

EFEKTIVITAS *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY* UNTUK MENGURANGI KECANDUAN PADA PENGGUNA NARKOBA JENIS LEM X DI BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI MALUKU UTARA

Muhammad Y. Wijaya

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: yudhistirawijaya10@gmail.com

Melkian Naharia

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: melkiannaharia@unima.ac.id

Gloridei Kapahang

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: glorideikapahang@unima.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Rational Emotive Behaviour Therapy* pada pecandu narkoba jenis lem x di BNN Provinsi Maluku Utara. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik eksperimental kasus tunggal. Subjek dalam penelitian ini berjumlah satu orang. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah reduksi data penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil dari observasi dan wawancara menunjukkan bahwa subjek mengalami kecanduan narkoba jenis lem x yang dipengaruhi oleh teman-teman pergaulannya. Akibat dari kecanduan penggunaan narkoba jenis lem x tersebut, subjek mengalami dampak negatif berupa halusinasi, kepercayaan diri berlebihan, euforia, gangguan perhatian atau konsentrasi, agresif, gangguan pernapasan, gangguan tidur dan paranoid dan dari hasil penelitian menunjukan bahwa setelah subjek diberikan perlakuan terapi REBT, kecanduan terhadap narkoba jenis lem x mengalami penurunan. Melalui pernyataan yang diberikan oleh peneliti dengan membuat *rating scale* yang terdiri dari item-item *rational*, *emotive* dan *behaviour*. Item 1-3 berisi pernyataan *rational*, item 4-6 berisi pernyataan *emotive* dan item 7-9 berisi pernyataan *behaviour*. diberikan sebelum terapi diberlakukan dan hasil yang diperoleh 6 item dari 9 item. Dari hasil *rating scale* yang digunakan sebelum dan sesudah terapi REBT diberlakukan, hasil yang didapatkan sebelum terapi REBT diberlakukan subjek menjawab pada Selalu sebanyak **6 item** dan sesudah terapi REBT diberlakukan subjek menjawab Selalu berkurang menjadi **3 item**.

Kata Kunci : efektivitas, *rational emotive behaviour Therapy*, pengguna narkoba jenis lem x.

Abstract. This study aims to determine the effectiveness of *Rational Emotive Behavior Therapy* on drug addicts type x glue at BNN North Maluku Province. This study uses a qualitative research method with a single case experimental technique. Subjects in this study amounted to one person. Data collection methods used are observation and interviews. The analysis carried out in this study is data reduction in data presentation and drawing conclusions. The results of observations and interviews showed that the subject experienced drug addiction type x glue which was influenced by his social friends. As a result of addiction to the use of the x glue drug, the subject experienced negative effects in the form of hallucinations, excessive self-confidence, euphoria, attention or concentration disorders, aggressiveness, respiratory disorders, sleep disturbances and paranoia. addiction to drugs type x glue has decreased. Through the statement given by the researcher by making a rating scale consisting of rational, emotive and behavioral items. Items 1-3 contain rational statements, items 4-6 contain emotive statements and items 7-9 contain behavior statements. given before therapy was given and the results

obtained were 6 items out of 9 items. From the results of the rating scale used before and after REBT therapy was applied, the results obtained before REBT therapy was applied the subject answered Always as many as 6 items and after REBT therapy was applied the subject answered Always reduced to 3 items.

Keywords : *effectiveness, rational emotive behaviour therapy, drug users glue x type.*

PENDAHULUAN

Narkoba yaitu zat maupun obat yang bersifat alamiah, sintetis dan semi sintetis yang berdampak pada penurunan atau kehilangan kesadaran, halusinasi dan dampak-dampak lainnya.

Narkoba sendiri adalah kependekan dari narkotika, psikotropika dan obat terlarang. Identik dengan narkoba, nama lain yang dikenali khususnya oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2009) yaitu Napza yang merupakan kependekan dari narkotika, psikotropika dan zat adiktif. Semua sebutan ini, narkoba maupun napza tetap identik dan mengarah pada sekumpulan zat yang keseluruhannya mengakibatkan kecanduan bagi para penggunaannya. Narkoba atau penyalahgunaan obat-obatan sejak dahulu kala telah menjadi permasalahan bagi masyarakat dan sangat penting untuk diperhatikan secara luas sekarang ini. Dalam Budiarta (2000) semula penggunaan narkotika dan obat-obatan terbatas dan bertujuan hanya pada ranah kedokteran saja, tetapi yang terjadi saat ini bertolak belakang dengan itu semua. Terjadi penyimpangan fungsi dan penggunaannya tidak lagi terbatas hanya pada ranah kedokteran.

Faktanya pada dunia kedokteran, narkoba lazimnya dipakai sebagai pembius pasien saat akan dioperasi atau juga berguna sebagai obat-obatan pada penyakit tertentu namun kini persepsi itu disalah artikan dan digunakan pemakaiannya di luar batas dosis (Poerwanto, 2001). Penyalahgunaan bermacam-macam jenis obat-obatan beserta zat adiktif atau yang disebut narkoba sekarang ini berdasarkan data terus mengalami peningkatan khususnya dilingkaran generasi muda. Morfin beserta obat-obat serupa

lainnya pada awalnya semestinya diperuntukan sebagai obat penawar rasa sakit, sejak lama sudah mulai disalahgunakan. Banyak orang yang sehat dan tidak mempunyai keluhan apapun yang memakai narkoba. Disebabkan dengan meningkatnya peredaran penyalahgunaan narkotika dan obat-obatan ini menjadi ancaman serius dan berbahaya bagi kelangsungan generasi muda penerus bangsa Indonesia.

Menurut Sianipar (2004) berlandaskan fakta survei nasional mengenai penyalahgunaan narkoba yang dilakukan oleh Badan Narkotika Nasional (BNN) kepada 13.710 responden yang melibatkan pelajar dari SLTP, SLTA dan mahasiswa di tahun 2003 maka didapatkan fakta bahwa sejak setahun terakhir didapati sekitar 3,9% responden yang terlibat kasus dengan menyalahgunakan narkoba. Dari hasil penelitian tersebut tercantum fakta menunjukkan bahwa semakin belia usia pengguna penyalahgunaan narkoba, dengan usia termuda yaitu 7 tahun.

Ditambahkan oleh Sianipar faktanya jenis narkoba yang paling umum digunakan adalah inhalansia, dan naik pada usia 8 tahun sudah ada yang memakai ganja dan pada usia 10 tahun telah mengonsumsi narkoba dengan jenis yang lebih bervariasi, seperti morphin dan pil penenang.

Sekarang ini, penyalahgunaan narkoba dan obat-obatan di Indonesia sudah sangat tidak terarah dan sulit dibendung. Ini terlihat dengan semakin meningkatnya tingkat penggunaan narkoba dari berbagai rentan usia dan peredaran narkoba yang senantiasa meningkat. Lebih dari itu terdapat hal yang patut menjadi perhatian adalah penyalahgunaan narkoba sekarang ini justru lebih banyak menyasar kepada kalangan remaja dan anak muda yang tergolong sebagai

pelajar. Dikalangan para pelajar ini, terutama untuk mereka yang berada ditingkatan SMP dan SMA. Secara umum, awal penggunaan narkoba pertama terjadi di SD atau SMP. Ada beberapa penyebab yang mendorong sehingga terjadi demikian, seperti adanya bujuk rayuan, tawaran maupun tekanan seseorang atau sekelompok orang kepadanya, misalnya oleh teman sebaya atau orang yang lebih dewasa, juga kekacauan emosional yang berlarut-larut, kurangnya kasih sayang dari orang tua, keretakan dalam rumah tangga bersama dengan munculnya dorongan penasaran dalam diri, ingin menggunakan, lalu seseorang mau menyetujui tawaran pemakaian itu. Sesudah semua itu, tidaklah sukar baginya untuk menyetujui tawaran selanjutnya dan mulailah timbul kecanduan terhadap narkoba dan obat-obatan lainnya.

Di Indonesia, terdapat lembaga pemerintah non kementerian (LPNK) yang berfungsi pada pencegahan, pemberantasan, penyalahgunaan dan peredaran gelap psikotropika, prekursor dan bahan adiktif lainnya selain dari bahan adiktif bagi tembakau juga alkohol yakni Badan Narkotika Nasional (BNN). Landasan hukum dari BNN sendiri yaitu Undang-Undang (UU) Nomor 35 tahun 2009 mengenai Narkotika. BNN pada awalnya merupakan lembaga nonstruktural yang didirikan berdasarkan Keputusan Presiden (Kepres) Nomor 17 Tahun 2002, lalu kemudian berganti dengan Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 83 Tahun 2007. Bersumber pada UU Nomor 35 Tahun 2009 itu, BNN mempunyai tugas dan kewenangan untuk penyelidikan dan penyidikan tindak pidana narkotika dan prekursor narkotika didalam Indonesia.

Berdasarkan Gerald Corey (1988) dalam bukunya “*Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*”, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) atau terapi rasional emotif *behaviour* adalah analisis pemecahan masalah yang berfokus kepada aspek berpikir, menilai, memutuskan, direktif tanpa memiliki hubungan lewat dimensi-dimensi pikiran dibandingkan dengan dimensi-dimensi perasaan

Terapi rasional emotif *behaviour* adalah terapi yang berusaha untuk menghapus pemikiran yang tidak logis dan rasional dari seseorang lalu menggantikannya dengan pemikiran yang logis dan rasional melalui cara mempertemukannya terhadap keyakinan- keyakinan yang irasionalnya juga menyanggah, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan-keyakinan yang irasional seseorang tersebut.

Dari semua penjelasan di atas, peneliti merasa terpikat untuk melaksanakan penelitian mengenai Efektivitas *Rational Emotive Behaviour Therapy* Untuk Mengurangi Kecanduan Pada Pengguna Narkoba Jenis Lem X Di Badan Narkotika Nasional Provinsi Maluku Utara. Karena berbagai aspek dan kondisi bagi para pecandu narkoba sangat potensial terjadinya perubahan sikap maupun perilaku pada pecandu yang disebabkan oleh banyaknya faktor.

Yang menjadi fokus penelitian dan tujuan penelitian, yakni “Adakah efektivitas *Rational Behaviour Therapy* terhadap perubahan sikap dan perilaku pecandu narkoba jenis lem x di BNN Provinsi Maluku Utara?”.

Tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui efektivitas *Rational Emotive Behaviour Therapy* pada pecandu narkoba jenis lem x di Badan Narkotika Nasional Provinsi Maluku Utara.

METODE

Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan penelitian kualitatif dan menggunakan jenis penelitian eksperimen. Penelitian sendiri dilakukan dalam kurun waktu ± 2 minggu yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2020. Penelitian ini dilakukan di Kota Ternate.

Penelitian ini memakai metode pengambilan *Non-probability Sampling* berjenis *Purposive Sampling*, dikarenakan memiliki kriteria sesuai dengan penelitian yakni: 1) Seorang subjek berjenis kelamin laki-laki berusia 16-21 tahun agar dapat melihat dampak yang dirasakan semenjak

remaja; 2) Memiliki kecanduan pemakaian yang berat; dan 3) Bersedia untuk dijadikan sebagai subjek penelitian.

Teknik dalam pengumpulan data adalah merupakan tahapan paling pertama dalam melakukan penelitian, disebabkan karena tujuan dilakukannya penelitian yaitu guna mendapatkan data. Berdasarkan Sugiyono (2012) apabila diamati dari aturan dan kaidah pengumpulan data, maka teknik dalam pengumpulan data bisa dilaksanakan dengan observasi, wawancara, angket maupun dokumentasi.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi dan wawancara. Pemakaian teknik wawancara bertujuan untuk mencari tahu secara lebih mendalam hal-hal penting atau mungkin yang sulit dijangkau saat observasi, dan juga guna mendapatkan jawaban yang lebih mendetail dari persoalan-persoalan yang ada.

Observasi sendiri merupakan suatu rangkaian yang rumit, yang mana adalah proses yang terangkai dari berbagai macam proses biologis disertai psikologis. Terdapat dua yang utama dalam prosesnya antara lain pengamatan dan ingatan. Dalam penelitian ini menggunakan observasi jenis non partisipan. Ini berarti peneliti tidak terlibat secara langsung dan tetapi sebagai pengamat independen. Akan halnya manfaat dari metode observasi ini, peneliti memperoleh gambaran sekilas tentang perilaku subjek yang merupakan pecandu narkoba jenis lem x.

Penelitian ini digunakan observasi dalam bentuk *rating scale* pada subjek saat sebelum dan sesudah terapi REBT berupa kontrak perilaku terjadi, kontrak perilaku sendiri bertujuan untuk mengalihkan kegiatan subjek yang awalnya ingin menggunakan narkoba jenis lem x kepada kegiatan yang mempunyai dampak positif bagi subjek. Peneliti dapat lebih memerinci didalam melihat juga menghitung banyaknya jumlah perilaku yang nampak dan sesuai dengan kualitas perilaku kecanduan subjek terhadap penggunaan narkoba jenis lem x tersebut. Chartwright & Chartwright (1984) menyatakan *rating scale* dapat digunakan dalam situasi ketika performa yang

diobservasi memiliki aspek atau komponen yang berbeda dan setiap aspek dan komponen yang berbeda dan setiap aspek dan komponen tersebut akan dinilai kedalam suatu skala atau dimensi yang berasal dari dua sisi yang berlawanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek adalah seorang remaja laki-laki berumur 19 tahun yang merupakan pengguna narkoba jenis zat Adiktif berupa lem dan minuman beralkohol juga rokok. Subjek pada awalnya bersekolah seperti anak pada umumnya, tetapi semenjak masuk Sekolah Menengah Atas (SMA) subjek sudah putus sekolah. Awalnya subjek mengenal dan meminum alkohol dan mencoba rokok saat berada di kelas 2 Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada tahun 2013, sedangkan menggunakan lem saat duduk di Sekolah Menengah Atas (SMA) kelas 1 pada tahun 2014. Subjek terpengaruh menggunakan lem dan juga meminum alkohol dari teman-teman yang sering bersama-sama dengan subjek untuk itu subjek telah ditangani juga direhabilitasi oleh BNN Provinsi Maluku Utara sejak 5 Januari 2020 dan selama itu telah dilakukan lima kali konseling dan dua kali terapi kelompok oleh Bagian Rehabilitasi BNN Provinsi Maluku Utara dan pengakuan juga atas hasil tes *urine* di akhir program sudah tidak terdeteksi menggunakan zat lagi. Tetapi semenjak pandemi COVID-19 terjadi, subjek dilaporkan oleh orang tuanya kepada BNN Provinsi Maluku Utara bahwa subjek kembali menggunakan zat berbahaya tersebut. Subjek kemudian ditangani kembali oleh Peneliti dan juga Psikolog pada tanggal 8 September 2020 dan saat ini oleh dokter diberikan vitamin B untuk memelihara kesehatan tubuh dari subjek. Atas pengakuan subjek, setiap minggu 3 kali memakai lem dan dalam sebulan 4-5 kali yang didaptkannya dengan cara membeli menggunakan uang sendiri karena subjek selain sebagai pelajar juga mencari uang dengan bekerja sebagai tukang ojek dengan penghasilan selama sehari yakni Rp. 70.000,00. Selama menggunakan lem, subjek mengakui bahwa

pernah hingga *overdosis* tidak sadarkan diri dan akibat dari menggunakan lem ini subjek sempat membakar gudang kayu dan akibatnya subjek ditahan oleh polisi selama sehari.

Dalam lingkungan keluarga, subjek adalah anak sulung dari tiga bersaudara, subjek memiliki seorang adik perempuan dan seorang adik laki-laki yang saat ini bersekolah dan duduk dibangku SMP dan SD di Kota Ternate. Subjek terbilang tidak terlalu dekat dengan saudara-saudaranya, peneliti sempat beberapa kali datang menemui subjek dan selalu berselisih paham dengan subjek. Subjek tidak dekat dengan ayahnya tetapi dekat dengan ibunya. Segala sesuatu yang menjadi masalah dengan diri subjek, subjek pasti akan menceritakannya pada ibunya.

Subjek sendiri sadar akan bahaya yang ditimbulkan apabila terus menerus menggunakan lem dan pernah mencoba untuk berhenti menggunakan lem. Tetapi tidak lama kemudian subjek kembali menggunakan lem atas ajakan teman-teman subjek.

Sebelum dilakukan pemberlakuan terapi REBT berupa kontrak perilaku yang dilakukan antara subjek dan peneliti yang telah disepakati untuk mengalihkan kecanduan subjek akan penggunaan narkoba jenis lem x berupa kegiatan *gym* setiap kali mempunyai keinginan menggunakan narkoba jenis lem x, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi melakukan *rating scale* yang terdiri dari 9 item pernyataan dan dari hasil yang didapatkan 6 item dijawab oleh subjek dengan Selalu.

Dalam observasi *rating scale* sebelum pemberlakuan terapi REBT ini diperoleh informasi secara *rational*, *emotive* dan *behaviour* yang dialami oleh subjek: 1) Subjek akan melakukan apa saja untuk mendapatkan narkoba jenis lem x; 2) Subjek tidak menyadari lingkungan di sekitarnya saat menggunakan narkoba jenis lem x; 3) Subjek merasa cepat lelah setelah menggunakan narkoba jenis lem x; 4) Subjek menggunakan narkoba jenis lem x secara sembunyi-sembunyi karena takut ketahuan; 5) Subjek menggunakan narkoba jenis lem x setiap hari saat sedang bersama teman-temannya; dan 6)

Subjek menggunakan narkoba jenis lainnya selain lem x.

Hasil Wawancara yang dilakukan yaitu 1) Halusinasi: Sering berkhayal yang tidak terkontrol seperti memikirkan *anime* Naruto; 2) Kepercayaan diri yang berlebihan dan *euphoria*: Terjadi peningkatan kepercayaan diri dan merasa hebat. Selain itu agar terlihat gaul dan dapat diterima dalam lingkungan pertemanannya; 3) Gangguan perhatian dan konsentrasi: Sering lupa menaruh barang seperti kunci motor dan tidak bisa konsentrasi saat membawa motor yang berakibat kecelakaan; 4) Agresi dan gangguan pernapasan: Penggunaan lem yang terus menerus berakibat pada napas yang tersengah-sengah dan batuk selain itu mengakibatkan perkelahian terhadap teman dan juga orang tua. 5) Gangguan tidur : Merasa aktif terjaga dan tidak mudah lelah dalam beraktivitas; dan 6) Paranoia : Terbayang ketakutan yang berlebihan bahwa ayah subjek akan datang memarahi dan memukulnya maupun digrebek polisi.

Setelah dilakukan pemberlakuan terapi REBT ini yang dilakukan selama 2 kali selama seminggu dan dilakukan evaluasi mengenai keberhasilan terapi tersebut dan hasil yang didapatkan bahwa subjek mengakui terjadinya penurunan kecanduan narkoba jenis lem x selama proses terapi berlangsung. Selama proses terapi berlangsung, peneliti selalu memberikan kalimat-kalimat memotivasi subjek.

Dalam observasi *rating scale* setelah pemberlakuan terapi REBT ini diperoleh informasi secara *rational*, *emotive* dan *behaviour* yang dialami oleh subjek: 1) Subjek tidak menyadari lingkungan di sekitarnya saat menggunakan narkoba jenis lem x; 2) Subjek merasa cepat lelah setelah menggunakan narkoba jenis lem x; dan Subjek menggunakan narkoba jenis lem x secara sembunyi-sembunyi karena takut ketahuan.

Subjek mengaku telah melakukan kegiatan *gym* sebagai kontrak perilaku dalam proses terapinya sebanyak 3 kali dalam 5 hari pemberlakuan terapi REBT, itu juga dibenarkan oleh orang tua subjek. Hasil

rating scale yang diberikan juga menunjukkan terjadinya penurunan tingkat kecanduan penggunaan narkoba jenis lem x yang sebelum dilakukan pemberlakuan terapi REBT mendapatkan hasil dari 9 item pernyataan dan dari hasil yang didapatkan 6 item dijawab oleh subjek dengan Selalu. Setelah dilakukan pemberlakuan terapi REBT mendapatkan hasil dari 9 item pernyataan dan dari hasil yang didapatkan 3 item dijawab subjek dengan Selalu. Ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecanduan subjek terhadap narkoba jenis lem x sebanyak 3 item.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini dapat diperoleh hasil yakni subjek Riad adalah remaja laki-laki yang mengalami kecanduan penggunaan narkoba jenis lem aibon yang dipengaruhi oleh teman-teman pergaulannya. Akibat dari kecanduan penggunaan narkoba jenis lem aibon tersebut, subjek mengalami dampak negatif berupa halusinasi, kepercayaan diri berlebihan, euforia, gangguan perhatian atau konsentrasi, agresif, gangguan pernapasan, gangguan tidur dan paranoid. Selanjutnya peneliti memperkenalkan terapi REBT dan dalam terapi REBT ini ada kontrak perilaku yang dibuat antara subjek dan peneliti untuk melihat perubahan kecanduan akan narkoba terhadap subjek dan selain itu peneliti memberikan kalimat-kalimat motivasi yang dapat memotivasi subjek untuk dapat sembuh dari kecanduan penggunaan narkoba jenis lem aibon. Sebelum diberikan terapi REBT dan kontrak perilaku, peneliti memberikan *rating scale* untuk mengukur tingkat kecanduan subjek terhadap narkoba yang didalamnya terdapat 9 item dengan opsi pilihan jawaban yang beragam dan pada hasil sebelum diberikan terapi REBT subjek menjawab Selalu sebanyak 6 item. Setelah 1 minggu menjalankan terapi REBT peneliti melakukan wawancara kembali dengan subjek untuk mengetahui efektivitas dari terapi REBT yang telah dilakukan dan hasil wawancara yang didapatkan subjek

mengalami perubahan dengan berkurangnya kecanduan akan penggunaan narkoba jenis lem aibon yang sebelumnya menjawab 6 item Selalu setelah diberlakukannya terapi REBT subjek menjawab 3 item dengan jawaban Selalu.

Sehingga dari apa yang disampaikan tersebut bahwa terapi REBT efektif dalam mengurangi dampak kecanduan penggunaan narkoba jenis lem x bagi subjek.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiarta, T. (2000). Dampak Narkoba dan Upaya Penanggulangannya. Depok: Fakultas Psikologi Dunadarma.
- Gerald, Corey. (1988). Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: PT. Eresco.
- Poerwanto, H. (2001). Kebudayaan dan Lingkungan. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Sianipar. (2004). Pedoman Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Bagi Pemuda. Jakarta: BNN.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang No. 35 Tahun 2009 Tentang Narkoba. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 143, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5062, Jakarta: Presiden RI.