Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri,
ISSN Cetak : 2477-5673 ISSN Online : 2614-722X
Volume 11 Nomor 04, Desember 2025

DINAMIKA PSIKOLOGIS EKS PECANDU NARKOBA: STUDI KASUS DI PUSAT REHABILITASI ODGJ WELAS ASIH INDONESIA WARAS MINISTRY, SERANG-BANTEN

Qoqom Komariah[1], Yahdinil Firda Nadirah[2]
[1]Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
[2]Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Alamat e-mail: [1]kokomkmryh09@gmail.com, [2]yahdinil@uinbanten.ac.id

ABSTRACT

Drug abuse constitutes a form of behavioral disorder that has serious implications for an individual's mental health. This study aims to explore the psychological dynamics experienced by former drug users during their period of substance use and throughout the rehabilitation process. A qualitative approach using a case study method was employed with one patient undergoing rehabilitation at the Welas Asih Indonesia Waras Ministry Center for Mental Health Rehabilitation (Pusat Rehabilitasi ODGJ), Serang, Banten. Data were collected through semi-structured interviews and non-participatory observations. The findings indicate that the subject experienced severe psychological disturbances, including paranoia, delusions, auditory hallucinations, anxiety, and suicidal ideation during the period of drug use. Throughout the rehabilitation process, the subject demonstrated positive developments in self-acceptance, emotional regulation, and coping abilities through Cognitive Behavioral Therapy (CBT), individual counseling, meditation, and social support within the rehabilitation environment. These findings underscore the importance of a holistic, empathetic, and continuous psychological approach in supporting the recovery process of former drug addicts.

Keywords: psychological recovery, CBT therapy, former drug users, mental health rehabilitation.

ABSTRAK

Penyalahgunaan narkoba merupakan salah satu bentuk gangguan perilaku yang berdampak serius terhadap kesehatan mental individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika psikologis yang dialami oleh eks pengguna narkoba selama masa penggunaan dan proses rehabilitasi. Pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus digunakan terhadap salah satu pasien yang menjalani rehabilitasi di Pusat Rehabilitasi ODGJ Welas Asih Indonesia Waras Ministry, Serang, Banten. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi non-partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami gangguan psikologis berat seperti paranoid, delusi, halusinasi pendengaran, kecemasan, dan pikiran bunuh diri selama masa penggunaan. Selama proses rehabilitasi, subjek menunjukkan perkembangan positif dalam hal penerimaan diri, pengelolaan emosi, dan kemampuan coping melalui terapi Cognitive Behavior Therapy (CBT), konseling individu, meditasi, serta dukungan sosial dari lingkungan

rehabilitasi. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan psikologis yang holistik, empatik, dan berkelanjutan dalam mendampingi proses pemulihan eks pecandu narkoba.

Kata Kunci: Pemulihan psikologis, terapi CBT, eks pengguna narkoba, rehabilitasi ODGJ

A. Pendahuluan

Penyalahgunaan narkoba merupakan salah satu bentuk gangguan perilaku yang berdampak serius terhadap kesehatan mental dan sosial individu. World Health Organization (2022) mendefinisikan gangguan jiwa sebagai kondisi yang ditandai oleh perubahan dalam pola pikir, emosi, atau perilaku yang menyebabkan distress dan gangguan fungsi. Dalam konteks ini, penyalahgunaan zat adiktif seperti narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (NAPZA) sering kali memicu gangguan psikologis berat, termasuk delusi, halusinasi, kecemasan ekstrem, hingga pikiran untuk mengakhiri hidup. Gangguan ini diklasifikasikan sebagai *Substance Use Disorder* dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi ke-5 (American Psychiatric Association, 2013), yang memerlukan penanganan intensif secara medis dan psikososial.

Di Indonesia, penyalahgunaan narkoba masih menjadi masalah sosial yang kompleks, terutama di kalangan remaja dan usia produktif. Selain dampak fisik, pengguna narkoba juga mengalami pergulatan psikologis yang mendalam, baik selama masa penggunaan maupun dalam proses pemulihan. Tantangan psikologis tersebut meliputi konflik identitas, rasa bersalah, tekanan sosial, dan ketakutan terhadap stigma. Marlatt dan Donovan (2005) menekankan bahwa keberhasilan pemulihan sangat bergantung pada kemampuan individu dalam mengelola stres dan merestrukturisasi pola pikir yang maladaptif.

Lembaga rehabilitasi sosial berperan penting dalam mendampingi proses pemulihan eks pengguna narkoba. Namun, masih terbatas penelitian yang menggali secara mendalam pengalaman subjektif individu selama menjalani rehabilitasi, khususnya dari perspektif psikologi abnormal. Pemahaman terhadap

dinamika psikologis ini sangat penting untuk mengembangkan intervensi yang lebih efektif dan empatik.

Dengan mempertimbangkan konteks dan urgensi permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika psikologis yang dialami oleh eks pengguna narkoba selama masa penggunaan dan proses rehabilitasi. Penelitian ini juga mengidentifikasi faktor-faktor penyebab penggunaan narkoba serta strategi coping yang digunakan selama proses pemulihan di lembaga rehabilitasi.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Menurut Susilo Rahardjo dan Gudnanto (2011), penelitian studi kasus adalah metode yang diterapkan untuk memahami individu lebih mendalam dengan dipraktekkan secara integratif dan komprehensif. Langkah tersebut dilakukan untuk memahami karakter individu yang diteliti secara mendalam. Subjek penelitian adalah satu orang pasien laki-laki yang menjalani rehabilitasi di Pusat Rehabilitasi ODGJ Welas Asih Indonesia Waras Ministry, Serang-Banten.

Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi non-partisipatif selama periode rehabilitasi. Wawancara dilakukan secara mendalam untuk menggali pengalaman subjektif, sedangkan observasi digunakan untuk mencatat perilaku dan respons emosional subjek dalam lingkungan rehabilitasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik, dengan mengidentifikasi pola-pola psikologis yang muncul selama masa penggunaan dan proses pemulihan. Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber dan diskusi dengan konselor rehabilitasi.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi terhadap pasien, diketahui bahwa ia mulai menggunakan narkoba sejak usia 20 tahun. Faktor utama yang mendorong perilaku tersebut adalah konflik keluarga yang berkepanjangan dan pengaruh lingkungan sosial yang permisif terhadap penggunaan zat adiktif. Pasien mengonsumsi sabu secara rutin selama lebih dari lima tahun sebelum akhirnya dibawa ke lembaga rehabilitasi oleh keluarganya. Selama masa

penggunaan, pasien mengalami berbagai gangguan psikologis, antara lain paranoid, delusi, halusinasi pendengaran, kecemasan ekstrem, perasaan tidak berharga, serta munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup. Ia juga mengalami gangguan tidur dan perubahan suasana hati yang drastis. Gejala-gejala tersebut sesuai dengan kriteria *Substance-Induced Psychotic Disorder* dalam DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013). Dalam proses rehabilitasi, pasien mengikuti sesi terapi Cognitive Behavior Therapy (CBT) dan konseling individu secara rutin. Ia mulai menunjukkan perkembangan positif, seperti menulis jurnal harian untuk mengelola emosi, melakukan meditasi, membaca buku-buku motivasi, serta menjalin hubungan sosial yang sehat dengan sesama penghuni rehabilitasi. Pasien menyatakan bahwa dukungan emosional dari konselor yang empatik sangat membantunya dalam mengatasi rasa malu, bersalah, dan putus asa.

Temuan ini memperkuat pandangan Marlatt dan Donovan (2005) bahwa pemulihan dari kecanduan narkoba bukan hanya proses fisik, tetapi juga mencakup pergulatan psikologis yang kompleks. Perasaan bersalah, konflik identitas, dan tekanan sosial yang dialami pasien menunjukkan bahwa proses pemulihan menuntut narkoba menjadi pola pikir yang lebih adaptif dan realistis. Selain itu, proses pemulihan pasien juga mencerminkan tahapan perubahan perilaku yang dikemukakan oleh Prochaska dan DiClemente (1983), yaitu dari tahap kontemplasi menuju aksi dan pemeliharaan. Pasien menunjukkan kesadaran akan masalahnya, mengambil langkah aktif untuk berubah, dan berupaya mempertahankan kemajuan yang telah dicapai. Dari perspektif humanistik, dukungan tanpa syarat dari konselor dan lingkungan rehabilitasi memberikan ruang bagi pasien untuk merasa diterima dan dihargai. Seperti yang dijelaskan oleh Rogers (1961), penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*) merupakan elemen penting dalam proses pertumbuhan psikologis. Dalam konteks ini, empati dan kehadiran konselor menjadi katalisator dalam membangun kembali harga diri dan harapan hidup pasien.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemulihan psikologis eks pengguna narkoba memerlukan pendekatan yang holistik, mencakup intervensi kognitif, dukungan emosional, serta lingkungan yang aman dan suportif. Proses ini tidak hanya mengatasi gejala, tetapi juga membangun kembali identitas dan makna hidup individu secara menyeluruh.

E. Kesimpulan

Penelitian ini mengungkap bahwa proses pemulihan psikologis eks pengguna narkoba merupakan perjalanan yang kompleks dan multidimensional. Pasien mengalami gangguan psikologis berat selama masa penggunaan, seperti paranoid, delusi, halusinasi pendengaran, kecemasan, dan pikiran bunuh diri. Namun, melalui pendekatan rehabilitasi yang holistic termasuk terapi Cognitive Behavior Therapy (CBT), konseling individu, meditasi, dan dukungan sosial pasien menunjukkan perkembangan positif dalam hal penerimaan diri, pengelolaan emosi, dan kemampuan coping.

Temuan ini menegaskan bahwa pemulihan tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mencakup restrukturisasi kognitif, rekonstruksi identitas, dan pemulihan makna hidup. Dukungan emosional yang empatik dan lingkungan rehabilitasi yang aman menjadi faktor penting dalam memperkuat motivasi dan keberlanjutan proses pemulihan.

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkuat relevansi pendekatan CBT dalam menangani gangguan psikologis akibat penyalahgunaan zat, serta mendukung teori coping dan pendekatan humanistik dalam konteks rehabilitasi sosial. Secara praktis, penelitian ini memberikan wawasan bagi tenaga profesional di bidang kesehatan mental dan rehabilitasi untuk merancang intervensi yang lebih empatik, kontekstual, dan berkelanjutan.

Lembaga rehabilitasi diharapkan dapat mengintegrasikan pendekatan psikologis yang berbasis teori dan pengalaman subjektif individu, serta memperkuat kapasitas konselor dalam memberikan dukungan emosional yang non-judgmental. Penelitian ini juga membuka ruang bagi studi lanjutan yang mengeksplorasi dinamika pemulihan dari perspektif gender,

usia, dan latar belakang sosial yang lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.

Anugrah Marbun, C. (2022). *Resiliensi pada mantan pecandu narkoba di Medan*. Universitas Medan Area. https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/25485/1/208600071%20-%20Christine%20Anugrah%20Marbun%20-%20Fulltext.pdf

Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, *3*(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Capuzzi, D., & Stauffer, M. D. (2016). *Foundations of addictions counseling* (3rd ed.). Boston, MA: Pearson.

Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Boston, MA: Cengage Learning.

Hidayat, R. (2023). Pemulihan hidup mantan pecandu narkoba: Studi resiliensi dengan pendekatan psikologi positif. *Jurnal Psikologi Insight*, *5*(1), 45–56. https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/download/8324/pdf

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, NY: Springer Publishing Company.

Marlatt, G. A., & Donovan, D. M. (2005). *Relapse prevention: Maintenance strategies in the treatment of addictive behaviors* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.

Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1983). Stages and processes of self-change of smoking: Toward an

integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *51*(3), 390–395. https://doi.org/10.1037/0022-006X.51.3.390

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston, MA: Houghton Mifflin.

Sari, N. P., & Hadi, S. (2023). Studi literatur: Pemulihan dari ketergantungan narkotika dengan pendekatan konseling gestalt. *Jurnal Manajemen Intervensi*, *4*(2), 112–120. https://oaj.jurnalhst.com/index.php/jmi/article/download/8161/9195/9981

World Health Organization. (2022). *Mental health*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.