

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Berdasarkan Undang-Undang Dasar Republik Indonesia No.35 Tahun 2009 mengenai narkotika, “Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan”. Meskipun memiliki manfaat dalam bidang medis, dalam praktiknya penggunaan narkotika tidak selalu pada fungsi yang semestinya. Dalam hal ini, penyalahgunaan narkotika merujuk pada penggunaan zat tanpa hak atau melawan hukum (Badan Narkotika Nasional, 2017).

Badan Riset dan Informasi Nasional (2025) menyatakan bahwa terjadi peningkatan jumlah penyalahgunaan narkotika jika dibandingkan pada temuan sebelumnya, prevalensi penyalahgunaan narkotika di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 1,73% atau sekitar 3,3 juta penduduk dari populasi usia 15–64 tahun. Berdasarkan temuan tersebut menunjukkan bahwa penyalahgunaan narkotika masih terus terjadi dan menjadi fenomena yang dekat dengan kehidupan masyarakat. Dengan kata lain, penyalahgunaan narkotika tidak hanya bisa dilihat dari jumlahnya saja, tetapi juga berkaitan dengan kondisi nyata yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari.

Penyalahgunaan narkotika tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis dan sosial individu secara menyeluruh. Secara fisik, individu dapat mengalami penurunan kondisi tubuh, gangguan kesehatan, serta gejala putus zat yang mengganggu aktivitas sehari-hari (Badan Narkotika Nasional, 2017). Secara psikologis, individu kerap menghadapi kecemasan, kegelisahan, kesulitan dalam mengendalikan diri, serta gangguan konsentrasi (Harahap & Sunusi, 2022). Penggunaan narkotika yang pada awalnya digunakan sebagai cara untuk mengatasi tekanan emosional juga dapat berkembang menjadi ketergantungan yang semakin sulit dikendalikan (Mustofa & Satiningsih,

2023). Selain itu, kebutuhan untuk memperoleh narkoba menimbulkan tekanan finansial, sehingga individu dihadapkan pada kesulitan ekonomi (Maksum & Mabruri, 2016). Sejalan dengan temuan dari Putra, Maputra, Amenike, Puspitasari dan Sarry (2023) yang menunjukkan bahwa penyalahgunaan narkoba tidak hanya berdampak pada kondisi pribadi individu, tetapi juga memengaruhi aspek sosial dan finansial.

Kondisi tersebut semakin terlihat dalam berbagai situasi kehidupan yang dijalani individu. Pada individu yang berada pada usia sekolah, penyalahgunaan narkoba dapat memengaruhi proses belajar, seperti menurunnya konsentrasi, berkurangnya keterlibatan dalam kegiatan pembelajaran, serta perubahan dalam relasi sosial dengan teman sebaya (Susanto, Sakti, Sihoming, Susanthi & Krisnawati, 2024). Sementara itu, pada individu yang telah bekerja atau memiliki tanggung jawab dalam mencari nafkah, kondisi tersebut dapat berdampak pada menurunnya kinerja dan produktivitas, serta munculnya risiko kehilangan pekerjaan akibat pelanggaran aturan di lingkungan kerja (Costa, 2022). Perbedaan situasi ini menunjukkan bahwa tekanan yang dihadapi individu dapat muncul dalam berbagai bentuk, bergantung pada peran yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan dampak yang ditimbulkan dalam berbagai ranah kehidupan, individu yang mengalami ketergantungan narkoba memerlukan penanganan serta proses pemulihan yang tepat. Salah satu upaya pemulihan tersebut dilakukan melalui program rehabilitasi (Pratiwi & Nurchayati, 2020). Program rehabilitasi terdiri dari rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial. Rehabilitasi medis dilakukan melalui serangkaian tindakan terapi yang terintegrasi untuk membantu individu terbebas dari ketergantungan zat, sedangkan rehabilitasi sosial bertujuan untuk memulihkan fungsi sosial individu agar mampu kembali berperan dalam kehidupan bermasyarakat (Badan Narkotika Nasional, 2016). Oleh karena itu, proses rehabilitasi memiliki peran yang penting dalam membantu individu keluar dari kondisi ketergantungan narkoba.

Pada proses rehabilitasi berlangsung, individu dihadapkan pada berbagai tuntutan yang tidak mudah untuk dijalani (Putra dkk., 2023). Individu tidak hanya dituntut untuk mematuhi aturan yang ketat serta mengikuti rangkaian program

secara terstruktur, tetapi juga harus menghadapi gejala putus zat yang menimbulkan ketidaknyamanan secara fisik maupun psikologis (Ma'arief & Halida, 2026). Di sisi lain, munculnya dorongan untuk kembali menggunakan zat (*craving*) menjadi tantangan yang bersifat internal dan dapat muncul sewaktu-waktu, sehingga meningkatkan risiko *relapse* (Kakko dkk., 2019). Kondisi tersebut sering kali memengaruhi keterlibatan individu dalam menjalani program, seperti ketidakkonsistenan dalam mengikuti kegiatan, menurunnya partisipasi, hingga kesulitan dalam mempertahankan komitmen selama proses pemulihan. Pada kondisi yang bersamaan individu juga menghadapi tantangan eksternal yang berasal dari lingkungan dan sistem sosial di sekitarnya, seperti aturan program rehabilitasi yang ketat, perubahan pola hidup yang harus dijalani selama proses pemulihan, serta penyesuaian diri terhadap interaksi sosial baru di lingkungan rehabilitasi. Tantangan lainnya meliputi stigma sosial yang masih melekat pada penyalahguna narkoba, serta tuntutan dari keluarga dan lingkungan yang diharapkan dapat mendorong keberhasilan proses pemulihan. Keseluruhan kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses rehabilitasi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal individu, tetapi juga oleh berbagai faktor eksternal yang saling berkaitan.

Dalam menghadapi berbagai tekanan tersebut, individu membutuhkan kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan mempertahankan perubahan secara berkelanjutan. Dalam kajian psikologi, kemampuan tersebut dikenal sebagai resiliensi. Resiliensi dipahami sebagai kapasitas individu untuk bertahan, bangkit, serta beradaptasi secara positif ketika menghadapi situasi yang menekan (Masten, 2018). Reivich dan Shatté (2002) menjelaskan bahwa resiliensi terdiri dari tujuh kemampuan yang saling berkaitan, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, empati, kemampuan menganalisis permasalahan, efikasi diri, serta kemampuan untuk mencapai dan mengembangkan diri (*reaching out*).

Dalam konteks rehabilitasi narkoba, ketujuh kemampuan tersebut memiliki peran yang penting karena berkaitan langsung dengan bagaimana individu mengelola emosi yang tidak stabil, mengendalikan dorongan penggunaan zat, mempertahankan harapan untuk pulih, memahami situasi yang dihadapi, serta membangun keyakinan diri dalam menjalani proses pemulihan. Kapasitas ini juga tercermin dari kemampuan individu untuk tetap terlibat dalam program rehabilitasi,

menahan dorongan penggunaan zat, serta mempertahankan komitmen untuk pulih meskipun menghadapi tekanan yang berulang. Selain itu, kemampuan individu dalam menjalin relasi sosial dan mengambil langkah-langkah adaptif dalam kehidupan sehari-hari turut menjadi bagian dari proses resiliensi yang tidak terpisahkan. Dengan demikian, resiliensi menjadi faktor penting dalam menentukan bagaimana individu menjalani proses rehabilitasi yang kompleks dan penuh tantangan.

Pentingnya resiliensi dalam proses pemulihan dari penyalahgunaan narkoba juga didukung oleh temuan penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Nurfatimah, Filiani, dan Karsih (2016) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang baik memiliki kecenderungan untuk mampu melepaskan diri dari penyalahgunaan narkoba. Selain itu, penelitian Rantelaen dan Huwae (2022) menemukan adanya hubungan yang kuat antara resiliensi dan kemampuan penyesuaian diri pada mantan penyalahguna narkoba. Temuan tersebut menunjukkan bahwa resiliensi memiliki peran penting dalam mendukung proses pemulihan individu dari ketergantungan narkoba.

Kenyataan di lapangan turut menggambarkan bagaimana proses jatuh-bangkit tersebut berlangsung. Untuk memperoleh gambaran awal mengenai fenomena tersebut peneliti melakukan *preliminary study* di Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido pada tanggal 25 Mei 2026 terhadap dua subjek rehabilitasi berinisial AR (29 tahun) dan HZ (31 tahun). Hasil wawancara menunjukkan bahwa proses penggunaan narkoba yang berlangsung dalam jangka panjang membawa kedua subjek pada titik keterpurukan yang cukup berat sebelum akhirnya memutuskan kembali menjalani rehabilitasi.

Pada subjek HZ, keterpurukan tergambar dari pola penggunaan zat yang terus berpindah dan memburuk selama bertahun-tahun. Setelah sempat berhenti menggunakan sabu selama enam bulan, HZ justru beralih ke obat-obatan resep dalam dosis tidak terkontrol (alprazolam, lorazepam, clozapine, dumolid), lalu berpindah ke konsumsi alkohol selama kurang lebih satu tahun sebelum akhirnya mengajukan diri untuk direhabilitasi kembali.

Sampai vakum itu dapat 6 bulan saya tidak makai narkoba. Dan badan saya terasa sakit. Tidak mengonsumsi. Sampai vakum itu dapat 6 bulan saya tidak makai narkoba... terus saya mengonsumsi obat seperti alprazolam, lorazepam, clozapine, dumolid... sampai di 2023... saya beralih lagi ke alkohol... akhirnya saya mengajukan rehab lagi di 2025–2026 (W. PS.HZ 45-58).

Relapse pada HZ juga tampak dipicu oleh tekanan relasional dengan keluarga. HZ menceritakan bahwa perselisihan dengan orang tua menjadi pemicu langsung penggunaan kembali, sekaligus satu-satunya cara yang ia rasakan mampu meredakan tekanan emosionalnya saat itu

Karena saya berkelahi dengan orang tua... saya dibilang ngebangkang ngomongan orang tua terus, sama suka ngabisin uang orang tua. Akhirnya saya relapse lagi... karena saya mungkin jalan satu-satunya buat menenangkan diri saya (W.PS.HZ.122-135).

Pada subjek AR, keterpurukan tergambar dari akumulasi kegagalan personal setelah empat kali menjalani rehabilitasi di tempat berbeda, termasuk kegagalan pernikahan dengan pasangan yang telah mendampingi selama 13 tahun serta merenggangnya hubungan dengan keluarga.

Saya punya pacar yang menemani saya selama kurang lebih 13 tahun... tapi di 2025 kemarin saya gagal nikah... hubungan saya dengan pasangan rusak, terus hubungan dengan keluarga juga jadi makin menjauh karena emosi saya meningkat dan saya tidak bisa diatur (W.PS.AR.194-212).

Saya janji dengan dia saya bisa berubah, saya pulih, saya jauhkan narkoba, ternyata saya langgar lagi janji saya, komitmen saya, saya langgar, jadi itu penyesalan buat saya (W.PS.AR.215-219)

Kedua gambaran tersebut menunjukkan bahwa *relapse* yang dialami HZ maupun AR tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan erat dengan tekanan psikologis, konflik interpersonal, kekecewaan emosional, dan dorongan (*craving*) yang bersifat maladaptif sebagai respons terhadap ketergantungan zat. Dengan demikian, *relapse* dalam penelitian ini tidak dimaknai sebagai bukti kegagalan resiliensi, melainkan sebagai bagian dari dinamika psikologis yang kompleks dalam proses pemulihan dari ketergantungan narkotika, yang turut dipengaruhi oleh gejala putus zat (sakau) dan faktor psikologis lain di luar kendali penuh individu.

Temuan *preliminary study* juga menunjukkan indikasi awal proses bangkit kembali (*bounce back*) pada kedua subjek. Alih-alih berhenti mencoba, HZ dan AR

sama-sama mengambil keputusan secara sadar untuk kembali mengajukan diri menjalani rehabilitasi setelah mengalami keterpurukan tersebut bukan semata atas dorongan pihak lain.

Saya juga udah cukup capek dengan dunia hitam atau bergelut dengan dunia narkoba, saya sudah capek, dan saya juga mau membahagiakan orang tua saya (W.PS.HZ.198-200).

Saya coba untuk bangkit, karena saya ngerasa kalau saya gak maju, kapan lagi saya akan tetap di pola yang lama... akhirnya saya memiliki keputusan, oke saya siap berangkat untuk pulih (W.PS.AR.269-273).

Subjek AR juga memperlihatkan adanya pergeseran motivasi dibandingkan rehabilitasi-rehabilitasi sebelumnya. Pada dua kali rehabilitasi sebelumnya, AR mengaku menjalani program karena permintaan orang tua atau pasangan, sedangkan pada kesempatan kali ini ia menyatakan keputusannya murni datang dari dirinya sendiri.

Pertama tempat swasta, saya rehab bukan untuk diri saya, tapi untuk kedua orang tua saya...jadi saya ikutin mau mereka. Terus yang kedua, saya rehabilitasi lagi untuk pacar saya, untuk orang tua saya, saya berpikir ikutin deh mau mereka untuk rehabilitasi. Terus yang ketiga, saya cuman clean, tapi gak sober dalam artian saya gak pakai narkoba, tapi pikiran saya masih dalam seperti orang menggunakan zat...Sekarang bener dari diri sendiri, saya pulih dari diri sendiri, karena menurut saya, oke sama saya sekarang cuma kedua orang tua sama kakak saya, selebihnya gak ada (W.PS.AR.283-298)

Meskipun kedua subjek mengalami keterpurukan yang berat dan pernah mengalami *relapse*, keduanya tidak berhenti pada kondisi tersebut. HZ maupun AR menunjukkan upaya untuk kembali menjalani rehabilitasi secara sadar serta mempertahankan komitmen untuk pulih. Temuan tersebut menunjukkan bahwa proses resiliensi tidak berhenti pada satu titik keputusan, melainkan terus berkembang dan mengalami penguatan dari satu episode pemulihan ke episode berikutnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman individu selama menjalani rehabilitasi bersifat dinamis dan kontekstual, serta melibatkan proses psikologis yang tidak sederhana untuk dipahami hanya melalui data yang bersifat

kuantitatif. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang mampu menggali pengalaman subjektif secara mendalam serta memahami proses yang dialami individu dalam konteks kehidupan nyata. Dengan demikian, pendekatan kualitatif dipandang relevan digunakan dalam penelitian ini, karena memungkinkan peneliti memahami secara lebih komprehensif dinamika psikologis mengenai pengalaman subjektif, dinamika internal, serta proses resiliensi yang dialami individu selama menjalani rehabilitasi narkoba.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai gambaran resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba. Penelitian ini memberikan batasan bahwa permasalahan yang dikaji bukanlah mengenai berhasil atau tidaknya individu berhenti menggunakan narkoba secara permanen, melainkan mengenai bagaimana proses resiliensi berlangsung di sepanjang perjalanan pemulihan individu yang menjalani rehabilitasi narkoba. Riwayat *relapse* yang dialami subjek dalam penelitian ini tidak dijadikan tolok ukur tunggal untuk menyimpulkan berhasil atau gagalnya resiliensi, mengingat adanya faktor fisiologis berupa gejala putus zat (*sakau*) dan dorongan (*craving*) yang turut memengaruhi perilaku penggunaan kembali zat di luar kendali penuh individu. Penelitian ini berfokus pada bagaimana individu menghadapi tekanan, mengalami keterpurukan, dan menemukan cara untuk bangkit serta mempertahankan proses pemulihannya, dengan resiliensi sebagai konsep inti yang digunakan untuk memahami fenomena tersebut. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya pemahaman mengenai resiliensi dalam konteks rehabilitasi narkoba, serta menjadi dasar bagi pengembangan intervensi yang lebih sesuai dengan kebutuhan individu dalam menjalani proses pemulihan.

1.2 Perumusan Masalah

Fokus pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba di Balai Besar Rehabilitasi Lido.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba di Balai Besar Rehabilitasi Lido.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian mengenai gambaran resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba di Balai Besar Rehabilitasi Lido ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada keilmuan psikologi, lebih lanjutnya pada bidang psikologi klinis, psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Selanjutnya hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji mengenai resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1.1.1.1 Bagi Individu yang sedang menjalani rehabilitasi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi para individu yang sedang menjalani rehabilitasi untuk memahami kondisinya.
- 1.1.1.2 Bagi Tenaga Rehabilitasi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai bagaimana individu dapat bertahan menghadapi tekanan selama rehabilitasi.
- 1.1.1.3 Bagi Balai Besar Rehabilitasi Lido, penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi psikologis terkait gambaran resiliensi pada individu yang sedang menjalani rehabilitasi narkoba.