

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kecanduan narkoba bukanlah permasalahan baru yang ada di setiap negara, termasuk Indonesia. Berdasarkan data dari Indonesia Drugs Report (2022) terdapat peningkatan 11,1% pengguna narkoba pada tahun 2019 hingga 2021 dari keseluruhan penduduk di Indonesia. Kecanduan narkoba sangat mirip dengan penyakit fisik, keduanya mengganggu fungsi organ tubuh yang normal dan sehat, serta memiliki efek berbahaya yang serius (Volkow, dkk., 2016). Dalam banyak kasus, ada yang dapat dicegah dan diobati. Jika tidak diobati atau dilakukan perawatan yang sesuai, maka mereka sulit untuk pulih, hingga dapat menyebabkan kematian (National Institute on Drug Abuse, 2021).

Penanganan yang dilakukan kepada pecandu narkoba dapat berupa perawatan dengan rehabilitasi. Menurut Undang-undang Nomor 35 Tahun 2009, terdapat di dalam Pasal 54 yang mengatakan bahwa “Pecandu narkoba atau individu yang menyalahgunakan narkoba harus menjalani rehabilitasi medis dan sosial.” Butuh kesabaran dan kekuatan untuk berjuang melawan ketergantungan, hingga akhirnya dapat berhenti menggunakan narkoba. Meskipun sudah terlepas dari kecanduan, individu tetap harus mempertahankannya karena proses pemulihan itu

sendiri bersifat berkelanjutan dan berlangsung seumur hidup (Laudet & Humphreys, 2013).

Bagi individu yang sudah melewati masa rehabilitasi akan dinyatakan berhasil pulih. Mereka dapat kembali hidup normal dan melanjutkan fungsi sosialnya di masyarakat (Kelly, dkk., 2017). Namun, tidak dapat dipungkiri masih ada mantan pecandu narkoba seringkali menemui permasalahan setelah menjalani rehabilitasi. Kelly dan Greene (2013) menyatakan bahwa mantan pecandu narkoba mungkin akan menghadapi tantangan baru di dalam hidupnya, salah satunya masalah penerimaan di lingkungan sosial dan pekerjaan. Masalah tersebut dipengaruhi juga oleh stigma sosial, sehingga masih banyak dari mantan pecandu narkoba yang kesulitan mendapatkan pekerjaan karena terbatasnya kesempatan dan lapangan pekerjaan bagi mereka (Hidayat & Mawardi, 2020).

Solusi yang diberikan pemerintah, melalui Badan Narkotika Nasional (BNN) adalah menyediakan dan memfasilitasi mantan pecandu narkoba untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan dengan program pelatihan (Isnaeni, dkk., 2019; Kusuma & Widaya, 2021). Program yang tersedia menjadi bekal untuk mendapatkan kesempatan kerja yang lebih baik. Salah satu profesi yang menjadi pilihan oleh mantan pecandu yaitu bekerja sebagai konselor adiksi (Nurse, 2020). Studi yang dilakukan oleh Fialk (2018) juga menemukan terdapat 40-

70% mantan pecandu menempati pekerjaan di lingkungan pengobatan kecanduan, diantaranya bekerja sebagai konselor adiksi.

Proses untuk menjadi seorang konselor adiksi tidaklah mudah. Syarat pertama adalah mantan pecandu narkoba harus benar-benar pulih dari penggunaan narkoba, ditandai dengan keberhasilan mereka untuk menyelesaikan proses rehabilitasi. Kemudian, individu yang ingin menjadi konselor adiksi harus menempuh pendidikan dan pelatihan terkait kompetensi yang harus dimiliki untuk bekerja di bidang rehabilitasi meliputi, pengetahuan tentang napza dan perawatan adiksi (Center for Substance Abuse Treatment, 2007). Badan Narkotika Nasional (BNN) bekerja sama dengan berbagai lembaga atau organisasi lain untuk membantu mantan pecandu narkoba mendapatkan sertifikasi atau lisensi untuk bekerja secara resmi sebagai konselor adiksi (Antara, 2014).

Pada bidang layanan perawatan adiksi, konselor adiksi dengan riwayat mantan pecandu memiliki perbedaan dengan konselor adiksi yang tidak memiliki pengamalan terkait kecanduan narkoba. Konselor yang pernah melewati masa pemulihan dari kecanduan, lebih berkomitmen terhadap profesinya daripada konselor yang tidak ada pengalaman terkait kecanduan (Curtis, 2010). Hasil studi yang ditemukan Nielson (2016) mengungkapkan bahwa, konselor adiksi yang pernah menjadi pecandu (*recovering counselor*) memiliki keuntungan dari

pengalaman mereka, terutama rasa empati serta dapat memahami perjuangan klien.

Konselor adiksi yang pulih dari kecanduan juga dikenal dengan citra “*wounded healer*” atau seorang penyembuh luka (Jones, dkk., 2009). Perjuangan mereka menghadapi ketergantungan narkoba di masa lalu dimanfaatkan dalam praktik profesinya, yang dapat menginspirasi dan memberikan harapan positif, serta membantu orang lain yang menghadapi permasalahan yang sama (Shaari, 2021). Melalui pekerjaan tersebut, mereka juga merasa ikut berkontribusi kepada masyarakat, hal ini yang menjadi salah satu alasan mereka untuk memilih bekerja sebagai konselor adiksi (Chan, 2014).

Berdasarkan Peraturan Kemenkumham (2019) pendapatan yang diperoleh dari profesi konselor adiksi, beragam tergantung pada tingkat kualifikasi dan jenis organisasi. Bagi individu dengan riwayat pernah menjadi pecandu, menjalani pekerjaan sebagai konselor adiksi adalah lebih dari sekadar gaji yang diterima (Rothrauff. dkk., 2012). Sama halnya dengan yang diungkapkan narasumber, sebagai berikut.

“Kalau boleh ngomong ya, saya sendiri ngerasa gaji kerja di sini gak banyak...Tapi itu ya balik lagi, maksud saya..kerja jadi konselor itu kan bukan mau incer gaji yang gede atau apa. Kita sama sama tau lah, kerja di bidang sosial tuh gini..Saya sih bukan karna itu ya, lebih ke diri sendiri...pilihan saya ya harus dijalani.” (Komunikasi personal, Maret 2023).

Pendapatan yang merupakan salah satu faktor eksternal, tidak menjadi faktor yang menentukan seorang mantan pecandu bertahan untuk bekerja sebagai konselor adiksi. Menurut Windyaningrum (2014) pemahaman mereka tentang tantangan dan perjuangan yang dialami oleh individu yang sedang dalam proses pemulihan menjadi faktor penting dalam keputusan mereka untuk tetap bertahan dengan profesi ini. Hal ini menggambarkan bahwa mantan pecandu narkoba yang bekerja sebagai konselor adiksi memiliki motivasi internal yang lebih kuat.

Motivasi internal mengacu pada kebutuhan dasar psikologis yang mendorong individu untuk tumbuh dan berubah (Chan, dkk., 2019). Hasil studi Alfarizi (2022) menemukan terdapat motivasi internal mantan pecandu narkoba dalam bekerja sebagai konselor adiksi, diantaranya kesadaran dalam membantu klien pulih dengan cepat, empati terhadap klien, keinginan untuk menerima diri sendiri melalui peningkatan diri, dan memenuhi kebutuhan akan harga diri. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara dengan narasumber, didapatkan informasi sebagai berikut.

“Dulu sebelum jadi konselor saya pernah menjadi klien addict, kan dulu saya juga direhab. Jadi dari pengalaman itu, saya milih pekerjaan ini. Kalo motivasinya ya untuk membantu aja, dulu saja juga dibantu kan.. sekarang saya yang membantu. Keinginan saya selain itu, yaa pekerjaan ini salah satu usaha saya untuk nerima diri lah, pengen jadi pribadi yang lebih baik lagi sama berguna juga buat orang lain.”(Komunikasi personal, Maret 2023).

Bekerja sebagai konselor adiksi merupakan pilihan dan tujuan yang berhasil dicapai oleh mantan pecandu. Akan tetapi, keputusan itu juga

berarti bahwa mantan pecandu narkoba akan menghadapi tantangan yang berhubungan dengan riwayat kecanduan dan tugas dari pekerjaan itu sendiri. Johson dkk. (2017) mengungkapkan bahwa bagi mantan pecandu narkoba yang bekerja di bidang rehabilitasi dapat melelahkan secara emosional, karena mereka harus menangani klien dalam proses pemulihan dari kecanduan, yang seringkali mirip dengan pengalaman mereka sendiri. Sejalan dengan pendapat Greene dkk. (2019)berhadapan langsung secara terus-menerus dengan klien adiksi akan mempengaruhi kondisi emosional, hingga kemungkinan mengalami stres kerja dan lebih rentan terhadap kelelahan atau *burnout*.

Burnout adalah kondisi psikologis di mana seseorang mengalami kejenuhan dalam bekerja, merasa bosan dan kehilangan minat dalam pekerjaannya (Villardaga, 2012; Osewr, dkk., 2014). Kejenuhan ini akan berdampak pada individu yang mengalami kejenuhan kerja cenderung mengalami penurunan motivasi (Jannati & Amusti, 2022). Narasumber juga menjelaskan tentang risiko dari pekerjaannya sebagai konselor adiksi.

“Jujur ya kalo kalo jujur dibilang cape ya capee sebernernya.. secara emosional juga, lelah banget jugaa karna yang saya hadapin itu orang yang bermasalah. Kadang saya emosi juga menghadapi klien yang gak bisa diomongin.. emosi dan cape. Kalo bukan karna dorongan dari diri sendiri keknya saya udah ganti pekerjaan aja, tapi inget lagi tujuan tadi... saya mau lanjut aja, cape dan lelah itu kan kita yang rasain dan harusnya bisa coba kontrol sendiri.” (Komunikasi personal, Maret 2023).

Permasalahan yang mempengaruhi motivasi mantan pecandu narkoba dalam bekerja sebagai konselor adiksi akan menyebabkan kesulitan dalam menjalankan tugas mereka sebagai konselor adiksi dengan efektif (Shaari, 2021). Sehingga perlu adanya kekuatan untuk mempertahankan dan memperjuangkan motivasi dalam waktu yang lama agar mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini menurut Ryan dan Deci (2017) merupakan suatu proses yang dikenal sebagai determinasi diri.

Determinasi diri merupakan proses di mana individu memperoleh motivasi untuk memulai dan mempertahankan perilaku, serta keputusan yang mendorong individu untuk mencapai tujuannya (Ryan & Deci, 2017). Determinasi diri ini dibutuhkan untuk mempertahankan motivasi yang berasal dari dalam diri individu (*intrinsic motivation*) yang dipengaruhi oleh dorongan internal, kepuasan, atau rasa pencapaian (Bunce, 2019). Proses ini dapat diwujudkan dengan melibatkan pemenuhan kebutuhan psikologis, meliputi rasa otonomi, kompetensi, dan keterikatan yang kuat (Ryan & Deci, 2008). Jika ketiga kebutuhan ini terpenuhi maka dapat membuat individu termotivasi, dan mencapai kesejahteraan psikologis.

Determinasi diri yang mempertahankan motivasi internal pada individu, juga berperan dalam membantu konselor menjaga pemulihan mereka sendiri (Smith, 2016). Mantan pecandu mungkin termotivasi oleh keinginan untuk tetap menjalani hidup yang bersih dari kecanduan dan menjadi contoh perilaku sehat bagi klien mereka. Selain itu, individu

dengan tingkat *self-determination* yang lebih tinggi dan memiliki motivasi dengan otonomi yang lebih besar berkaitan dengan tingkat *burnout* yang lebih rendah dan kepuasan kerja yang lebih baik (Toth, dkk., 2020).

Darmayanti dan Minauli (2019) mengatakan bahwa determinasi diri menjadi penting karena adanya proses pengembangan dalam diri individu, yang memberikan suatu tujuan hidup yang bermakna melalui interaksi dengan lingkungan yang berkontribusi dalam mempertahankan motivasi untuk meraih tujuannya. Seseorang yang memiliki determinasi diri yang baik dicirikan dengan mempunyai kemampuan bertindak atas dirinya, lebih mampu untuk mengontrol dirinya sendiri, berkomitmen yang kuat terhadap keputusan yang sudah dipilih (Shunck, 2012). Selain itu, determinasi akan membantu seseorang yang menghadapi situasi menantang untuk tidak mudah menyerah, minimalnya beban yang dirasakan individu dalam menjalani kegiatannya sehari-hari dan bisa membangkitkan semangatnya sendiri (Imanuha, 2016; Wardini & Periantalo, 2019).

Pada konteks pekerjaan sebagai konselor adiksi, determinasi diri dapat membantu mereka untuk mempertahankan motivasi dan tekad yang kuat dari dalam melaksanakan tugas dan tanggungjawab sebagai seorang konselor (Parker & Zuckerman, 2013). Determinasi diri mempertahankan motivasi internal, yang dikenal lebih bertahan lama untuk pemulihan bagi mantan pecandu, serta juga akan berdampak dalam meningkatkan

kualitas hidup, dan kesejahteraan pribadi (Chen, dkk., 2019; Suh & Park, 2019). Di sisi lain, determinasi diri menjadi salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan pemulihan klien. Pernyataan ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Laundgren dkk. (2011) yang menyatakan bahwa peningkatan kepercayaan diri dan kompetensi, akan membuat seorang konselor adiksi merasa lebih percaya diri dalam menjalankan tugas-tugas dan memberikan layanan yang lebih efektif kepada klien, agar mencapai pemulihan yang berkelanjutan.

Pemaparan di atas menunjukkan bahwa determinasi diri ini dapat membantu mereka menghadapi tantangan yang berhubungan pengalaman pribadi pada mantan pecandu narkoba yang telah pulih dan bekerja sebagai konselor adiksi, dan juga menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pemulihan klien yang menjadi tugas dari pekerjaan mereka. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Gambaran Determinasi Diri Mantan Pecandu Narkoba yang Bekerja sebagai Konselor Adiksi.”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan di atas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian yaitu, bagaimana gambaran determinasi diri mantan pecandu narkoba yang bekerja sebagai konselor adiksi?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran determinasi diri pada mantan pecandu narkoba yang bekerja sebagai konselor adiksi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan secara teori dalam perkembangan dalam bidang psikologi adiksi, dan terkait dengan determinasi diri terutama pada mantan pecandu narkoba yang bekerja sebagai konselor adiksi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun penelitian ini dapat memberikan manfaat, sebagai berikut:

a. Bagi Tempat Kerja

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk membantu konselor adiksi di tempat kerja, terutama di tempat rehabilitasi yang berguna untuk menghadapi permasalahan terkait.

b. Bagi Konselor Adiksi

Dapat memberikan pengetahuan bagi konselor adiksi sehingga ilmu baru yang diperoleh dapat diterapkan untuk meningkatkan motivasi untuk terus bekerja di bidang perawatan adiksi.