

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peredaran dan penggunaan narkotika dan obat-obatan terlarang (narkoba) di Indonesia menunjukkan peningkatan yang tajam. Tak hanya orang dewasa, bahkan anak-anak usia sekolah sudah menggunakan narkoba. Hasil temuan Badan Narkotika Nasional (BNN) pada tahun 2006, tercatat sebanyak 81.702 pelajar di lingkungan SD, SMP dan SMA di Indonesia menggunakan narkoba. BNN mencatat adanya peningkatan yang sangat signifikan pada jumlah pengguna narkoba dari pelajar SD di tahun 2006 yakni berjumlah 8.449 orang yang sebelumnya, pada tahun 2005, berjumlah 2.545 orang. Lonjakan yang paling tinggi terjadi pada jumlah pengguna narkoba di lingkungan SMP dan SMA yang mencapai 73.253 orang. Di tahun 2004, jumlah pengguna narkoba pada tingkat SMP dan SMA masing-masing sebanyak 9.206 orang dan meningkat tajam di tahun 2005 menjadi 19.489 orang. (81.702 Pelajar SD, SMP, SMA Gunakan Narkoba, PDPERSI, 2007).

Penggunaan narkoba akan memberikan dampak sangat buruk bagi para pelakunya. *National Institute of Drug Abuse* menyebutkan terdapat beberapa penyakit yang mungkin timbul akibat penggunaan narkoba, diantaranya HIV, hepatitis, infeksi, jantung, pembuluh darah, gangguan pernapasan, nyeri lambung, kelumpuhan otot, gagal ginjal, penyakit neurologis, kelainan mental, kanker, gangguan kehamilan dan permasalahan kesehatan lainnya hingga kematian. (Akibat Kecanduan Narkoba, Pikiran Rakyat Online, 2006). Selain dampak yang telah disebutkan, penyalahgunaan narkoba juga memiliki dampak dalam kehidupan sosial serta timbulnya kerugian materi bagi pelakunya.

Sebuah studi menyebutkan bahwa setidaknya ada sepuluh faktor yang memicu penggunaan narkoba, yaitu: 1) rendahnya kontrol terhadap tekanan dan adanya keinginan untuk mencari sensasi, 2) pengaruh keluarga, 3) *difficult temperament*, 4) perilaku bermasalah sejak dini, 5) kegagalan dalam bidang akademis dan rendahnya komitmen terhadap pendidikan, 6) penolakan dari teman sebaya, 7) berteman dengan pengguna narkoba, 8) pengasingan dan pemberontakan, 9) sikap positif terhadap penggunaan narkoba dan 10)

keterlibatan yang terlalu dini pada penggunaan narkoba (Hawkins, Catalano & Miller; Johnson, Hoffmann, & Gerstein; Masse & Tremblay; USDHHS, dalam Papalia, Olds & Feldman, 2004). Semakin banyak faktor pemicu yang ada pada individu dan semakin dini individu mulai menggunakan narkoba, maka akan semakin besar pula kemungkinan individu tersebut menyalahgunakan narkoba.

Faktor-faktor yang telah disebutkan sebelumnya dapat menumbuhkan perasaan tidak nyaman dalam diri individu. Ketika individu mengalami situasi yang sulit dan tidak diinginkan, maka individu tersebut akan mengalami variasi emosi seperti senang, marah, cemas atau depresi. Keseimbangan antara perasaan-perasaan yang muncul dan bagaimana individu menghadapi tekanan yang dialami dapat dilihat hubungannya dengan derajat optimisme atau pesimisme individu. Individu yang optimis adalah individu yang terencana dan memiliki kecenderungan untuk mengandalkan *problem-focused coping*. Mereka dapat menerima kenyataan atas situasi-situasi yang menekan dan juga berusaha untuk melihat sisi positif dan belajar dari kejadian yang mereka alami. Di lain pihak, individu yang pesimis memiliki kecenderungan untuk lari dari tekanan yang mereka alami dengan melakukan penyangkalan yang berlebihan dan penyalahgunaan obat-obatan (Carver, Scheier, & Weintraub; Fontaine, Manstead, & Wagner, dalam Snyder & Lopez, 2005).

Optimis merupakan sikap individu yang mengharapakan hasil akhir yang positif, meskipun berada dalam situasi sulit. Dengan demikian, keyakinan ini akan menghasilkan campuran perasaan yang relatif positif. Sebaliknya, pesimis merupakan individu yang berfikir bahwa hal-hal yang buruk akan terjadi pada dirinya di masa yang akan datang. Adanya keraguan ini dapat menghasilkan kecenderungan yang lebih besar akan munculnya perasaan negatif seperti cemas, perasaan bersalah, marah, sedih atau putus asa (Carver & Scheier; Snyder et al., dalam Snyder & Lopez, 2005).

Lebih lanjut, Scheier & Carver (dalam Heinonen, 2004) menyebutkan bahwa sikap optimis maupun pesimis dalam diri seseorang dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu *nature* dan *nurture*. Papalia, Olds & Feldman (2004) mendefinisikan faktor *nature* sebagai sifat dan karakteristik bawaan yang diwariskan dari orangtua biologis, dan faktor *nurture* sebagai pengaruh

lingkungan, baik sebelum maupun sesudah kelahiran yang meliputi pengaruh keluarga, teman sebaya, masyarakat dan kebudayaan. Orangtua menurunkan sikap optimis maupun pesimisnya kepada anaknya, sekaligus menjadi contoh bagi anak dalam menghadapi suatu masalah. Dari sisi pengaruh lingkungan, optimisme juga dipelajari dari bagaimana lingkungan mengajarkan individu untuk tetap berpikir positif melalui kegagalan ataupun kesuksesan yang pernah dialami.

Di bawah ini merupakan kesaksian dari seorang mantan pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi:

"Sering saya berpikir bisa terlahir kembali. Atau paling tidak kembali ke masa kanak-kanak. Saya akan jaga diri saya agar tidak jadi seperti ini," kata Hardi (27 tahun) sambil menerawang. Hardi yang nama aslinya tidak ingin diketahui kini menghuni panti rehabilitasi ketergantungan narkoba Balai Kasih Sayang (BKS) Pamardisiwi di Jakarta Timur. Sudah lima bulan berada di panti milik Badan Narkotika Nasional (BNN) itu. Sebelumnya sejak tahun 1996, Hardi anak bungsu dari tiga bersaudara ini berkubang dalam jeratan narkoba. "Terus terang waktu itu saya tidak tahu bahayanya. Yang terpintas cuma ngetrend. Kalo nggak make nggak gaul," tuturnya. September 1996 adalah bulan yang paling diingat Hardi. Itu kali pertama dia menggunakan narkoba jenis shabu-shabu. Saat itu Hardi menjadi mahasiswa baru di sebuah perguruan tinggi swasta ternama di Jakarta. "Saya diajak pake oleh senior saya pada hari pertama penataran P4," akunya. Tak ada kata sekali dalam narkoba. Bermula dari ajakan senior, akhirnya Hardi terjerumus jauh. Puncaknya tahun 1999 ia mengaku badannya habis, sudah seperti tak punya nyawa lagi. 'Saat itu saya sudah sampai pada kesadaran untuk berhenti dari semua ini. Tapi berkali-kali saya berobat jalan, selalu relaps (kambuh lagi, red)." (potongan dari Tolak Narkoba dengan Agama, Republika Online, 2007)

Dalam perjalanan menuju kesembuhan dari kecanduan narkoba, tak jarang individu harus menjalani beberapa kali rehabilitasi karena mereka kembali menggunakan narkoba setelah berhenti untuk beberapa waktu. Namun, tak sedikit juga dari beberapa pecandu narkoba yang berhasil untuk berhenti dari penggunaan narkoba setelah menjalani satu kali rehabilitasi.

Segerstrom (2006) mengemukakan bahwa berdasarkan sejumlah penelitian, optimisme dapat diasosiasikan dengan konsekuensi kesehatan yang positif. Beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa pria yang lebih optimis pulih lebih baik setelah operasi *bypass* dibandingkan dengan pria yang kurang optimis (Fitzgerald, Tennen, Affleck, & Pransky; Scheier dkk., dalam Segerstrom, 2006); pria dan wanita yang lebih optimis memiliki tekanan darah yang lebih rendah dibandingkan dengan pria dan wanita yang kurang optimis (Räikkönen, Matthews, Flory, Owens & Gump, dalam Snyder & Lopez, 2005); dan wanita yang terjangkit HIV dan *human papilloma virus* dengan optimisme yang lebih baik memiliki kekebalan tubuh yang lebih baik dibandingkan dengan wanita yang kurang optimis (Byrnes dkk., dalam Taylor, dkk, 1992). Seluruh efek positif terhadap kesehatan fisik yang telah disebutkan sebelumnya membuktikan bahwa optimisme secara konsisten memiliki keuntungan bagi kesehatan mental.

Sesuai dengan hasil penelitian yang dikemukakan sebelumnya, dapat diasumsikan bahwa optimisme juga dapat memiliki pengaruh terhadap kesembuhan individu dari kecanduan narkoba. Namun penelitian lainnya juga menyebutkan bahwa pada awalnya pecandu narkoba merupakan individu yang pesimis. Pusat rehabilitasi, sebagai tempat pecandu narkoba untuk kembali mengembangkan diri dan memulihkan diri dari penggunaan narkoba diharapkan dapat juga menumbuhkan optimisme pada diri mantan pecandu narkoba yang nantinya juga dapat berpengaruh terhadap kesuksesan penyembuhan pecandu narkoba.

Sebuah penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Seligman, Reivich, Jaycox, and Gillham (dalam Snyder & Lopez, 2005), dimana kelompok eksperimen diberikan sebuah pelatihan mengenai optimisme melalui pelatihan kognitif dan penyelesaian masalah sosial, subjek penelitian yang beresiko mengalami depresi diajarkan untuk melihat sisi positif dari sebuah kejadian. Setelah dilakukan intervensi, kelompok eksperimen menunjukkan penurunan depresi yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol dan efek tersebut terus berkembang dalam periode 2 tahun pada masa *follow-up* (dalam Diener, dkk., dalam Snyder & Lopez, 2005).

Berdasarkan penelitian eksperimental yang dipaparkan diatas, peneliti melihat adanya kesamaan bentuk *treatment* yang dilakukan dengan salah satu bentuk metode rehabilitasi bagi pecandu narkoba, yaitu metode *Therapeutic Community* (TC). Metode TC merupakan *treatment* yang menggunakan pendekatan psikososial. Bersama-sama dengan mantan pecandu narkoba lainnya mereka hidup dalam satu lingkungan dan saling membantu untuk mencapai kesembuhan. Aktivitas-aktivitas yang ada dalam TC dirancang untuk membantu mantan pecandu narkoba untuk menguji *belief*, konsep diri dan pola perilaku yang salah serta mengadopsi cara baru yang lebih harmonis dan konstruktif dalam berinteraksi dengan orang lain. *Staff* dalam TC, yang disebut sebagai konselor, juga merupakan mantan pecandu narkoba, namun mereka telah sembuh (*total abstinence*). Peran konselor selain sebagai pembimbing *resident*—sebutan untuk mantan pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi—juga sebagai contoh bagi para *resident* agar mencapai satu titik kesembuhan.

Namun dalam perkembangannya sebagian orang berpendapat bahwa metode TC memiliki beberapa kekurangan, seperti kecenderungan adanya penyalahgunaan kekuasaan oleh konselor atau para mantan pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi dengan metode TC akan menjadi individu yang cenderung kaku ketika kembali ke masyarakat. Untuk meminimalisasi hal-hal tersebut, beberapa pusat rehabilitasi mengkombinasikan metode TC ini dengan metode penyembuhan kecanduan narkoba lainnya seperti metode 12 langkah, terapi medis, terapi alternatif yang menggunakan herbal, akupunktur sampai terapi keagamaan (Press Release, BNN, 2007). Jika dibandingkan dengan metode TC murni yang menekankan pada pembelajaran dari komunitas, *resident* pada metode TC campuran memiliki berbagai akses untuk mencapai kesembuhan.

Berdasarkan perbedaan yang ada tersebut peneliti tertarik untuk melihat gambaran optimisme pada mantan pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi, khususnya rehabilitasi yang menggunakan metode TC murni dan TC campuran. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner untuk mengukur tingkat optimisme mantan pecandu narkoba. Karena tujuan dari penelitian ini untuk melihat gambaran optimisme mantan pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi pada pusat rehabilitasi yang menggunakan metode

TC murni dan TC campuran, maka sampel penelitian ini adalah mantan pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi dengan metode-metode tersebut.

I. 2 Masalah Penelitian

Masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah

“Bagaimana gambaran optimisme mantan pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi dengan metode *Therapeutic Community* murni dan *Therapeutic Community* campuran?”

I. 3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran optimisme mantan pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi dengan metode *Therapeutic Community* murni dan *Therapeutic Community* campuran.

I. 4 Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah meningkatkan pemahaman mengenai optimisme khususnya pada mantan pengguna narkoba. Penelitian ini juga dapat memberikan tambahan pengetahuan mengenai *Therapeutic Community* sebagai salah satu metode yang digunakan oleh pusat rehabilitasi untuk menangani mantan pecandu narkoba.

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah memberikan gambaran bagi para konselor ataupun keluarga dari mantan pecandu narkoba mengenai optimisme mantan pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi sehingga dapat membantu dengan menumbuhkan optimisme pada mantan pecandu narkoba demi tercapainya kesuksesan dalam penyembuhan mereka. Selain itu, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat diketahui metode yang kiranya paling ampuh untuk meningkatkan optimisme pada mantan pecandu narkoba.

I. 5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan

Bab I berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian serta sistematika penulisan.

Bab II Tinjauan Pustaka

Bab II berisi penjelasan teori-teori yang digunakan untuk menganalisis dan menjawab permasalahan dalam penelitian. Adapun teori-teori yang dipaparkan adalah teori mengenai optimisme, penyalahgunaan narkoba, rehabilitasi serta metode *Therapeutic Community* murni dan campuran.

Bab III Metode Penelitian

Bab III berisi penjelasan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian. Pada bab ini akan dijelaskan tentang permasalahan penelitian, variabel dalam penelitian, subyek penelitian, alat pengumpulan data, dan prosedur penelitian.

Bab IV Analisis dan Interpretasi Data

Bab IV berisi penjelasan mengenai data penelitian dan analisis data utama dan tambahan serta interpretasi hasil analisis data utama dan tambahan.

Bab V Kesimpulan, Diskusi, dan Saran

Bab V berisi penjelasan mengenai kesimpulan, diskusi, dan saran dari penelitian yang telah dilaksanakan.