KOPING STRES PADA PECANDU NARKOBA (NARKOTIKA DAN OBAT-OBATAN TERLARANG) YANG MENJALANI REHABILITASI DI WISMA SIRIH RUMAH SAKIT KHUSUS KALIMANTAN BARAT

RIZKY SYAFITRI

NIM I31109025

ARTIKEL PENELITIAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

PONTIANAK

2013

LEMBAR PENGESAHAN
NASKAH PUBLIKASI

KOPING STRES PADA PECANDU NARKOBA (NARKOTIKA, DAN OBAT-OBATAN TERLARANG) YANG MENJALANI REHABILITASI DI WISMA SIRIH RUMAH SAKIT KHUSUS KALIMANTAN BARAT

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada

Rizky Syafitri
NIM: I 31109025

Disetujui Oleh,

Pembimbing I

Titan Ligita, S. Kp, MN
NIP.197904042002122011

Pembimbing II

Patrisia Supartina, S. Kep, Ners
NIP. 198302222012122001

Penguji I,

Suriadi, MSN, AWCS, Ph. D
NIP. 196607031985101003

Penguji II,

Parjo, S. Kep, M. Kes
NIP.198507232012121001

Disahkan Oleh,
Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura

dr. Sugito Wonodirekso, M. S
NIP : 194810121975011001

KOPING STRES PADA PECANDU NARKOBA (NARKOTIKA DAN OBAT-OBATAN TERLARANG) YANG MENJALANI REHABILITASI DI WISMA SIRIH RUMAH SAKIT KHUSUS KALIMANTAN BARAT

Oleh :
Rizky Syafitri*
Titan Ligita**
Patrisia Supartina***

Abstrak:
Masuknya pecandu narkoba ke panti rehabilitasi membuat seorang pencandu perlu melakukan penyesuaian diri. Dalam menghadapi kecemasan, setiap individu akan melakukan mekanisme koping untuk pertahanan dirinya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran koping stres pada pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat pada tahun 2013. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, dimana data diperoleh menggunakan pedoman wawancara (semi structure interview), hasil wawancara akan dikategorikan sehingga terbentuklah tema-tema. Hasil dan Pembahasan penelitian yaitu Partisipan berjumlah lima orang. Sumber-sumber stres saat menjalani rehabilitasi yaitu saat lelah disuruh membersihkan wisma, sugesti, saat hujan, saat mau tidur, tidak di jenguk orang tua, merasa dijajah. Koping stres yang digunakan adalah strategi *problem-focused coping*, hal ini terlihat ketika merasa tertekan, pertisipan berusaha untuk mengatasi tekanan atau *stressor* dengan cara meningkatkan aktivitas seperti membersihkan wisma, bermain gitar, bermain pingpong serta *sharing* dengan teman-teman yang berada di panti rehabilitasi serta mendekatkan diri kepada Tuhan. Strategi *emotion-focused coping* yaitu partisipan selalu berfikir positif selama menjalani rehabilitasi. Kesimpulan yaitu dengan menggunakan strategi *problem-focused coping* dan *emotian-focused coping*, akan menciptakan koping yang adaptif, sehingga masa pemulihan partisipan semakin mudah dan lancar.

Kata Kunci : Koping Stres, Pecandu Narkoba, Rehabilitasi

STRESS COPING ON DRUG ADDICTS (NARCOTICS AND DRUGS) THAT DOING REHABILITATION AT WISMA SIRIH SPECIALTY HOSPITAL OF WEST KALIMANTAN

Abstract :
The entry of drug addicts into rehab make an addict needs to make adjustments. Cognitive and emotional influences on this will cause a change in behavior that is a decline in interest and activity, decreased energy, tends to undermine responsibility. In facing the anxiety, each individual will perform coping mechanism for her defense. The Purpose of this research is to determine how the image of stress coping in drug addicts undergoing rehabilitation at the Wisma Sirih Specialty Hospital of West Kalimantan in 2013. This study used a qualitative descriptive approach, where the data collected using interview guide (semi-structure interviews), where the results of the interviews will be categorized and forming themes. The result and discussion of this study are this study using five people as participants. The sources stressed that participants felt they tired when told to clean the homestead, suggestion, when it rains, when going to bed, the parents doesn't visit them, and they felt colonized. Stress coping that been used are strategies *problem-focused coping*, this is apparent when feeling depressed, participants trying to cope with the pressure or stressor by increasing the activity like cleaning homestead, playing guitar, playing ping pong and sharing with friends who are in rehab and closer to God. *Emotion-focused coping* strategies that are the participants always think positive during rehab. The conclusion of this study that are using *problem-focused coping* and *emotion-focused coping* strategies will create adative coping, so the recovery is getting easier and smoother.

Keywords : Stress Coping, Drug Addict, Rehabilitation

PENDAHULUAN

Masalah penyalahgunaan narkoba di Indonesia, saat ini sudah sangat memprihatinkan. Hal ini dikarenakan Indonesia yang terletak pada posisi di antara tiga benua dan mengingat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi semakin maju, sehingga memudahkan arus transportasi dan mobilisasi antara negara satu dengan negara yang lain menjadi lebih baik.

Teknologi yang semakin maju dan kecepatan informasi melalui berita bahkan internet serta transportasi yang lebih baik inilah yang mengkhawatirkan maraknya pemakaian narkoba secara illegal. Kondisi ini semakin diperkuat dengan adanya peredaran gelap narkoba yang masuk dari berbagai sudut lapisan masyarakat, termasuk di kalangan generasi muda. Hal inilah yang akan berpengaruh pada kehidupan bangsa dan negara dimasa yang akan datang.

Narkoba bila digunakan secara terus menerus akan mengakibatkan ketergantungan atau kecanduan. Kecanduan inilah yang akan mengakibatkan gangguan fisik dan psikologis, karena terjadinya kerusakan pada sistem syaraf pusat dan organ-organ tubuh seperti jantung, paru-paru, hati dan ginjal bahkan mengakibatkan kematian yang lebih cepat.

Dampak negatif ini dapat dicegah dengan cara mengikuti pengobatan untuk para pecandu narkoba. Pengobatan dapat dilakukan di tempat rehabilitasi ataupun rumah sakit. Kecemasan dapat terjadi dimanapun dan pada siapa pun. Dalam kondisi cemas seseorang cenderung lebih cepat marah dan sangat sensitif dan mudah putus asa. Pengaruh pada kognitif dan emosi ini akan menyebabkan terjadinya perubahan perilaku yaitu penurunan minat dan aktivitas, penurunan energi, cenderung melemahkan tanggung jawab. Dalam menghadapi kecemasan, setiap individu akan melakukan mekanisme koping untuk pertahanan dirinya.

Pada saat pecandu memasuki panti rehabilitasi, masing-masing individu harus berkomitmen pada diri sendiri dan sesama anggota untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu kehidupan di segala bidang: mental, spiritual, sosial dan jasmani, dengan demikian, hidup bersama, semangat persaudaraan, dan komitmen timbal balik antara mereka dengan sendirinya menjadi model sekaligus metode penyembuhan bagi mereka masing-masing. Hal tersebut akan meningkatkan koping stres yang baik pada setiap pecandu.

Peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana koping stres pada pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat dengan asumsi bahwa efek negatif kondisi yang maladaptif akan membuat dampak ataupun pengaruh yang tidak baik terhadap pecandu, seperti menurunnya tingkat aktivitas, meningkatkan stres, serta frustasi, sehingga hal tersebut dapat menurunkan tingkat keberhasilan proses rehabilitasi, dengan mengetahui kondisi klien, petugas kesehatan serta klien yang berada di panti rehabilitasi dapat bekerjasama dalam mengatasi masalah yang dihadapi klien. Hal ini akan meningkatkan keberhasilan proses rehabilitasi melalui implementasi koping yang adaptif.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Desain penelitian ini yaitu desain *phenomenology* dimana akan mempelajari, mengidentifikasi, serta mengeksplorasi fenomena atau pengalaman seseorang mengenai koping stres.

Melalui penelitian deskriptif kualitatif, data atau informasi akan digambarkan dan dieksplorasi serta dianalisis secara sistematis, (Ibrahim, Haroen, dan Pinxlen, 2011).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh residen yang sedang menjalani rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat. Sampel pada penelitian ini berjumlah lima orang, karena saturasi data diperoleh pada partisipan yang kelima.

Prinsip dasar sampling dalam penelitian kualitatif adalah saturasi data, yaitu sampling sampai pada suatu titik kejenuhan dimana tidak ada informasi baru yang didapatkan dan pengulangan telah dicapai, (Creswell, 2003).

Pada penelitian ini menggunakan teknik sampling purposive yaitu ditentukan melalui pertimbangan, dimana partisipan yang di wawancarai sudah dapat berkomunikasi dengan baik dan dapat memberikan informasi tentang koping stres yang dilakukan selama menjalani rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat, (Sugiyono, 2010).

Tempat dan waktu penelitian yaitu di Panti Rehabilitasi Narkoba Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat. Waktu Penelitian dilakukan awal bulan Mei hingga pertengahan bulan Mei 2013.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam (*indept interview*) dengan pedoman wawancara (*semi-structured interview*) yang disusun peneliti disesuaikan dengan tujuan penelitian. Instumen penelitian lain yang menunjang kelengkapan penelitian seperti: buku catatan sebagai catatan lapangan (*Field Notes*), alat tulis, dan alat perekam, surat perizinan dan persetujuan menjadi partisipan, (Creswell, 2003).

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini ditentukan melalui beberapa kategori yang dirangkum dari hasil wawancara sehingga dari beberapa kategori tersebut terbentuk menjadi lima tema, yaitu :

Tema 1
Latarbelakang penyalahgunaan narkoba

Faktor utama yang menjadi alasan partisipan untuk mengkonsumsi narkoba yaitu pergaulan yang kurang baik sehingga hal tersebut yang mempengaruhi partisipan untuk mengkonsumsi narkoba seperti, partisipan ingin coba-coba, dari pengedar akhirnya menjadi pemakai, penasaran dengan narkoba, bahkan disuruh oleh teman-temannya. Dampak yang dialami partisipan saat mengkonsumsi maupun tidak mengkonsumsi narkoba yaitu, dampak Fisik seperti partisipan merasa badannya terasa pegal-pegal apabila tidak mengkonsumsi narkoba, badan terasa segar dan bertahan untuk tidak tidur setelah mengkonsumsi narkoba, serta ada juga yang merasa pusing saat pertama kali menggunakan narkoba. Dampak Psikologis yang dirasakan partisipan yaitu berhalusinasi, merasa ingin kaya, *enjoy*, lebih percaya diri, merasa seperti dikejar-kejar, serta merasa masalahnya semakin bertambah.

Tema 2
Kehidupan ditempat rehabilitasi

Pada awal masuk tempat rehabilitasi perasaan partisipan bercampur aduk seperti, tidak terima, bingung, cemas, bahkan takut.

Tema 3
Sumber-sumber stres

Sumber stres pada pecandu narkoba saat menjalani rehabiltasi bermacam-macam seperti, saat lelah disuruh membersihkan wisma, sugesti, pada saat hujan, saat mau tidur, tidak di jenguk orang tua, merasa seperti dijajah.

Tema 4
Strategi *Problem-focused coping*

Problem-focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan tekanan. Aktivitas yang dilakukan para partisipan ketika partisipan merasa stres berada di Rehabilitasi Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat yaitu dengan cara membuat hiburan, membersihkan wisma, *sharing* dan olahraga.

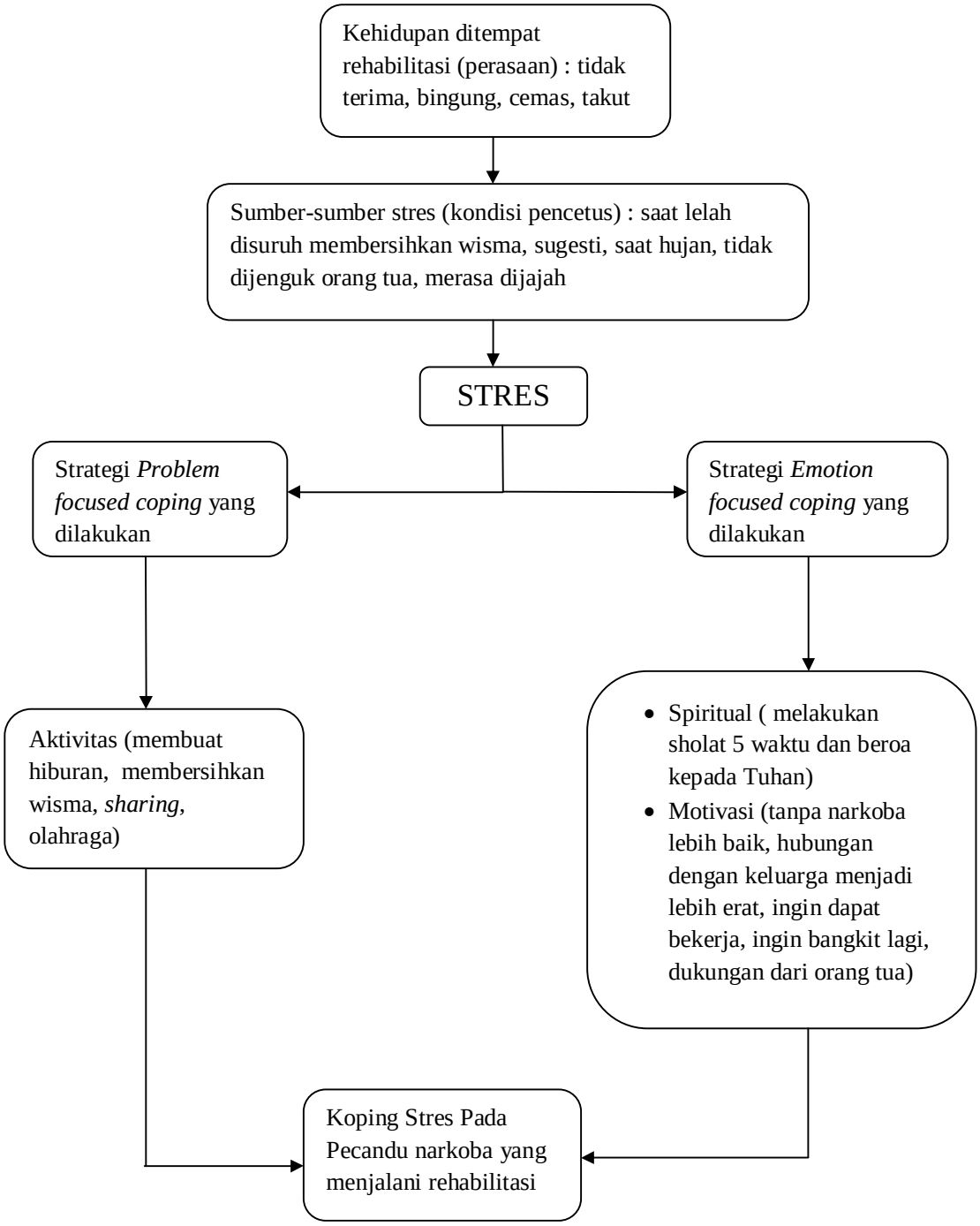
Tema 5
Strategi *Emotion-focused coping*

Emotion-focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan mengatur emosional dalam menyesuaikan diri pada dampak yang ditimbulkan oleh suatu kondisi yang dianggap penuh tekanan. Spiritual yang dilakukan partisipan dalam menghadapi kondisi stres yaitu melakukan sholat lima waktu dan berdoa kepada Tuhan. Adapun motivasi yang diungkapkan partisipan selama berada di tempat Rehabilitasi Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat yaitu hidup tanpa narkoba akan lebih baik, hubungan dengan keluarga menjadi lebih erat, dapat bekerja, ingin bangkit lagi, dukungan dari orang tua.

Tabel. 1 Tematik

No	Tema	Kategori	Kata Kunci
1	Latar belakang penyalahgunaan narkoba	Alasan	✓ Coba-coba ✓ Pengedar akhirnya pemakai ✓ Penasaran ✓ Disuruh
		Dampak	✓ Fisik • Badan teras pegal-pegal • Badan terasa segar • Bertahan untuk tidak tidur ✓ Psikologis • Berhalusinasi • Merasa ingin kaya • *Enjoy* • Lebih percaya diri • Merasa seperti dikejar-kejar • Merasa masalahnya semakin bertambah
2	Kehidupan ditempat Rehabilitasi	Perasaan	✓ Tidak terima ✓ Bingung ✓ Cemas ✓ Takut
3	Sumber-sumber stres	Kondisi pencetus	✓ Saat lelah disuruh membersihkan wisma ✓ Sugesti ✓ Pada saat hujan ✓ Saat mau tidur ✓ Tidak di jenguk oleh orang tua ✓ Merasa seperti dijajah
4	Strategi *Problem-focused coping* yang dilakukan partisipan	Aktivitas	✓ Membuat hiburan ✓ Membersihkan wisma ✓ *Sharing* ✓ Olahraga
5	Strategi*Emotion-focused coping* yang dilakukan partisipan	Spiritual	✓ Melakukan sholat 5 waktu ✓ Berdoa kepada Tuhan
		Motivasi	✓ Tanpa narkoba akan lebih baik ✓ Hubungan dengan keluarga menjadi lebih erat ✓ Ingin dapat bekerja ✓ Ingin bangkit lagi ✓ Dukungan dari orang tua

Dari hasil yang didapatkan dalam in dept interview, dapat gambaran koping stres pada pecandu narkoba (narkotika dan obat-obatan terlarang) yang menjalani rehabilitasi di " Wisma Sirih" Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat :



Skema 1. Keterkaitan Antar Tema

PEMBAHASAN

Peneliti melakukan penggalian yang cukup mendalam untuk mencari data mengenai koping stres pada partisipan. Hal ini menjadi fokus penelitian dimana tujuan dalam penelitian ini yaitu peneliti ingin melihat sejauh mana tingkat stres dan koping stres serta aktivitas yang dilakukan oleh pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat.

Pernyataan partisipan pada penelitian ini mengenai latarbelakang menggunakan narkoba yaitu lima partisipan tersebut mengatakan bahwa mereka menggunakan narkoba karena ingin mencoba serta rasa keingintahuannya yang tinggi mengenai narkoba. Adapun yang mengatakan bahwa awalnya ia diminta oleh pamannya untuk mengedarkan, akhirnya ia mengkonsumsi narkoba karena menjual narkoba tersebut pada malam hari. Sehingga apabila ia mengkonsumsi narkoba ia akan tetap merasa segar.

Stres adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan), Hawari, 2001 (dalam Sunaryo, 2004).

Sumber stres yang dinyatakan oleh partisipan pada penelitian ini seperti, saat merasa lelah disuruh membersihkan wisma, sugesti, saat hujan, saat mau tidur, tidak dijenguk oleh orang tua, serta partisipan merasa dijajah berada ditempat rehabilitasi. Pernyataan partisipan mengenai sumber stres saat hujan yaitu karena pada saat hujan enak untuk mengkonsumsi narkoba. Pernyataan partisipan mengenai sumber stres pada saat mau tidur dikarenakan partisipan teringat masa lalunya. Pernyataan lain seperti tidak dijenguk orang tua dikarenakan partisipan merasa apabila bertemu dengan orang tuanya partisipan termotivasi untuk menjalani masa-masa pemulihan. Adapun pernyataan partisipan merasa dijajah, hal itu dikarenakan partisipan merasa terkurung dan tidak bebas menjalani hari-harinya.

Koping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi yang membuat mereka tertekan, Lazarus & Folkman, 1984, (dalam Wade dan Tavris, 2007).

Kelima partisipan pada penelitian ini menggunakan dua strategi koping yaitu *problem-focused coping* yang dilakukan partisipan seperti ketika partisipan merasa tertekan partisipan melakukan aktivitas yaitu membersihkan wisma, bermain gitar, bermain pingpong serta *sharing* dengan teman-teman yang berada di panti rehabilitasi, Sehingga hal tersebut dapat membuat partisipan tidak terfocus dengan masalah atau sumber stres yang mengganggu fikiran kelima partisipan tersebut. Ada pun *emotion-focused coping* yang dilakukan kelima partisipan yaitu seperti berfikir positif sehingga kedepannya dapat berubah dan menjalani kehidupan yang lebih baik lagi. Partisipan mengatakan bahwa motivasi itu muncul dari diri sendiri yang ingin berubah dan kedepannya dapat bekerja. Partisipan juga mengatakan bahwa motivasi untuk berubah karena dorongan dari keluarga. Hal tersebut dikarenakan partisipan ingin menunjukkan kepada keluarga bahwa mereka dapat berubah menjadi lebih baik lagi dan nantinya mempunyai masa depan yang lebih cerah.

Secara fisiologis, tubuh dapat menunjukkan 3 tahap (fase) ketika menghadapi stress yaitu *alarm stage, resistance stage,* dan *exhaustion stage.* Pada *alarm stage,* terjadi peningkatan sekresi pada glandula adrenalis, mempersiapkan tubuh melaksanakan respon *fight or fight*. Seluruh efek tersebut menyebabkan orang tersebut dapat melaksanakan aktivitas fisik yang jauh lebih besar daripada bila tidak ada efek di atas. Pada *resistance stage,* terjadi setelah alarm stage. Selama fase ini tubuh

memperbaiki dirinya sendiri akibat sekresi adrenokortikal yang menurun. Pada *exhaustion stage* sudah mempengaruhi sistem organ, atau salah satu organ menjadi tidak berfungsi yang menyebabkan terjadinya stress yang kronis. Stress kronis ini dapat mengganggu fungsi otak, saraf otonom, sistem endokrin, dan sistem immune yang kita sebut sebagai penyakit psikosomatis.

ACTH mungkin berperan dalam mengatasi stres, karena ACTH adalah salah satu dari peptide yang mempermudah proses belajar dan perilaku, masuk akal jika peningkatan ACTH selama stres psikososial membantu tubuh agar lebih siap menghadapi stresor serupa di masa mendatang dengan perilaku yang sesuai. Kortisol juga berperan dalam kronik stress, di katakan bahwa akut stress berbeda dengan kronik stress, *fight or fight* merupakan respon dari akut stres sedangkan peningkatan adrenal kortisol merupakan respon dari kronik stress, jadi adanya peningkatan kadar kortisol merupakan indikator yang baik bagi seseorang yang mengalami kronik stres atau stres yang berulang-ulang.

KESIMPULAN

Kesimpulan bahwa sumber stres yang dinyatakan oleh partisipan yaitu, saat merasa lelah disuruh membersihkan wisma, sugesti, saat hujan, saat mau tidur, tidak dijenguk oleh orang tua, serta partisipan merasa dijajah berada ditempat rehabilitasi. Pernyataan partisipan mengenai sumber stres saat hujan yaitu karena pada saat hujan enak untuk mengkonsumsi narkoba. Pernyataan partisipan mengenai sumber stres pada saat mau tidur dikarenakan partisipan teringat masa lalunya. Pernyataan lain seperti tidak dijenguk orang tua dikarenakan partisipan merasa apabila bertemu dengan orang tuanya partisipan termotivasi untuk menjalani masa-masa pemulihan. Adapun pernyataan partisipan merasa dijajah, hal itu dikarenakan partisipan merasa terkurung dan tidak bebas menjalani hari-harinya. Strategi koping yang digunakan pertisipan yaitu strategi *problem-focused coping* dan *emotian-focused coping*. Hal ini terlihat bahwa pertisipan ketika mereka merasa tertekan, pertisipan berusaha untuk mengatasi tekanan atau *stressor* dengan cara meningkatkan aktivitas seperti membersihkan wisma, bermain gitar, bermain pingpong serta *sharing* dengan teman-teman yang berada di panti rehabilitasi serta mendekatkan diri kepada Tuhan. Pertisipan juga selalu berfikir positif selama menjalani rehabilitasi, inilah yang menciptakan koping yang adaptif, dengan koping yang baik ini maka masa pemulihan pertisipan semakin mudah dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Creswell, John. W. 2003. *Research Design Quaitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. United States of America. Sage Publications.

Ibrahim, K., Hartiah Haroen, Lucas Pinxlen. 2011. Home Based Care: A Need Assessment of People Living With HIV Infaction in Bandung, Indonesia. Journal of The Association of Nurses in AIDS Care. Vol 22. Page 229-237.

Hawari, D. 1991. *Penyalahgunaan Narkotika dan Zat Adiktif*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI. dalam Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York : Springer. dalam Wade, C., Carol. T. 2007. *Psikologi edisi kesembilan*. jilid 2 (alih bahasa). Mursalin. P., Dinastuti. Jakarta : Erlangga.

Sugiyono. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.