BAB II

KAJIAN KONSEPTUAL

2.1 Konsep yang mendasari Penelitian

Konsep penelitian ini didasari oleh penelitian terdahulu yang dilakukan melalui kajian literatur, kemudian peneliti menyajikan beberapa penelitian yang dilakukan sebelumnya yang berkaitan dengan strategi koping Eks korban penyalahgunaan napza di masyarakat Kecamatan Bojongsoang Kabupaten Bandung. Penelitian terdahulu dimaksudkan untuk membuktikan bahwa penelitian ini *up to date*, original dan layak untuk diteliti. Metode kualitatif dipilih sebagai pendekatan dalam penelitian ini karena memungkinkan peneliti untuk mendapatkan data yang kaya dan mendalam mengenai pengalaman individu. Dengan menggunakan teknik wawancara mendalam dan studi dokumentasi, peneliti dapat mengeksplorasi perspektif eks korban NAPZA secara holistik.

Berdasarkan hasil studi literatur yang dilakukan dijelaskan bahwa terdapat persamaan dan perbedaan antara penelitian ini dengan penelitain terdahulu yang bersumber dari jurnal maupun skripsi. Adapun kontribusi para peneliti sebelumnya terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, diantaranya pada Variabel yang menggunakan strategi koping dan tinjauan teoritis tentang strategi koping. Variabel tersebut menjadi pemilihan konstraks dari judul penelitian. Kontribusi penelitian terdahulu di atas mempengarui penyusunan proposal peneliti. Perbedaan yang dimaksud adalah terletak pada tahun, subjek penelitan dan sebagian dari metode yang digunakan serta lokasi dari penelitian. Sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif sehingga kurangnya informasi secara

empiris atau mendalam terkait strategi koping Eks korban penyalahgunaan napza dalam menghadapi proses pemulihan. Hal tersebut dapat menjadi bukti untuk meyakinkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti bersifat kebaruan atau *novelty* dan tidak ada kecenderungan untuk menduplikasi atau melakukan plagiat terhadap penelitian sebelumnya.

Keunggulan penelitian ini adalah menjelaskan secara mendalam bagaimana strategi koping yang diterapkan seorang Eks korban penyalahgunaan napza dalam menghadapi proses pemulihan ketika berada di lingkungan masyarakat. Sehingga aspek-aspek penelitian dapat dideskripsikan secara mendalam dan terperinci.

2.1.1 Tinjauan tentang Strategi Koping

2.1.1.1 Pengertian Strategi Koping

Menurut Sarafino (2002), koping adalah usaha untuk menetralisasi atau mengurangi stress yang terjadi. Menurut Haber dan Runyon (1984), koping adalah semua bentuk perilaku dan pikiran (negatif atau positif) yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stress. Berdasarkan pendapat kedua ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa koping merupakan segala upaya, baik tindakan maupun pikiran, yang dilakukan individu untuk mengelola atau mengurangi dampak stres yang dialaminya, tanpa memandang apakah upaya tersebut bersifat positif atau negatif.

Lazarus dan Folkman (1984) dalam bukunya *"Stress, Appraisal and Coping"* mengatakan bahwa keadaan stress yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan

melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi koping. Strategi koping sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lain-lain.

Menurut Laura King (2014, hal. 54) coping strategy adalah "salah satu jenis pemecahan masalah yang melibatkan mengelola situasi berlebihan, meningkatkan usaha untuk menyelesaikan masalah, dan mencari cara untuk mengurangi stres". Ketika upaya pemecahan masalah dapat dilakukan dengan baik, maka fungsi sosial seseorang juga dapat berjalan dengan baik

Berdasarkan berbagai definisi strategi koping yang diungkapkan oleh beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa strategi koping merupakan metode atau tindakan yang diambil oleh individu untuk mengurangi atau mengatasi masalah yang muncul di luar diri mereka atau di lingkungan sekitar. Cara-cara ini disesuaikan dengan budaya, pengalaman, kepribadian, dan faktor lingkungan sosial masing-masing individu.

2.1.1.2 Faktor yang Memengaruhi Koping Strategy

Berbagai faktor memengaruhi perilaku koping individu saat menghadapi masalah. Taylor (2003) menyatakan bahwa dukungan dari orang-orang di sekitar individu dapat membantu mereka dalam menerapkan strategi koping yang tepat untuk mengatasi dan menyelesaikan masalah. Selain itu, Lazarus dan Folkman (1984) berpendapat bahwa cara individu menghadapi masalah dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk kepribadian, tuntutan situasi, peran, penilaian kognitif, budaya, dan kesenangan.

Taylor (2003) juga mencatat adanya perbedaan dalam strategi koping berdasarkan usia individu. Jenis kelamin turut memengaruhi pendekatan koping; wanita cenderung menunjukkan reaksi emosional, sedangkan pria lebih fokus pada tindakan yang berkaitan dengan penyelesaian masalah (Long, 1990). Dengan demikian, peneliti menyimpulkan bahwa perbedaan dalam strategi koping dapat dipengaruhi oleh usia dan jenis kelamin, di mana wanita lebih sering merespons secara emosional, sementara pria lebih mengutamakan pendekatan yang berorientasi pada solusi.

Billings dan Moos (1994, hal. 70) menyatakan bahwa individu yang lebih terpelajar mampu membangun kompleksitas kognitif yang lebih tinggi, sehingga mereka dapat melakukan penilaian yang lebih realistis dan menerapkan strategi pemecahan masalah yang lebih aktif (dalam Ardana, Supartha, & Sugita, 2013). Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan untuk mengembangkan kompleksitas kognitif yang lebih baik, yang memungkinkan mereka untuk melakukan penilaian yang lebih akurat dan menerapkan strategi pemecahan masalah yang lebih efektif.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa koping strategi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Salah satu faktor utama adalah faktor internal, yang mencakup kepribadian individu. Kepribadian yang berbeda dapat memengaruhi respons seseorang terhadap stres, di mana individu dengan kepribadian yang lebih resilien cenderung lebih mampu mengatasi tekanan dengan baik. Selain kepribadian, aspek kognitif juga berperan penting dalam proses koping. Cara individu berpikir dan menilai situasi dapat menentukan strategi yang mereka

pilih untuk menghadapi stres. Misalnya, individu dengan pola pikir positif lebih cenderung mencari solusi daripada terjebak dalam perasaan negatif. Emosi juga merupakan faktor internal yang signifikan, karena reaksi emosional dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengelola stres secara efektif.

Di sisi lain, faktor eksternal juga memiliki pengaruh yang signifikan. Budaya tempat individu tinggal dapat membentuk norma dan nilai yang memengaruhi cara mereka menghadapi stres. Sebagai contoh, dalam beberapa budaya, berbagi masalah dengan orang lain dianggap sebagai cara yang baik untuk mengatasi stres, sementara di budaya lain, individu mungkin lebih cenderung menyimpan masalah untuk diri sendiri. Tuntutan situasi yang dihadapi individu juga merupakan faktor eksternal yang memengaruhi koping terhadap stres. Situasi yang kompleks atau penuh tekanan dapat mendorong individu untuk mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif. Selain itu, peran sosial yang dimiliki individu, seperti dukungan dari keluarga dan teman, dapat memberikan bantuan yang signifikan dalam mengatasi stres.

2.1.1.3 Aspek-Aspek Strategi Koping

Upaya yang dilakukan manusia dalam menyelesaikan ketegangan dalam hidupnya dapat berkaitan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Kedua hal tersebut berkaitan baik dalam fokus penyelesaian permasalahan maupun pengelolaan emosi yang dilakukan manusia dalam menghadapi permasalahan. Menurut Lazarus dan Folkman (1984, hal. 150-152) dalam bukunya *"Stress, Appraisal and Coping"*, secara umum membagi strategi koping menjadi dua aspek yakni:

1. *Problem Focus Coping* (Strategi Berfokus pada Masalah)

Strategi koping berfokus pada masalah adalah suatu tindakan yang diarahkan kepada pemecahan masalah. Individu akan cenderung menggunakan perilaku ini bila dirinya menilai masalah yang dihadapinya masih dapat dikontrol dan dapat diselesaikan. Perilaku koping yang berpusat pada masalah cenderung dilakukan jika individu merasa bahwa sesuatu yang konstruktif dapat dilakukan terhadap situasi tersebut atau ia yakin bahwa sumberdaya yang dimiliki dapat mengubah situasi.

Sumber daya tersebut juga berhubungan dengan kemampuan individu untuk menilai berbagai aspek yang ada pada diri mereka dan lingkungan sekitar. Penilaian ini digunakan untuk mengkategorikan sumber-sumber yang tersedia dalam upaya menyelesaikan masalah yang dihadapi. Melalui pengelompokan ini, individu dapat memahami suatu permasalahan dan mencari solusi untuk mengatasinya. Dengan demikian, individu dapat terhindar dari hal-hal yang dapat mengganggu kelangsungan hidup mereka. Adapun sub aspek yang termasuk dalam *Problem Focus Coping* , diantaranya:

1) *Planful problem solving* (Mencari Solusi Permasalahan)

Dalam menghadapi masalah tertentu, individu memiliki kemampuan untuk menganalisis sumber dan situasi yang menyebabkan munculnya permasalahan tersebut. Mereka bereaksi dengan melakukan berbagai usaha yang bertujuan untuk mengubah keadaan, diikuti dengan pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah. Sebagai contoh, seseorang yang menerapkan strategi pemecahan masalah yang terencana akan bekerja dengan penuh konsentrasi dan

perencanaan yang baik, serta bersedia mengubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi dapat diselesaikan secara bertahap.

Perubahan yang direncanakan ini dilakukan agar individu dapat fokus dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya. Dengan konsentrasi yang dimiliki, individu diharapkan dapat lebih terfokus pada upaya yang dilakukan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Perencanaan ini juga berkaitan dengan perubahan gaya hidup yang dijalani oleh individu, yang bertujuan untuk mendukung proses pemecahan masalah dan mencegah terulangnya permasalahan yang sama.

Russo dan Schoemaker (dalam Hetty dan Rachel, 2017) menyatakan bahwa solusi terhadap permasalahan dapat dianggap berhasil jika individu mampu memanfaatkan kemampuan yang dimiliki. Pelibatan kemampuan ini didasarkan pada sumber daya yang ada, baik yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar, yang dapat dimanfaatkan dalam pengambilan keputusan atau solusi atas permasalahan yang dihadapi.

2) *Confrontative Coping* (Strategi Konfrontasi)

Individu bereaksi untuk mengubah keadaan yang mencerminkan tingkat risiko yang harus dihadapi. Sebagai contoh, seseorang yang menerapkan strategi koping konfrontatif akan menyelesaikan masalah dengan melakukan tindakan yang melanggar aturan yang ada, meskipun terkadang harus menghadapi risiko yang cukup besar.

Usaha individu dalam menyelesaikan masalah melalui tindakan ini dilakukan dengan tetap berpegang pada prinsip yang diyakini. Stuart dalam Siti

Maryam (2017) menyatakan bahwa seseorang dapat melakukan koping konfrontatif untuk mengatasi permasalahannya, yang ditunjukkan melalui perilaku agresif, baik secara verbal, nonverbal, atau dengan mendiamkan orang lain, serta melakukan tindakan yang bertentangan dengan peraturan yang berlaku.

Meskipun terdapat perbedaan dengan aturan yang ada, pendekatan ini tetap digunakan meskipun harus melanggar peraturan. Namun, dalam situasi tertentu, saat melakukan konfrontasi, individu tetap dapat beroperasi sesuai dengan peraturan yang berlaku. Shapiro dalam Thabet (2013) menyatakan bahwa dalam kondisi tertentu, konfrontasi dapat diminimalkan jika ada pihak yang mampu memediasi antara stres dan strategi koping yang digunakan oleh individu. Pihak tersebut membantu individu untuk mengungkapkan masalah yang dihadapi dengan cara yang terarah, sejalan dengan persiapan mediator dalam menerima pengungkapan emosi.

3) *Seeking social support* (Mencari Dukungan Orang lain)

Individu bereaksi dengan mencari dukungan dari sumber eksternal, baik dalam bentuk informasi, bantuan konkret, maupun dukungan emosional. Sebagai contoh, seseorang yang mencari dukungan sosial akan berusaha menyelesaikan masalah dengan meminta bantuan dari orang lain di luar keluarga, seperti teman, tetangga, pengambil kebijakan, dan profesional. Bantuan ini dapat berupa dukungan fisik maupun non-fisik.

Dengan mendapatkan dukungan tersebut, individu dapat lebih memahami permasalahan yang dihadapinya dan menyelesaikannya dengan bantuan orang

lain. Selain itu, dalam proses ini, individu dapat mencari pihak-pihak yang dianggap mampu membantu menyelesaikan masalahnya, memberikan kesempatan kepada orang lain untuk berkontribusi dalam penyelesaian masalah, serta menentukan pihak yang memiliki pengaruh dalam mengatasi tantangan yang dihadapi.

2. *Emotional focus coping* (Strategi Berfokus pada Emosi)

Strategi koping berfokus pada emosi adalah melakukan usaha-usaha yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa melakukan usaha mengubah stressor secara langsung. Perilaku koping yang berpusat pada emosi cenderung dilakukan bila individu merasa tidak dapat mengubah situasi yang menekan dan hanya dapat menerima situasi tersebut karena sumberdaya yang dimiliki tidak mampu mengatasi situasi tersebut.

Situasi dan kondisi yang menjadi masalah bagi individu dapat memengaruhi emosi mereka. Pengaruh ini tercermin dalam cara pandang individu terhadap permasalahan yang dihadapi. Pandangan tersebut juga berhubungan dengan perilaku yang ditunjukkan individu saat menghadapi masalah. Diharapkan adanya respons yang positif dalam upaya menyelesaikan permasalahan yang ada. Adapun sub aspek dalam *Emotional focus coping*, diantaranya:

1) *Self Controlling* (pengendalian diri)

Individu berusaha untuk mengatur dan mengelola baik perasaan maupun tindakan mereka. Sebagai contoh, seseorang yang menerapkan strategi koping dalam menyelesaikan masalah akan selalu berpikir sebelum bertindak dan menghindari tindakan yang dilakukan secara terburu-buru.

Upaya individu dalam melakukan regulasi diri terhadap perilaku dan perasaan sangat penting. Regulasi ini digunakan untuk mencegah tindakan yang tidak diinginkan, yang dapat berdampak negatif jika dilakukan. Oleh karena itu, individu diharapkan dapat memahami permasalahan yang dihadapinya sebagai respons yang dilakukan dengan kesadaran diri. Evi (2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dan perilaku individu. Hubungan ini berkaitan dengan pengalaman yang diperoleh individu melalui proses belajar dari lingkungan sosialnya.

2) *Seeking sosial emotional support* (mencari dukungan sosial emosional)

Individu berusaha untuk mendapatkan dukungan baik secara emosional maupun sosial dari orang lain. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai pihak, seperti keluarga, teman, pasangan, dokter, dan organisasi masyarakat. Dengan adanya dukungan sosial, seseorang dapat merasa dicintai, dihargai, dan diakui sebagai bagian dari komunitasnya. Selain itu, dukungan sosial juga dapat membantu individu menjaga keadaan emosional yang positif.

3) *Accepting responsibility* (penekanan pada tanggung jawab)

Menerima tanggung jawab merupakan salah satu hal yang penting bagi individu dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya, yang dilakukan melalui tindakan yang terarah dan melibatkan diri sendiri. Keterlibatan dalam permasalahan yang dialami bertujuan agar individu dapat menerima kenyataan yang ada dan menyesuaikan diri dengan situasi baru. Ali (dalam Des dan Rachmi, 2017) menyatakan bahwa perkembangan identitas akan membantu

individu dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan mereka, termasuk tanggung jawab dan nilai-nilai yang menjadi pedoman perilaku mereka.

Individu mengembangkan kesadaran akan peran mereka dalam menghadapi masalah dan berusaha untuk menempatkan segala sesuatu pada tempatnya. Sebagai contoh, seseorang yang menerima tanggung jawab akan mengakui segala sesuatu yang terjadi saat ini dan mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang sedang dihadapinya.

Upaya ini menekankan peran individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Penyelesaian tersebut berkaitan dengan bagaimana perasaan dan tanggung jawab individu dalam menghadapi tantangan, sehingga mereka dapat menentukan peran dan mencari solusi. Djawad Dahlan (dalam Nurul, 2015) menyatakan bahwa emosi dapat mengganggu konsentrasi individu ketika mereka mengalami ketegangan emosional, yang dapat melemahkan semangat akibat kekecewaan. Kelemahan semangat ini dapat menyebabkan ketidakpastian dalam mengambil keputusan atau tindakan.

4) *Positive reappraisal* (memberi penilaian positif)

Setiap permasalahan yang dihadapi oleh individu tidak selalu menghasilkan dampak negatif. Selain dampak negatif, individu juga dapat meraih dampak positif jika mampu memahami permasalahan tersebut dengan baik. Pemahaman ini dilakukan melalui upaya penguatan diri dalam menghadapi tantangan yang ada. Dengan demikian, individu diharapkan dapat mengambil sisi positif atau hikmah dari permasalahan yang dihadapi.

Individu berusaha menciptakan makna positif yang bertujuan untuk pengembangan diri, termasuk keterlibatan dalam aspek-aspek religius. Sebagai contoh, seseorang yang menerapkan strategi penilaian ulang positif akan selalu berpikir positif dan mengambil hikmah dari setiap kejadian, tanpa menyalahkan orang lain dan bersyukur atas apa yang masih dimilikinya.

Lindenfield (dalam Fatchurahman dan Herlan, 2012) menyatakan bahwa individu yang mampu mengendalikan dan mengatur emosinya dengan baik cenderung lebih percaya diri, karena mereka tidak khawatir kehilangan kendali saat menghadapi tantangan atau risiko. Kepercayaan diri ini muncul karena individu mampu memberikan penilaian positif terhadap permasalahan yang dihadapi. Jika individu dapat memberikan penilaian positif, maka mereka akan menilai harga diri mereka dengan cara yang positif.

Perilaku ini juga berkaitan dengan cara pandang individu terhadap diri mereka sendiri ketika menghadapi masalah. Jika individu dapat memandang diri mereka dengan baik, maka mereka akan memiliki keyakinan dalam menghadapi tantangan yang ada. Hal ini memungkinkan individu untuk mengembangkan diri ke arah yang lebih baik dan terlibat dalam hal-hal yang bersifat religius. Scherer dalam Michele dan Robert (2012) menunjukkan bahwa strategi penilaian ulang positif dapat berfungsi sebagai peran penilaian kognitif yang mendorong kualitas pengalaman emosional seseorang, yang sejalan dengan hikmah atau makna yang dapat diperoleh dari permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan penjelasan mengenai jenis-jenis strategi koping di atas, dapat disimpulkan bahwa baik strategi koping yang berfokus pada masalah maupun

berfokus pada emosi memiliki perbedaan, tergantung dari masalah yang dihadapi. Kedua jenis tersebut tentunya memilliki tujuan untuk mengurangi dan mengatasi masalah yang dihadapi.

2.1.1.4 Proses terjadinya Strategi Koping

Saat melakukan interaksi, individu memiliki potensi untuk mengalami hambatan. Situasi dan kondisi ini dapat menyebabkan individu merasa tertekan atau stres, terutama ketika mereka menghadapi perubahan dalam lingkungan yang baru. Pengalaman seseorang berperan penting dalam menentukan tingkat stres yang dialami.

Ibung (dalam Hesti dan Diana, 2018) menyatakan bahwa stres dapat muncul akibat serangkaian pengalaman yang memberikan makna negatif bagi individu, sehingga menghambat mereka dalam menghadapinya. Penafsiran negatif ini terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan yang diterima, yang menciptakan situasi yang menekan. Larkin (dalam Yulia, 2011) juga menjelaskan bahwa respons individu terhadap stresor lingkungan dapat terlihat dari kondisi fisiologis, kognitif, afektif, dan perilaku mereka; jika individu mengalami stres, maka akan terjadi perubahan dalam diri mereka.

Selain itu, Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa stres dapat muncul dari hubungan antara individu dan lingkungannya yang menjadi sumber stres, yang kemudian dinilai sebagai tekanan yang tidak dapat dihadapi oleh individu, baik secara fisik maupun mental. Setiap individu memiliki sumber stres yang berbeda ketika berada dalam kondisi stres. Tekanan yang dihasilkan juga berkaitan dengan penilaian individu terhadap sumber stres yang ada.

Jovanovic, dkk (dalam Nasib Tua, 2016) mengungkapkan bahwa stres yang berasal dari interaksi manusia dengan lingkungan atau model transaksional berfokus pada respons emosional dan proses kognitif, menunjukkan bahwa individu memiliki peran dalam menentukan penyebab stres, yang akan memengaruhi respons mereka melalui penilaian terhadap situasi yang dihadapi. Proses penilaian ini bertujuan untuk menentukan upaya yang digunakan dalam menghadapi stres yang dialami, sejalan dengan perubahan lingkungan yang terjadi.

Lazarus dan Folkman (dalam Monica dan Andre, 2006) menjelaskan bahwa ketika individu menghadapi perubahan lingkungan, mereka akan melakukan penilaian awal (*primary appraisal*) untuk menentukan makna dari kejadian tersebut, yang juga dipengaruhi oleh informasi awal berdasarkan pengalaman dan pembelajaran yang telah dilakukan. Setelah itu, muncul potensi bagi individu untuk menghadapi tekanan. Jika individu berada dalam kondisi tersebut, penilaian sekunder (*secondary appraisal*) akan muncul, yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengatasi permasalahan yang muncul.

Primary appraisal dilakukan oleh individu dalam menghadapi situasi tertentu, di mana mereka akan menilai situasi yang dialami dan mengevaluasi dampak yang mungkin timbul. Lazarus dan Folkman (1984) menunjukkan bahwa primary appraisal dapat dibagi menjadi tiga tahapan: *irrelevant, benign positive,* dan *stressful*. *Irrelevant* terjadi ketika seseorang menghadapi situasi yang tidak berdampak pada kesejahteraannya. *Benign positive* terjadi ketika hasil dari stres yang ada memberikan dampak positif bagi kesejahteraan individu, sedangkan

stressful terjadi ketika individu merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi sumber stres yang ada.

Dalam kondisi *stressful*, individu akan mengalami *harm/loss, threat*, dan *challenge*. *Harm/loss* adalah indikasi bahwa sesuatu yang merugikan telah terjadi pada individu. *Threat* menunjukkan kemungkinan adanya bahaya yang akan berlanjut di masa depan. *Challenge* adalah keterlibatan individu dengan tuntutan yang ada. Dalam kondisi ini, individu akan melakukan penilaian lanjutan melalui secondary appraisal. Melalui penilaian ini, individu akan melakukan *problem-focused coping* atau *emotion-focused coping*.

2.1.1.5 Tujuan Strategi Koping

Sejatinya, individu selalu berusaha untuk menghadapi permasalahan yang ada, termasuk dalam situasi yang menekan, namun setiap orang memiliki karakteristik dan cara yang berbeda. Strategi koping seharusnya bertujuan untuk mengatasi situasi dan kondisi yang dianggap menantang, membebani, dan melebihi sumber daya yang dimiliki. Lazarus dan Folkman (dalam Stewart, 2007) menyatakan bahwa tujuan dari strategi koping antara lain adalah untuk mengurangi kondisi stres yang disebabkan oleh lingkungan dan memberikan kesempatan maksimal untuk pemulihan.

Selain itu, strategi ini juga bertujuan untuk melatih kesabaran, menjaga citra diri yang positif, mengelola emosi, dan mempertahankan hubungan yang menyenangkan dengan orang lain. Semua ini ditujukan agar individu dapat mengelola potensi mereka dalam memecahkan permasalahan yang ada. Decky (2016) menjelaskan bahwa ketika menghadapi kondisi stres yang sama, individu

cenderung menggunakan strategi koping yang serupa. Mereka yang memiliki permasalahan yang mirip biasanya akan menerapkan jenis koping yang tidak jauh berbeda, karena terdapat keselarasan antara permasalahan yang dihadapi dan sumber daya atau kekuatan yang dimiliki.

Dalam sumber yang sama juga dijelaskan bahwa tujuan dari strategi koping adalah untuk menginterpretasikan situasi stres dengan cara yang lebih positif serta mengelola emosi dalam menghadapi keadaan yang menekan. Dalam menjalani kehidupan, individu sering kali menghadapi stresor yang menjadi penghalang dalam melakukan aktivitas. Melalui strategi koping, diharapkan individu dapat berpikir lebih luas dalam memandang suatu masalah sehingga dapat mengurangi tekanan yang ada.

2.1.1.6 Sumber Daya dalam Melakukan Strategi Koping

Sumber daya memainkan peran penting dalam pelaksanaan strategi koping yang efektif, terutama bagi individu yang menghadapi tantangan dan stres dalam kehidupan sehari-hari. Sumber daya ini dapat dibagi menjadi beberapa kategori sebagai berikut

1. Kondisi Kesehatan

Kesehatan dapat didefinisikan sebagai keadaan kesejahteraan yang menyeluruh, mencakup aspek jasmani, mental, dan sosial, bukan sekadar ketiadaan penyakit atau kecacatan. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan adalah "keadaan lengkap dari kesejahteraan fisik, mental, dan sosial, dan bukan hanya ketiadaan penyakit atau kelemahan." Dalam konteks ini, kesehatan mental diartikan sebagai kemampuan individu untuk berpikir dengan jernih dan baik, serta

mengelola emosi dan stres dengan efektif. Hal ini sejalan dengan pendapat psikolog terkenal, Daniel Goleman, yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional—kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi—merupakan komponen penting dari kesehatan mental yang baik.

Sementara itu, kesehatan sosial merujuk pada kemampuan individu untuk berinteraksi, berkomunikasi, dan mempertahankan hubungan yang positif dengan orang lain. Menurut ahli sosiologi, Emile Durkheim, hubungan sosial yang kuat dapat berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik, karena dukungan sosial dapat mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan rasa keterhubungan.

2. Kepribadian

Kepribadian dapat didefinisikan sebagai pola perilaku yang dapat diamati, yang mencakup ciri-ciri biologis, sosiologis, dan moral yang khas bagi individu, sehingga membedakannya dari kepribadian orang lain (Littauer, 2002). Dalam pandangan lain, kepribadian diartikan sebagai sekumpulan ciri, karakteristik, gaya, atau sifat-sifat yang melekat pada diri seseorang, yang membentuk cara mereka berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka.

Kepribadian tidak muncul begitu saja; ia merupakan hasil dari interaksi kompleks antara faktor-faktor genetik dan lingkungan. Sebagai contoh, banyak ahli psikologi, seperti Sigmund Freud dan Carl Jung, berpendapat bahwa pengalaman masa kecil, terutama yang diperoleh dari keluarga, memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk kepribadian seseorang. Lingkungan keluarga, termasuk pola asuh, nilai-nilai yang diajarkan, dan dinamika hubungan antar

anggota keluarga, dapat membentuk cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak.

Selain itu, faktor biologis juga memainkan peran penting dalam pembentukan kepribadian. Penelitian dalam bidang psikologi dan genetika menunjukkan bahwa beberapa aspek kepribadian, seperti temperamen, dapat diturunkan dari orang tua kepada anak. Misalnya, anak-anak yang memiliki orang tua dengan sifat ekstrovert cenderung lebih terbuka dan sosial, sementara anak-anak dari orang tua yang lebih introvert mungkin lebih cenderung untuk bersikap pendiam dan reflektif.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kepribadian adalah hasil dari kombinasi antara faktor bawaan yang dimiliki sejak lahir dan pengaruh lingkungan yang diterima sepanjang hidup. Proses pembentukan kepribadian ini bersifat dinamis dan dapat berubah seiring dengan pengalaman hidup, interaksi sosial, dan perkembangan individu. Oleh karena itu, memahami kepribadian seseorang memerlukan pendekatan yang holistik, yang mempertimbangkan baik aspek genetik maupun lingkungan yang membentuknya.

3. Konsep Diri

Menurut Maramis (1998), konsep diri dapat didefinisikan sebagai keseluruhan ide, pikiran, kepercayaan, dan pendirian yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri, yang terbentuk dalam konteks interaksi dengan orang lain. Konsep diri ini bukanlah sesuatu yang statis; ia berkembang dan berubah seiring dengan pengalaman sosial yang dialami individu.

Proses pembentukan konsep diri dimulai sejak masa kanak-kanak, ketika individu mulai berinteraksi dengan keluarga, teman, dan lingkungan sosial lainnya. Melalui kontak sosial ini, individu mendapatkan umpan balik dari orang lain yang membantu mereka memahami bagaimana mereka dipersepsikan dan diterima dalam masyarakat. Misalnya, pujian atau kritik dari orang tua dan teman sebaya dapat memengaruhi cara individu melihat diri mereka sendiri, baik dalam hal kemampuan, penampilan, maupun nilai-nilai yang mereka anut.

Selain itu, pengalaman hidup yang beragam, seperti keberhasilan, kegagalan, dan tantangan yang dihadapi, juga berkontribusi pada pembentukan konsep diri. Ketika individu berhasil mencapai tujuan atau mengatasi rintangan, mereka cenderung mengembangkan rasa percaya diri yang lebih tinggi. Sebaliknya, pengalaman negatif atau kegagalan dapat menyebabkan keraguan diri dan mempengaruhi cara individu memandang diri mereka.

Konsep diri juga dipengaruhi oleh norma dan nilai-nilai yang berlaku dalam budaya atau masyarakat tempat individu tinggal. Misalnya, dalam budaya yang menekankan prestasi dan kompetisi, individu mungkin lebih cenderung mengaitkan konsep diri mereka dengan pencapaian dan keberhasilan. Sebaliknya, dalam budaya yang lebih kolektif, individu mungkin lebih fokus pada hubungan sosial dan kontribusi mereka terhadap komunitas.

4. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai keterlibatan aktif orang lain dalam membantu individu menghadapi dan menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dalam situasi yang menantang, individu sering kali melakukan tindakan kooperatif

dengan mencari dukungan dari orang-orang di sekitar mereka, seperti keluarga, teman, atau rekan kerja. Keterlibatan ini sangat penting karena sumber daya sosial yang tersedia dapat memberikan berbagai bentuk dukungan, termasuk dukungan emosional, bantuan nyata, dan informasi yang berguna.

Dukungan emosional, misalnya, mencakup pengertian, empati, dan dorongan yang diberikan oleh orang lain, yang dapat membantu individu merasa lebih diterima dan dihargai. Ketika seseorang merasa didukung secara emosional, mereka cenderung lebih mampu mengatasi stres dan tekanan yang dihadapi. Selain itu, dukungan sosial juga dapat berupa bantuan nyata, seperti bantuan fisik atau material, yang dapat membantu individu mengatasi tantangan praktis dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya, teman atau anggota keluarga mungkin menawarkan bantuan dalam bentuk waktu, tenaga, atau sumber daya finansial saat individu mengalami kesulitan.

Selain itu, dukungan sosial juga mencakup penyediaan informasi yang relevan dan bermanfaat. Dalam situasi di mana individu merasa bingung atau tidak tahu harus berbuat apa, mendapatkan informasi dari orang lain dapat memberikan perspektif baru dan membantu mereka membuat keputusan yang lebih baik. Misalnya, seorang rekan kerja mungkin memberikan saran atau strategi yang berguna untuk mengatasi masalah di tempat kerja, sementara seorang teman dapat berbagi pengalaman pribadi yang relevan.

2.1.2 Tinjauan tentang Korban Penyalahgunaan Napza

1. Pengertian Napza

Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif (NAPZA) merupakan istilah yang merujuk pada berbagai jenis zat yang dapat memengaruhi sistem saraf pusat dan menyebabkan perubahan dalam kesadaran, suasana hati, dan perilaku. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 35 Tahun 2009 tentang Narkotika, NAPZA adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis maupun semisintesis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan.

Data dari Badan Narkotika Nasional (BNN) menunjukkan bahwa prevalensi penyalahgunaan narkoba di Indonesia mencapai 1,73% pada tahun 2023, yang setara dengan sekitar 3,3 juta penduduk berusia 15-64 tahun. Meskipun angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, jumlah tersebut tetap menjadi perhatian serius bagi pemerintah dan masyarakat (BNN, 2023). Penyalahgunaan NAPZA tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental individu, tetapi juga memiliki konsekuensi sosial yang luas, termasuk peningkatan angka kriminalitas, kerusakan hubungan interpersonal, dan penurunan kualitas hidup.

Penyalahgunaan NAPZA dapat menyebabkan isolasi sosial dan stigma, yang menghambat proses pemulihan individu. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan program rehabilitasi yang tidak hanya fokus pada aspek medis, tetapi juga mempertimbangkan dukungan sosial dan lingkungan yang mendukung pemulihan. Dengan memahami konsep NAPZA secara komprehensif, diharapkan

dapat diambil langkah-langkah yang lebih efektif dalam penanggulangan penyalahgunaan narkoba di Indonesia.

2.1.2.2 Pengertian Korban Penyalahgunaan Napza

Korban penyalahgunaan NAPZA adalah individu yang telah terlibat dalam penggunaan narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya, dan telah mengalami dampak negatif dari penggunaan tersebut. Menurut Badan Narkotika Nasional (BNN), korban penyalahgunaan NAPZA dapat dibagi menjadi beberapa kategori, termasuk:

1. Pengguna NAPZA: Individu yang menggunakan NAPZA secara teratur, tetapi belum mengalami gejala ketergantungan.
2. Pecandu NAPZA: Individu yang telah mengalami gejala ketergantungan pada NAPZA dan memerlukan bantuan untuk berhenti menggunakan.
3. Eks Korban Penyalahgunaan NAPZA: Individu yang telah berhenti menggunakan NAPZA dan sedang dalam proses pemulihan.

Pada konteks pemulihan, korban penyalahgunaan NAPZA memerlukan dukungan yang komprehensif, termasuk:

1. Terapi Medis: Pengobatan untuk mengatasi gejala ketergantungan dan kerusakan fisik.
2. Terapi Psikologis: Pengobatan untuk mengatasi gangguan mental dan penurunan fungsi kognitif.
3. Dukungan Sosial: Dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas untuk membantu proses pemulihan.

2.1.2.3 Jenis-jenis Napza

Penanggulangan penyalahgunaan NAPZA di Indonesia mengelompokan jenis-jenis NAPZA berdasarkan Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika. Undang-undang ini membagi jenis-jenis narkotika ke dalam beberapa golongan berdasarkan potensi adiktif, dampak medis, dan risiko penyalahgunaannya.

1. Narkotika

Narkotika adalah zat atau obat yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan. Narkotika dikendalikan secara ketat karena potensi penyalahgunaan dan ketergantungannya yang tinggi.

1) Opioid: Opioid bekerja pada sistem saraf pusat untuk mengurangi rasa sakit. Mereka bisa sangat adiktif.
2) Heroin: Opioid ilegal yang sangat adiktif, sering digunakan dengan cara disuntikkan.
3) Morfin: Opioid yang diresepkan untuk meredakan nyeri yang parah.
4) Kodein: Opioid yang lebih lemah, sering digunakan dalam obat batuk dan pereda nyeri ringan.
5) Oxycodone (OxyContin): Opioid semi-sintetis yang diresepkan untuk nyeri sedang hingga berat.
6) Fentanyl: Opioid sintetis yang sangat kuat (50-100 kali lebih kuat dari morfin). Sering digunakan dalam anestesi dan untuk mengobati nyeri kronis yang parah.

7) Ganja (Marijuana/Cannabis): Zat psikoaktif dari tanaman Cannabis sativa.
8) Kokain: Stimulan kuat yang diekstrak dari daun tanaman koka.

2. Psikotropika

Psikotropika memengaruhi fungsi mental dan perilaku. Mereka dapat digunakan untuk tujuan medis tetapi juga memiliki potensi penyalahgunaan.

1) Ekstasi (MDMA/Ecstasy): Obat sintetis dengan sifat stimulan dan halusinogen.
2) Amfetamin: Kelas stimulan yang meningkatkan kewaspadaan, konsentrasi, dan energi.
3) Amfetamin (Adderall): Diresepkan untuk ADHD dan narkolepsi.
4) Metamfetamin (Meth): Stimulan yang sangat kuat dan adiktif.
5) Benzodiazepin: Kelas obat penenang yang digunakan untuk mengobati kecemasan, insomnia, dan kejang.
6) Diazepam (Valium), Alprazolam (Xanax), Lorazepam (Ativan): Contoh benzodiazepin yang umum diresepkan.
7) LSD (Lysergic Acid Diethylamide): Halusinogen kuat yang memengaruhi persepsi, pikiran, dan emosi.

3. Zat adiktif lainnya

Zat-zat ini dapat menyebabkan ketergantungan meskipun secara teknis tidak diklasifikasikan sebagai narkotika atau psikotropika.

1) Alkohol: Depresan sistem saraf pusat yang melambatkan fungsi otak.
2) Nikotin: Stimulan yang sangat adiktif yang ditemukan dalam tembakau.

3) Inhalan: Zat kimia yang mudah menguap yang dihirup untuk menghasilkan efek psikoaktif. Contoh: Lem, thinner, bensin, aerosol.
4) Kafein: Stimulan yang ditemukan dalam kopi, teh, minuman energi, dan beberapa soda.

2.1.2.4 Faktor Penyebab Penyalahgunaan NAPZA

Penyalahgunaan NAPZA adalah masalah kompleks yang disebabkan oleh kombinasi berbagai faktor. Tidak ada satu penyebab tunggal, tetapi beberapa faktor utama yang berkontribusi meliputi faktor biologis, psikologis, sosial, dan lingkungan. Faktor-faktor tersebut saling berkaitan dan dapat memengaruhi kerentanan seseorang terhadap penyalahgunaan zat. Individu dengan riwayat keluarga pengguna, gangguan kesehatan mental, tekanan sosial, atau lingkungan yang permisif terhadap penggunaan zat berisiko lebih tinggi terlibat dalam penyalahgunaan NAPZA (Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, 2020; National Institute on Drug Abuse, 2020). Beberapa faktor utama yang berkontribusi meliputi:

1. Faktor Individu
   1) Genetik: Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor genetik dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami kecanduan. Gen dapat memengaruhi cara otak merespons NAPZA.
   2) Kesehatan Mental: Individu dengan masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, gangguan bipolar, atau gangguan stres pasca-trauma (PTSD) lebih rentan terhadap penyalahgunaan NAPZA sebagai bentuk "pengobatan sendiri" (self-medication).

3) Kepribadian: Ciri-ciri kepribadian tertentu, seperti impulsivitas, pencarian sensasi, kesulitan mengendalikan diri, dan rendahnya harga diri, dapat meningkatkan risiko penyalahgunaan NAPZA.
4) Pengalaman Trauma: Pengalaman traumatis di masa lalu, seperti pelecehan fisik, seksual, atau emosional, dapat meningkatkan kerentanan terhadap penyalahgunaan NAPZA sebagai mekanisme koping.

2. Faktor Keluarga

1) Riwayat Keluarga: Memiliki anggota keluarga dengan riwayat penyalahgunaan NAPZA meningkatkan risiko seseorang mengalami masalah serupa. Ini bisa disebabkan oleh faktor genetik, lingkungan keluarga, atau kombinasi keduanya.
2) Pola Asuh: Pola asuh yang buruk, seperti kurangnya pengawasan, komunikasi yang buruk, konflik keluarga, atau kekerasan dalam rumah tangga, dapat meningkatkan risiko penyalahgunaan NAPZA pada anak-anak dan remaja.
3) Penerimaan Penggunaan NAPZA: Jika keluarga memiliki sikap permisif terhadap penggunaan NAPZA, anak-anak cenderung lebih mungkin untuk mencoba dan menyalahgunakan NAPZA.

3. Faktor Lingkungan

1) Tekanan Teman Sebaya: Tekanan dari teman sebaya untuk mencoba NAPZA, terutama pada masa remaja, adalah faktor risiko yang signifikan.
2) Ketersediaan NAPZA: Semakin mudah NAPZA diperoleh di lingkungan sekitar, semakin tinggi risiko seseorang untuk mencoba dan menyalahgunakannya.

3) Lingkungan Sosial: Lingkungan sosial yang tidak mendukung, seperti kemiskinan, pengangguran, kurangnya akses ke pendidikan dan layanan kesehatan, dapat meningkatkan risiko penyalahgunaan NAPZA.
4) Norma Sosial: Norma sosial yang menerima atau mentolerir penggunaan NAPZA dapat meningkatkan risiko penyalahgunaan.

4. Faktor Psikologis

1) Stres: Stres yang berkepanjangan atau tidak terkelola dapat mendorong seseorang untuk mencari cara untuk mengatasi stres, termasuk dengan menggunakan NAPZA.
2) Kesepian dan Isolasi: Perasaan kesepian dan isolasi sosial dapat meningkatkan risiko penyalahgunaan NAPZA sebagai cara untuk mengatasi perasaan tersebut.
3) Kehilangan dan Duka: Kehilangan orang yang dicintai atau pengalaman duka yang mendalam dapat menjadi pemicu penyalahgunaan NAPZA.

2.1.2.5 Dampak Penyalahgunaan Napza

Menurut Kementrian Kesehatan RI (2020; WHO 2016), Penyalahgunaan NAPZA memiliki dampak yang luas, mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi. Secara fisik, penggunaan zat terlarang dapat merusak organ tubuh seperti hati, ginjal, paru-paru, dan sistem saraf pusat. Dampak psikologisnya meliputi gangguan kecemasan, depresi, gangguan kepribadian, hingga psikosis. Dari sisi sosial, pengguna NAPZA sering mengalami penurunan fungsi dalam keluarga, pendidikan, dan pekerjaan, serta cenderung terisolasi dari lingkungan sosial. Secara ekonomi, penyalahgunaan NAPZA menyebabkan kerugian besar, baik bagi

individu maupun negara, akibat biaya pengobatan, kehilangan produktivitas, serta peningkatan beban sistem hukum dan kesehatan masyarakat.

1. Dampak Terhadap kesehatan Fisik:
    1) Kerusakan Organ:
        (1) Hati: Kerusakan hati (seperti sirosis) sering terjadi akibat penggunaan alkohol yang berlebihan atau penyalahgunaan obat-obatan tertentu.
        (2) Jantung: Penyalahgunaan NAPZA dapat menyebabkan masalah jantung seperti aritmia, serangan jantung, dan gagal jantung. Stimulan seperti kokain dan amfetamin sangat berbahaya bagi jantung.
        (3) Paru-paru: Merokok (tembakau atau ganja) dapat menyebabkan penyakit paru-paru kronis (PPOK), kanker paru-paru, dan masalah pernapasan lainnya. Menghirup inhalan dapat menyebabkan kerusakan paru-paru yang parah dan bahkan kematian mendadak.
        (4) Otak: Beberapa NAPZA dapat menyebabkan kerusakan otak permanen, yang mengakibatkan masalah memori, kesulitan belajar, dan penurunan fungsi kognitif.
        (5) Ginjal: Penyalahgunaan NAPZA dapat menyebabkan kerusakan ginjal dan gagal ginjal.
    2) Overdosis: Overdosis terjadi ketika seseorang mengonsumsi NAPZA dalam jumlah yang terlalu banyak, yang dapat menyebabkan kegagalan organ, koma, dan kematian. Opioid adalah salah satu NAPZA yang paling sering dikaitkan dengan overdosis fatal.

3) Penyakit Menular:

(1)Penggunaan NAPZA suntik meningkatkan risiko penularan penyakit menular seperti HIV, hepatitis B, dan hepatitis C.

(2)Perilaku berisiko yang terkait dengan penggunaan NAPZA (seperti seks tanpa kondom) juga dapat meningkatkan risiko penularan penyakit menular seksual (PMS).

2. Dampak Psikologis:

1) Kesehatan Mental:

(1) Depresi: Penyalahgunaan NAPZA dapat menyebabkan atau memperburuk depresi.

(2) Kecemasan: Dapat memicu atau memperburuk gangguan kecemasan.

(3) Psikosis: Beberapa NAPZA (seperti stimulan dan halusinogen) dapat memicu psikosis pada individu yang rentan.

(4) Gangguan Bipolar: Penyalahgunaan NAPZA dapat memperburuk gejala gangguan bipolar.

(5) PTSD: Penyalahgunaan NAPZA sering dikaitkan dengan PTSD, baik sebagai penyebab maupun akibat.

2) Perubahan Mood dan Perilaku: Penyalahgunaan NAPZA dapat menyebabkan perubahan mood yang drastis, seperti mudah marah, agresif, atau apatis. Dapat menyebabkan perilaku impulsif, pengambilan keputusan yang buruk, dan kurangnya pengendalian diri.

3) Masalah Kognitif: Penyalahgunaan NAPZA dapat menyebabkan masalah memori, kesulitan berkonsentrasi, dan penurunan kemampuan belajar.

4) Ketergantungan Psikologis: Keinginan yang kuat untuk menggunakan NAPZA untuk mengatasi stres, emosi negatif, atau masalah lainnya.

5) Gangguan Jiwa Lainnya: Penyalahgunaan NAPZA dapat meningkatkan risiko gangguan jiwa lainnya.

3. Dampak Sosial:

1) Hubungan: Merusak hubungan dengan keluarga, teman, dan pasangan, Kehilangan kepercayaan dan rasa hormat dari orang lain, Isolasi sosial.

2) Pekerjaan/Pendidikan: Kehilangan pekerjaan atau kesulitan mempertahankan pekerjaan, Kinerja akademik yang buruk atau putus sekolah, Kesulitan untuk mencapai potensi penuh dalam karir atau pendidikan.

3) Masalah Hukum: Penangkapan karena kepemilikan, penggunaan, atau penjualan NAPZA, Hukuman penjara, Catatan kriminal yang dapat membatasi peluang di masa depan.

4) Keuangan: Masalah keuangan yang disebabkan oleh biaya NAPZA, kehilangan pekerjaan, dan masalah hukum. Hutang yang menumpu, Kebangkrutan.

5) Kriminalitas: Penyalahgunaan NAPZA dapat meningkatkan risiko terlibat dalam aktivitas kriminal untuk mendapatkan uang untuk membeli NAPZA.

6) Kekerasan: Penyalahgunaan NAPZA dapat meningkatkan risiko menjadi korban atau pelaku kekerasan.

7) Stigma: Individu yang menyalahgunakan NAPZA seringkali menghadapi stigma dan diskriminasi, yang dapat mempersulit mereka untuk mencari bantuan dan pemulihan.

4. Dampak Ekonomi:

1) Biaya Kesehatan: Penyalahgunaan NAPZA membebani sistem perawatan kesehatan dengan biaya pengobatan overdosis, komplikasi medis, dan masalah kesehatan mental.
2) Produktivitas: Kehilangan produktivitas akibat sakit, cacat, dan kematian dini.
3) Kriminalitas: Biaya sistem peradilan pidana, penjara, dan penegakan hukum.
4) Kesejahteraan Sosial: Biaya program kesejahteraan sosial untuk membantu individu dan keluarga yang terkena dampak penyalahgunaan NAPZA.
5) Kerugian Ekonomi Lainnya: Kerusakan properti, kebakaran, kecelakaan lalu lintas, dan kerugian ekonomi lainnya yang terkait dengan penyalahgunaan NAPZA.

5. Dampak pada Keluarga:

1) Anak-anak: Anak-anak dari orang tua yang menyalahgunakan NAPZA lebih mungkin mengalami pelecehan, penelantaran, dan masalah emosional dan perilaku. Mereka juga berisiko lebih tinggi untuk mengembangkan masalah penyalahgunaan NAPZA mereka sendiri di kemudian hari.
2) Pasangan: Penyalahgunaan NAPZA dapat merusak hubungan pasangan dan menyebabkan perceraian atau perpisahan. Pasangan dari individu yang

menyalahgunakan NAPZA seringkali mengalami stres emosional, masalah keuangan, dan masalah kesehatan mereka sendiri.

3) Orang Tua: Orang tua dari anak-anak yang menyalahgunakan NAPZA seringkali mengalami rasa bersalah, malu, dan putus asa.Mereka juga mungkin mengalami masalah keuangan dan masalah kesehatan mereka sendiri.

2.1.3 Tinjauan tentang Proses Pemulihan

2.1.3.1 Pengertian Proses Pemulihan

Proses pemulihan merupakan perjalanan individu menuju pemulihan kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan emosional setelah mengalami kondisi tertentu, seperti penyalahgunaan zat, gangguan mental, atau trauma. Menurut Anthony (1993), pemulihan adalah "proses mendalam yang melibatkan perubahan sikap, nilai, perasaan, tujuan, keterampilan, dan peran, yang memungkinkan individu hidup memuaskan dan bermanfaat meskipun keterbatasan disebabkan oleh gangguan". Pemulihan tidak hanya berarti berhenti dari perilaku merusak, tetapi juga mencakup pembangunan kembali kualitas hidup dan hubungan dengan lingkungan sosial.

Menurut Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), ada beberapa prinsip dalam proses pemulihan:

1) Pemulihan muncul dari harapan.
2) Terdapat banyak cara atau jalur untuk mencapai pemulihan.
3) Dukungan dari orang lain dan jejaring sosial sangat penting.
4) Pemulihan dipengaruhi oleh faktor budaya.

5) Mengatasi trauma adalah bagian dari proses pemulihan.

6) Pemulihan harus didasarkan pada rasa hormat terhadap individu

Proses pemulihan dianggap sebagai perjalanan pribadi bagi individu dengan penyakit mental atau ketergantungan. Ini mencakup upaya untuk memahami masalah yang dihadapi dan mengambil langkah-langkah untuk memperbaikinya, meskipun prosesnya tidak selalu cepat atau mudah. Dalam konteks kesehatan mental, pemulihan berarti mendapatkan kembali kendali atas hidup dan menemukan makna serta tujuan dalam hidup setelah mengalami gangguan mental. Ini juga melibatkan perubahan dalam sistem layanan kesehatan mental untuk lebih memfokuskan pada kebutuhan individu.

2.1.3.2 Proses dan tahapan pemulihan

Proses pemulihan adalah suatu perjalanan yang melibatkan serangkaian tahapan yang bertujuan untuk mengembalikan individu ke keadaan yang lebih baik setelah mengalami kesulitan, trauma, atau masalah kesehatan mental. Proses ini tidak selalu linier dan dapat bervariasi dari satu individu ke individu lainnya. Berikut adalah tahapan umum dalam proses pemulihan, beserta penjelasan dari beberapa ahli:

1. Pengakuan dan Penerimaan

Tahap pertama dalam proses pemulihan adalah pengakuan bahwa ada masalah yang perlu dihadapi. Individu harus mampu menerima kenyataan bahwa mereka mengalami kesulitan atau trauma. Menurut ahli psikologi, Dr. Judith Herman, dalam bukunya "Trauma and Recovery," pengakuan adalah langkah awal yang penting untuk memulai proses penyembuhan. Tanpa pengakuan, individu

mungkin terjebak dalam keadaan denial atau penolakan yang menghambat pemulihan.

2. Mencari Dukungan

Setelah mengakui adanya masalah, individu biasanya akan mencari dukungan dari orang lain, baik itu keluarga, teman, atau profesional kesehatan mental. Dukungan sosial sangat penting dalam proses pemulihan, karena dapat memberikan rasa aman dan membantu individu merasa tidak sendirian. Menurut Dr. Brene Brown, seorang peneliti di bidang keberanian dan kerentanan, dukungan sosial dapat memperkuat rasa keterhubungan dan mengurangi perasaan kesepian, yang sangat penting dalam proses penyembuhan.

3. Menghadapi Emosi

Tahap ini melibatkan pengolahan emosi yang muncul akibat pengalaman traumatis atau kesulitan. Individu perlu belajar untuk menghadapi dan mengekspresikan emosi mereka, baik itu rasa sakit, kemarahan, atau kesedihan. Dr. Dan Siegel, seorang ahli neuropsikologi, menekankan pentingnya "membuat makna" dari pengalaman emosional sebagai bagian dari proses pemulihan. Dengan memahami dan mengintegrasikan emosi, individu dapat mulai menyembuhkan diri mereka.

4. Membangun Keterampilan Coping

Setelah menghadapi emosi, individu perlu mengembangkan keterampilan coping yang efektif untuk mengatasi stres dan tantangan yang mungkin muncul di masa depan. Ini bisa meliputi teknik relaksasi, mindfulness, atau strategi pemecahan masalah. Menurut Dr. Marsha Linehan, pencipta Dialectical Behavior

Therapy (DBT), keterampilan coping yang baik dapat membantu individu mengelola emosi dan meningkatkan ketahanan mental.

5. Rekonstruksi Identitas

Setelah melalui proses pemulihan, individu sering kali perlu merefleksikan dan membangun kembali identitas mereka. Pengalaman trauma atau kesulitan dapat mengubah cara individu melihat diri mereka sendiri. Menurut Dr. Richard Tedeschi dan Dr. Lawrence Calhoun, yang mengembangkan konsep "post-traumatic growth," individu dapat mengalami pertumbuhan positif setelah trauma, yang dapat mencakup peningkatan rasa makna hidup, hubungan yang lebih dalam dengan orang lain, dan peningkatan ketahanan.

6. Integrasi dan Penerapan

Tahap terakhir adalah integrasi pengalaman dan penerapan pelajaran yang dipelajari selama proses pemulihan ke dalam kehidupan sehari-hari. Individu mulai menerapkan keterampilan dan wawasan baru untuk menghadapi tantangan di masa depan dengan lebih baik. Proses ini menciptakan rasa harapan dan tujuan yang lebih besar dalam hidup.

Proses pemulihan adalah perjalanan yang kompleks dan unik bagi setiap individu. Dengan dukungan yang tepat, pengakuan terhadap masalah, dan pengembangan keterampilan coping, individu dapat melalui tahapan pemulihan dan mencapai keadaan yang lebih baik. Pemulihan bukan hanya tentang kembali ke keadaan sebelumnya, tetapi juga tentang pertumbuhan dan pengembangan diri yang lebih baik setelah mengalami kesulitan.

2.1.3.3 Aspek-aspek Pemulihan

Menurut Prof. Dr. dr. Dadang Hawari, seorang psikiater dari Madani Mental Health Care Foundation, menyebutkan bahwa ada empat aspek penting dalam program rehabilitasi korban NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya) meliputi: aspek biologi, aspek psikologi, aspek sosial, dan aspek spiritual. Keempat aspek ini tidak dapat dipisahkan dalam proses pemulihan.

1. Aspek Biologi

Aspek ini menekankan pada pemulihan fisik dari dampak penggunaan napza. Aspek ini berfokus pada pengobatan, detoksifikasi, dan penanganan fisik untuk mengurangi ketergantungan atau dampak fisik dari perilaku adiktif. Aspek pemulihan fisik dari dampak penggunaan narkotika dan zat adiktif (napza) sangat penting dalam proses rehabilitasi individu yang mengalami ketergantungan. Proses ini melibatkan serangkaian intervensi medis dan terapeutik yang dirancang untuk membantu individu mengatasi gejala putus zat dan memulihkan kesehatan fisik mereka.

Detoksifikasi adalah langkah awal yang krusial dalam pemulihan fisik, di mana individu dibantu untuk mengeluarkan zat adiktif dari tubuh mereka dengan aman. Menurut Dr. Nora Volkow, Direktur National Institute on Drug Abuse (NIDA), "Detoksifikasi bukanlah pengobatan, tetapi merupakan langkah penting dalam proses pemulihan yang memungkinkan individu untuk memulai perjalanan mereka menuju pemulihan yang lebih holistik." Proses ini sering kali dilakukan di bawah pengawasan medis untuk memastikan keselamatan dan kenyamanan individu selama fase awal pemulihan.

Setelah detoksifikasi, penanganan fisik berlanjut dengan pendekatan yang lebih komprehensif, termasuk terapi fisik, nutrisi yang baik, dan program rehabilitasi yang dirancang untuk memperbaiki kesehatan secara keseluruhan. Ahli kesehatan mental, Dr. Gabor Maté, menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam pemulihan, dengan menyatakan bahwa "Kesehatan fisik dan mental saling terkait; untuk benar-benar pulih dari ketergantungan, individu perlu memperhatikan semua aspek kesehatan mereka."

Selain itu, pengobatan medis, seperti penggunaan obat-obatan tertentu untuk mengurangi gejala putus zat dan mengurangi keinginan untuk menggunakan napza, juga merupakan bagian integral dari pemulihan fisik. Obat-obatan seperti metadon atau buprenorfin, yang digunakan dalam pengobatan ketergantungan opioid, telah terbukti efektif dalam membantu individu mengelola ketergantungan mereka.

2. Aspek Psikologis

Aspek ini berfokus pada kesehatan mental dan emosional mantan pecandu. Pemulihan mencakup kemampuan individu untuk memahami dan mengelola emosi, memperbaiki pola pikir, dan mengatasi trauma masa lalu. Aspek pemulihan yang berfokus pada kesehatan mental dan emosional mantan pecandu sangat penting dalam proses rehabilitasi, karena kesehatan mental yang baik merupakan fondasi untuk pemulihan yang berkelanjutan. Pemulihan ini mencakup kemampuan individu untuk memahami dan mengelola emosi mereka, memperbaiki pola pikir yang mungkin telah terdistorsi akibat penggunaan zat adiktif, serta mengatasi trauma masa lalu yang sering kali menjadi penyebab atau pemicu perilaku adiktif pemulihan yang berfokus pada kesehatan mental dan emosional mantan pecandu

sangat penting dalam proses rehabilitasi, karena kesehatan mental yang baik merupakan fondasi untuk pemulihan yang berkelanjutan. Pemulihan ini mencakup kemampuan individu untuk memahami dan mengelola emosi mereka, memperbaiki pola pikir yang mungkin telah terdistorsi akibat penggunaan zat adiktif, serta mengatasi trauma masa lalu yang sering kali menjadi penyebab atau pemicu perilaku adiktif.

Proses ini melibatkan berbagai pendekatan terapeutik, seperti terapi kognitif perilaku (CBT), yang dirancang untuk membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif yang dapat memengaruhi perilaku mereka. Menurut Dr. Aaron T. Beck, pencipta CBT, "Pikiran, perasaan, dan perilaku saling terkait; dengan mengubah cara seseorang berpikir, kita dapat membantu mereka mengubah cara mereka merasa dan bertindak." Dengan demikian, terapi ini dapat membantu mantan pecandu untuk mengembangkan cara berpikir yang lebih positif dan adaptif.

Selain itu, pemulihan emosional juga mencakup pengelolaan emosi yang lebih baik dapat dicapai melalui teknik-teknik seperti mindfulness dan pelatihan keterampilan emosional. Dr. Jon Kabat-Zinn, seorang pelopor dalam praktik mindfulness, menyatakan bahwa "Mindfulness adalah cara untuk memperhatikan dengan cara tertentu: dengan tujuan, pada saat ini, dan tanpa menghakimi." Dengan menerapkan mindfulness, individu dapat belajar untuk lebih sadar akan emosi mereka, mengurangi reaktivitas emosional, dan meningkatkan kesejahteraan mental secara keseluruhan.

Mengatasi trauma masa lalu juga merupakan komponen kunci dalam pemulihan mental dan emosional. Banyak mantan pecandu mungkin memiliki

pengalaman traumatis yang belum terselesaikan, yang dapat memicu kembali perilaku adiktif. Terapi berbasis trauma, seperti Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), dapat membantu individu memproses dan mengatasi pengalaman traumatis tersebut. Menurut Dr. Francine Shapiro, pencipta EMDR, "Trauma tidak hanya memengaruhi pikiran kita, tetapi juga dapat mengubah cara kita merasakan dan berinteraksi dengan dunia."

3. Aspek Sosial

Dukungan sosial sangat penting dalam pemulihan. Aspek ini menekankan pada reintegrasi mantan pecandu ke dalam masyarakat dengan mengakses pada komunitas pendukung cenderung memiliki peluang lebih besar untuk mencapai pemulihan yang berkelanjutan. Dukungan sosial memainkan peran yang sangat penting dalam proses pemulihan, terutama bagi mantan pecandu yang berusaha untuk reintegrasi ke dalam masyarakat. Aspek ini menekankan bahwa akses ke komunitas pendukung, seperti kelompok pemulihan, keluarga, dan teman-teman, dapat memberikan dukungan emosional, praktis, dan informasi yang diperlukan untuk membantu individu mengatasi tantangan yang mereka hadapi setelah keluar dari ketergantungan. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang terhubung dengan jaringan dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki peluang lebih besar untuk mencapai pemulihan yang berkelanjutan.

Menurut Dr. John C. Norcross, seorang psikolog dan peneliti di bidang perubahan perilaku, "Dukungan sosial tidak hanya membantu individu merasa lebih terhubung dan kurang terisolasi, tetapi juga memberikan sumber daya yang diperlukan untuk mengatasi stres dan tantangan yang muncul selama proses

pemulihan”. Dukungan dari orang-orang di sekitar mereka dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan motivasi individu untuk tetap berkomitmen pada proses pemulihan.

Komunitas pendukung juga dapat menawarkan lingkungan yang positif dan inklusif, di mana mantan pecandu dapat berbagi pengalaman, belajar dari satu sama lain, dan mendapatkan inspirasi untuk terus maju. Menurut Dr. Gabor Maté, seorang ahli dalam bidang ketergantungan, "Ketika individu merasa diterima dan didukung oleh komunitas, mereka lebih mampu mengatasi rasa malu dan stigma yang sering kali menyertai ketergantungan, sehingga memudahkan mereka untuk membangun kembali identitas dan tujuan hidup yang lebih sehat."

Selain itu, dukungan sosial dapat membantu individu mengembangkan keterampilan sosial dan membangun hubungan yang sehat, yang sangat penting untuk mencegah kekambuhan. Dengan terlibat dalam aktivitas sosial dan komunitas, mantan pecandu dapat menemukan makna dan tujuan baru dalam hidup mereka, yang pada gilirannya dapat memperkuat komitmen mereka terhadap pemulihan.

4. Aspek Spiritual

Beberapa teori dalam bidang kesehatan mental dan pemulihan menekankan pentingnya aspek spiritual dalam proses pemulihan dari ketergantungan dan masalah kesehatan mental. Menurut White dan Kurtz (2006), spiritualitas dapat berfungsi sebagai sumber kekuatan yang signifikan dalam perjalanan pemulihan, membantu individu menemukan makna hidup yang lebih dalam dan mencapai ketenangan batin. Dalam konteks ini, spiritualitas tidak hanya dilihat sebagai aspek

religius, tetapi juga sebagai cara untuk menghubungkan diri dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, yang dapat memberikan dukungan emosional dan mental yang diperlukan.

Terapi psikoreligius, seperti praktik shalat dan dzikir, telah terbukti dapat meningkatkan kesadaran diri, memperkuat hubungan spiritual, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Menurut Dr. Harold Koenig, seorang ahli dalam bidang spiritualitas dan kesehatan, "Praktik spiritual dapat memberikan individu rasa tujuan dan makna, yang sangat penting dalam proses pemulihan. Ketika individu terhubung dengan keyakinan dan praktik spiritual mereka, mereka sering kali merasa lebih kuat dan lebih mampu menghadapi tantangan hidup."

Praktik shalat, misalnya, tidak hanya berfungsi sebagai ritual keagamaan, tetapi juga sebagai bentuk meditasi yang dapat membantu individu menenangkan pikiran dan mengurangi stres. Dzikir, atau pengulangan nama-nama Tuhan, juga dapat meningkatkan fokus dan ketenangan batin, yang berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik. Dr. Richard Davidson, seorang neuroscientist yang mempelajari hubungan antara emosi dan kesehatan otak, menyatakan bahwa "Praktik meditasi dan spiritual dapat mengubah cara otak merespons stres, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan memperkuat ketahanan mental."

2.1.4 Tinjauan tentang Intervensi Pekerjaan sosial dengan Napza

2.1.4.1 Pengertian Pekerjaan Sosial

Pengertian pekerjaan sosial menurut National Association of Sosial Worker (NASW) (dalam Adi Fahrudin, 2018: 60) menyatakan bahwa pekerjaan sosial adalah kegiatan professional membantu individu, kelompok, atau masyarakat untuk meningkatkan atau memulihkan kemampuan mereka berfungsi sosial dan untuk menciptakan kondisi sosial yang mendukung tujuan-tujuan ini.

Menurut Charles Zastrow (2017), pekerjaan sosial (*social work*) adalah profesi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu, kelompok, dan masyarakat secara keseluruhan. Zastrow menekankan bahwa pekerjaan sosial tidak hanya berfokus pada individu sebagai penerima bantuan, tetapi juga mencakup upaya perubahan sosial yang lebih luas melalui intervensi sistemik, advokasi, dan pemberdayaan masyarakat. Pendekatannya bersifat holistik dan berbasis pada nilai-nilai kemanusiaan, keadilan sosial, serta penghargaan terhadap martabat individu.

Menurut Zastrow (2017) praktik pekerjaan sosial terdiri atas penerapan profesional dari nilai- nilai, prinsip-prinsip dan teknik-teknik pekerjaan sosial.

1. Nilai-Nilai Pekerjaan Sosial

Nilai-nilai dalam pekerjaan sosial merupakan landasan etika yang membimbing praktik profesional. Beberapa nilai utama dalam pekerjaan sosial meliputi:

1) Kemanusiaan: Menghargai martabat dan nilai setiap individu, serta memperjuangkan hak asasi manusia.

2) Keadilan Sosial: Berkomitmen untuk mengatasi ketidakadilan dan ketidaksetaraan dalam masyarakat, serta memperjuangkan akses yang adil terhadap sumber daya.
3) Empati dan Pengertian: Membangun hubungan yang saling percaya dengan klien, serta memahami perspektif dan pengalaman mereka.
4) Kemandirian: Mendorong individu dan komunitas untuk mengembangkan kemampuan dan sumber daya mereka sendiri dalam mengatasi masalah.

2. Prinsip-Prinsip Pekerjaan Sosial

Prinsip-prinsip pekerjaan sosial adalah pedoman yang membantu pekerja sosial dalam mengambil keputusan dan tindakan. Beberapa prinsip penting meliputi:

1) Partisipasi Klien: Melibatkan klien dalam proses pengambilan keputusan yang memengaruhi hidup mereka, sehingga mereka merasa memiliki kontrol atas situasi mereka.
2) Pendekatan Holistik: Memahami individu dalam konteks lingkungan sosial, ekonomi, dan budaya mereka, serta mempertimbangkan berbagai faktor yang memengaruhi kesejahteraan mereka.
3) Kekuatan dan Sumber Daya: Fokus pada kekuatan dan sumber daya yang dimiliki klien, bukan hanya pada masalah atau kekurangan mereka.
4) Kerahasiaan: Menjaga privasi dan kerahasiaan informasi klien sebagai bagian dari etika profesional.

3. Teknik-Teknik Pekerjaan Sosial

Teknik-teknik dalam pekerjaan sosial adalah strategi yang digunakan untuk membantu klien. Beberapa teknik yang umum digunakan meliputi:

1) Konseling: Memberikan dukungan emosional dan membantu klien mengeksplorasi perasaan, pikiran, dan perilaku mereka.
2) Advokasi: Membela hak-hak klien dan membantu mereka mengakses layanan dan sumber daya yang diperlukan.
3) Pendidikan: Memberikan informasi dan keterampilan kepada klien untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan mereka dalam mengatasi masalah.
4) Intervensi Berbasis Komunitas: Bekerja dengan kelompok dan komunitas untuk mengidentifikasi masalah bersama dan mengembangkan solusi yang berkelanjutan.

Praktik pekerjaan sosial memerlukan pengetahuan tentang perkembangan dan perilaku manusia, institusi-institusi sosial, ekonomi dan kultural serta interaksi antara semua faktor ini. Siporin (dalam Adi Fahrudin, 2018: 61) mendefinisikan pekerjaan sosial sebagai metode kelembagaan sosial untuk membantu orang untuk mencegah dan memecahkan masalah-masalah sosial mereka untuk memulihkan dan meningkatkan keberfungsian sosial mereka. pekerjaan sosial, sebagaimana didefinisikan oleh Siporin, merupakan metode kelembagaan yang bertujuan untuk membantu individu dalam mencegah dan mengatasi masalah sosial, serta memulihkan dan meningkatkan keberfungsian sosial mereka.

Berdasarkan definisi pekerjaan sosial dari kedua ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa pekerjaan sosial adalah profesi professional yang memberikan pertolongan kepada individu, keluarga, kelompok, komunitas/masyarakat guna

tercapainya keberfungsian sosial secara baik dan wajar sehingga kesejahteraan sosial dapat dirasakan.

2.1.4.2 Tahapan dan Metode Pekerjaan Sosial dengan Napza

Tahapan pekerjaan sosial dengan individu yang mengalami masalah penggunaan narkotika dan zat adiktif (napza) mencakup berbagai pendekatan yang dirancang untuk membantu klien mengatasi ketergantungan, memulihkan kesehatan mental dan fisik, serta reintegrasi ke dalam masyarakat. Berikut adalah tahapan dan metode yang dikemukakan oleh Zastrow, Charles (2010):

1. *Engagement*

Tahap engagement merupakan fase awal di mana pekerja sosial membangun hubungan profesional dengan klien secara empatik dan penuh rasa hormat. Tujuannya adalah menciptakan suasana aman dan nyaman agar klien merasa didengar dan diterima. Dalam tahap ini, penting bagi pekerja sosial untuk memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan pertemuan, serta meyakinkan klien mengenai kerahasiaan informasi. Suasana keterbukaan ini membantu klien lebih siap untuk menceritakan masalah yang dihadapi. Kepercayaan dan komunikasi efektif menjadi dasar keberhasilan tahap selanjutnya. Proses ini juga bisa mencakup observasi awal terhadap kondisi klien.

2. Tahap *Assessment*

Assessment adalah proses sistematis untuk memahami permasalahan yang dihadapi klien secara mendalam. Pekerja sosial mengumpulkan data melalui wawancara, observasi, dokumen, atau sumber lain untuk menilai faktor internal dan eksternal yang memengaruhi kehidupan klien. Fokus dari tahap ini adalah

menemukan kekuatan, kebutuhan, serta hambatan yang dimiliki klien dalam menyelesaikan masalahnya. Informasi yang diperoleh digunakan untuk merumuskan diagnosis sosial. Tahapan ini sangat krusial karena menjadi dasar bagi perencanaan intervensi yang tepat. Oleh karena itu, pekerja sosial harus objektif dan holistik dalam melihat situasi klien.

3. Tahap Rencana Intervensi

Tahap rencana intervensi adalah proses untuk pekerja sosial dan klien bersama-sama merumuskan tujuan dan strategi untuk mengatasi masalah yang telah diidentifikasi. Rencana intervensi harus realistis, spesifik, dan dapat diukur (SMART), serta mempertimbangkan sumber daya yang tersedia. Tahapan ini melibatkan pemilihan metode dan pendekatan yang paling sesuai dengan kondisi klien, baik melalui pendekatan individual, kelompok, maupun komunitas. Dalam proses ini, partisipasi aktif klien sangat penting agar rencana bersifat kolaboratif, bukan semata-mata instruksi dari pekerja sosial. Perencanaan yang matang akan meningkatkan peluang keberhasilan dalam intervensi.

4. Tahap Intervensi

Intervensi adalah tahap di mana rencana kerja yang telah disusun dilaksanakan secara konkret oleh pekerja sosial bersama klien. Pelaksanaannya dapat melibatkan berbagai metode praktik sosial seperti case work, group work, atau community organization, tergantung pada masalah dan tujuan yang ingin dicapai. Pekerja sosial dapat memberikan konseling, fasilitasi, advokasi, atau pendampingan sesuai kebutuhan klien. Selama proses ini, penting untuk terus memantau perkembangan klien dan melakukan penyesuaian jika diperlukan.

Keberhasilan tahap ini sangat dipengaruhi oleh keterlibatan aktif klien dan efektivitas pendekatan yang digunakan.

5. Tahap Evaluasi

Evaluasi bertujuan untuk menilai apakah intervensi yang dilakukan sudah mencapai tujuan yang ditetapkan dalam tahap perencanaan. Evaluasi dapat dilakukan secara berkala selama proses berlangsung (formatif) maupun setelah intervensi selesai (sumatif). Dalam tahap ini, pekerja sosial bersama klien merefleksikan perubahan yang terjadi, hambatan yang muncul, serta dampak dari intervensi yang telah diberikan. Hasil evaluasi menjadi dasar untuk melanjutkan, mengubah, atau mengakhiri intervensi. Evaluasi juga membantu pekerja sosial mengembangkan praktik profesional berdasarkan pengalaman yang diperoleh. Oleh karena itu, tahap ini tidak boleh dilewatkan.

6. Terminasi

Termination adalah proses mengakhiri hubungan profesional antara pekerja sosial dan klien setelah tujuan intervensi tercapai atau saat layanan tidak lagi diperlukan. Pengakhiran hubungan ini harus dilakukan secara bertahap dan dengan persiapan emosional yang cukup bagi klien. Pekerja sosial perlu memberikan umpan balik, meninjau pencapaian klien, dan menyusun rencana tindak lanjut jika dibutuhkan. Dalam beberapa kasus, termination juga disertai dengan rujukan ke layanan lain. Proses ini penting untuk memastikan klien mampu melanjutkan kehidupannya secara mandiri. Termination yang baik dapat meninggalkan kesan positif dan memperkuat keberhasilan intervensi.

Menurut Zastrow (2017) metode pekerjaan sosial merupakan dasar penting dalam praktik profesi pekerja sosial yang bertujuan untuk membantu individu, kelompok, dan masyarakat mencapai fungsi sosial yang optimal. Pemilihan metode yang tepat menjadi landasan dalam merancang intervensi yang efektif dan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh klien. Dalam praktiknya, terdapat tiga metode utama yang telah berkembang secara historis dan akademik, yaitu *case work* (pekerjaan sosial individual), *group work* (pekerjaan sosial kelompok), dan *community organization* (organisasi atau pemberdayaan masyarakat).

1. *Case Work* (Pekerjaan Sosial Individual)

Metode ini berfokus pada bantuan secara langsung kepada individu atau keluarga yang mengalami masalah pribadi atau sosial. Pekerja sosial bekerja satu-satu dengan klien melalui konseling, wawancara, dan pendekatan terapeutik. Tujuannya adalah memahami masalah klien secara mendalam dan membantu mereka menemukan solusi yang tepat. *Case work* cocok digunakan ketika masalah bersifat personal, seperti krisis keluarga, trauma, kecanduan, atau kemiskinan ekstrem.

2. *Group Work* (Pekerjaan Sosial Kelompok)

Metode ini menggunakan kelompok kecil sebagai media untuk perubahan sosial dan emosional. Pekerja sosial memfasilitasi pertemuan kelompok yang terdiri dari individu dengan kebutuhan atau tujuan yang sama, misalnya kelompok dukungan pemulihan narkoba, kelompok lansia, atau remaja. Dalam interaksi kelompok, klien bisa saling berbagi pengalaman, belajar keterampilan baru, dan

membangun solidaritas. *Group work* mengembangkan rasa percaya diri dan empati antarsesama.

3. COCD *(Community Organization or Community Dvelopment)*

Metode ini berfokus pada pemberdayaan komunitas atau masyarakat agar mampu mengidentifikasi, merencanakan, dan menyelesaikan masalah sosial secara kolektif. Pekerja sosial berperan sebagai fasilitator dan motivator yang membangkitkan partisipasi aktif masyarakat. COCD efektif digunakan untuk mengatasi masalah struktural seperti kemiskinan, pengangguran, atau kurangnya akses layanan. Contohnya seperti pengembangan komunitas, advokasi kebijakan publik, dan pengorganisasian warga.

2.1.4.3 Tujuan Praktek Pekerjaan Sosial

Pekerja sosial berusaha untuk membantu mengembalikan keberfungsian klien dan juga memberbaiki kebijakan sosial yang berkaitan dengan pelayanan bagi klien. Tujuan praktik pekerjaan sosial menurut NASW (dalam Adi Fahrudin, 2018) yaitu:

1. Meningkatkan kemampuan-kemampuan orang untuk memecahkan masalah
2. Menghubungkan orang dengan sistem-sistem yang memberikan mereka sumber-sumber, pelayanan, dan kesempatan
3. Memperbaiki keefektifan dan bekerjanya secara manusiawi dari sistem-sistem yang menyediakan orang dengan sumber dan pelayanan
4. Mengembangkan dan memperbaiki kebijakan sosial

Berdasarkan keempat tujuan di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai tujuan-tujuan yang diharapkan, perlu untuk melakukannya dari ranah mikro sampai kepada ranah makro/kebijakan.

2.1.4.4 Fungsi Pekerja Sosial

Fungsi pekerja sosial dapat dilihat berdasarkan poin berikut:

1. Membantu orang untuk meningkatkan dan menggunakan kemampuan secara efektif untuk melaksanakan tugas kehidupan dan memecahkan masalah
2. Menciptakan jalur hubungan pendahuluan antara orang dengan sistem sumber
3. Mempermudah, mengubah dan menciptakan hubungan antara orang dengan sistem-sistem sumber kemasyarakatan
4. Mempermudah, mengubah, dan menciptakan hubungan antara orang di lingkungan sistem sumber
5. Memberikan sumbangan bagi perubahan, perbaikan, dan perkembangan kebijakan dan perundang-undangan sosial
6. Meratakan sumber-sumber material
7. Bertindak sebagai pelaksana kontrol sosial

Berdasarkan uraian mengenai fungsi-fungsi pekerjaan sosial di atas, maka dapat disimpulkan bahwa fungsi pekerja sosial memiliki posisi yang strategis dan penting, mulai dari lingkungan sosial terkecil sampai kepada lingkungan pemerintahan yang dimana tentunya berkolaborasi dan bekerja sama dengan sistem sumber yang tersedia dan dibutuhkan.

2.1.4.5 Peran Pekerja Sosial dengan Napza

Pekerja sosial memiliki peran yang sangat penting dalam rehabilitasi korban penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya). Berikut adalah beberapa peran utama pekerja sosial dalam konteks ini, berdasarkan informasi dari berbagai sumber.

1. Rehabilitasi Sosial

Pekerja sosial bertanggung jawab untuk melaksanakan program rehabilitasi sosial bagi korban penyalahgunaan NAPZA. Mereka membantu individu dalam proses pemulihan dengan memberikan bimbingan fisik, mental, dan sosial. Tujuannya adalah untuk mengubah perilaku dan meningkatkan keberfungsian sosial klien.

2. Pendampingan

Sebagai pendamping, pekerja sosial berperan dalam memberikan dukungan emosional dan praktis kepada klien. Mereka melakukan pendekatan awal untuk mengidentifikasi kebutuhan klien dan membantu mereka dalam menjalani proses rehabilitasi. Pendampingan ini mencakup dari penerimaan laporan hingga penyelesaian kasus, memastikan bahwa kepentingan klien terjaga.

3. Fasilitator

Pekerja sosial berfungsi sebagai fasilitator dalam proses perubahan individu, kelompok, dan masyarakat. Mereka memfasilitasi interaksi antara klien dan berbagai sumber daya yang ada, serta membantu klien untuk memahami dan memanfaatkan layanan yang tersedia.

4. Mediator dan *Advocate*

Pekerja sosial sebagai mediator menjembatani komunikasi antara klien dan berbagai pihak terkait, termasuk keluarga, institusi kesehatan, dan lembaga pemerintah. Mereka juga berperan sebagai advokat untuk memastikan hak-hak klien terpenuhi selama proses rehabilitasi.

5. Pemberian Motivasi

Pekerja sosial memberikan motivasi kepada klien untuk tetap berkomitmen terhadap proses pemulihan. Mereka membantu klien menemukan kekuatan dalam diri mereka sendiri dan memberikan dukungan yang diperlukan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi selama rehabilitasi.

6. Pelatihan Keterampilan

Pekerja sosial juga terlibat dalam memberikan pelatihan keterampilan kepada klien agar mereka dapat kembali berfungsi secara normal dalam masyarakat. Ini termasuk keterampilan hidup sehari-hari yang diperlukan untuk mendukung keberhasilan pemulihan jangka panjang.

Dengan demikian peran pekerja sosial dalam rehabilitasi korban penyalahgunaan NAPZA sangat multifaset dan penting untuk keberhasilan pemulihan individu. Dari rehabilitasi sosial hingga pemberian motivasi, pekerja sosial berfungsi sebagai pendukung utama yang membantu klien mengatasi tantangan mereka dan kembali ke kehidupan yang produktif. Melalui pendekatan holistik dan dukungan berkelanjutan, mereka berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan sosial individu yang terkena dampak penyalahgunaan zat adiktif.

2.1.4.6 Sistem Partisipan

Menurut Charles Zastrow (2017), sistem partisipan dalam pekerjaan sosial merujuk pada semua pihak yang terlibat dalam proses intervensi sosial. Zastrow mengidentifikasi empat jenis sistem partisipan, yaitu: sistem klien, sistem sasaran (*target system*), sistem kegiatan (*action system*), dan sistem pelaksana perubahan (*change agent system*). Berikut penjelasannya:

1. Sistem Klien (*Client System*)

Sistem klien adalah individu, kelompok, keluarga, atau komunitas yang menerima bantuan atau layanan dari pekerja sosial. Mereka merupakan pihak utama yang menjadi fokus dalam proses intervensi sosial. Klien dapat berasal dari berbagai latar belakang dan memiliki beragam permasalahan sosial, mulai dari kemiskinan, kekerasan dalam rumah tangga, penyalahgunaan NAPZA, hingga ketidakmampuan mengakses layanan dasar. Keberagaman ini menuntut pekerja sosial untuk memiliki pemahaman yang mendalam terhadap kondisi dan kebutuhan unik setiap klien.

Sistem klien bisa datang secara sukarela, misalnya ketika seseorang menyadari perlunya bantuan profesional, atau bisa juga dirujuk oleh lembaga lain seperti rumah sakit, sekolah, atau aparat hukum. Dalam proses ini, pekerja sosial memiliki peran penting dalam membangun hubungan kerja yang berbasis kepercayaan, mendengarkan secara empatik, serta menggali kekuatan dan sumber daya yang dimiliki klien. Tujuannya adalah membantu klien menemukan solusi atas masalah yang dihadapi, serta mendorong mereka untuk mandiri dan berfungsi secara optimal dalam kehidupan sosialnya.

2. Sistem Sasaran (*Target System*)

Sistem sasaran adalah pihak atau struktur yang perlu mengalami perubahan agar kebutuhan dan permasalahan sistem klien dapat ditangani secara efektif. Sistem ini tidak selalu berada dalam lingkup langsung klien, namun memiliki pengaruh besar terhadap situasi yang sedang dihadapi. Dalam pekerjaan sosial, mengidentifikasi sistem sasaran sangat penting karena keberhasilan intervensi sering kali bergantung pada kemampuan pekerja sosial untuk memengaruhi faktor eksternal yang memengaruhi klien.

Sistem sasaran bisa berupa institusi, kebijakan, organisasi, atau individu yang memiliki kekuasaan atau peran dalam menciptakan atau mempertahankan kondisi yang merugikan klien. Sebagai contoh, apabila seorang klien mengalami diskriminasi di tempat kerja, maka sistem sasaran dapat berupa manajemen perusahaan, regulasi internal, atau budaya kerja yang diskriminatif. Dalam kasus seperti ini, pekerja sosial perlu melakukan advokasi, negosiasi, atau mediasi untuk mendorong perubahan pada sistem sasaran demi menciptakan lingkungan yang lebih adil dan mendukung bagi klien.

3. Sistem Kegiatan (*Action System*)

Sistem kegiatan terdiri dari individu atau kelompok yang secara aktif bekerja sama dengan pekerja sosial dalam proses intervensi untuk mencapai tujuan perubahan sosial. Mereka dapat berasal dari berbagai latar belakang, seperti staf lembaga tempat pekerja sosial bernaung, relawan, keluarga klien, hingga organisasi atau komunitas yang relevan dengan permasalahan yang dihadapi. Sistem ini

menjadi wadah bagi terbentuknya kerja sama lintas sektor yang memperkuat pelaksanaan program atau layanan sosial.

Sistem kegiatan terletak pada peran kolaboratif yang dimainkannya. Keberhasilan suatu intervensi sangat dipengaruhi oleh sinergi dan kontribusi dari berbagai pihak yang terlibat di dalamnya. Pekerja sosial tidak dapat bekerja sendiri dalam menciptakan perubahan, sehingga keterlibatan sistem kegiatan membantu memperluas jangkauan layanan, meningkatkan efisiensi pelaksanaan program, serta membangun dukungan yang berkelanjutan bagi klien dan masyarakat.

4. Sistem Pelaksana Perubahan (*Change Agent System*)

Sistem pelaksana perubahan adalah individu atau lembaga tempat pekerja sosial berada dan bertindak sebagai agen perubahan. Dalam hal ini, pekerja sosial dan organisasinya (seperti lembaga kesejahteraan sosial, rumah sakit, atau panti rehabilitasi) merupakan pusat dari sistem ini. Mereka merancang dan mengimplementasikan strategi untuk membantu sistem klien, dengan menggunakan pendekatan profesional dan etis. Melalui sistem ini, pekerja sosial dan lembaganya menjalankan peran strategis dalam mengidentifikasi masalah, merumuskan solusi, serta mengimplementasikan program yang dirancang untuk membantu klien. Mereka juga bertanggung jawab menjaga etika profesi, menjalin kerja sama lintas sektor, dan memastikan setiap intervensi dilakukan secara profesional, terukur, dan berorientasi pada pemberdayaan klien. Dengan demikian, sistem pelaksana perubahan menjadi elemen kunci dalam mendorong transformasi sosial yang berkelanjutan.

2.1.4.7 Sistem Sumber

Menurut Allen Pincus dan Anne Minahan (dalam Sukoco, 2021), sistem sumber (*resource system*) adalah semua bentuk dukungan atau sumber daya yang dapat dimanfaatkan oleh pekerja sosial maupun klien untuk membantu proses penyelesaian masalah. Sistem ini sangat penting dalam praktik pekerjaan sosial karena membantu memperluas jangkauan intervensi dan meningkatkan efektivitas pelayanan. Mereka membagi sistem sumber menjadi tiga kategori utama, yaitu: sistem sumber formal, informal, dan kemasyarakatan.

1. Sistem Sumber Formal

Sistem sumber formal adalah lembaga atau organisasi yang menyediakan layanan secara resmi dan terstruktur. Contohnya meliputi rumah sakit, sekolah, lembaga pemerintah, panti rehabilitasi, pusat pelayanan sosial, dan lembaga swadaya masyarakat (LSM). Sistem ini memiliki prosedur operasional yang jelas dan biasanya melibatkan tenaga profesional. Dalam praktiknya, pekerja sosial merujuk klien ke sistem ini untuk mendapatkan layanan khusus seperti konseling, rehabilitasi, bantuan hukum, atau pelatihan kerja.

2. Sistem Sumber Informal

Sistem sumber informal atau alamiah merupakan sumber yang dapat memberikan bantuan yang berupa dukungan emosional dan afeksi, nasihat dan informasi serta pelayanan-pelayanan kongkret lainnya misalnya peminjaman uang. Sumber ini diharapkan dapat membantu memperoleh akses kepada sistem sumber lainnya dalam bentuk pemberian informasi dan mempermudah birokrasi. Sumber ini dalam penggunaannya tidak menggunakan prosedur, sifatnya tanpa pamrih,

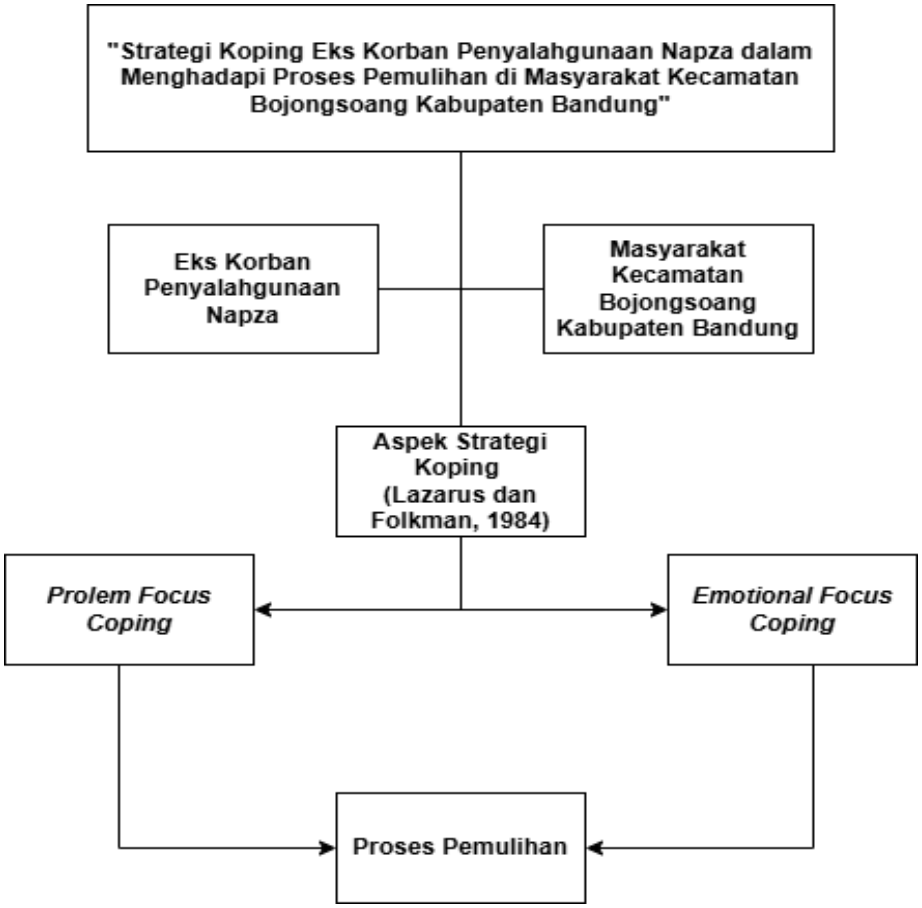
ikhlas, jujur, penuh persahabatan, cinta kasih, dan tidak ada latar belakang yang tidak baik. Sumber ini dapat berupa keluarga, teman, tetangga, mitra kerja, dan orang lainnya yang dapat memberikan bantuan..

3. Sistem Sumber Kemasyarakatan

Sistem sumber kemasyarakatan merupakan sumber (lembaga-lembaga pemerintah ataupun swasta) yang dapat memberikan bantuan pada masyarakat umum. Sumber yang dapat dikelompokkan pada sistem sumber kemasyarakatan seperti sekolah, rumah sakit, perpustakaan umum, lembaga pelayanan kesejahteraan sosial (Panti Asuhan, Panti Jompo), lembaga swadaya masyarakat adalah beberapa contoh sistem sumber yang dapat dijangkau dan digunakan oleh masyarakat luas. Organisasi lokal yang sifat keanggotaannya pasif, seperti PKK, Karang Taruna juga termasuk dalam kelompok ini.

2.2 Kerangka Pikir Penelitian

Kerangka pikir penelitian ini berfokus pada eksplorasi strategi koping yang digunakan oleh eks korban penyalahgunaan NAPZA dalam menghadapi proses pemulihan di masyarakat. Pemulihan dipahami sebagai proses yang melibatkan perubahan fisik, psikologis, dan sosial, di mana eks korban harus beradaptasi dengan tantangan, seperti stigma sosial, tekanan lingkungan, dan kebutuhan untuk membangun kembali hubungan sosial. Berikut merupakan gambaran kerangka pikir penelitian yang dapat diamati sebagai berikut.



Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Pikir Peneliti

Berdasarkan Gambar 2.1 diatas, strategi koping dibagi menjadi dua aspek utama menurut Lazarus dan Folkman (1984) yaitu *Problem Focus Coping* dan *Emotional Focus Coping*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan strategi koping bagi eks korban penyalahgunaan napza dalam menghadapi proses pemulihan dengan menghubungkan aspek strategi koping dan aspek pemulihan. Sehingga dapat memberikan gambaran tentang bagaimana strategi koping eks korban penyalahgunaan napza untuk membangun kembali kehidupan yang lebih sehat dan bermakna di tengah tantangan yang ada.