi lebay tuh, nah itu kan kakak nilainyo lebay..." (S1/W1/683-685)*

*"Pertanyaan tuh sesuai cak itu nah oh tugas dio nanyo nih kalau yang konyol mak itu nah yang dak harusnya ditanyo cak itu nah" (S1/W1/301-303)*

*"Kalau uwong itu dulaan sih misalnya nih uwong itu maen fisik baru kakak..." (S1/W3/1744-1745)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain dalam faktor yang mempengaruhi regulasi emosi subjek, sebagai berikut:

*"Iyo dio tuh cuman tinggal cakmano ketika dio dapet tekanan ntah itu dari luar ntah itu dari dalem diri dio ntah itu didalem rehab ini dio harus biso yang namonyo menyelesaikan jangan sampe dio nih cak uwong kebingungan ujung-ujungnya kalau dio cak kebingungan mak itu psikologis dio kan terganggu sesep dikit dio parnoan" (IT2/W1/222-228)*

Peneliti mendapatkan informasi bahwa subjek ketika mengalami tekanan baik didalam rehabilitasi maupun diluar rehabilitasi subjek mengalami kecemasan dan kebingungan yang tidak baik nantinya untuk psikologis subjek kedepannya.

**g. Pola Pikir Subjek dalam Menyelesaikan Masalah**

Salah satu bentuk dalam menyelesaikan permasalahan ialah DA melakukan suatu humor agar permasalahan tersebut tidak terlalu menjadi persoalan yang serius sehingga dirinya tidak terlalu mengambil hati dalam permasalahan yang menyangkut dirinya jika hal ini masih dalam tahap yang ditolerankan hingga orang lain yang bersangkutan juga dapat menerima hal humor yang sama dilakukan orang tersebut kepada subjek. DA sudah mulai memiliki pemikiran bahwa jika ia mendapatkan permasalahan dirinya haruslah menyadari situasi dan posisi ketika terjadi permasalahan tersebut, subjek juga sudah memahami bagaimana tupoksi dan tanggung jawab jika permasalahan terjadi yang berdampak mengikut serta kan dirinya. Sehingga subjek lebih memahami situasi dan posisi dengan baik agar tidak terlarut panjang

dalam permasalahan. Ketika ada orang lain yang mengajak bercanda DA secara berlebihan, subjek mengikuti alur orang tersebut dalam bercanda bagaimana sehingga dirinya merasa bahwa orang tersebut juga harus menerima candaan yang DA berikan dalam bentuk yang sama dan seringkali hal ini sudah dititipkan pesan dulu kepada orang tersebut dengan bantuan orang terdekatnya agar kedepannya orang tersebut juga harus menerima candaan subjek jika dirasa berlebihan. Subjek mengakui bahwa dirinya ketika dilanda masalah tak kan pernah berlari atau menghindarinya, subjek akan menghadapi dengan caranya sendiri walaupun tidak jarang subjek merasa kebingungan dalam menyelesaikan permasalahannya dan ternyata subjek juga lumayan sering meminta solusi kepada orang-orang disekitar kerjanya didalam menyelesaikan permasalahannya. Bila ada orang lain yang melakukan kesalahan terhadap subjek ia jarang sekali untuk menegur orang tersebut, DA lebih memilih cara halus nan sarkastik agar orang tersebut merasa dengan sendirinya kenapa sikap atau perilaku subjek kepada orang tersebut sehingga pada akhirnya orang tersebut kebingungan sendiri kenapa dan mengapa subjek memperlakukan dirinya seperti itu dan subjek membuat orang tersebut berpikir sendiri apa kesalahannya hingga tidak tenang memikirkan apa salahnya dan apa yang telah dirinya lakukan.

*"Yo humor paleng" (S1/W2/1112)*

*"Padahal itu aku kesel nian tapi aku bawak.. bawak becanda dengan dio cak itu nah, dengan sikon itu" (S1/W2/1119-1120)*

*"Yo kito ado langkah-langkahnyo nih kito harus sadari dulu kito nih di apo nih yo disadari dulu diri kito nih apo" (S1/W3/1708-1710)*

*"Iyo, misalnya nih uwong tuh kepenasan berlebihan, dipeseni, tahan dak kau, amen aku nih men penasan men uwong tahan aku tahan men uwong dak tahan aku dak tahan pulok, cak itu, jadi uwong tuh bepikirnyo yo segan cak itu nah" (S1/W1/1242-1246)*

*"Katek, hadapi tulah, kalau sekarang cak itu" (S1/W1/1346)*

*"Iyo, cuman kakak nih uwongnyo bikin dio bingsal dewek bae mak itu nah, ngapo nih ngapo nih ngapo nih dio cak ini, cak itu be" (S1/W3/1582-1585)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain seputar pola pikir subjek dalam menyelesaikan permasalahan dilapangan, sebagai berikut:

*"...udah mulai biso memposisikan diri mulai apo namonyo tupoksi dio jobdesk dio disini sudah mulai biso..." (IT3/W1/159-161)*

*"...dio sih tipikal uwongnyo kadang-kadang mudah kepanikan sih sebenernyo" (IT1/W1/47-48)*

#### **h. Subjek Memilih Proses dalam Regulasi Emosi**

DA memiliki cara untuk meredam emosi berlebihan yang akan terjadi dengan cara menghindari situasi tersebut lebih dulu dan pergi ke tempat yang membuatnya tidak ada dikelilingan permasalahan tersebut sehingga subjek lebih dapat meredam emosinya yang berlebih dan berpikir jernis atas permasalahan yang ada, dan jika dirasa dirinya merasa lebih membaik secara emosi maka dia akan kembali ke lingkungan tersebut. Jika ada orang lain yang membuat emosi nya memuncak subjek lebih memilih untuk tidak bertemu dengannya dalam kurung waktu paling lama 3 hari agar tidak terjadi baku hantam yang membuat emosi buruk nya pecah. Bila dihadapkan dengan permasalahan yang menyangkut nama baik DA, subjek tidak akan begitu terjun ke dalam permasalahan tersebut karena jika orang-orang yang telah mengenalnya lama dalam lingkungan tersebut mengetahui dirinya bagaimana dan tidak mungkin bila subjek melakukan hal tersebut, maka hal yang dilakukan subjek hanyalah diam. Kembali lagi bila dihadapkan dengan permasalahan yang menyangkut DA dalam skala besar serta dirinya mendapatkan panggilan orang atasan didalam pekerjaan maka subjek akan berperilaku apa adanya dan berusaha menceritakan semuanya dengan sesuai apa yang terjadi diapangan tanpa tumpang tindih.

*"...paling ngehindar cak itu nah, ngehindar bae, kan lagi emosi dengan uwong itu misal ee, kito ngehindar nih" (S1/W3/1527-1528)*

*"Biasonyo yo duo hari tigo hari sudah, kakak tuh cak itulah..." (S1/W2/1335-1336)*

*"Diemi be" (S1/W1/1561)*

*"Yo kakak paling cerito apo adonyo" (S1/W3/1615)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang subjek yang memilih proses regulasi emosi seperti apa dilapangan, sebagai berikut:

*"...sudah biso menguasai dirinyo..." (IT3/W1/157-158)*

**i. Pemahaman Subjek Terhadap Diri Sendiri**

DA tidak menyukai hal yang sifatnya terlalu bertele-tele sehingga berbicara secara langsung dari apa yang orang lain mau terhadap subjek itu lebih baik daripada harus banyak pendahuluan dalam berbicara. Karena jika hal bertele-tele tersebut terjadi maka emosi buruk akan memuncak didalam diri subjek dan hal ini ia dapatkan sebagai dampak setelah mengguakan narkoba dimasa lampau. DA merasa bahwa dirinya memiliki kepribadian yang easy going atau mudah bergaul dalam lingkungan yang baru maupun lama sehingga banyak terjalin hubungan yang baik dengan siapapun. DA menyadari bahwa kepribadiannya sekarang lebih bisa bersabar dalam menghadapi permasalahan atau mengontrol emosi dibandingkan diri subjek di masa yang lampau. DA jika dirundung emosi

buruk yang memuncak dirinya lebih memilih untuk pergi dari situasi tersebut untuk sementara meredam emosinya agar tidak terlalu berlebihan, tak jarang ia menggunakan cara humor agar emosi tersebut tidak terlalu buruk namun semakin kesini subjek memiliki progress emosi yang semakin membaik. Meskipun tak jarang DA mengalami emosi yang kurang baik subjek tetap menjalankan dan menyelesaikan tugasnya sebagai mana mustinya dengan sebaik mungkin hal ini terbukti dengan adanya tanggapan dari informan bahwa subjek terbukti memiliki dedikasi tugas dengan baik dan hal tersebut menjadikannya sering kali mendapatkan jawaban sendiri atas permasalahan yang tengah terjadi pada subjek. DA merupakan orang yang memiliki kepribadian keras kepala dan hal ini diakui oleh subjek sendiri, namun disisi lain hal ini bermanfaat bagi dirinya agar selalu menjaga atas apa yang telah subjek katakana atau perbuat sehingga hal ini membuatnya menjadi kepribadian yang lebih bertanggung jawab dan konsisten baik untuk dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya. ARD memiliki sifat yang serba tentang subjek semua hal. Tingkat kepercayaan dirinya yang tinggi membuat subjek terkenal dengan sifat keakuannya. ARD merasa bahwa hal tersebut juga ada baik dan buruknya.

*"Iyo dio dak galak, dak galak nian, itu paling sampe sekarang pun itu masih" (S1/W1/274-275)*

*"Mudah akrab, mudah masuk omongan kek itu" (S1/W1/1519)*

*"Uwongnyo penyabar sih kalau sekarang"*  
**(S1/W3/1514)**

*"Lebih ke yo nyari hiburan dewek cak itu nah, paling ngehindar cak itu nah, ngehindar bae, kan lagi emosi dengan uwong itu misal ee, kito ngehindar nih"* **(S1/W3/1526-1528)**

*"Malahan itu loh kakak kalau ado masalah galak kakak ado konseling cak itu nah"*  
**(S1/W2/1385-1386)**

*"Iyo, keras kepala lah mungkin yo, tapi dak galak nian aku apo yang ku ucapke pertamo tuh dak galak nian dibantah apo yang telah terucap dengan aku aku dak galak lagi, dak galak lagi"*  
**(S1/W1/656-659)**

*"Iyo tapi memang yo dari kejujuran jugo cak itu jadi itu tuh ado buruknyo ado jahat nyo cak itu nah.."* **(S1/W1/634-636)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang subjek sudah sejauh mana subjek memahami dirinya sendiri, sebagai berikut:

*"...tapi progress nyo semakin hari semakin bagus..."* **(IT1/W1/45-46)**

*"...udah mulai biso bertanggung jawab dengan pekerjaan cak itu..."* **(IT3/W1/158-159)**

*"Bukan segalonyo tuh nak pernah lah aku lah siapa melawan aku siapa beduet aku"*  
**(IT2/W1/237-238)**

**j. Tujuan yang ingin Subjek Capai**

DA telah memiliki tujuan didalam hidupnya yang ingin subjek capai secara serius yakni dengan memperdalam ilmu didunia adiksi. DA semenjak pertama kali di rehabilitasi dirinya sangat meresapi apapun bentuk program rehabilitasi yang subjek rasakan sehingga subjek memiliki prinsip yang kuat untuk menjaga pemulihannya agar tidak terjadi relapse maupun slip. Subjek juga menjaga serta mengontrol emosi nya dengan baik agar tidak tersulut sumbu pendek untuk memecahkan emosi buruknya yang dapat menyebabkan permasalahan didalam hidupnya menjadi panjang.

*"Iyo, kakak tuh ngambek ilmunyo kesitu, untuk ilmunyo itu kesitu"* **(S1/W1/502-503)**

*"Iyo, olehnyo ngapo yo besak lah penghargaan tuh untuk pemulihan tuh besak, kito tuh yo mungkin dari sini idak berubah cak itu nah mangkonyo dipertahan ke disini..."*  
**(S1/W1/566-569)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang subjek perihal tujuan subjek yang ingin dicapainya, sebagai berikut:

*"...dio salah satu staff yang punyo motivasi tinggi untuk menekuni bidang adiksi yeh"*  
**(IT3/W1/161-163)**

*"...untuk selamo disini emosi nyo terkendali..."*  
**(IT3/W1/46-47)**

**k. Motivasi Subjek untuk Mencapai Tujuan**

DA sejak awal memutuskan untuk rehabilitasi atas kemauannya sendiri dan tanpa paksaan dari pihak manapun dikarenakan sudah banyak sekali harapan dan tujuan hidup yang subjek korban kan ketika sebagai pecandu narkoba. DA sudah tidak mau lagi kembali ke masa lalunya ketika sebagai pecandu narkoba karena baginya hal tersebut banyak sekali hal yang merugikan dikehidupannya.

*"...jadi mutuske untuk dateng kesini di rehab"*  
**(S1/W1/127-128)**

*"Pening, pening"* **(S1/W1/324)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang subjek perihal motivasi subjek untuk mencapai tujuannya, sebagai berikut:

*"Iya, semakin banyak luas pengetahuan mereka, mereka bisa mengenal dirinya, mereka tau alur bekerja ya emosional mereka bakalan stabil dan terkontrol"* **(IT1/W1/286-289)**

## I. Upaya Subjek dalam Meregulasi Emosi

Dalam upaya untuk megontrol emosinya DA mengikuti majelis zikir yang berkenaan dengan agama yang subjek yakini bersama konselor adiksi yang lain, program manager dan ketua harian pelaksana. Dengan lingkungan rehabilitasi yang religius DA juga memperdalam agama dengan menunaikan kewajiban solat dan belajar mengaji lebih baik lagi. DA berusaha untuk terus mengikuti kata hati yang buruk sehingga dapat memunculkan emosi secara berlebihan, dikarenakan subjek menyadari bahwa pentingnya menjaga hubungan yang baik didalam pekerjaan maupun lingkungan sekitarnya. DA berusaha untuk tidak terbuai dalam permasalahan yang menyebabkan perkelompokan dalam kelompok sehingga ruang pertemanan hanya dekat dengan itu-itu saja, subjek lebih menyukai pertemanan secara merata sehingga bila terjadi permasalahan pun subjek juga lebih memilih secara objektif. DA selalu berusaha menjaga lingkungan pekerjaan maupun pertemanannya dengan baik-baik saja. Jika pun terjadi permasalahan subjek lebih memilih untuk mengalah agar permasalahan tersebut tidak menjadi berlarut-larut.

*"Iyo, kakak melok majelis zikir bae disini dengan ayah masjid depan itu nah samo konselor yang lain jugo samo dokter jugo..." (S1/W3/1751-1753)*

*"...Aku pengen ngaji, pengen belajar agama..." (S1/W1/375)*

*"Kalau nak dituruti dengan sifat kakak yang dulu disini kalu pacak bebala tulah" (S1/W3/1719-1720)*

*"Yo ngapo.. kakak dak peduli..." (S1/W3/1728)*

*"Yo baik-baik bae jangan sampe teulang lagi nih kesalahan ini bakalan panjang lagi nih kalau teulang lagi cak itu" (S1/W3/1601-1603)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang upaya subjek dalam meregulasi emosi, sebagai berikut:

*"...yang melok zikir dari ketiga ini cuma bro D..." (IT3/W1/647-648)*

*"...dio jugo berusaha untuk hubungan samo staff yang lain termasuk idak bermasalah sih ee kalau yang aku liat so far so good..." (IT3/W1/103-106)*

*"...jadi ibarat kato biaso biaso be lah idak condong ke mano-mano tuh idak jadi sifatnyo tuh samo bae..." (IT3/W1/107-109)*

*"...kalau hubungan D samo staff yang lain yo aman-aman bae cak itu..." (IT3/W1/106-107)*

## **Subjek D**

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

Subjek bernama D, biasa dipanggil M atau bro M. D memiliki umur 35 tahun tanggal 31 Juli 1984 lahir di Dusun Cinta Kasih Muara Enim namun memiliki asal tempat tinggal di Prabumulih. D tidak menyelesaikan bangku sekolahnya, menurut pengakuan D, subjek berhenti sekolah ketika kelas 2 SMP dan sempat pindah sekolah juga. Saat ini D menetap di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. Ketika berhenti sekolah, D sering menemani Bapak nya bekerja di Dusun kelahirannya, ketika selesai melakukan Rehabilitasi yang kedua, D mengikuti program voluntary di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang dan menjadi staff namun sempat berhenti, ketika berhenti D sempat bekerja di luar dan kembali namun berhenti juga dan kembali lagi di rehabilitasi yang ketiga, setelah clean up dirinya baru dijadikan kembali bekerja di Pusat Rehabilitasi Narkoba. D merupakan anak 2 dari 4 bersaudara. Keempatnya merupakan laki-laki semua. D belum memiliki riwayat pernikahan sampai sekarang di umurnya yang ke 35 tahun.

*"D" (S2/W1/3)*

*"35 tahun" (S2/W1/6)*

*"tanggal 31 Juli 1984" (S2/W1/7)*

*"Dusun Cinta Kasih Muara Enim" (S2/W1/7)*

*"aku tuh nak balek ke Prabumulih"*  
**(S2/W1/52)**

*"kelas 1 smp"* **(S2/W1/43)**

*"Aku tuh idak tamat smp, dak naek pindah sekolah, nah pindah sekolah dak pernah masuk sekolah jadi yo makmano diomongi berenti idak diomongi diberenti ke jugo idak sekolah"*  
**(S2/W1/36-39)**

*"...ngerewangi aku begawe ee nah..."*  
**(S2/W1/21)**

*"Pas aku begawe hp dak ku bawak..."*  
**(S2/W1/465)**

*"...sebenernyo aku tuh lah dijadike staff ee..."*  
**(S2/W1/393)**

*"4 beradik..."* **(S2/W1/674)**

*"Lajang hehe.."* **(S2/W1/13)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang latar belakang subjek, sebagai berikut:

*"... kalau bro M SMP yeh.."* **(IT3/W1/242)**

*"...jadi waktu awal-awal dio jadi staff awal lah yeh..."* **(S2/IT3/206-207)**

*"...bro M dak katek uwong rumah istri yeh anak cak itu kan..." (IT3/W1/242-243)*

**b. Kegiatan sehari-Hari Subjek**

D merupakan konselor adiksi di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang dengan memiliki 4 klien diantaranya ada yang dual diagnosis terkadang subjek kesusahan menghadapi kliennya namun D berusaha untuk selalu memberikan yang terbaik dengan diantaranya sharing dengan orang-orang yang sudah berpengalaman sebelumnya dan memiliki ilmu dibidang tersebut.

*"Konselor adiksi ."* (S2/W1/9)

*"Megang sekarang, 4 klien"* (S2/W1/11)

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang keseharian subjek, sebagai berikut:

*"...mungkin kaitan dalam artian kesusahan menghadapi klien iyo..." (IT3/W1/282-283)*

**c. Riwayat dan Faktor Subjek Menggunakan NAPZA**

D menggunakan NAPZA pertama kali ialah aibon ketika masih duduk dibangku Sekolah Dasar. Berdasarkan pengakuannya subjek hanya menggunakan aibon sekitar 3-4 kali dikarenakan tertangkap basah oleh orang tua nya setelah dari situ ketika dirinya memasuki bangku SMP kelas 2 subjek mulai mengenal NAPZA kembali dengan zat yang baru.

D mengakui bahwa dirinya menggunakan NAPZA berupa Sabu, Ganja, Inex dan Alkohol secara rutin, namun aibon pernah dilakukan hanya ketika subjek duduk dibangku SD. D bercerita bahwa subjek memakai NAPZA dikarenakan ajakan kerabat nya ketika sepulang sekolah dan sewaktu ikut bekerja dengan Bapak nya di Dusun kelahiran subjek. D mengatakan bahwa tidak munafik dirinya merasakan sensasi yang enak ketika menggunakan NAPZA. D juga berterus terang dirinya menjadi kecanduan ketika menggunakan NAPZA hingga dirinnya menjadi bandar pengedar narkoba yang terkenal di daerahnya. D mengatakan bahwa efek dari setelah menggunakan NAPZA dalam jangka panjang ialah membuat dirinya merasa halusinasi dengan misalnya ada kipas berada diruang kamar tidurnya dan kipas itu mebunyikan suara deburan angin khas kipas angin dan subjek merasa bahwa kipas angin tersebut sedang berbicara dengannya dan banyak hal serupa yang dialami oleh subjek. Hal ini pernah mendapatkan penanganan oleh tim medis Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang namun hasil yang didapatkan belum menjadi pengganggu yang ekstrem dikehidupan subjek sehari-hari namun dikatakan bahwa gejala-gejala halusinasi tersebut tidak timbul sejak 1 bulan terakhir. D mengakui bahwa setelah menggunakan NAPZA efeknya ialah dirinya menjadi lebih emosional dari sebelum subjek menggunakan NAPZA. Orang tua subjek tidak melakukan tindak menegur dengan cara fisik melainkan menyampaikan amarah hanya melalui lisan yakni berupa nasehat agar subjek berhenti

menggunakan NAPZA demi kelangsungan hidupnya dimasa yang akan depan D.

*"...aku make aibon pertamo tuh, itu masih SD, cuman SD tuh berenti dak lamo cuma make aibon tuh beberapo kali paleng 3 kali atau 4 kali cuman berenti karno ketahuan uwong tuo kan..."*  
**(S2/W1/86-89)**

*"Pokoknyo kalau inex samo ganja.. kalau inex lah lamo idak lagi aku yang aktif nih sabu samo ganja sampe tahun 2017, minum pernah ngaibon pernah paleng, cak itu lah, cuman 5 jenis aku kalau dak salah, kalau minuman dak tau lagi minuman apo, pokoknyo dari ado masih minuman avoca dari hargo 2500"* **(S2/W1/67-72)**

*"...asal-asalnyo diajak kawan make tuh..."*  
**(S2/W1/74)**

*"...nah teraso lemak kan make..."* **(S2/W1/75)**

*"...jadi raso kepengen terus"* **(S2/W1/75)**

*"...aku kan lah mulai ado bisikan baru-baru tadi dari tahun sekitar tahun 2016 mulai ado bisikan aku"* **(S2/W1/175-177)**

*"...nah aku lah masuk halusinasi itu nah ye ado bisikan-bisikan..."* **(S2/W1/185-186)**

*"Iyo, jadi disitulah aku galak ngamuk, ngapo kau nih segalo uwong dalem rumah ditangani..."*  
**(S2/W1/179-180)**

*"...kalau dari narkoba idak pernah aku cuma dinasehati bae, paleng dinasehati tulah namonyo uwong tuo kan sayang samo kito, nasehati uwong tuo tuh ibuk jugo cak itu, uwong tuo betino dak berani nangani aku, paleng dio marah-marah..." (S2/W1/161-165)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang riwayat dan faktor subjek dalam menggunakan narkoba, sebagai berikut:

*"...samo cak dengan lingkungan dio nih tinggal itu keras..." (IT3/W1/204-205)*

*"...awal-awal sempet ini ee sempet ado gejala-gejala halusinasi yeh dulu sempet tapi sudah di observasi segalo macem aman yeh dak muncul lagi gejala-gejala kek itu sampe sekarang..." (IT3/W1/293-297)*

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

D melakukan rehabilitasi sebanyak 3 kali, rehabilitasi yang pertama dilakukan di YCPS Palembang selama 6 bulan ditahun 2016, lalu melakukan rehabilitasi yang kedua di Pusat Rehabilitasi Ar-rahman Palembang selama 2 bulan pada tahun 2017, kemudian rehabilitasi yang ketiga subjek lakukan bertempat lagi di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang pada tahun 2018 selama 1 bulan. D mengatakan bahwa dirinya dulu sempat di rehabilitasi pertama mendapatkan TC murni yang mengajarkan banyak hal namun yang paling membekas di hati serta diterapkan didalam kehidupannya ialah kedisiplinan dan kejujuran,

namun di rehabilitasi kedua dan ketiga subjek juga mendapatkan program religius yang dimana hal ini dapat berdampak pada hati, perilaku juga pola pikir subjek. D menuturkan bahwa selama 3 kali dirinya melakukan rehabilitasi, hanya rehabilitasi ketiga la yang membuatnya begitu tersadar untuk melakukan perubahan didalam dirinya agar menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya. D bercerita bahwa subjek juga ingin mempunyai kebahagiaan dihidupnya seperti yang orang lain rasakan.

*"3 kali setelah ini" (S2/W1/345)*

*"Iyo, kedisiplinan, kejujuran samo religius" (S2/IT1/528)*

*"...di rehab pertamo belum ado raso nak berubah ee, rehab kedua disini masih belum ado kemarin, rehab terakhir ni lah aku baru ado raso..." (S2/W1/533)*

*"...apo ee pengen ngerasoke kebahagiaan cak itu nah..." (S2/W1/537-538)*

**e. Perubahan Emosi Sebelum di Rehabilitasi dan Setelah di Rehabilitasi**

D bercerita bahwa secara emosi sebelum melakukan rehabilitasi subjek merasa bahwa emosi yang dimilikinya sangat tidak terkontrol dikarenakan efek NAPZA yang masih aktif subjek gunakan sehingga sangat merugikan baik diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. D bercerita bahwa subjek merasa setelah melakukan rehabilitasi khususnya rehabilitasi ketiga

emosi nya mengalami pengontrolan yang lebih baik dibandingkan sebelum melakukan rehabilitasi.

*"...jadi disitulah aku galak ngamuk, ngapo kau nih segalo uwong dalem rumah ditangani uwong dak bemasalah..." (S2/W1/179-181)*

*"...emosi tuh langsung reflek mak itu nah..."(S2/W2/871-872)*

*"Idak galak aku nganuke budak, misal ado masalah samo budak itu ee idak galak langsung mak itu nah itu bepikir lagi untuk apo nganuke dio" (S2/W2/879-881)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang perubahan emosi subjek sebelum dan sesudah di rehabilitasi, sebagai berikut:

*"Kalau emosi yo emosi sedang bae kalau dikatoke stabil, M tuh kan dak biso dapet suatu tekanan atau masalah dikit jadi dio selalu pecah fokus selalu gagal selalu pening selalu bingung" (S2/W1/100-103)*

#### **f. Faktor yang Mempengaruhi Subjek dalam Regulasi Emosi**

Tidak dapat dipungkiri bahwa hal yang mempengaruhi regulasi emosi bagi D ialah usia yang sudah masuk dalam kategori dewasa, yakni 35 tahun. D merasa bahwa peraturan dalam Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman berpengaruh dalam regulasi emosi subjek sehingga ketika terjadi kesalahan yang

membuatnya mendapatkan SP1 subjek sangat menjadikan hal ini sebagai peringatan agar lebih berhati-hati dalam mengelola emosi. D bercerita dengan malu bahwa subjek merasa permasalahan yang dapat membuat hatinya begitu berdetak menandakan hal seperti ini baru subjek rasakan ialah permasalahan dengan wanita dalam artian kisah percintaan. Terakhir ini subjek sedang mengalami hal tersebut sehingga hampir disetiap sesi wawancara subjek selalu menyingkapkan permasalahan kisah percintaannya.

*"...yang inti nyo sekarang aku sekarang beda dengan dulu..." (S2/W2/978-979)*

*"...kami kan peraturan disini kan men nganuke uwong sp..." (S2/W2/826-827)*

*"Masalah dengan cewek" (S2/W3/1494)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi subjek di lapangan, sebagai berikut:

*"...trus dalam pertimbangan usia 35 tahun..." (IT3/W1/226)*

*"Karno dio termasuk yang SP1 yeh..." (IT3/W1/340)*

*"...meledak kalau samo cewek..." (IT3/W1/349)*

*"...dengan cewek pening jugo..."*  
**(IT2/W1/350)**

**g. Pola Pikir Subjek dalam Menyelesaikan Masalah**

D menuturkan bahwa subjek ketika mengalami permasalahan subjek memilih pasrah dan tidak membesar-besarkan permasalahan tersebut dan bila subjek memang bersalah maupun benar subjek berpikir untuk pasrah tanpa memaksakan situasi. Ketika mendapatkan permasalahan yang pelik di hidup D, subjek hanya berprasangka dari cobaan atau permasalahan tersebut tanpa banyak mengeluh meskipun hal tersebut juga terkadang tanpa disadari terjadi. D mengatakan bahwa subjek lebih memilih untuk tidak membalas perkataan atau perbuatan buruk yang orang lain lakukan kepada subjek. D merasa bahwa segala sesuatu yang ada di bumi ini akan ada balasnya, dan subjek lebih memilih untuk seperti itu namun terkadang hal seperti ini bisa memupuk emosi nya dan memuncuk bila tidak memiliki penyaluran emosi yang baik. D tidak pernah memaksakan suatu perencanaan awal bila hal tersebut tidak dapat dilakukan maksimal karena kendala subjek pasti mengganti perencanaan tersebut dengan perencanaan lain. D mengatakan bahwa subjek lebih memilih untuk berpikir ulang dalam mengendalikan emosi nya bila ada orang lain yang dapat menimbulkan permasalahan yang bisa berdampak buruk di kehidupannya dan berpikir untuk tidak melampiarkan emosi tersebut secara berlebihan lebih mempercayai untuk menceritakan permasalahan kepada orang-orang

tertentu atau yang dapat subjek percayai dan merasa nyaman.

*"...yo aku mikirnyo pasrah karno memang lah pasrah..." (S2/W2/786-787)*

*"Yo biaso bae dak katek mikir su'udzon, yo kito tetep berpikir baik yang Allah kasih ke aku..." (S2/W2/785-786)*

*"...biar dio dak ku anu ke tapi suatu saat dio bakal keno batunyo mak itu nah..." (S2/W2/808-810)*

*"Kalau idak tercapai yosudah paling aku.. idak tercapai ye.. ah sudahlah men idak tercapai genti lagi..." (S2/W2/842-845)*

*"Yo dipikir duo kali lah men nak emosi tuh kan, misal sekarang kan nemen emosi naek apolagi galak dikatoj uwong yo aku bepikir sekarang bepikir..." (S2/W2/804-807)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang pola pikir subjek dalam menyelesaikan masalah dilapangan, sebagai berikut:

*"...dan dio menyadari kalau dio salah dan setelah dio aku omongi kau dapet SP1 M dio sudah nerimo..." (IT3/W1/351-353)*

*"Dio dak biso karena dio, ah sudah lah bro biar ke lah, cak itu karena dio main aman dari pada*

*dio ribut ujung-ujungnya kalau dio marah gek ribut..." (IT2/W1/265-267)*

*"Kalau M dio lah biso ngontrol emosi itu nahan keinginan dio jadi ketika dio senang sedih pun masih samo bae..." (IT2/W1/214-216)*

*"...tapi kalau si M lebih ke siapa sih untuk dio percaya cerito kalau di rehab nih kan berani terbuka cuma aku" (IT2/W1/319-321)*

#### **h. Subjek Memilih Proses dalam Regulasi Emosi**

D lebih memilih cari kesibukan yang lain ketika sedang dihadapi dengan emosi yang dapat memuncak sehingga subjek tidak fokus dengan emosi yang sedang memuncuk. D merasa bahwa ketika subjek dihadapkan dengan emosi yang memuncak subjek lebih duulu melakukan handle feeling atau mengendalikan perasaannya agar tidak terjadi pengeluaran emosi secara berlebihan. D ketika sedang merasa emosi dengan orang lain, subjek tidak lagi memandangi orang tersebut. Melainkan subjek lebih memilih untuk mengalihkan perhatiannya atau memberikan fokus ke hal lain yang ada disekitar subjek sehingga subjek dapat meredam emosinya. D ketika sudah memiliki emosi yang tak terbandung dengan orang lain pada situasi, subjek merasa perlu atau mengasingkan diri sementara waktu agar dapat meredam emosinya. D tak jarang ketika mendapatkan permasalahan, subjek suka merenungkan permasalahan yang sedang terjadi dan memikirkan bagaimana mengambil jalan aman dalam permasalahan yang ada dan sering kali lebih pasrah.

*"...langsung cari kesibukan cak itu nah apo yang ku gaweke..." (S2/W2/760-761)*

*"Yo kan paling handle feeling tulah misalkan nak marah samo uwong emosi aku naek yo kalu.. aku paling handle feeling..." (S2/W2/756-758)*

*"Kadang ado, yo kadang ado kalau liatnyo tuh kan marah merengut misalnyo kan trus kalau dio ngomong dak galak aku jingoki mato dio aku dak galak jingoki dio cak itu" (S2/W2/813-816)*

*"Yo paling lari aku, misal budak itu tadi yeh yo lari aku pegi dari dio..." (S2/W2/883-885)*

*"...sudah apo merenung duduk dewekan merenung..." (S2/W2/884-885)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang subjek dalam memilih proses regulasi emosi dirinya, sebagai berikut:

*"...dio dak biso nyelesaike permasalahan karena dio selalu main aman selalu ngejauh ngehindar..."(IT2/W1/121-123)*

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

D merasa bahwa diri subjek yang sekarang lebih mampu untuk mengontrol emosi dan menahan keinginan yang dapat membuatnya relapse atau slip kembali. Sehingga dikeseharian subjek menjaga

lingkungannya agar tidak terjadi hal yang dapat merugikan subjek. D merupakan manusia dewasa yang memiliki latar belakang pendidikan bertamat kan SMP serta riwayat penggunaan NAPZA dengan jangka panjang. Hal ini bisa dikatakan sebagai pemicu subjek tidak memiliki kepercayaan diri yang baik terlebih subjek sangat malu terhadap permasalahan wanita di umur yang tidak muda dimana subjek belum menikah. Dalam ilmu adiksi beliau juga baru dan masih membutuhkan pendalaman ilmu adiksi yang banyak. D memiliki penyaluran emosi yakni hobi nya dengan kesibukan atau berkegiatan. Subjek menjadikan hal ini pengalihan perhatian dari emosi yang sedang memuncak didalam diri subjek sehingga ketika bertemu kembali dengan hal yang membuatnya emosional, subjek sudah dapat meredamnya. D menjelaskan bahwa subjek memiliki batas waktu untuk dapat meredam emosi nya dan hal tersebut ia tutur kan bahwa paling lama subjek melakukannya berkisar waktu sehari atau mungkin hanya membutuhkan waktu sampai 2 jam. D mengatakan bahwa subjek memiliki sense of humor untuk bisa memiliki ke akrab an dengan orang lain dan lingkungannya namun tetap D melihat situasi dan kondisi untuk memasukkan candaan.

*"...intinyo sabar mak itu nah itu kan namonyo kito semampu diri dewek kalau memang kito mampu..." (S2/W2/853-855)*

*"Nah iyo ado emang cuma aku malu ah.. ngeraso kek ini nah.. aidah malu jijah.." (S2/W3/1492-1493)*

*"Hobi aku nih berkegiatan..." (S2/W2/910)*

*"Iyo itu lah tadi, contoh ee misal aku emosi ee nah aku itu lah tadi abis handle feeling aku harus cari kegiatan apo bersihke halaman apo nganuke apo jadi fokus emosi aku ilang dak tepikir lagi samo dio paling ketemu waktu ketemu masih kan cuman yang sudah yosudah kan" (S2/W2/918-923)*

*"Paling sehari, paling sehari tuh kadang dak nyampe sejam duo jam tuh" (S2/W2/926-927)*

*"...yang lah pasti kan aku biso akrab gegara humor tulah trus yang diajak becando diliat dulu pacak idak diajak becando kan mak itu lah paling..." (S2/W3/1329-1332)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang sejauh mana pemahaman subjek terhadap dirinya sendiri di lapangan, sebagai berikut:

*"Kalau M dio lah biso ngontrol emosi..." (IT2/W1/214)*

*"...salah satu hal di M nih dio kurang percayo diri bae, uwongnyo kurang percayo diri..." (IT3/W1/219-221)*

*"Kalau emosi yo emosi sedang bae kalau dikatoke stabil, M tuh kan dak biso dapet suatu*

*tekanan atau masalah dikit jadi dio selalu pecah fokus selalu gagal selalu pening selalu bingung.”*  
**(IT2/W1/100-103)**

**j. Tujuan yang Ingin Subjek Capai**

D merasa bahwa tujuan hidupnya yang utama saat ini ialah menikah. Mungkin juga dikarenakan faktor usia yang sudah tidak muda lagi dan subjek juga ingin merasakan kebahagiaan seperti orang lain yang salah satunya sudah berkeluarga. D menuturkan bahwa tujuan hidupnya saat ini juga memperdalam ilmu adiksi yang ia punya dengan mengikuti program-program pembelajaran di dunia adiksi dan pengetahuan ini juga baik untuk subjek karena dapat mengetahui ilmu adiksi dalam pengontrolan emosi.

*“...aku baru ngeraso nyo sekarang mak itu nah kok raso nyo beda berarti ado nian raso itu...”*  
**(S2/W3/1526-1529)**

*“...oleh program itu jugo...”* **(S2/W2/839)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang tujuan yang ingin dicapai oleh subjek, sebagai berikut:

*“Tujuan hidup dio tuh sikok sekarang, nak kawen, aku pernah cerito samo dio memang dio nih nak nikah pengen kawen itu target utama aku dok katonyo cak itu...”***(IT3/W1/431-434)**

*"...udah pengen belajar trus pengen membuka wawasan pengen buka diri ya.. sharing-sharing segala macem lah" (IT1/W1/200-203)*

**k. Motivasi Subjek untuk Mencapai Tujuan**

D mengatakan bahwa subjek memiliki keinginan untuk bisa seperti orang lain yang sudah sangat lebih dari nya di umur nya yang seperti sekarang, kebahagiaan yang ingin subjek rasakan seperti memiliki istri dan membina rumah tangga yang baik untuk keluarga nya kelak. Salah satu motivasi D menjaga pemulihan ialah agar subjek merasa mumpuni dibidang adiksi dan memiliki ilmu yang banyak untuk bisa dibagikan kepada klien ketika sedang melakukan konseling dan subjek melakukan hal itu agar dirinya juga tidak kebingungan menghadapi klien ketika konseling.

*"Yo kan aku sudah berpikir mak itu nah cak misalnya kan aku sudah jingok iri liat uwong kok uwong nih sudah biso maju aku belum cak itu nah..." (S2/W1/535-537)*

*"...namonyo kito semampu diri dewek kalau memang kito mampu..." (S2/W2/853-854)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang motivasi subjek dalam mencapai tujuannya, sebagai berikut:

*"...kumpulilah biaya nyo dulu, ah mudah kalau biaya tuh dok tinggal minta samo uwong tuo cak itu ee ini ini ini..." (IT3/W1/434-436)*

*"...nak bebini nak ado rumah tangga" (IT2/W1/448-449)*

*"...kan butuh belajar untuk menyelesaikan masalah klien jadi di kito wong jugo idak.. idak maen-maen di kito uwong jugo..." (IT1/W1/209-211)*

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

D mengatakan bahwa salah satu yang menjadikan subjek seperti sekarang adalah dampak baik yang subjek dapat kan setelah direhabilitasi menjadikan diri subjek lebih dewasa dan bertanggung jawab terhadap apa yang menjadikan tugasnya dan hal ini penting baginya untuk mempertahankan kredibilitas diri subjek juga. Setelah permasalahan yang sempat terjadi pada diri D, subjek lebih mendekatkan diri kepada Allah dan merasa bahwa semua nya ia pasrah kan kepada kehendak Allah sehingga hal ini juga mempengaruhi subjek dalam meregulasi emosinya. D mengatakan bahwa diri subjek sudah memiliki kemauan untuk belajar lebih baik kedepannya karena subjek mengingat pesan almarhumah ibu nya bahwa memang benar segala sesuatu perubahan baik dan buruk hanyalah untuk dirinya dampak paling besar, maka dari itu subjek berusaha untuk terus belajar memperbaiki dirinya. D berkata bahwa diri subjek termasuk orang yang mudah bergaul dengan lingkungan sekitar namun subjek tetap memiliki privasi di kehidupannya dengan

hanya bercerita dari hati ke hati dengan orang-orang yang dijadikannya kepercayaan dan nyaman untuk mengatakan tersebut.

*"Trus yang aku dapat kedewasaan lebih bertanggung jawab lagi sudah ado mikir ke pengen maju kan setiap begawe tuh aktif terus idak bolos mandiri lah pokoknyo kan pengen tuh nunjuk ke ke uwong tuo dan adek adek bahwa aku nih biso maju mak itu nah"* **(S2/W1/556-560)**

*"Yo agama terutama, solat paling"* **(S2/W3/1316)**

*"Doa paling, doa misal aku nih ado masalah yo bedoa, misal aku di anuke uwong tuh buka kan lah pintu hati nyo sabar ke lah dio paling mak itu bae aku tuh"* **(S2/W3/1318-1321)**

*"...yo masalah tuh masalah apo tergantung di permasalahan yang dihadapi"* **(S2/W3/1481-1482)**

*"Yo biaso bae, kebanyakan humor paleng"* **(S2/W3/1325)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang upaya subjek dalam meregulasi emosinya, sebagai berikut:

*"Selamo ini aman ee.. katek masalah ee.. so far so good kalau si ini namonyo M ee.."*  
**(IT3/W1/147-148)**

*"...tapi kalau M sudah keliatan galak melok solat jamaah yeh disini sudah ado perubahan..."*  
**(IT3/W1/640-641)**

*"Yang pasti dio ado willingness ado kemauan untuk belajar kemauan begawe pokoknyo segalo kemauan dio tuh ado konteksnyo dio tuh menyeluruh"* **(IT2/W1/91-94)**

*"Samo yang laen dak masalah ee.. cuman mungkin dak sedeket samo bro A, cak itu.. idak sedeket samo bro A."* **(IT3/W1/323-325)**

## **Subjek ARD**

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

Subjek memiliki nama ARD dengan nama panggilan bro R. ARD lahir di Palembang, 28 maret 1998 berumur 21 tahun. ARD berasal dari Sako, Palembang. Menurut penuturan ARD mengenyam bangku sampai tamatan SMA. ARD saat ini bertempat tinggal di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. ARD sempat mengikuti program ojt di daerah sumatera dan jawa. Ojt adalah sekolah dasar sebagai konselor adiksi dalam konseling dan lainnya. Setelah melakukan ojt ARD bekerja di YCPS, ialah Yayasan Cahaya Putra Selatan sebagai tempat pemulihan atau rehabilitasi bagi para pecandu narkoba dan YCPS ini bertempat di Palembang. ARD merupakan anak pertama dari 3 bersaudara. Di usia ARD 21 tahun ini, dengan status belum menikah.

**"ARD" (S3/W1/3)**

**"21 tahun" (S3/W1/6)**

**"Jalan gotong royong 2 rt 18 rw 03 nomor 425,  
Sako" (S3/W1/20)**

**"Palembang" (S3/W1/10)**

**"28 maret 1998" (S3/W1/10)**

**"...aku tamatan SMA" (S3/W1/31)**

**"Begawe di ycps..." (S3/W1/169)**

**"Tigo" (S3/W1/24)**

**"Satu" (S3/W1/26)**

**"Belum menikah" (S3/W1/22)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang latar belakang subjek, sebagai berikut:

**"...tingkat pendidikan kalau dak salah SMA  
yeh..." (IT3/W1/241-242)**

**"Bro R baru ojt, belajar dasar konselor konseling  
samo dasar kurikulum" (IT1/W1/296-297)**

**b. Kegiatan Sehari-Hari Subjek**

ARD merupakan konselor adiksi yang baru saja diangkat kurang lebih satu bulan terakhir, namun dikarenakan permasalahan yang menyangkut subjek dan hal tersebut dianggap fatal oleh pihak Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang, maka subjek mendapatkan out-come dan belum dipercayakan diberikan klien.

*"Sudah, konselor adiksi" (S3/W1/12)*

*"Belum, out-come" (S3/W1/14)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang kegiatan sehari-hari subjek, sebagai berikut:

*"Belum, belum dikasih.. karna memang belum siap dan memang masih keno outcome, cak itu" (IT3/W1/488-489)*

**c. Riwayat dan Faktor Subjek Menggunakan NAPZA**

ARD pertama kali menggunakan NAPZA pada tahun 2012, saat itu subjek tengah duduk di SMP kelas 2 di Palembang. ARD mengakui menggunakan 5 zat NAPZA yakni, dimulai dengan pemakaian Alkohol lalu pada tahun 2014 menggunakan Sabu dengan baru rentang pemakaian dibagi beberapa minggu lalu tahun 2015 subjek mulai mengenal Inex dengan bergantian pemakaiannya bersama Sabu sampai pada tahun 2019 bulan delapan terakhir. Namun pada tahun 2017 subjek

juga menggunakan ganja serta ditahun 2018 subjek menggunakan Benzo. ARD menggunakan NAPZA dikarenakan pergaulan yang ada dilingkungannya yakni pertama teman sekolah lalu lama kelamaan teman ditempat subjek juga mayoritas dikampungnya menggunakan NAPZA. ARD merasakan adanya perubahan secara fisik ketika subjek menjadi pecandu NAPZA yakni badan yang mulai bekurang berat badannya dalam artian kurus yang tidak wajar lalu nafsu makan sangat berkurang. ARD mengatakan bahwa diri subjek merasa berubah juga secara emosi yakni tidak bisa mengontrol emosi secara berlebih sehingga seringkali subjek merasa bahwa diri subjek harus selalu mendapatkan apa yang subjek mau meskipun dengan cara yang kurang baik. ARD menjelaskan bahwa respon orang ketika subjek terciduk menggunakan NAPZA yakni memarahi subjek mengapa subjek bisa dengan bernai nya menggunakan NAPZA namun tidak sampai memberikan pelajaran berupa pukulan.

*"Awal keno narkoba tahun 2012" (S3/W1/29)*

*"Itu kalau 2012 kito SMP kelas 2" (S3/W1/32)*

*"Oh iyo hehe itu awalnya alkohol" (S3/W1/33)*

*"Tau dari kawan jugo tahun 2014 lamo kelamoan tahun 2015 kenal yang namonnyo inex nah itu berbarengan make nyo nyabu inex nyabu inex sampe ke tahun 2019 bulan delapan terakhir" (S3/W1/41-44)*

*"Baru sih ganja tuh tahun 2017" (S3/W1/48)*

*"Benzo 2018 baru jugo" (S3/W1/50)*

*"Iyo, pertama sih kawan sekolah make, kawan sekolah trus berapa bulan diajak make kawan kampung karena kebetulan dikampung kan rato-rato mayoritas make galo" (S3/W1/55-59)*

*"Yo badan mulai kurus, nafsu makan jugo kurang..." (S3/W1/113)*

*"Pasti ado, emosional" (S3/W1/118)*

*"Misalnyo nih minta duet dak dikasih marah, marah marah lah dak jelas bohonglah cakmano caronyo pokoknyo dapet duet" (S3/W1/120-122)*

*"Yo tekejutlah ngapo aku pacak sampe cak itu kan, tau dari siapa beli dimano kok pacak sampe berani cak itu nah, marah lah" (S3/W1/82-84)*

*"Yo marah cuma omongan mulut bae sih" (S3/W1/86)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang riwayat dan faktor subjek menggunakan NAPZA, sebagai berikut:

*"...lebih bermasalah kelingkungan, lingkungan tempat dio tinggal di sako lingkungannyo jugo*

*dak do bagus terus memang dio nih sempet.. pernah dak dio cerito nuja uwong?"(IT3/W1/440-443)*

*"Nah R ini memang bemasalah di emosional dalam artian nuja uwong..." (IT3/W1/445-446)*

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

ARD telah melakukan 2 kali rehabilitasi, yang mana rehabilitasi pertama dilakukan di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang pada tahun 2018, lalu setelah complete program subjek melakukan ojt di Palembang dan Jawa sepulangnya disana subjek bekerja di YCPS lalu relapse dan melakukan rehabilitasi kembali pada sekitar bulan delapan tahun 2019 di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. ARD merasa jika program yang subjek rasakan di rehabilitasi tidak lah berpengaruh dikarenakan subjek sudah melakukan ojt selama 5 bulan atas ilmu yang didapatnya tentang adiksi namun lingkungan lah yang membuatnya sangat terbantu dalam menjaga pemulihannya. ARD mengatakan bahwa rehabilitasi kedua yang membuatnya mengubah pola pikir mengapa bisa relapse dikarenakan subjek sudah memiliki ilmu perihal adiksi dan subjek merasa menyesal akan hal itu.

*"Tahun 2018" (S3/W1/149)*

*"Dak tau ee cakmano ee dak betah cak itu ngapo ngeraso dak nyaman cak itu trus balek hari ini balek besokno relapse, itu lebih*

*seminggu, iyolah interpersi dari sini.”*  
**(S3/W1/175-178)**

*”Idak bepengaruh, tapi kalau tempat  
bepengaruh besar”* **(S3/W1/213-214)**

*”Dak katek sih, cuman kalau yang kedua nih  
lebih menyesali, menyesali ngapo sih pacak  
relapse lagi padahal aku sudah punyo ilmu  
sudah pengetahuan pacak relapse lagi cak itu  
paling aku mikirnyo”* **(S3/W1/191-194)**

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang proses subjek selama rehabilitasi, sebagai berikut:

*”...disini nyo cuman berapo lamo abis itu dio  
relapse mangkonyo dijemput lagi...”*  
**(S3/W1/175-178)**

*”...sudah bersedia pindah dari lingkungan yang  
jelek ke lingkungan yang terlindungi yeh...”*  
**(S3/W1/742-744)**

**e. Perubahan Emosi Subjek Sebelum dan Setelah di Rehabilitasi**

ARD mengatakan bahwa subjek sangat lah orang yang emosional ketika sebagai aktif pecandu narkoba sebelum di rehabilitasi, sampai pada kasus subjek pernah melakukan penujahan terhadap orang lain dan hal ini dikarenakan efek dalam pemakaian narkoba secara terus menerus yang mengganggu saraf

emosi subjek. ARD merasakan bahwa setelah melakukan rehabilitasi khususnya yang kedua dalam segi emosional subjek mulai berkurang lalu dilanjutkan dengan pola pikir yang perlahan mulai memikirkan masa depan, namun dikarenakan subjek terlibat dalam permasalahan yang membuat fatal bagi dirinya dan Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang maka hamper bisa dikatakan bahwa subjek mengalami relapse dikarenakan perubahan yang tampak dalam perilaku subjek sehari-hari dalam bekerja dan bersosialisasi. Namun setelah diambil keputusan yang tegas, subjek sudah mulai kembali bersikap aman dan berusaha untuk lebih baik kedepannya.

*"...emosional" (S3/W1/118)*

*"Ado sih, emosional sih sudah berkurang pertama, mulai berpikirlah pacak idup kedepan cakmano kalau emosi alhamdulillah idak lagi nak cakmano bae Alhamdulillah idak" (S3/W1/139-140)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang perubahan emosi subjek sebelum dan setelah direhabilitasi, sebagai berikut:

*"Nah R ini memang bemasalah di emosional dalam artian nuja uwong..." (S3/W1/445-446)*

*"...jadi kalau untuk sekarang sih Alhamdulillah aman-aman bae dalam artian aman-aman bae"*

*tuh duty dijalan ke nyo terus kalau untuk masalah bohong atau idak wallahu'alam dak do lagi" (IT3/W1/481-485)*

**f. Faktor yang Mempengaruhi Subjek dalam Regulasi Emosi**

ARD merupakan manusia dengan tipikal yang masih sangat terpengaruh dalam lingkungan, bila lingkungan tersebut buruk dan selalu menggodanya untuk mengikuti hal buruk maka subjek akan mengikutinya hal ini sangat disayangkan dengan ilmu adiksi yang telah subjek miiki, terkesan tidak bisa mengontrol emosi dengan baik sehingga terkadang tidak konsisten dengan keseringan mengikuti kemauan orang lain. Tidak dapat dipungkiri bahwa stigma buruk yang melekat pada ARD ada nyatanya, dan ha tersebut terjadi dengan keluarga kepada subjek. Dahulu kala ketika subjek melakukan rehabilitasi pertama dan menuruskan ojt keluarga sangat lah percaya bahwa subjek akan berubah menjadi kepribadian yang lebih baik namun apa boleh dikata ternyata subjek belum ampu mengontrol emosi terhadap rasa keinginannya untuk relapse, maka kepercayaan yang diberikan keluarga nya semakin berkurang ketika subjek melakukan rehabilitasi kedua. Namun subjek tetap berprasangka baik tidak ada orang tua yang membuang anaknya maka wajar juga bila orang tua belum mempercayainya maka dari itu subjek berusaha agar tidak kembali relapse agar kepercayaan orang tua subjek kembali pada subjek. ARD mengatakan bahwa hal yang dapat membuatnya tidak bisa menahan emosi yang memuncak bila ada orang lain yang sudah mulai

bermain fisik dengan nya secara dahulu. ARD mengatakan bahwa diri subjek seringkali mendapatkan teguran ketika sedang bekerja yang membuatnya terkadang ada sisi tidak menerima dengan segala teguran yang diberikan, tak jarang ternyata dalam bekerja hal compare satu sama lain juga terjadi, hal ini secara tidak langsung juga dapat membuat diri subjek menjadi males dan sebagainya. ARD menceritakan bahwa subjek merasa terpanggil emosi yang meluap-luap bila hal tersebut terjadi dengan berkali-kali. Bila hal tersebut terjadi maka subjek tidak lagi memikirkan dampak yang akan terjadi. Subjek langsung mengambil langkah secara fisik dengan hal tersebut.

*"Dak tau ee cakmano ee dak betah cak itu ngapo ngeraso dak nyaman cak itu..."*  
**(S3/W3/175-176)**

*"Yo mungkin apo ee yo contohnya ini uwong tuo sampe sekarang kurang sih komunikasi samo uwong tuo dak tau ngapo kalau dulu pas masih ojt tuh hamper setiap hari uwong tuo nelpon dimano dimano dimano lagi apo misalnya untuk nelpon sekarang tuh jarang paleng seadonyo sih tapi sabar be sih sudah hehe dak mungkin uwong tuo buang anaknyo cak itu kan dak mungkin uwong tuo buang anak, mungkin dio belum percayo samo aku kan mangkonyo aku milih tetep disini"* **(S3/W1/279-288)**

*"Yo misal kalau uwong sudah main tangan samo kito mungkin emosional jugo naek pasti"*  
**(S3/W1/341-342)**

*"Yo mungkin saat kito ngelakuke kesalahan keno marah uwong segalo macem mungkin idak seluruh omongan uwong biso kito terimo kan cak itu yo tapi mau dak mau pasti kito terimo pasti kito salah" (S3/W1/327-330)*

*"Yo bekal-kali mak itu nah, men cuma sekali idak, men lah bedetek mak itu nah baru mau dak mau terserah lah apupun yang terjadi" (S3/W3/615-617)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang faktor yang dapat mempengaruhi subjek dalam regulasi emosi, sebagai berikut:

*"Kalau R sih orangnyo yah sebenenryo kurang konsisten sih ikut-ikutan menurut aku, wong A A wong B B, lebih ke share feeling nyo sih sebenenryo" (IT1/W1/99-102)*

*"Yang pasti lingkungan tingkat penerimaan keluarga stigma yeh stigma lah baik dari keluarga maupun masyarakat..." (IT3/W1/732-734)*

*"Kalau yang pasti dari pekerjaan apo sih.. masalah pekerjaan tuh yang pasti kinerja mereka tuh murung males compare kalau bahasa sini tuh paling cak itu lah" (IT2/W1/340-343)*

**g. Pola Pikir Subjek dalam Menyelesaikan Masalah**

ARD mengatakan bahwa subjek ketika sedang dilanda permasalahan subjek merasa tak sepenuhnya subjek bersalah dipermulaan subjek berusaha untuk memberikan argument-argumen namun ketika terus diberikan pembuktian dimana letak salah nya subjek maka subjek baru dapat menerima kesalahannya. Self acceptance pada subjek masih kurang dikarenakan tidak jarang permasalahan yang menyangkut nama subjek, ARD masih menyangkal nya di awal lalu baru menerima bahwa subjek salah meskipun bagi subjek hal tersebut bisa dimaafkan tidak terlalu berdampak serius namun berbeda bagi pihak lain yang terlibat. Pada intinya self acceptance pada ARD masih kurang. ARD merasa ketika sedang mendapatkan permasalahan subjek memikirkan bagaimana dampak-dampak yang terjadi kedepannya bila subjek melakukan perlawanan terhadap hal yang tidak disukai nya atau hal yang dapat membuat emosi nya memuncak tidak dapat terkontrol maka dari itu subjek memilih untuk berpikir ulang akan dampak-dampak buruk yang terjadi kedepannya bila melepaskan emosi buruk secara tidak terkontrol. ARD menceritakan bahwa ketika subjek merasa benar, subjek akan berusaha menunjukkan bahwa diri subjek itu memang benar didalam suatu kasus. Berbeda degan yang sebelumnya, bila subjek salah ARD berusaha untuk memberikan argument terdahulu baru dapat menerima kesalahannya. Namun bila subjek merasa memang tidak bersalah subjek akan berusaha membuktikan bahwa informasi yang orang lain katakan itu salah dengan menunjukkan sikap yang

semakin baik kedepannya atau berbeda dari yang dibicarakan. Air tuba dibalas dengan air susu.

*"Yo mungkin saat kito ngelakuke kesalahan keno marah uwong segalo macem mungkin idak seluruh omongan uwong biso kito terimo kan cak itu yo tapi mau dak mau pasti kito terimo pasti kito salah" (S3/W1/327-330)*

*"Dipikiri jugo yo bener siapa jugo disini kok cakmano ee mikir ke jugo dampaknyo kalau ku ajak rebut apo yang terjadi amen aku ajak rebut apo yang terjadi aku pacak dikeluarke kan relapse pasti" (S3/W1/327-329)*

*"Apo yo caronyo misalnyo disini kan pernah jugo dituduh pas piket maen game tapi aku tunjuk ke bahwa aku dak pernah maen game mak itu nah pas piket dak maen game emang bener-bener piket mak itu nah" (S3/W2/397-401)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang faktor yang dapat mempengaruhi subjek dalam regulasi emosi, sebagai berikut:

*"Self acceptance nyo.. kalau aku masih belum yakin samo dio.. jujur aku belum yakin..." (IT3/W1/528-529)*

*"Yang pertama sih dak ngaku jadi sudah berapa kali ditanyo dak galak ngaku dak ngaku maseh menutupi.. maseh menutupi.. maseh menutupi.. setelah diteken dan dijamin bahwa info dari dio*

*nih dak kemano-mano.. jadi whistleblower jadi dio yang bernyanyi menjelaske galo-galonyo dan dio minta di info nyo jangan diminta dari dio”*  
**(IT3/W1/492-497)**

#### **h. Subjek Memilih Proses Regulasi Emosi**

ARD mengatakan bahwa hal negatif yang datang kepadanya diawal permulaan subjek mengandalkan handle feeling terlebih dahulu sebelum melakukan perbuatan namun faktanya tak jarang handle feeling yang dilakukan subjek tidak terlalu kuat sehingga membuatnya sering kali didapati terjatuh dalam permasalahan negatif yang ada diri subjek disana. Ketika memang merasa bersalah dan tidak dapat mengajukan argument, ARD hanya mampu berdiam dengan segala kesalahan yang ada pada diri subjek. Ketika sedang dihadapkan permasalahan keluarga, yang ada pada subjek hanyalah pasrah karena subjek tau betul stigma itu akan terus ada dikarenakan relapse yang pernah diri subjek alami. ARD dikenal dengan kepribadian yang masih meluap-luap tak jarang hal beradu mulut subjek lakukan ketika sedang disituasi permasalahan, namun subjek mengatakan bila hal tersebut sudah subjek rasakan fatal maka subjek tidak memikirkan dampaknya kembali dan melepaskan emosi buruk yang tidak terkontrol dengan cara perkelahian.

*”Emosi negatif? Handle feeling lah pertama kali trus pikirke sebelum kito berbuat”*  
**(S3/W3/620-621)**

*"Diem bae, karena yo memang salah"  
(S3/W2/385)*

*"Yo cakmano yo pasrah nak cakmano kito emosi kito sedih, sedih pasti lah" (S3/W3/625-626)*

*"Dak atek yang ku pikirke, sudah, terserah lah nak cakmano, dak katek penyesalan kalau aku lah emosi dengan uwong, memang dari dulu mak itu lah nak rebot dengan uwong mak mano be mak itu lah, dak peduli" (S3/W3/644-648)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang pola pikir subjek dalam memilih proses regulasi emosi di lapangan, sebagai berikut:

*"Kalau perilakunyo R kan sekarang di lingkungan yang terkontrol ado penguat, paling dio kalau hal yang negatif dio melok-melokan uwong trus melok-melokan followers" (IT2/W1/159-162)*

*"Emosi nyo kalau bro R sih yang namonyo budak mudo kadang-kadang agak melunjak-lunjak sih" (IT1/W1/90-91)*

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

ARD mengakui bahwa dirinya mengalami emosional yang masih bergejolak. Emosional yang masih belum bisa memberikan tempat letak pengeluaran secara baik tidak berlebih dan juga tidak kurang. Dengan permasalahan yang baru terakhir kemarin ketika kepenliti datang yakni subjek bisa dikatakan dalam kondisi relapse, karena berdasarkan

penuturan informan perilaku subjek sebelum kasus terungkap yakni sering kali lepas dari tanggung jawab. Maka dari itu subjek menyadari bahwa ARD sangat memiliki kepribadian sangat emosional. ARD mengatakan bahwa subjek lebih kepada 'bodo amat' atau tidak peduli yang dalam artian subjek tidak terlalu memikirkan sebab akibat yang akan terjadi kedepannya bila terjadi permasalahan dikarenakan terlihat masih setengah hati dalam menjalani pekerjaan dan belum menemukan tujuan yang pasti didalam kehidupannya kedepan meskipun terkadang dipikirkannya namun masih belum begitu serius.

*"...apo lagi ye.. emosional..." (S3/W3/582)*

*"Masa bodo lah..." (S3/W3/582)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang pola pikir subjek dalam memilih proses regulasi emosi di lapangan, sebagai berikut:

*"...dan memang emosional dio bermasalah dalam artian yo ibarat kato tuh dio nih kondisini relapse sekarang" (IT3/W1/509-511)*

*"Dio bukan bodo amatan atau cuek kan cuma maksud aku tuh ketika dio ado masalah dio idak peduli nak dampaknyo dio misalkan dikeluarkan apo nak apo karena dio tuh masih setengah hati begawe masih nak maen masih nak maen masih nak ini ibarat kato tuh dio disini tuh maksoke atau nurutke kendak uwong tuo nyo bukan cak*

*uwong tuh kan ado nian semacam keinginan macem kau kuliah jurusan psikologi kau harus apo.. selesai wisuda sarjana S,Psi. sedangkan R lah dapet gawe cak ini ibarat kato tuh dak katek yang nak dikejer nyo nak berenti jugo yo lajulah" (IT2/W1/286-287)*

**j. Tujuan yang Ingin Subjek Capai**

ARD mengatakan tujuan hidupnya saat ini hanyalah menyenangkan orang tua, dikarenakan stigma buruk yang sudah melekat pada diri subjek sehingga subjek harus berusaha lebih keras lagi untuk dapat menyenangkan dan mengembalikan kepercayaan keluarga terkhususnya orang tua kepada diri subjek.

*"Kalau cita-cita kecil mungkin nyenengke uwong tuo lah..." (S3/W3/747-748)*

**k. Motivasi Subjek untuk Mencapai Tujuan**

ARD mengatakan bahwa untuk dapat menyenangkan orang tua nya subjek mempertahankan diri subjek untuk berada di lingkungan Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang sebagai bentuk motivasi subjek untuk menyenangkan kedua orang tuanya.

*"...yo nuruti kendak dio aku dio minta aku disini mak itu nah" (S3/W3/748-749)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang motivasi subjek dalam mencapai tujuan, sebagai berikut:

*"...nurutke kendak uwong tuo nyo..."*  
**(IT3/W1/292)**

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

ARD mengataka bahwa diri subjek sudah mulai perlahan memperbaiki ibadahnya, dikala mendapatkan permasalahan subjek berpikir salah satu aspek nya dapat terjadi yakni subjek kurang melakukan ibadah. Semenjak permasalahan baru terjadi ketika peneliti datang, ARD mulai terlihat bertanggung jawab atas apa yang menjadi tugas pokok pekerjaan untuk nya. Subjek berusaha memperbaiki untuk menjadi hal yang lebih baik kedepannya. Berusaha untuk menjadi kepribadian yang lebih baik setiap harinya terutama bertanggung jawab dalam hal bekerja. ARD mengatakan bahwa subjek sudah bersedia untuk tetap bertahan di lingkungan rehabilitasi sebaik mungkin. Berusaha mengikuti kembali peraturan-peraturan yang ada dan kembali memahami tupoksi yang diberikan didalam bekerja dan melakukannya dengan sebaik mungkin.

*"Solat terutama ee hehe dari program..."*  
**(S3/W1/270)**

*"Yo intinyo idak perlu ditunjuki sih samo dio yang penting sudah nak solat idak perlu di depan dio jugo..."* **(S3/W1/299-300)**

*"...nah pas piket dak maen game emang bener-bener piket mak itu nah"* **(S3/W2/400-401)**

*"...yo nuruti kendak dio aku dio minta aku disini mak itu nah" (S3/W3/748-749)*

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan subjek, Informan juga memberikan informasi yang lain tentang upaya subjek dalam regulasi emosi di lapangan, sebagai berikut:

*"...kalau untuk sekarang sih Alhamdulillah aman-aman bae dalam artian aman-aman bae tuh duty dijalan ke nyo terus kalau untuk masalah bohong atau idak wallahu'alam dak do lagi" (IT3/W1/481-485)*

*"...sudah bersedia pindah dari lingkungan yang jelek ke lingkungan yang terlindungi yeh terus mereka mengikuti peraturan yang ada, poin satu tadi membatasi pergaulan dalam artian membatasi pergaulan di luar, trus eh apo namonyo tadi ikut peraturan yang ada trus bekerja..." (IT3/W1/742-748)*

#### **4.4 Pembahasan**

Penelitian ini membahas mengenai proses, faktor yang mempengaruhi subjek dapat merulasi emosi dan upaya dari regulasi emosi yang dilakukan oleh seorang mantan pecandu narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang dengan melibatkan tiga subjek yang merupakan dewasa awal dengan rentang usia 22 tahun sampai 35 tahun dan berinisial DA, D dan ARD.

Berdasarkan hasil informasi yang sudah melalui proses analisa dan reduksi dari ke ketiga subjek. Ketiga subjek merupakan mantan pecandu

narkoba yang memiliki kepribadian normal pada umumnya di usia subjek sebelum mengenal narkoba. Subjek DA, D dan ARD mengenal dan menggunakan narkoba dikarenakan faktor lingkungan pertemanan dan kerabat yang mengajak subjek untuk bergabung kedalam pecandu narkoba. Setelah menggunakan narkoba dengan sekala yang besar setiap harinya dengan rentang waktu yang panjang bertahun-tahun tidak dapat dipungkiri bahwa efek pemakaian narkoba mengganggu saraf emosi pada subjek. Maka dari itu, seluruh subjek mengalami perubahan emosi yang sangat bergejolak dan sulit untuk dikendalikan. Hal ini juga sudah mendapat pernyataan dari subjek bahwa efek pemakaian narkoba di masa lampau juga sangat berpengaruh terhadap emosi subjek.

Regulasi emosi mengacu pada upaya yang dilakukan individu untuk memengaruhi emosi mana yang mereka miliki, kapan mereka memilikinya, dan bagaimana emosi ini dialami dan diungkapkan. Upaya semacam itu mungkin relatif otomatis atau terkendali, sadar atau tidak sadar. Juga telah ditegaskan (tetapi tidak diperlihatkan secara empiris) bahwa pengaturan emosi dapat melibatkan pengaturan naik atau turun dari berbagai aspek emosi negatif atau positif (Parrott, 1993; dalam Snyder, Simpson, Hughes 2006).

Eisenberg & Morris (2002) Regulasi emosi didefinisikan sebagai proses memulai, mempertahankan, memodulasi, atau mengubah

kejadian, intensitas, atau lamanya keadaan perasaan internal dan motivasi terkait emosi dan proses fisiologis, sering kali dalam pelayanan mencapai tujuan seseorang (dalam Kring & Sloan, 2010).

Mendapatkan hasil wawancara dari Informan mengatakan bahwa dari sisi medis zat narkoba dapat mempengaruhi mood dan emosi seseorang yang menggunakannya. Maka dari itu ketiga subjek seringkali merasa kesusahan dalam meregulasi emosi dengan baik. Tidak memahami dengan baik penempatan emosi didalam permasalahan dan situasi. Seringkali ketiga subjek merasa hal yang dilakukannya benar tanpa mengevaluasi kembali apa yang telah diperbuatnya. Hal ini telah menjadi pernyataan bagi ketiga subjek DA, D dan ARD yang telah menjadi pecandu narkoba kurang lebih 10 tahun yang dalam skala besar mengkonsumsi narkoba setiap hari nya dan rentang waktu yang lama. Ketiga subjek sangat menyadari bahwa efek narkoba yang telah subjek gunakan sangat berpengaruh didalam mood dan emosi seseorang. Ketika meregulasi emosi saat menjadi pecandu narkoba, ketiga subjek menyadari tidak dapat seimbang dalam meregulasi emosi sehingga sering kali mendapatkan konsekuensi yang membuat subjek belum dapat memahami dan belajar dari hal tersebut.

Didalam konsekuensi regulasi emosi terdapat 3 bentuk yang didalamnya masing-masing terdiri dari 2 karakteristik regulasi emosi yaitu, konsekuensi

afektif yakni dampak yang berpengaruh dalam mood dan emosi seseorang, karakteristik pertama mengurangi pengalaman dan ekspresi perilaku dari emosi negatif tanpa melibatkan atau meningkatkan aktivasi dari respon fisiologis. Karakteristik yang kedua mengurangi ekspresi perilaku dari emosi negatif tetapi tidak menurunkan pengalaman subjektif dari emosi. Lalu konsekuensi kognitif yakni hal yang berdampak pada kognitif seseorang dengan karakteristik yang pertama tidak membutuhkan regulasi diri yang terus-menerus atau berkelanjutan, karakteristik yang kedua membutuhkan *self-awareness* dan regulasi diri selama proses penekanan dilakukan sehingga mengurangi kemampuan kognitif dalam mengingat kembali peristiwa yang terjadi ketika dilakukan penekanan. Terakhir yakni konsekuensi sosial adalah dampak yang mempengaruhi aspek dalam bersosialisasi seseorang dengan karakteristik pertama, memiliki konsekuensi yang lebih positif karena mengurangi pengalaman emosi negatif dan ketika meningkatkan emosi positif. Karakteristik kedua, memiliki konsekuensi sosial yang negatif, karena gagal menyerap informasi yang dibutuhkan, gagal dalam merespon dengan tepat terhadap orang lain dan juga kelihatan menghindar sehingga mengganggu interaksi sosial.

Dalam hal ini subjek seringkali kebingungan untuk dapat mengetahui dan memilih konsekuensi dalam regulasi emosi yang ketiga subjek alami ketika menjadi pecandu narkoba. DA, D, dan ARD

telah memiliki pernyataan bahwa emosi yang mereka punya selalu terlampiaskan secara berlebihan sehingga konsekuensi yang mereka dapatkan tidak pada tempatnya. Maka dari itu dalam hal ini ketika subjek telah menjadi mantan pecandu narkoba harus dapat memahami faktor-faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi bagi diri subjek masing-masing. Hal ini tidak dapat terlepas dari budaya, religiusitas, kemampuan individu atau tipe kepribadian, usia dan jenis kelamin. Budaya dimasa lalu dalam lingkungan yang subjek tinggal sangat berkaitan erat dengan narkoba sehingga tidak dapat terelakkan bagi ketika subjek untuk menggunakan narkoba. Lalu subjek DA, D dan ARD menyadari bahwa kurangnya ibadah yang mereka lakukan sehingga dapat menyebabkan mereka lalai menjaga larangan yang telah dibuat dalam agamanya. Setiap subjek memiliki kemampuan dan kepribadian yang berbeda-beda sehingga dapat menghasilkan proses regulasi emosi yang berbeda pula. Pada faktanya usia juga menjadi faktor utama seseorang dapat meregulasi emosi dengan baik pada tempat dan situasi nya tanpa berlebihan, faktor usia juga menjadikan seseorang dapat mengelola pikirannya untuk meregulasi emosi yang tepat dan hal ini terdapat dalam ketiga subjek dengan rentang usia yang berbeda-beda. Terakhir, ketika subjek juga menyatakan bahwa kondisi psikologi yang tengah dialami oleh subjek dapat mempengaruhi regulasi emosi seseorang.

Ketiga subjek sudah cukup memahami diri subjek sendiri apa saja yang dapat menjadi faktor dalam regulasi emosi masing-masing. DA, D dan ARD memiliki upaya agar emosi yang ada pada diri subjek masing-masing tidak terlalu berlebihan yakni ketiga subjek sepakat bahwa hal yang dapat menjadi pemicu bagi emosi mereka meluap-luap ialah bila ada kesalahan orang lain yang dilakukan secara berulang-ulang yang menyangkut diri subjek sehingga ketiga subjek mengatasi yang pertama dengan cara *handle feeling*. *Handle feeling* ialah mengontrol perasaan emosi yang nantinya akan keluar secara berlebihan dengan cara memikirkan dampak kedepannya bila subjek menuruti emosi tersebut sehingga nantinya hal ini dapat menghambat emosi yang tadinya akan keluar secara berlebihan dan tidak jadi melakukan hal yang dapat membuat fatal.

DA, D dan ARD mengatakan bahwa ketika *handle feeling* telah dilakukan hal yang selanjutnya subjek lakukan yakni menghindari situasi yang dapat membuat subjek lepas kendali. Menghindari sementara situasi tersebut dengan pergi ke situasi lain yang dapat membuat emosi subjek meredam hingga waktu yang tak lebih dari tiga hari didalam perhitungan prediksi subjek. Menurut ketiga subjek menghindari situasi bukan untuk lari dari masalah melainkan hanya meredam emosi subjek agar tidak terjadi hal yang tidak subjek inginkan.

Sewaktu dihadapkan dengan permasalahan yang melibatkan subjek dengan posisi bersalah ketiga subjek terkesan memberikan argument untuk pembelaan dirinya sendiri atas apa yang telah diperbuatnya. Ketika subjek merasa bahwa argumennya memang lah benar salah seutuhnya maka ketiga subjek baru merasa pasrah dan menerima atas konsekuensi yang subjek lakukan. Namun ketika subjek merasa atas apa yang dilakukannya memang benar adanya subjek tetap berusaha membuktikan bahwa dirinya benar hingga bercerita apa adanya sesuai dengan fakta yang ada sehingga subjek juga pada akhirnya pasrah dengan konsekuensi yang diterima.

Namun ketiga subjek juga memahami bahwa faktor yang juga dapat mempengaruhi regulasi mantan pecandu narkoba yaitu tekanan. Tekanan yang saat ini mereka dapatkan yakni tekanan didalam bekerja. Setiap subjek adalah konselor adiksi dengan memiliki tanggung jawab klien masing-masing terkecuali subjek ARD dikarenakan terkena out-come. Ketika subjek DA dan D mengalami tekanan dalam menyikapi klien, kedua subjek terlihat kebingungan dan kecemasan dalam menghadapinya sehinga seringkali meminta saran kepada orang lain yang lebih dulu kompeten didalam dunia adiksi. Subjek ARD juga mengalami tekanan ketika mengalami compare dalam hal bekerja sehingga subjek ARD masih belum memiliki kesempurnaan hati dalam bekerja disisi lain memiliki pemahaman diri yang emosional. tetapi ketiga

subjek ini ketika mengalami tekanan dalam bekerja hal yang subjek lakukan yakni mencari orang yang subjek percayai untuk bercerita terlebih yang memiliki latar belakang di dunia adiksi.

Ketiga subjek juga melakukan beberapa upaya dalam meregulasi emosi diantaranya memperbanyak ibadah yang mereka jalani, baik DA, D maupun ARD menyadari bahwa dimasa lampau subjek kurang sekali didalam ibadah maka dari itu ketiga subjek secara perlahan kembali menata ibadahnya menjadi lebih baik setiap harinya. Hal lain yang subjek lakukan dalam upaya meregulasi emosi yakni mempelajari ilmu adiksi lebih banyak dan secara mendalam dikarenakan didalam adiksi subjek diajarkan untuk mengetahui dampak setiap zat narkoba yang subjek pakai baik ke dalam tubuh maupun secara psikologis, lalu hal ini sebagai pengantisipasi juga bila emosi subjek secara berlebihan dapat mengetahui sebab dari efek pemakaian zat narkoba mana yang subjek kenakan. Lalu didalam adiksi juga diajarkan terapi-terapi yang dapat berkenaan dengan emosi seseorang yang tentu saja dengan latar belakang mantan pecandu narkoba. Hal ini pula yang menjadikan subjek lebih merasa nyaman dan aman untuk bercerita sesama orang yang berkecimpung didunia adiksi karena dapat memahami latar belakang pemakaian subjek masing-masing dan subjek juga dapat belajar untuk terus lebih baik dalam regulasi emosi dengan mempelajari ilmu adiksi.

Ketiga subjek juga terus belajar menjadi lebih baik setiap harinya baik secara emosi maupun kepribadian dengan menjaga pemulihannya sehingga dapat mengubah stigma buruk yang terdapat pada mantan pecandu narkoba. Sehingga ketiga subjek memiliki tujuan dan motivasi yang DA, D dan ARD punya dengan cara subjek masing-masing. Hal ini sesuai dengan ketentuan dalam ayat 11 QS. Ar-Ra'd:

لَهُ، مَعْقِبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ، مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ، وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya :

*"Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah 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-Ra'd: 11)*

Ayat diatas menjelaskan bahwa, Allah tidak akan mengubah suatu kaum bila kaum nya sendiri yang tidak mau mengubah perilaku, emosi, kepribadian, motivasi serta tujuan kaum nya ke dalam hal yang lebih baik sehingga apabila suatu

kaum mendapatkan hal yang buruk maka hal tersebut atas kehendak kaum itu sendiri. Maka tidak ada pelindung mereka selain Allah.

Dalam hal ini subjek menyadari bahwa bila dirinya terus belajar untuk memahami diri sendiri apa saja yang dapat mempengaruhi regulasi emosi subjek masing-masing dan mengupayakan dengan optimal meregulasi emosi yang baik sehingga akan didapati kedepannya diri subjek akan menjadi kepribadian yang lebih baik setiap harinya. Sehingga dapat mengubah stigma buruk yang mantan pecandu narkoba dapatkan lalu dapat membawa perubahan yang baik bagi lingkungan didalam rehabilitasi maupun ketika diluar rehabilitasi nantinya.

#### **4.5 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 2.  
Temuan Hasil Penelitian

