



# TINGKAT *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PECANDU NARKOBA PASCA REHABILITASI DI BNN KABUPATEN CILACAP

**Anisa Frida Nur Febriana**

*fridaanisa4@gmail.com*

Universitas Ahmad Dahlan

**Azis Wahyono**

*aziswahyono96@gmail.com*

BNN Kabupaten Cilacap

*Korespondensi penulis: fridaanisa4@gmail.com*

**Abstract:** *This study aims to determine the level of psychological well being in drug addicts after completing the rehabilitation process at the BNN Cilacap Regency. This study uses a qualitative research design with a case study research type to determine the level of psychological well being of the research subjects. In this study, the researcher used 2 people who were selected as research subjects using a purposive sampling technique with individual characteristics as drug addicts who had completed rehabilitation. Data collection methods were in the form of interviews and observations. The results of the study showed that both subjects had good psychological well being on average after completing the rehabilitation process, this can be seen from the results of the study which showed that 6 aspects of the subject's psychological well being were at a high or good level. Although there is one aspect that is not yet optimal in one of the subjects.*

**Keywords:** *Psychological Well Being, drug addicts, drug rehabilitation*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *psychological well being* pada pecandu narkoba setelah selesai menjalani proses rehabilitasi di BNN Kabupaten Cilacap. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus untuk dapat mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis para subjek penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 orang yang dipilih sebagai subjek penelitian dengan teknik *purposive sampling* dengan ciri individu sebagai pecandu narkoba yang telah selesai menjalani rehabilitasi. Metode pengumpulan data berupa wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek rata-rata memiliki kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* yang baik setelah selesai menjalani proses rehabilitasi, hal ini terlihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa 6 aspek kesejahteraan psikologis subjek berada pada tingkat yang tinggi atau baik. Meskipun terdapat satu aspek yang belum maksimal pada salah satu subjek.

**Kata kunci:** *Psychological Well Being, Pecandu Narkoba, Rehabilitasi Narkoba*

## PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba adalah masalah kesehatan masyarakat global yang telah menjadi fokus utama penelitian dalam beberapa dekade terakhir. Data global menunjukkan bahwa penyalahgunaan narkoba pada tahun 2024 telah mencapai angka 296 juta jiwa, angka ini menunjukkan adanya kenaikan sebesar 12 juta jiwa jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Angka ini mewakili 5,8% penduduk dunia yang berusia 15-64 tahun (Humas BNN, 2024). Penyalahgunaan narkoba semakin merebak di Indonesia. Penyalahgunaan narkoba terjadi di seluruh Indonesia, tanpa memandang status sosial,

golongan, agama, suku, ras, profesi, usia, atau tempat tinggal, hal ini menjadikannya kejahatan kemanusiaan yang serius. (Karlina *et al.*, 2023).

Badan Narkotika Nasional (BNN) yang dibentuk sebagai lembaga dengan kewenangan terkait narkoba terus melaksanakan program pencegahan, pemberdayaan, dan pemberantasan narkoba. Salah satu program utama BNN berdasarkan pada Instruksi Presiden (Inpres) Nomor 2 Tahun 2020 adalah P4GN (Pencegahan, Pemberantasan, Penyalahgunaan, dan Peredaran Gelap Narkoba), yang mencakup penyuluhan dan sosialisasi kepada masyarakat. Tujuannya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya narkoba dan mendorong peran aktif mereka dalam mengawasi peredaran narkoba di lingkungan sekitar (Pratama, 2022).

Narkoba adalah singkatan dari narkotika, psikotropika, dan obat-obatan terlarang. Narkoba adalah zat dari bahan alami, sintetis, atau semi-sintetis yang dapat mempengaruhi kesadaran, fungsi sistem saraf, dan menimbulkan ketergantungan (Karlina *et al.*, 2023). Seseorang yang memiliki ketergantungan terhadap narkoba seringkali dikenal dengan istilah pecandu narkoba. Pecandu narkoba adalah individu yang telah tergantung fisik dan psikologis pada narkoba atau zat adiktif lainnya (Mahesti, 2018). Dalam pandangan hukum, pengguna narkotika dianggap pelaku tindak pidana, namun banyak yang berpendapat mereka sebenarnya korban dari sindikat peredaran narkoba (Pratama, 2022).

Secara Psikologis, para pecandu narkotika kesulitan lepas dari ketergantungan, meskipun kenyataannya mereka berkeinginan lepas dari pengaruh narkotika yang menguasai mereka. Oleh karena itu, pecandu narkotika memerlukan pendekatan yang khusus dalam proses peradilan yang dijalani. Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika telah mengatur kemungkinan rehabilitasi medis dan sosial bagi pecandu serta korban penyalahgunaan narkotika, yang tercantum dalam Pasal 54, Pasal 55, Pasal 103, dan Pasal 127 Ayat (1), (2), dan (3). Rehabilitasi narkoba menjadi salah satu intervensi yang dilakukan untuk membantu individu pulih dari kecanduan.

Program rehabilitasi narkotika meliputi tindakan terorganisir dengan pendekatan medis, konseling, dukungan psikososial, bimbingan keagamaan, pendidikan, dan pelatihan keterampilan (Arisandy & Wulandari, 2024). Rehabilitasi bertujuan menghentikan penggunaan narkoba dan meningkatkan kualitas hidup individu melalui

dukungan mental, emosional, serta keterampilan hidup untuk hidup mandiri tanpa ketergantungan (Nasution & Prasetyo, 2024).

Pemulihan dari kecanduan narkoba merupakan suatu perjalanan panjang yang melibatkan berbagai aspek fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu aspek penting dalam proses pemulihan ini adalah kesejahteraan psikologis atau *psychological well being*, yang meliputi perasaan bahagia, kontrol diri, dan penerimaan diri. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan peningkatan kesejahteraan psikologis pasca-rehabilitasi cenderung memiliki ketahanan mental lebih tinggi terhadap tekanan hidup dan potensi kambuh (Svanberg, 2018). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi di Palembang mengalami peningkatan perilaku dan kesejahteraan psikologis, termasuk penerimaan diri dan kemampuan mengambil keputusan hidup (Karlina *et al.*, 2023).

*Psychological Well Being* atau Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu menerima diri, menjalin hubungan positif, mengatasi tantangan sosial, mengontrol lingkungan, menetapkan tujuan hidup, dan mengembangkan potensi diri (Fatmawati & Ambarwati, 2024). Menurut Ryff dan Singer (1996), mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, mencakup penerimaan diri, interaksi sosial, pengelolaan lingkungan, tujuan hidup, perkembangan pribadi, dan kemandirian. Aspek-aspek *Psychological Well-Being* menurut Ryff dan Singer (1996) meliputi penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*), kemandirian (*autonomy*), mampu membuat perencanaan hidup (*purpose in life*), dapat menciptakan lingkungan yang sesuai (*environment mastery*), mampu mengembangkan potensi diri (*personal growth*).

Penelitian ini bertujuan menganalisis tingkat *psychological well-being* pada individu pecandu narkoba yang telah selesai rehabilitasi. Penelitian ini penting karena kurangnya pengawasan dan penilaian terhadap kondisi individu setelah rehabilitasi serta untuk mengukur efektivitas proses rehabilitasi dalam menangani pecandu narkoba. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan menggambarkan perspektif individu mengenai kehidupan mereka setelah rehabilitasi.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana tingkat *Psychological Well Being* pada pecandu narkoba pasca rehabilitasi di BNN Kabupaten Cilacap dengan menggunakan 6 aspek teori *Psychological Well-Being* milik Ryff dan Singer (1996).

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *case study*. Menurut Ilhami *et al*, (2024), penelitian *case study* atau studi kasus merupakan salah satu jenis penelitian yang berdasarkan pada peristiwa atau keadaan pemahaman dan perilaku manusia yang didasari menurut opini manusia. Dalam menantukan partisipan penelitian, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* ini dikenal dengan teknik pengambilan sampel yang didasarkan atas suatu pertimbangan, seperti ciri atau sifat suatu populasi (Kumala, 2018). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan observasi agar mendapatkan data yang lengkap dan tepat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini menggunakan 2 (dua) orang subjek yang merupakan sumber data pertama. Dalam menentukan subjek, teknik yang digunakan adalah teknik “*purposive sampling*”. Kedua subjek memiliki ciri atau sifat yang sama, yaitu merupakan seorang pecandu narkoba yang saat ini telah selesai menjalani proses rehabilitasi di BNN Kabupaten Cilacap. Menurut Ryff dan Singer (1996), seseorang dapat dianggap memiliki kesejahteraan psikologis yang baik jika mereka menunjukkan adanya aspek-aspek berikut: mampu menerima dirinya sendiri dari berbagai aspek termasuk hal-hal yang buruk, dan dapat melihat masa lalu dengan perasaan positif; mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain; menunjukkan fungsi kemandirian; mampu membuat perencanaan atau tujuan hidup; mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan dirinya; mampu melihat potensi dan bakat serta dapat untuk mengembangkan potensi tersebut.

Berdasarkan temuan tersebut, subjek D dan H memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi. Pada aspek penerimaan diri atau *self acceptance*, kedua subjek penelitian dapat menerima stigma atau pandangan yang terkait dengan diri mereka

sebagai seorang yang pernah menjadi penyalahguna narkoba dari lingkungan sosial mereka. Subjek H mengungkapkan bahwa ia merasa puas dengan pencapaian yang telah ia raih seperti dalam hal pekerjaan. Kedua subjek mengungkapkan bahwa proses selama rehabilitasi yang pernah dilakukannya sangat membantu diri subjek untuk dapat lebih memahami dan menerima dirinya sendiri. Meskipun demikian, subjek D merasa masih belum mencapai yang subjek inginkan terutama dalam hal pekerjaan. Dari keterangan triangulasi data yang diperoleh bahwa subjek D saat ini sedang bekerja di sebuah bengkel. Hal ini juga dapat dipengaruhi oleh stigma masyarakat terhadap masa lalu subjek sehingga subjek dapat merasa demikian.

Pada aspek *positive relation with other* atau hubungan positif dengan orang lain, hubungan subjek dengan orang lain terjalin lebih baik atau mempunyai skor tinggi setelah selesai menjalani proses rehabilitasi. Kedua subjek juga mengungkapkan bahwa hubungan dengan orang tua sudah lebih baik. Salah satu subjek mengungkapkan bahwa ia juga berusaha untuk membangun komunikasi dengan orang-orang di sekitar subjek. Dari keterangan triangulasi data yang telah dilakukan diperoleh bahwa kedua subjek mempunyai hubungan baik dengan orang tuanya dan selalu mendapatkan *support* dan pantauan dari orang tua.

Pada aspek *autonomy* atau kemandirian, kedua subjek memiliki tingkat kemandirian yang baik, kedua subjek mengungkapkan bahwa mereka merasa yakin dengan keputusan yang telah dibuat dan tidak merasa tertekan atau cemas saat menghadapi keputusan yang cukup besar. Subjek H bercerita bahwa ia sudah menikah dan proses menuju pernikahan merupakan sebuah keputusan yang cukup besar bagi diri subjek namun akhirnya subjek dapat memutuskan dan yakin dengan pilihannya yaitu menikah. Subjek D mengungkapkan bahwa dirinya sudah merasa lebih mandiri, hal ini diungkapkan oleh subjek dengan bercerita bahwa subjek sekarang sedang mencoba untuk membangun usaha di dunia mekanik motor.

Pada aspek *purpose in life* atau tujuan hidup, dari hasil yang didapatkan kedua subjek memiliki tujuan hidup setelah selesai menjalani proses rehabilitasi. Subjek H mengungkapkan bahwa tujuan hidup subjek H saat ini adalah ingin membina keluarga yang harmonis dan memiliki pekerjaan yang layak. Sedangkan subjek D mengungkapkan bahwa subjek ingin menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan dapat berguna bagi lingkungan di sekitar subjek.

Pada aspek *environment mastery* atau menciptakan lingkungan yang sesuai, subjek pertama dan kedua tidak memiliki masalah dalam penyesuaian diri kembali dengan lingkungan sekitar setelah menjalani proses rehabilitasi. Subjek D mengungkapkan bahwa setelah menjalani rehabilitasi, subjek D menjadi pribadi yang lebih terbuka dan berusaha memperbaiki diri supaya dapat lebih baik serta dapat membaaur dengan lingkungan sekitar.

Pada aspek *personal growth* atau pengembangan potensi diri, kedua subjek menyadari adanya perubahan sikap yang ada dalam dirinya menjadi lebih baik, Subjek D menceritakan bahwa setelah menjalani proses rehabilitasi ia menjadi pribadi memiliki kontrol emosi yang baik, menjadi dapat berpikir dengan lebih baik, lebih kreatif dan menjalani hidup dengan lebih sehat. Berdasarkan keterangan triangulasi data yang didapatkan bahwa sebelumnya subjek memiliki kontrol emosi yang buruk namun setelah selesai menjalani rehabilitasi subjek menjadi pribadi yang memiliki pengendalian emosi yang baik. Subjek H juga mengungkapkan bahwa ia menjadi pribadi yang lebih dewasa dalam menghadapi masalah. Berdasarkan keterangan triangulasi data diperoleh bahwa subjek yang sebelumnya memiliki pendirian dan pengambilan keputusan yang kurang baik namun setelah selesai menjalani rehabilitasi subjek menjadi pribadi yang lebih baik dan mampu mengambil keputusan-keputusan besar dan yakin terhadap pilihannya.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah di urasikan di atas, proses rehabilitasi membuktikan bahwa kedua subjek rata-rata sudah mengalami *psychological well being* yang baik meskipun memiliki perbedaan dan salah satu subjek belum mencapai hasil yang maksimal pada satu aspek yaitu aspek *self acceptance*

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan Analisis dalam penelitian yang berjudul “Tingkat *psychological well being* pada pecandu narkoba pasca rehabilitasi di BNN Kabupaten Cilacap” menyimpulkan bahwa subjek penelitian rata-rata telah mencapai kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini terbukti subjek H telah memenuhi semua aspek kesejahteraan psikologis, meskipun pada subjek D terdapat satu aspek yaitu aspek *self acceptance* yang menunjukkan hasil belum maksimal. Pencapaian tersebut diperoleh oleh kedua subjek setelah menyelesaikan proses rehabilitasi di BNN Kabupaten Cilacap.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arisandy, D., & Wulandari, F. (2024). Konseling terhadap pengguna narkoba untuk meningkatkan Well Being pada residen di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin. *Communnity Development Journal*, 5(1), 1244-1247. doi:<https://doi.org/10.31004/cdj.v5i1.24624>
- Fatmawati, D. P., & Ambarwati, K. D. (2024). Psychological well being pada mantan narapidana pengedar narkoba. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 6(1), 38-52. doi:<http://dx.doi.org/10.33024/jpm.v6i1.9202>
- Humas BNN. (2024). *HANI 2024: Masyarakat Bergerak, Bersama Melawan Narkoba Mewujudkan Indonesia Bersinar*. Retrieved from Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia: <https://bnn.go.id/hani-2024-masyarakat-bergerak-bersama-melawan-narkoba-mewujudkan-indonesia-bersinar/>
- Ilhami, M. W., Nurfajriani, W. V., Mahendra, A., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Penerapan metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(9), 462-469. doi:<https://doi.org/10.5281/zenodo.11180129>
- Karlina, J., Izati, S. A., Alviani, L., Safira, F., & Diningso, F. H. (2023). Psychological well-being pada mantan penyalahguna narkoba di Pusat Rehabilitasi Ar-Rahman Kota Palembang. *Proceeding Conference on Psychology and Behavioral Sciences*, 2(1), 179-184. doi:<https://doi.org/10.61994/cpbs.v2i1.61>
- Kumala, A. (2018). *Metode penelitian kualitatif*.
- Mahesti, R. (2018). Pendampingan rehabilitasi bagi pecandu dan korban penyalahgunaan narkotika. *Lembaran Masyarakat*, 51-69. doi:<https://doi.org/10.32678/lbrmasy.v4i1.4294>
- Nasution, S. P., & Prasetyo, B. (2024). Analisis program rehabilitasi narkotika dan dampaknya terhadap peningkatan kualitas hidup pengguna narkoba. *Rewang Rencang: Jurnal Hukum Lex Generalis*, 5(12), 1-17.
- Pratama, A. A. (2022). Kewajiban Rehabilitasi bagi Pecandu Narkotika berdasarkan Putusan Hakim. *Jurnal Hukum, Politik, dan Ilmu Sosial (JHPIS)*, 1(1), 13-28. doi:<https://doi.org/10.55606/jhpis.v1i1.1705>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well being: meaning, measurement, and implication for psychotherapy research. *Psychother Psychosom*, 65(1), 14-23. doi:<http://dx.doi.org/10.1159/000289026>
- Svanberg, J. (2018). Psychological well-being and recovery in individuals with substance use disorders. *Addiction Research & Theory*, 26(1), 1-9. doi:<https://doi.org/10.1080/16066359.2017.1352827>