

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kontrol Diri**

##### **1. Pengertian Kontrol Diri**

Gagasan tentang kontrol muncul di banyak aspek kehidupan manusia. Kontrol merupakan konstruksi penting dalam teori dan penelitian psikologi, banyak bukti menunjukkan bahwa penyimpangan dari kontrol optimal dapat berperan dalam berbagai masalah kognitif, emosional dan perilaku. Telah lama diketahui juga bahwa kontrol diri merupakan kontributor utama terhadap kesehatan mental dan fisik serta prediktor kuat dalam pencapaian hidup.

Averill (1973) mengemukakan bahwa kontrol diri merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengolah informasi dan menentukan pilihan tindakan yang akan dilakukan. Menurut Goldfried dan Merbaum (1973), kontrol diri adalah kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang bisa mengarahkan seseorang ke arah konsekuensi positif.

Kontrol diri telah didefinisikan dalam banyak cara-sebagai kemauan, disiplin diri, atau kesadaran. Definisi umum mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk mengatur diri sendiri (Inzlicht, Legault, & Teper, 2014). Menurut Henden (2008), kontrol diri adalah kecakapan individu untuk peka dalam membaca situasi dan mengelola faktor-faktor perilaku yang akan ditampilkan sesuai dengan situasi dan kondisi individu tersebut berada. Secara umum, kontrol diri adalah kapasitas seseorang untuk membimbing dirinya

agar bisa menahan impuls kesenangan jangka pendek sehingga mendapatkan kepuasan jangka panjang (Matsumoto, 2009).

Kontrol diri merupakan jalinan yang terintegrasi antara individu dengan lingkungannya (Ghufron & Suminta, 2010), orang-orang dengan kontrol diri yang tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Mereka akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial, kemudian mengatur kesan perilaku menjadi lebih responsif terhadap petunjuk situasional sehingga menjadi lebih fleksibel, luwes, hangat, dan terbuka dalam interaksi sosial.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengatur dirinya untuk menahan impuls dan mendapatkan kepuasan jangka panjang yang mengarah pada konsekuensi positif yang sesuai dengan situasi sosial.

## 2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Averill (1973) mengidentifikasi aspek-aspek kontrol diri yang terdiri dari hal, yaitu:

### a. Kontrol perilaku (*behavioral control*)

Kontrol perilaku adalah kemampuan seseorang untuk merespons keadaan yang tidak menyenangkan yang secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu perilaku. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci dalam dua komponen (Ghufron & Suminta, 2010), yaitu

kemampuan untuk mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*).

*Regulated administration* adalah kemampuan individu untuk menentukan siapa atau aturan perilaku yang mengendalikan situasi atau keadaan diri. Apabila seseorang tidak mampu mengendalikan dirinya secara internal, maka yang akan mengendalikan adalah sumber eksternal (Ghufron & Suminta, 2010).

Sementara itu, *stimulus modifiability* adalah kemampuan individu untuk mengetahui cara dan waktu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki. Ini bisa dilakukan dengan beberapa cara, bisa dengan mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggat waktu pada rangkaian stimulus, membatasi intensitas stimulus, dan menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir (Fangky, 2019).

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengendalikan diri dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi mental psikologis agar tekanan yang dihadapi bisa berkurang.

Kontrol kognitif juga terdiri dari dua komponen, yaitu kemampuan memperoleh informasi (*information gain*) dan kemampuan untuk melakukan penilaian (*appraisal*) (Ghufron & Suminta, 2010). Seseorang yang memiliki kemampuan untuk memperoleh informasi akan mampu

memperoleh informasi secara objektif terkait peristiwa yang tidak menyenangkan, sehingga mampu mengantisipasi dengan penuh pertimbangan. Di sisi lain, kemampuan *appraisal* adalah kemampuan seseorang untuk menafsirkan dan memberikan penilaian suatu peristiwa secara subjektif tanpa mengabaikan sisi positif sebuah peristiwa negatif.

c. Kontrol keputusan (*decesional control*)

Kontrol keputusan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri dalam memilih suatu tindakan berdasarkan pada keyakinannya sendiri. Fungsi kontrol diri adalah menentukan pilihan seseorang sesuai dengan kesempatan maupun kebebasan yang dimilikinya sehingga memberinya peluang untuk memilih berbagai kemungkinan perilaku yang akan ditampilkan sesuai dengan konteks sosial tertentu.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kontrol diri terdiri dari kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decesional control*).

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

Fox dan Calkins (2003) mengungkapkan bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah hal-hal yang berasal dari dalam diri seseorang seperti karakteristik usia, jenis kelamin, kondisi tubuh, maupun kondisi psikologis. Sementara itu, faktor eksternal adalah sesuatu yang berasal dari luar diri seseorang, contohnya adalah lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial secara umum.

Sementara itu, Nelson (2009) mengidentifikasi bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh faktor orang tua, budaya, dan kognitif. Studi korelasional telah menemukan adanya hubungan positif antara pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua dengan kontrol diri anaknya. Orang tua menerapkan sistem pendidikan otoriter membuat anak memiliki kontrol diri yang rendah, sedangkan anak-anak yang dididik oleh orang tuanya untuk mandiri dan diberikan kesempatan untuk menentukan pilihannya sendiri sejak usia dini memiliki kontrol diri yang kuat (Unnever, Cullen, & Agnew, 2006).

Kontrol diri memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari manusia. Berbagai studi telah mengidentifikasi bahwa selain dibentuk oleh faktor genetik, kontrol diri juga dibentuk oleh faktor budaya. Dalam pengertian ini, budaya diasosiasikan dengan perkembangan kontrol diri (Nelson, 2009). Individu memperoleh norma-norma sosial dan moralitas tidak dalam ruang hampa tetapi dalam konteks budaya tertentu. Pengaruh norma terhadap kontrol diri salah satunya bisa dilihat pada sikap malu apabila melanggar norma tertentu yang ada di masyarakat (Gunarsa, 2004). Contoh lainnya bisa terlihat dari pemahaman agama seseorang yang mampu mengendalikan seseorang untuk taat pada nilai moralitas agama yang dianutnya (Watterson & Giesler, 2012).

Adapun pengaruh faktor kognitif terhadap kontrol diri tergambar dalam kesadaran dan proses berpikir seseorang. Dalam proses berfikir seseorang akan dipengaruhi oleh kesadaran dan pengetahuannya dalam menggunakan kemampuan berfikir. Dengan menggunakan kemampuan tersebut seseorang

diharapkan dapat mengubah tingkah laku melalui pengalamannya. Kontrol diri juga melibatkan seperangkat kemampuan kognitif seseorang untuk mengintegrasikan proses belajar (Nelson, 2009). Proses ini direncanakan dan disesuaikan untuk mendukung pencapaian tujuan pribadi dalam lingkungan yang berubah.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal bisa terdiri dari usia, jenis kelamin, kondisi tubuh, dan keadaan mental psikologis. Sementara itu, faktor-faktor eksternal bisa terdiri dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial. Faktor lainnya yang mempengaruhi kontrol diri adalah faktor orang tua, faktor budaya, dan faktor kognitif.

## **B. Narkoba**

### **1. Definisi Narkoba**

Secara etimologi narkoba berasal dari bahasa Inggris yaitu *narcotics* yang berarti obat bius yang artinya sama dengan *narcosis* dalam bahasa Yunani yang berarti menidurkan atau membiuskan. Sedangkan dalam kamus Inggris Indonesia narkoba berarti bahan-bahan pembius, obat bius atau penenang (Saldy, 2000)

Secara terminologis narkoba adalah obat yang dapat menenangkan syaraf, menghilangkan rasa sakit, menimbulkan rasa ngantuk dan merangsang (Mulyono, 1998). Sedangkan menurut (Martono, 2008) Narkoba adalah istilah yang digunakan oleh penegak hukum dan masyarakat, yang

dimaksud dengan bahan berbahaya adalah bahan yang tidak aman digunakan atau membahayakan dan penggunaannya bertentangan dengan hukum atau melanggar hukum

Menurut UU No. 35 tahun 2009 tentang narkotika pasal 1 ayat 1 menyebutkan bahwa narkoba adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik sintetis maupun semi sintetis yang dapat mengakibatkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan yang dibedakan dalam golongan-golongan

## **2. Jenis narkoba**

### **a. Narkotika**

Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik sintetis maupun semi sintetis yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, menghilangkan atau mengurangi rasa nyeri. Narkotika menurut (Martono, 2008) dikelompokkan menjadi 3 yaitu:

- 1) Narkotika golongan I: berpotensi sangat tinggi menyebabkan ketergantungan dan tidak digunakan untuk terapi. Contoh: *heroin, kokain* dan *ganja*
- 2) Narkotika golongan II: berpotensi tinggi menyebabkan ketergantungan dan digunakan pada terapi sebagai pilihan terakhir. Contoh: *morfin* dan *petidin*.
- 3) Narkotika golongan III: berpotensi ringan menyebabkan ketergantungan dan banyak digunakan dalam terapi. Contoh: *kodein*.

## **b. Psikotropika**

Psikotropika adalah zat atau obat yang berkhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat dan menyebabkan perubahan khas pada aktivitas mental dan perilaku. Menurut (Martono, 2008) psikotropika digolongkan menjadi 4:

- 1) Psikotropika golongan I: Sangat kuat menyebabkan ketergantungan dan tidak digunakan dalam terapi. Contoh: MDMA (ekstaksi, LSD dan STP).
- 2) Psikotropika golongan II: Kuat menyebabkan ketergantungan, digunakan pada terapi secara terbatas. Contoh : *amfetamin*, *Metamfetamin (sabu)*, *fenisiklidin (PCp)* dan *ritalin*.
- 3) Psikotropika golongan III: berpotensi sedang menyebabkan ketergantungan banyak digunakan dalam terapi. Contoh : *pentobarbital*, *flunitrazepam*.
- 4) Psikotropika golongan IV: berpotensi ringan menyebabkan ketergantungan daa sangat luas digunakan dalam terapi. Contoh: *diazepam* dan *nitrazepam*.

## **c. Zat Adiktif**

Zat adiktif adalah zat atau bahan aktif bukan narkotika dan psikotropika yang bekerja pada sistem saraf pusat dan dapat menimbulkan ketergantungan. Ini seperti minuman beralkohol. Minuman beralkohol mengandung etanol etil alkohol yang berpengaruh menekan susunan saraf pusat. Terdapat tiga golongan minuman: pertama Golongan A: kadar

etanol 1-5% (bir), kedua Golongan B: kadar etanol 5-20% (berbagai minuman alkohol) dan yang terakhir Golongan C: kadar etanol 20-45% (whisky, vodka, mansion)

Narkoba merupakan obat yang dapat menenangkan syaraf dan menghilangkan rasa sakit tetapi penggunaannya dibatasi oleh hukum yang berlaku dan diawasi oleh pihak yang berkompeten. Narkoba mempunyai beberapa jenis yaitu narkotika, psikotropika dan zat adiktif. Diantara ketiga jenis narkoba tersebut mempunyai perbedaan-perbedaan seperti narkotika obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman yang dapat menyebabkan penurunan kesadaran atau mengurangi nyeri, seperti heroin, morfin dan kodein. Psikotropika obat psikoaktif yang mempengaruhi pada susunan saraf pusat menyebabkan perubahan aktivitas mental dan perilaku. Contoh nama obatnya seperti ekstaksi, metamfetamin, pentobarbital dan diazepam. Zat adiktif bukan narkotika dan psikotropika yang bekerja pada system saraf pusat dan dapat menimbulkan ketergantungan, seperti minuman beralkohol.

### **3. Tingkatan Ketergantungan Narkoba**

Menurut (Kementrian Kesehatan RI, 2014) tingkatan ketergantungan pada narkoba di bagi menjadi tiga, yaitu:

- a. Ringan dengan kriteria penggunaan coba-coba, pengguna rekreasional dan pengguna situasional. Pada tingkat ini orang secara situasional dapat menggunakan untuk mencari kesenangan atau bersosialisasi.

- b. Sedang dengan kriteria penggunaan narkoba yang dilakukan secara terus menerus dengan penggunaan teratur 3 hari per minggu baik satu atau lebih jenis narkoba.
- c. Berat adalah pengguna paling parah dan berbahaya dengan dosis tinggi secara rutin atau setiap hari (bisa beberapa kali dalam sehari) dan menimbulkan efek psikis dan psikologis.

Tingkatan ketergantungan dari penyalahgunaan narkoba berbeda-beda tergantung dari seberapa aktif atau seberapa sering pengguna dalam mengkonsumsi narkoba tersebut, seperti yang disebutkan diatas bahwa pengguna kriteria ringan disebut coba-coba dan hanya untuk mencari kesenangan. Kriteria ketergantungan sedang dilakukan penggunaan teratur 3 hari perminggu. Dan kriteria ketergantungan berat penggunaan setiap hari dalam dosis tinggi dan menimbulkan efek psikis dan psikologis.

### **C. Mantan Pecandu Narkoba**

Menurut Budiari (2005) mantan pengguna narkoba merupakan pengertian dari orang yang bekas atau pernah menjadi pengguna narkoba, alkohol, psikotropika atau zat adiktif lainnya tanpa sepengetahuan dan pengawasan dokter dan menyebabkan dirinya terganggu secara fisik, mental, emosional atau sosial. Individu yang telah pulih dan berhenti dari penggunaan narkoba, biasanya mampu untuk menghilangkan ketergantungan dan sugesti pada narkoba, sehingga mantan pengguna mampu kembali berfungsi di lingkungan sosialnya. Bagi mantan pengguna narkoba, proses

rehabilitasi bukan merupakan akhir dari penyelesaian masalah yang dihadapi tetapi bagaimana mereka tetap menjaga kepuhlian dan mampu mengembalikan fungsi sosialnya sehingga mereka dapat kembali beraktivitas menjalankan kehidupan yang lebih baik. Hal tersebut dapat dilakukan dengan melakukan pembinaan lanjut bagi mantan pengguna narkoba.

Rehabilitasi adalah suatu proses pemulihan penyalahguna narkoba baik dalam jangka waktu pendek maupun panjang yang bertujuan mengubah perilaku mereka agar siap kembali ke masyarakat (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Ada dua macam rehabilitasi di Indonesia, yaitu rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial. Rehabilitasi medis adalah suatu proses kegiatan pengobatan secara terpadu untuk membebaskan pecandu dari ketergantungan Narkoba. Rehabilitasi sosial adalah suatu proses kegiatan pemulihan secara terpadu, baik fisik, mental maupun sosial, agar bekas pecandu Narkoba dapat kembali melaksanakan fungsi sosial dalam kehidupan masyarakat (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Pembinaan lanjut merupakan suatu tahap dimana mantan penyalahguna telah selesai mengikuti program pemulihan yaitu rehabilitasi (Nasution, 2007). Pentingnya tahap ini bagi seorang mantan pengguna karena setelah pulih mereka akan kembali memasuki lingkungan keluarga, masyarakat, peer grup sehingga dibutuhkan kemandirian dan kemampuan diri yang tepat untuk kembali menjalankan perannya sebagai diri individu dan anggota masyarakat. Menurut (Nasution, 2007), ada beberapa tujuan dari pembinaan lanjut yang dilakukan para mantan pengguna narkoba, yaitu:

1. Memelihara kondisi abstinensia yang telah dicapai oleh mantan penyalahguna
2. Memantapkan kepulihan bagi mantan penyalahguna
3. Menjaga jangan sampai mantan penyalahguna kembali menggunakan narkoba (*relapse*)
4. Mengembalikan fungsi sosial, ketahanan psikis dan mental mantan penyalahguna narkoba
5. Mantan penyalahguna dapat kembali beraktivitas seperti sebelumnya
6. Mantan penyalahguna memiliki keterampilan untuk bekerja sehingga mereka mempunyai daya guna masyarakat.

Dari pembinaan ini maka diharapkan mantan penyalahguna yang berhasil pulih dapat lebih mandiri dan mampu melaksanakan fungsi sosialnya dalam tatanan kehidupan pribadi dan masyarakat serta bebas dari *relapse* penggunaan narkoba. Selain lebih mandiri, pembinaan ini juga dapat berperan sebagai pemberi dukungan dan motivasi dari keluarga, masyarakat dan peer groupnya untuk para mantan pengguna narkoba agar dapat menjalani hidup lebih baik pasca pulih dari kecanduan (Nasution, 2007).

Mantan pecandu narkoba merupakan orang bekas atau pernah menjadi pengguna narkoba dan ketergantungan sampai menyebabkan dirinya terganggu secara fisik, mental, emosional atau sosial. Rehabilitasi merupakan salah satu cara untuk membuat para pecandu narkoba itu dapat terlepas atau pulih dari ketergantungan dalam penggunaan narkoba

tersebut. setelah selesai rehabilitasi diharapkan mantan pengguna narkoba tidak *relapse* atau menggunakan narkoba kembali.

#### **D. Kerangka Pikir Penelitian**

Bagi mantan pengguna yang sembuh dari kecanduan, sugesti untuk *relapse* merupakan keadaan yang sangat menakutkan, karena untuk pulih dari *relapse* seorang mantan pengguna harus kembali melakukan proses pemulihan yang lebih intensif dan berusaha keras untuk lepas dari kecanduan pada narkoba. Adanya garis yang menghubungkan antara mantan pengguna narkoba dengan *relapse*, menandakan bahwa proses tersebut sulit untuk dipisahkan dan merupakan suatu proses untuk awal pemulihan bagi mantan pengguna narkoba.

Dalley dan Salloum (dalam Pangesti, 2006) menyebutkan bahwa kambuh dapat terjadi disebabkan oleh tidak berkembangnya komitmen yang kuat untuk berubah dalam diri individu, sehingga membuat mantan pengguna narkoba mengalami kesulitan untuk mencapai periode pemulihan. Di awal proses pemulihan, komitmen yang kuat sangat dibutuhkan untuk menjalankan semua proses pemulihan hingga tahap akhir. Hal ini bertujuan agar para mantan pengguna mampu kembali berbaur di lingkungan sosial, mampu bersaing dalam pekerjaan dan mampu melindungi diri dari lingkungan pengguna narkoba.

Menurut Putri (2018), apabila mantan pengguna narkoba tidak mampu keluar dari permasalahan dalam dirinya yang disebabkan tidak bisa mengontrol diri dan mengontrol sugesti dalam diri maka akan dapat kembali lagi menggunakan narkoba (*relapse*). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan

oleh Sukmadewi (2010) bahwa jika seseorang telah mampu mengembangkan kontrol dirinya maka dapat dimungkinkan bahwa dirinya akan berhasil membina ketahanan diri dan keterampilan-keterampilan menolak terhadap bahaya narkoba.

Setiap individu pasti memiliki kontrol diri, selama seseorang masih memiliki pandangan dan perasaan dalam memahami dirinya, baik secara psikologis, sosial ataupun secara fisik. (Hurlock, 1973) mengatakan kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain kontrol diri merupakan serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

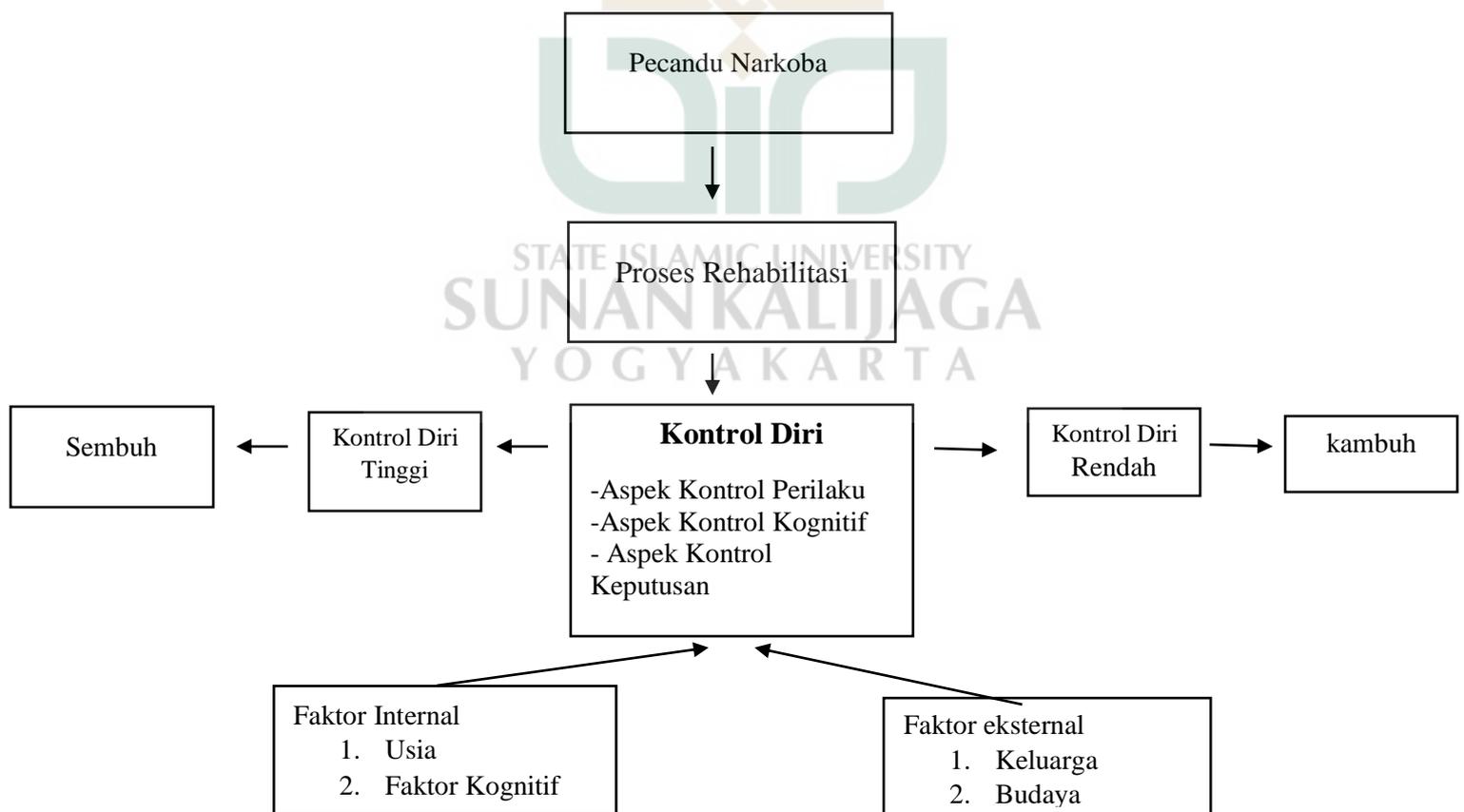
Averill (Kusumadewi,2012) mengemukakan bahwa kontrol diri merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mnegolah informasi yang tidak penting atau penting dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan yang di yakini. Averil (Kusumadewi,2012) menjelaskan bahwa kontrol diri memiliki tiga aspek utama yaitu: kontrol perilaku (*behavior control*), kognitif kontrol (*cognitive control*) dan kontrol keputusan (*decisional control*). Ketiga aspek tersebut menjadi penting bagi individu untuk menentukan model perilaku mana yang akan dipilih atau ditampilkan.

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri ada beberapa hal, seperti faktor internal, faktor eksternal, faktor budaya, faktor orang tua dan faktor kognitif. Setiap masing-masing faktor mempunyai perbedaan tersendiri, diantaranya faktor

internal yang dipengaruhi oleh usia dan faktor eksternal yang dipengaruhi oleh lingkungan keluarga. Selanjutnya faktor budaya ini bisa mengontrol yaitu dengan berlakunya budaya di lingkungan tempat tinggal tersebut. Faktor kognitif menekankan bahwa dalam proses berfikir seseorang dipengaruhi oleh kesadaran, oleh karena itu diharapkan seseorang dapat mengubah perilaku dengan pengalamannya.

Untuk mempermudah pemahaman, maka dibuatkan bagan kerangka penelitian sebagai berikut:

**Bagan 1. Kerangka berfikir Kontrol Diri Mantan Pecandu Narkoba Pasca Rehabilitasi.**



### **E. Pertanyaan Penelitian**

Pengajuan pertanyaan pada informan dalam penelitian ini tidak didasarkan pada pemberian pertanyaan secara terstruktur, akan tetapi semua pertanyaan diharapkan mampu menjadi pendukung dan mengembangkan pertanyaan lain ketika berada dilapangan demi tercapainya keabsahan perumusan permasalahan dan tujuan penelitian. Berikut pertanyaan yang akan diajukan dalam penelitian ini:

1. Bagaimana dinamika kontrol diri pada mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kontrol diri pada mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Tujuannya untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh informan penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan (Moleong, 2010). Penelitian kualitatif berusaha untuk mengeksplorasi, mendeskripsikan maupun menginterpretasikan maksud dari suatu fenomena maupun pengalaman-pengalaman personal dan sosial yang dialami oleh informan penelitian (Creswell, 2013).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Dalam pendekatan studi kasus, peneliti akan meneliti satu individu atau satu unit kelompok sosial secara lebih mendalam. Menurut Alsa (2003), penelitian dengan rancangan studi kasus dilakukan untuk memperoleh pengertian yang mendalam mengenai situasi dan makna sesuatu/subyek yang diteliti. Studi kasus lebih mementingkan proses daripada hasil, lebih mementingkan konteks daripada variabel khusus dan lebih ditujukan untuk menemukan sesuatu daripada kebutuhan konfirmasi.

#### **B. Fokus Penelitian**

Fokus dalam penelitian ini adalah mengenai bagaimana dinamika kontrol diri pada mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi serta faktor-faktor yang mempengaruhinya.

### C. Informan dan *Setting* Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik *non probability sampling*, salah satunya adalah teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* menurut (Sugiyono, 2006) adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti.

Informan adalah orang yang dihadirkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian dengan sukarela tanpa ada paksaan dari peneliti (Moleong, 2010). Oleh karena itu peneliti memilih teknik *purposive sampling* dengan menetapkan kriteria-kriteria atau pertimbangan-pertimbangan tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini jumlah informan ada tiga orang mantan pecandu narkoba. Adapun alasan mengapa peneliti hanya meneliti tiga orang informan karena ketiga informan ini bersedia dengan sukarela menjadi informan penelitian, sesuai dengan kebutuhan penelitian dan ketiga informan ini sudah memenuhi karakteristik dalam penelitian ini. Adapun karakteristik atau kriteria informan dalam penelitian ini yaitu:

1. Pengguna narkoba dengan tingkat ketergantungan sedang sampai berat karena menurut aturan dari BNN bila kecanduan sedang/berat akan langsung dirujuk ke BNNP/K untuk mendapatkan layanan rehabilitasi
2. Pengguna narkoba yang pernah mengikuti program rehabilitasi narkoba.

Selain informan tersebut, peneliti membutuhkan informan lain (*significant other*), sebagai sumber data sekunder yang diperoleh dari kerabat atau orang-

orang terdekat informan. Adapun kriteria yang menjadi *significant other* dalam penelitian ini adalah: (1) orang yang dekat dan mengenal informan dengan baik (keluarga atau teman dekatnya), (2) Sering melakukan aktivitas sehari-hari dengan informan.

Penelitian ini dilakukan di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan pertimbangan peneliti sudah mengenal informan, mengetahui latar permasalahan yang dialami informan dan informan bersedia untuk dijadikan informan penelitian.

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Data atau informasi yang menjadi bahan baku dalam penelitian berwujud data primer yang diperoleh melalui teknik:

##### **a. Wawancara**

Wawancara adalah bentuk komunikasi antara dua orang, melibatkan seseorang yang ingin memperoleh informasi dari seorang lainnya dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan berdasarkan tujuan tertentu (Mulyana, 2010). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur dengan tujuan untuk dapat mengetahui bagaimana dinamika kontrol diri pada mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi agar proses wawancara berjalan alami dan pertanyaan dapat berkembang tanpa dibatasi oleh pertanyaan terstruktur.

##### **b. Observasi**

Teknik observasi digunakan untuk menampilkan data dalam bentuk perilaku, baik disadari maupun kebetulan, yaitu masalah-masalah yang berada di balik perilaku yang disadari (Creswell, 2013). Peneliti akan melakukan observasi non-partisipan.

## **E. Metode Analisis Data**

Pada penelitian kualitatif tidak ada rumusan baku untuk melakukan analisis data. Namun, terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan dalam pengolahan dan analisis data yaitu, peneliti wajib memonitor dan melaporkan proses dan prosedur analisis data secara jujur dan selengkap mungkin senada dengan yang diungkapkan dalam Patton (Poerwandi, 1998). Berikut ini adalah langkah analisis data dalam penelitian ini:

### **1. Organisasi Data**

Organisasi data diawali dengan memindahkan data rekaman hasil wawancara setiap subjek dari *digital voice recorder* kedalam bentuk tulisan dan menghasilkan transkrip *verbatim* yang berbentuk kolom pengetikan transkrip *verbatim* dilakukan setelah proses wawancara selesai. Langkah pertama yang akan dilakukan peneliti adalah membaca narasi yang telah di transkrip tersebut dengan cermat dan teliti kemudian melakukan pengelompokkan data.

### **2. Coding**

Setelah data mentah hasil wawancara disusun menjadi transkrip *verbatim*, peneliti akan melakukan penomoran untuk setiap baris

kemudian dilanjutkan dengan pemberian kode. Kode diberikan dibelakang jawaban subjek. Peneliti bermaksud melakukan pengkodean untuk mengenali mana data yang relevan dengan fokus penelitian. Pada tahap pengkodean ini peneliti tidak mengubah esensi kalimat yang diucapkan subjek dan yang bisa dilakukan adalah mengeluarkan kata-kata atau kalimat kunci.

### **3. Interpretasi dan Pembahasan**

Setelah melakukan fase deskripsi, kemudian peneliti masuk pada fase interpretative di mana penulis akan mengkaitkan narasi dengan kerangka teoritis. Kemudian menuliskan analisis penelitiannya ke dalam bentuk narasi. Peneliti lebih tertarik menyebutkan sebagai analisis dan bukan hasil dari penelitian karena analisis dalam penelitian kualitatif merupakan suatu rangkaian penafsiran yang terbuka terhadap pertanyaan.

#### **F. Keabsahan Penelitian**

Dasar dari keabsahan data adalah pada bagaimana peneliti membujuk orang lain agar percaya bahwa temuan-temuan penelitian dapat dipercaya atau dipertimbangkan. Untuk menetapkan keabsahan data kualitatif diperlukan teknik pemeriksaan yang didasarkan pada 2 kriteria, yaitu: *credibility* (kredibilitas) dan *conformability* (konformabilitas) (Moleong, 2010).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pemeriksaan kredibilitas dan konfirmabilitas.

#### **1. Kredibilitas Data**

Uji kredibilitas dalam penelitian ini gunanya untuk dapat menyesuaikan tujuan dan fokus penelitian yang ingin digali yaitu kontrol diri mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi, dimana pada metode ini peneliti dapat mengetahui kontrol dirinya dan faktor-faktor yang mempengaruhi berdasarkan sumber data seperti pengalaman informan, informasi yang telah digali dari informan ataupun dari *significant other*. Dengan tujuan pengecekan kembali hasil-hasil temuan, agar nantinya informasi yang diperoleh akan digunakan dalam penulisan laporan sesuai dengan apa yang dimaksud oleh sumber data atau informan (Moleong, 2010).

Adapun teknik pemeriksaan atau pembuktian kredibilitas pada penelitian ini adalah dengan triangulasi data. Triangulasi data yaitu teknik pemeriksaan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu (Moleong, 2010). Triangulasi dalam penelitian ini menggunakan 2 teknik, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode.

1) Triangulasi Sumber

Membandingkan dan mengecek kembali validitas data suatu informasi yang diperoleh melalui sumber dan metode yang berbeda dalam penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini triangulasi sumber dicapai dengan jalan:

- a) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara

- b) Membandingkan apa yang dikatakan informan saat wawancara berlangsung dengan apa yang dikatakan *significant other* dalam hal situasi-situasi tertentu.

## 2) Triangulasi Metode

Sedangkan triangulasi dengan metode, menurut (Moleong, 2010) terdapat 2 strategi, yaitu:

- a) Dalam hal ini peneliti mencoba membandingkan hasil wawancara dengan hasil observasi
- b) Membandingkan hasil wawancara Informan dengan wawancara *significant other*.

## 2. Konfirmabilitas

Hasil penelitian mampu dibuktikan keabsahannya yaitu hasil penelitian sama dengan data yang dikumpulkan, dicantumkan di dalam laporan penelitian. Dengan adanya beberapa orang sebagai pemberi informasi atau data, tujuannya agar hasil penelitian lebih objektif. Dan juga bantuan auditor yang independen atau dosen pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktifitas penelitian dalam melakukan penelitian ini. Dari mulai bagaimana peneliti menentukan masalah atau fokus dan sumber data, terjun ke lapangan, analisis data, uji keabsahan data sampai membuat kesimpulan harus dapat ditunjukkan oleh peneliti. Teknik ini dilakukan agar upaya peneliti mempertahankan sikap terbuka dan jujur dalam proses penelitian ini (Moleong, 2010).

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancan dan Persiapan**

##### **1. Orientasi Kancan**

Penelitian ini dilaksanakan di Daerah Istimewa Yogyakarta, dengan tiga orang informan mantan pecandu narkoba yang berdomisili di Yogyakarta ini. Untuk lokasi penelitian ini sendiri dilakukan di beberapa daerah, ada yang dilaksanakan di daerah Sleman dan ada juga yang dilaksanakan di Kulonprogo karena menyesuaikan tempat tinggal dan aktifitas informan. Pada pengumpulan data pertama atau informan 1 (CW) diambil dari seorang penjual cemilan atau makanan ringan yang bertempat tinggal di daerah Sleman Yogyakarta. Informan 2 (TR) bertempat tinggal di Kulonprogo dan merupakan petugas rehabilitasi di salah satu tempat rehabilitasi. Sementara informan ke 3 (DY) bertempat tinggal di Kulonprogo dan juga bekerja di tempat rehabilitasi.

##### **2. Persiapan Penelitian**

Pada awalnya, peneliti sudah merencanakan untuk meneliti masalah seputar narkoba. Akan tetapi peneliti kesulitan untuk menentukan variabel dan informan. Setelah diskusi dengan pembimbing skripsi akhirnya penelitian ini merujuk pada kontrol diri mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi di Yogyakarta.

Persiapan penelitian ini berlangsung sesudah penyusunan proposal penelitian atau selesai dari seminar proposal. Pada penelitian ini terdapat tiga informan yang berjenis kelamin laki-laki, Awalnya peneliti mencari informan yang terdapat disekitar atau tidak jauh dari lingkungan tempat tinggal yang bermaksud biar mudah dalam pendekatannya, tetapi setelah satu kali wawancara para informan tidak mau di wawancarai lagi dan tidak bisa ditemui oleh peneliti, pada akhirnya setelah berdiskusi dengan dosen pembimbing peneliti disarankan untuk ke tempat rehabilitasi. Akhirnya peneliti mendapatkan ketiga informan yang bersedia untuk diwawancarai dan memiliki karakteristik yang diinginkan.

Adapun rangkuman data diri dua informan yang akan menjadi sumber dalam penelitian ini adalah:

**Tabel 1. Data Diri Ketiga Informan**

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Lama rehabilitasi	Kategori	Pemakaian narkoba
1	Informan 1 (CW)	Laki-laki	28 th	3 Bulan	Sedang	7 Tahun
2	Informan 2 (TR)	Laki-laki	38 th	6 Bulan	Berat	12 tahun
3	Informan 3 (DY)	Laki-laki	34 th	6 Bulan	Berat	10 tahun

Peneliti juga menggunakan data *significant other* sebagai *cross check* data. Untuk menentukan *significant other* pada masing-masing informan, peneliti melakukan pengamatan dari awal mengenai orang-orang

yang ada di sekitar informan, berdasarkan kriteria *significant other* yang sudah dibuat sebelumnya oleh peneliti. Selain itu penentuan *significant other* juga diperkuat dengan pengakuan dari informan sendiri.

*Significant other* informan 1 (CW) adalah teman dekat informan dari dulu awal memakai sampai sekarang sudah tidak memakai. Berdasarkan penuturan dari informan, OZ (*significant other*) adalah orang yang sering berinteraksi bersama dan mengerti permasalahan informan dari dulu. Mereka kerap berkumpul bersama dan bermain setiap hari-harinya, mengingat mereka juga satu desa yang membuat akhirnya menjadi teman dekat. Informan banyak menghabiskan waktu dan bercerita banyak hal dengan OZ. OZ memiliki banyak informasi yang peneliti butuhkan untuk *cross check* data terkait permasalahan informan. Setelah mendapat persetujuan dari informan 1, peneliti menghubungi OZ untuk meminta kesediannya dalam pengambilan data. Setelah setuju untuk menjadi *significant other*, peneliti dan OZ menentukan jadwal untuk bertemu.

Pada informan 2 (TR), *significant other*nya adalah mantan pembimbing saat menjalani proses rehabilitasi. Informan dan BG (*significant other*) sekarang menjadi rekan kerja karena informan BG bekerja di tempat rehabilitasinya dulu. Menurut informan *significant other*nya yang tau bagaimana dirinya dulu sampai sekarang adalah BG. Akhirnya setelah mendapat persetujuan dari informan 2, peneliti memperoleh kontak dan meminta kesediaannya untuk menjadi *significant other*.

Pada informan 3 (DY), *significant other*nya adalah mantan pembimbingnya saat di rehabilitasi, informan mengajukan HM (*significant other*) karena merasa yang paling tahu bagaimana perjalanan hidupnya dulu waktu proses rehabilitasi, dikarenakan informan sering berbagi cerita dan merasa HM sebagai orang yang paling dekat. Informan ke Yogyakarta tidak di dampingi oleh orang tua dan tidak punya keluarga disini maka informan memberikan rekomendasi HM untuk menjadi *significant other*.

**Tabel 2. Data Diri *Significant Other* Informan penelitian**

No	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Status
1	OZ	Laki Laki	28 tahun	Teman dekat informan 1 (CW)
2	BG	Laki-laki	38 tahun	Pembimbing informan 2 (TR)
3	HM	Laki Laki	40 Tahun	Pembimbing informan 3 (DY)

## B. Pelaksanaan Penelitian

Awal perancangan penelitian ini dimulai saat peneliti mengajukan tema penelitian kepada dosen pembimbing skripsi. Setelah berdiskusi dengan dosen pembimbing, akhirnya tema penelitian yang diajukan disetujui. Langkah selanjutnya peneliti merancang proposal skripsi dengan mengumpulkan data-data terkait tema. Karena data-data dari media cetak maupun media online kurang mendukung, akhirnya peneliti mencari informan untuk meminta kesediaannya menjadi informan dalam *pre-eliminatory*.

Kemudian setelah seminar proposal skripsi dilakukan, ada beberapa perubahan yang diminta oleh dosen penguji. Setelah selesai dilakukan perbaikan, Tahap pengambilan data langsung bisa dilaksanakan. Namun sebelum pengambilan data dilakukan, peneliti membuat *guide* wawancara terlebih dahulu agar pengambilan data mengalir sesuai perencanaan. Namun ketika wawancara dilakukan, peneliti juga menanyakan beberapa pertanyaan spontan disela-sela wawancara.

Pengambilan data dimulai pada bulan Mei 2019. Informan pertama yang sehari-hari bekerja sebagai penjual cemilan dan mengurus kedua anaknya. Kemudian informan kedua dan ketiga bekerja sebagai konselor dan pembimbing di tempat rehabilitasi. Pengambilan data ketiga informan dilakukan dengan cara melakukan beberapa kali wawancara setiap informannya dan beberapa kali observasi kegiatan informan.

Secara kronologis pelaksanaan pengambilan data penelitian terangkum dalam bentuk rekapitulasi sebagai berikut:

## REKAPITULASI PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA

**Tabel 3. Rekapitulasi pelaksanaan pengambilan data informan 1 (CW)**

No	Tanggal	Jam	Kegiatan	Interviewee/ Observee	Lokasi
1.	25 Mei 2019	19.00-19.38	Observasi	Informan	Rumah informan
2.	25 Mei 2019	19.00-19.38	Wawancara	Informan	Rumah informan
3.	03 Juni 2019	19.45-20.20	Observasi	Informan	Rumah informan
4.	03 Juni 2019	19.45-20.20	Wawancara	Informan	Rumah informan
5.	10 Juni 2019	13.00-13.30	Observasi	<i>Significant other (OZ)</i>	Rumah SO
6.	10 Juni 2019	13.00-13.30	Wawancara	<i>Significant other (OZ)</i>	Rumah SO

**Tabel 4. Rekapitulasi pelaksanaan pengambilan data informan II (TR)**

No	Tanggal	Jam	Kegiatan	Interviewee/ Observee	Lokasi
1.	02 Oktober 2019	13.00-13.45	Observasi	Informan	Teras depan
2.	02 Oktober 2019	13.00-13.45	Wawancara	Informan	Teras depan
3.	18 Oktober 2019	14.30-15.07	Wawancara	Informan	Teras depan
4.	18 Oktober 2019	14.30-15.07	Observasi	Informan	Teras depan
5.	02 November 2019	10.00-10.30	Observasi	<i>Significant other</i>	Teras depan kantor
6.	02 November	10.00-10.30	Observasi partisipan	<i>Significant other</i>	Teras depan

	2019				kantor
--	------	--	--	--	--------

**Tabel 5. Rekapitulasi pelaksanaan pengambilan data informan 1II (DY)**

No	Tanggal	Jam	Kegiatan	Interviewee/ Observee	Lokasi
1.	02 Oktober 2019	14.15-14.58	Observasi	Informan	Teras depan
2.	02 Oktober 2019	14.15-14.58	Wawancara	Informan	Teras depan
3.	18 Oktober 2019	13.40-14.30	Observasi	Informan	Teras depan
4.	18 Oktober 2019	13.40-14.30	Wawancara	Informan	Teras depan
5.	10 November 2019	14.00-14.30	Observasi	<i>Significant other</i> (HM)	Teras depan kantor
6.	10 November 2019	14.00-14.30	Wawancara	<i>Significant other</i> (HM)	Teras depan kantor

### C. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, terdapat beberapa penghambat dan pendukung yang menjadi bagian penting dalam penyusunan skripsi yang mungkin dapat dijadikan pelajaran untuk penelitian selanjutnya, sebagaimana berikut:

## 1. Faktor Pendukung

Saat proses penelitian ketiga informan sangat terbuka saat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang peneliti ajukan. Ketiga informan juga tergolong sangat *kooperatif* dengan berlangsungnya penelitian ini. Terlebih informan kedua dan ketiga bekerja di tempat rehabilitasi sehingga terbuka dan proses *building rapport* tidak membutuhkan waktu yang lama. Kemudian informan kedua dan informan ketiga dalam penelitian ini berposisi sebagai konselor atau pembimbing di tempat rehabilitasi, sehingga proses pengambilan data berjalan lancar dan peneliti dapat memperoleh data yang diharapkan. Selain itu, mobilitas yang cukup terjangkau mengingat tempat pengambilan data masih di dalam Kota Yogyakarta. Ketiga informan maupun *significant other*nya bersedia diteliti baik di tempat tinggalnya, tempat kerjanya. Beberapa informan dan *significant other* menawarkan waktu ketika mereka luang tanpa peneliti hubungi.

## 2. Faktor Penghambat

Dibalik proses penelitian berlangsung, terjadi beberapa kendala yang dialami oleh peneliti. Salah satunya adalah ketika mencari informan untuk dijadikan informan penelitian. Beberapa kali informan menolak untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan alasan mereka takut keselamatan ataupun tidak punya waktu. Peneliti harus meyakinkan informan jika penelitian ini bersifat rahasia dan aman. Selain itu peneliti juga mempunyai pekerjaan sampingan yang membuat kegiatan peneliti cukup padat hingga penelitian ini sempat terhambat waktu penyelesaiannya.

## D. Deskripsi Hasil Penelitian

### 1. Informan 1 (CW)

#### a. Profil Informan CW

Informan CW (28 tahun) berasal dari Sleman, Yogyakarta. Pekerjaan sehari-hari Informan sekarang adalah berjualan aneka makanan ringan atau camilan di sebuah pasar bersama istrinya (W1/CW/b22-b24). Pendidikan terakhir informan adalah SMK jurusan Teknik mesin (W1/CW/b29-b34). Informan sudah mengenal dan memakai narkoba sejak SMP kelas 3 (W1/CW/b41-45). Dimulai dari menggunakan jenis pil hingga ganja dan shabu (W1/CW/b65-b66).

*“Emm pertama saya mau ceritain dari pil koplo dulu ya mas, itu memakainya hampir setiap hari makai, tapi setelah SMK itu kenal shabu kenal ganja kalau itu ya kalau mudah nyarinya ya itu bisa sering mas, ya seminggu bisa 3 kali, kalau susah itu dan enggak ada duit ya dua minggu itu cuma 3 kali mas. (W1/CW/b74-82)”*

Informan sudah berkeluarga dan mempunyai 2 orang anak (W1/CW/b176). Saat menjalani program rehabilitasi istri informan sedang mengandung anak keduanya. Informan menjalani program rehabilitasi selama 3 bulan di daerah Yogyakarta dan masuk dalam kategori ketergantungan terhadap narkoba sedang (W1/CW/b205-206). Informan mengatakan bahwa masuk panti rehabilitasi karena tertangkap oleh polisi.

*“Emm kalau keinginan sendiri ya enggak mas, kalau keinginan sendiri ya enggak pernah makai mas, makai ya tinggal pakai, seneng ya oke. Itu masuk rehab itu karena kronologinya itu ketangkap kita mas. (W1/CW/188-193)”*

## **b. Kondisi Informan Pra-rehabilitasi**

Informan CW pertama mengenal narkoba dari duduk di Sekolah Menengah Pertama /SMP kelas 3. Pertama kali menggunakan narkoba, CW mencoba narkoba dengan jenis pil koplo. Awalnya CW hanya ingin mencoba karena rasa penasaran dan keingintahuannya. Setelah sudah mencoba menggunakan jenis pil koplo, CW mulai penasaran dengan jenis yang lainnya hal ini dikarenakan ada temannya pernah bercerita menggunakan jenis obat yang lain. Setelah CW memasuki Sekolah Menengah Kejuruan atau SMK samapailah CW mencoba narkoba jenis lainnya seperti ganja dan shabu. Sejak mengenal ganja dan shabu CW menjadi sering menggunakan narkoba jenis tersebut.

*“Emm pertama saya mau ceritain dari pil koplo dulu ya mas.itu memakainya hampir setiap hari makai, tapi setelah SMK itu kenal shabu kenal ganja kalau itu ya kalau mudah nyarinya ya itu bisa sering mas, ya seminggu bisa 3 kali, kalau susah itu dan enggak ada duit ya dua minggu itu cuma 3 kali mas.” (W1/CW/b74-82)*

Intensitas penggunaan narkoba yang dilakukan oleh CW dalam satu satu minggu bisa 3 kali, kalau barangnya dalam keadaan sulit untuk dicari bisa dua minggu 3 kali penggunaan. Hal ini dikarenakan ketersediaan dari barang itu sendiri. Kalau barangnya stoknya banyak bisa sehari-hari menggunakannya. Saat menggunakan narkoba informan CW tidak sendiri melainkan selalu bersama-sama dengan temannya hal ini dikarenakan lebih nikmat digunakan bersama.

Saat informan CW sudah berkeluarga sendiri dan mempunyai anak, sikap serta perilakunya terhadap keluarganya kurang baik, hal ini

terlihat seperti yang diungkapkan bahwa informan CW selalu emosional terhadap istrinya kalau ada sesuatu yang tidak diinginkan oleh informan CW akan bersikap kurang baik dan juga informan CW menelantarkan anak istrinya, hal ini dikarenakan penghasilan sehari-harinya hanya digunakan untuk kepentingan diri sendiri seperti bersenang-senang menggunakan narkoba dengan teman-temannya.

*“Ya intinya pikiran saya lagi emosi kadang kadang barang barang itu saya lempar, saya banting kan kasihan juga istri saya kalau saya banting saya lempar kan pada rusak mas . ya gimana dulu kayak gitu, ya namanya juga gampang emosian mas.”  
(W1/CW/b256-262)*

Tiba suatu saat CW tertangkap pihak berwajib atau polisi terkait dengan penyalahgunaan obat terlarang tersebut. CW harus berurusan dengan hukum karena kedapatan mengkonsumsi obat terlarang. Hal ini membuat CW meninggalkan keluarganya untuk sementara waktu guna menjalani proses rehabilitasi.

*“Emm kalau keinginan sendiri ya enggak mas, kalau keinginan sendiri ya enggak pernah makai mas, makai ya tinggal pakai, seneng ya oke. Itu masuk rehab itu karena kronologinya itu ketangkep kita mas.(W1/CW/b188-193)*

Informan CW dalam berinteraksi di lingkungannya hanya sebatas dengan orang yang satu pemikiran atau dengan temn dekatnya. Selain dengan teman dekatnya informan CW lebih mengabaikannya. Setiap hari hanya beriteraksi dengan teman-temannya saja, terlihat jarang berinteraksi dengan masyarakat sekiatar. Kehidupan dalam bermasyarakat tentunya tidak bisa hidup sendiri harus ada saling membantu dalam bermasyarakat, di

dalam lingkungan tempat tinggalnya ada sebuah kegiatan kemasyarakatan seperti kerja bakti, gotong royong dan sebagainya. Tetapi informan CW tidak terlalu aktif dalam kegiatan tersebut.

Kegiatan dalam keagamaan informan CW mengatakan bahwa kurang aktif juga. Hal ini disampaikan bahwa informan CW hanya menjalankan kewajibannya saja, itupun kalau teringat. Informan CW mengakui bahwa dalam menjalankan perintah beragama masih kurang banyak yang dijalankannya.

### **c. Kondisi Informan saat Proses Rehabilitasi**

Pada saat putusan dari Kejaksaan Negeri sudah keluar, informan CW secara resmi mejalani rehabilitasi untuk pemulihan terhadap ketergantungan akan narkoba. Proses rehabilitasi untuk informan CW selama 3 bulan yang bertempat di salah satu rebalilitasi yang berada di Yogyakarta. Selama 3 bulan menjalani proses rehabilitasi, itu artinya informan CW jauh dari rumah dan terpisah dengan keluarganya.

Ketika informan CW menjalani proses rehabilitasi keadaan istrinya sedang mengandung anak keduanya. Pada saat itu perasaan informan CW campur aduk antara khawatir dan merasa bersalah, tetapi informan CW tidak bisa melakukan apa-apa dikarenakan menjalani rehabilitasi selama 3 bulan. Awal dari proses rehabilitasi informan CW belum bisa menerima keadaan dirinya saat itu, yang ada hanya fiikirannya tertuju ke rumah dan keluarganya. Dari sinilah informan CW merasa tersadar akan dari tindakan yang dilakukannya.

Setelah beberapa waktu di tempat rehabilitasi, informan CW sudah mulai beradaptasi dan mengerti dari maksud dirinya menjalani proses rehabilitasi tersebut. Di tempat rehabilitasi ini informan CW banyak diajarkan bagaimana cara menghadapi ketergantungan akan narkoba dan keadaan putus zat. Informan CW menjalani dengan baik apa yang telah petugas programkan. Tidak sampai dengan itu, keadaan psikologis dirinya masih belum stabil. Hal ini dikarenakan masih khawatir dengan keadaan keluarganya terutama istrinya saat keadaan hamil. Walaupun istri beberapa kali menjenguk dan sempat mendampingi informan tetap saja informan khawatir.

Informan mulai tersadar bahwa apa yang dilakukan selama ini banyak merugikan dirinya dan keluarganya, informan akan mencoba memperbaiki sedikit demi sedikit tentang apa yang telah diperbuatnya selama ini. Selama di rehabilitasi rasa bersalah dan penyesalan membuat informan CW selalu mengikuti perintah program rehabilitasi yang diberikan petugas dengan baik.

#### **d. Kontrol Diri Informan CW Pasca Rehabilitasi**

##### **1) Keharmonisan dalam membina keluarga**

Informan CW saat masih aktif mengkonsumsi narkoba sudah berkeluarga dan sudah dikaruniai anak. Saat masih mengkonsumsi narkoba CW tidak terlalu memikirkan anak dan istrinya, bahkan bisa disebut menelantarkan anak istrinya. Hal ini disebabkan karena informan jarang berada di rumah untuk bekerja tetapi hasilnya hanya untuk bersenang-senang dirinya sendiri. Setiap hari berkumpul dengan

teman-temannya dan melakukan penyalahgunaan narkoba tersebut. Disini informan tetap memberikan nafkah terhadap keluarganya tetapi untuk nominalnya sudah dipotong untuk membeli narkoba untuk dirinya sendiri.

*“Saya akhirnya sadar bahwa sebagai kepala rumah tangga udah punya anak udah punya istri harus bisa menyekolahkan anak kayak yang kemaren saya bilang itu mas. Pada akhirnya saya juga harus memenuhi kewajiban untuk menafkahi keluarga. Ya kalau untuk sekarang itu ya kayak ya bisa dibilang sepele ya mas kayak semisal saya membantu istri saya berjualan snack atau camilan, nah ini salah satu cara saya untuk menafkahi mereka. Memang cuma membantu istri tapi ya tetep mencari pekerjaan-pekerjaan yang lain mas, ya mungkin bisa mempermudah ekonomi keluarga. (W2/CW/b167-183)”*

Setelah beberapa waktu menjalani program rehabilitasi dan mulai kembali lagi ke tempat tinggalnya. Informan mulai memperbaiki kesalahan dengan keluarganya salah satunya adalah hubungan dengan keluarganya. Keluarga sekarang menjadi prioritas bagi informan terutama dalam mendidik anak-anaknya, apalagi setelah rehabilitasi informan mempunyai 2 orang anak.

Urusan dalam mendidik anaknya Informan mulai menerapkan bahwa anak harus dekat dengan orang tua, karena dengan itu anak menjadi terbuka terhadap orang tua dan kalau bisa anak bisa menganggap orang tua sebagai sahabat. Hal ini dilakukan belajar dari pengalamannya agar tidak seperti informan dulu. Informan merasa hubungan dengan orang tuanya tidak dekat, banyak melakukan tindakan-tindakan yang merugikan dirinya dan keluarganya. Maka dari

itulah informan memulai menanamkan didikan terhadap anaknya tersebut.

*”Bagaimana caranya anak saya menganggap saya sebagai temannya gitu loh. Jadi enggak cuma sebagai orang tua yang pulang kerja enggak memperhatikan anaknya. Jadi sebisa mungkin dekat. semisal deketkan dan dianggap teman itu segala sesuatu permasalahan anak saya atau unek-unek ceritanya sama orang tua gitu loh nah dengan cara kita dekat dengan anak itu maka kita dapat mengontrol anak itu dengan baik dan dapat mendidik dengan baik gitu loh mas maksud saya.(W1/CW/b352-364)”*

Memperbaiki hubungan dengan istrinya juga dilakukan oleh informan, karena dengan memperbaiki sikap dan perilaku terhadap istrinya bisa menunjang keharomisan dalam mengarungi kehidupan dalam rumah tangganya. Informan mengatakan bahwa sering emosional dengan istrinya dan pernah tidak mengursi dengan baik terhadap anak dan istrinya sendiri.itulah salah satu sebab yang membuat hubungan dalam berumah tangga menjadi kurang baik.

*“Kalau misalnya kita itu emosian tadi tadinya emosian jadi lebih enak untuk mengatasi permasalahan atau ngobrolnya itu lebih enak, perilakunya jadi lebih baik itu kan karena kesadaran.gitu lah kasihan mas kalau misalnya orang rumah kadang-kadang saya ngamuk-ngamuk kan kasihan anak saya masih kecil gedanya besok bagaimana, kna kasihan juga anak saya juga semakin tumbuh besar masak masih kayak gitu terus to mas. (W1/CW/b295-306)”*

## **2) Memperbaiki kesalahan masa lalu**

Informan CW akhirnya sadar bahwa dirinya mempunyai sebuah penyesalan dalam di hidupnya. Untuk itu informan mencoba memperbaiki apa yang masih bisa untuk diperbaiki kesalahannya dalam hidupnya. Kesalahan yang dilakukan oleh informan CW dilakukannya

secara sadar, maka informan mengatakan harus sesegera mungkin untuk memperbaikinya selagi masih ada waktu, terutama dengan orang tuanya dan keluarganya.

Informan berfikir bahwa masih beruntung mempunyai orang tua yang masih lengkap di kehidupannya, dengan keadaannya yang sekarang ini mendorong informan untuk lebih berbakti dengan kedua orang tuanya karena kesempatan tidak datang dua kali. Atas dasar seperti itu informan sebisa mungkin memperbaiki kesalahannya dengan orang tua dengan hal yang kecil dahulu seperti tidak membuat kecewa lagi dan lebih berbakti lagi.

*“Kalau penyesalan itu pasti memang ada mas karena kalau tak pikir-pikir itu kok rugi ya duit segitu cuma tak pakai buat makai. Kalau bisa dibuat yang lain, bisa buat jualan yang lain enggak cuma snack bisa buat jualan apalah lah pokoknya ada mas, begitu. Kalau sama orang tua dulu sampai sekarang saya menyesal mas, sampai sekarang belum bisa membahagiakan orang tua, udah semakin tua orang tua, udah semakin renta juga orang tua paling enggak untuk menyenangkan orang tua itu istilahnya saya udah terlambat to mas, udah berumur loh mas (W2/CW/b362-376)”*

Informan dapat berfikir secara bijak apabila terjadi suatu permasalahan yang dihadapinya, hal ini dikarenakan informan belajar dari pengalamannya dahulu yang belum mampu berfikir secara bijak atau emosinya sulit untuk dikontrol oleh informan. Informan mengatakan bahwa sikap emosional dalam dirinya membuat kehidupannya menjadi lebih berat dan banyak menyebabkan permasalahan dalam dirinya. Sikap emosional yang ada dalam diri

informan sedikit mulai berkurang dengan adanya program rehabilitasi dan rasa kesadaran dalam diri informan CW. Hal itu membuat informan jadi lebih nyaman dalam menjalani kehidupan apalagi berhubungan dengan permasalahan yang dihadapi oleh informan.

*“Ya ndilalah ada perbedaan, ya di rehab itu kita di ajarkan bahwa pentingnya menghargai orang lain, pentingnya menjaga perilaku. Jadi setelah rehab itu saya lebih dalam mengatasi sebuah permasalahan yang cukup berat pada tekanannya itu jadi lebih bijak mas hehe. Jadi enggak emosi kan enak to mas kalau semuanya itu ada permasalahan di pikirkan atau di pecahkan dengan kepala dingin (W1/CW/b266-276)”*

Informan menyadari bahwa kesalahannya terbanyak adalah dengan keluarganya, salah satunya dengan anaknya. Informan sadar akan perilakunya selama ini bisa mengakibatkan hal yang tidak baik terhadap anak-anaknya maka dari itu selagi bisa dan ada waktu informan akan memperbaikinya agar apa yang diinginkan informan untuk anaknya bisa tercapai.

*“Ya pertama ini sebetulnya saya juga takut mas, takut dalam arti kalau anak saya bisa seperti saya besoknya, nah begitu. Jadi sebisa mungkin saya berfikir bagaimana anak saya besok itu jadi anak yang baik (W1/CW/b330-335)”*

### **3) Menjaga komitmen dalam dirinya**

Menjaga komitmen dalam diri informan merupakan suatu hal yang tidak mudah untuk dirinya. Komitmen untuk tidak kembali lagi menggunakan obat-obatan terlarang tersebut. Setelah menjalani program rehabilitasi Informan CW berkomitmen untuk menjahui segala yang berkaitan dengan narkoba agar tidak ada stimulus-stimulus negatif

dalam dirinya untuk mengkonsumsi narkoba kembali. Misalnya informan mencoba untuk tidak bertemu dengan temannya dengan cara banyak menghabiskan waktu bersama keluarganya. Hal ini dikarenakan kehadiran temn-teman lama dan lingkungan lama informan CW ini pengaruhnya begitu besar terhadap stimulus-stimulus negatif dalam diri informan.

*”Soalnya juga udah jarang juga kan ketemu dengan temen-temen. Dulu waktu masih aktif tiap hari ketemu terus to mas. Kalau sekarang sudah sama keluarga sama istri sama anak sekarang udah ada jalan lah paling enggak untuk menjahui lingkungan yang kayak gitu ” (W1/CW/b425-435)*

Keluarga menjadi prioritas informan CW dalam menjalani kehidupan barunya. Keadaan dan situasi apapun informan selalu ingat tentang keluarganya, hal itu membuat informan menjadikan dasar untuk selalu berkomitmen agar tidak berhubungan dengan narkoba tersebut. Dengan mengingat keluarga informan menjadi lebih bisa berfikir jernih dan bijaksana untuk tidak kembali kejalan yang dulu.

*“Kalau sekarang yang saya pikirkan jujur gimana anak saya. Jadi saya itu sudah enggak mikir kayak gitu lagi gitu loh mas. Kalau semisal diajak ya jelas saya kan menolak. Karena saya tau mas keluarga saya harus mengasih yang terbaik untuk mereka. Jadi sadar dirilah mas yang penting itu kesadaran. Sadar punya keluarga, sadar punya anak gimana masa depan anaknya gimana untuk jadi lebih baik lagi. Kalau semisal saya pakai lagi ya jadi amburadul lagi mas hehehe (W1/CW/b403-415)”*

#### **4) Menata tujuan hidup**

Informan CW menyadari bahwa untuk menjalani kehidupan berkeluarga harus mempunyai visi misi atau tujuan dari keluarganya

sendiri. Selama ini informan hanya memikirkan dirinya sendiri tanpa memikirkan kondisi sekarang maupun kedepannya untuk anak dan istrinya. Setelah menjalani program rehabilitasi dan sudah berbaur lagi dengan masyarakat sekitar informan memahami arti dan tujuan hidup yang akan dijalannya. Salah satu tujuan kehidupan informan CW ialah memprioritaskan pendidikan anak-anaknya.

*“Jadi gini mas kalau sekarang jelas uang itu bagaimana bisa buat makan keluarga terutama kebutuhan pokok lah ya mas, anak itu bisa sekolah, jadi kalau dapat uang itu enggak buat seneng seneng saya sendiri mas, perlu dipikirkan bagaimana untuk anak buat sekolah menunjang pendidikannya kayak misalnya besok kalau udah gede masuk SMP masak iya mbonceng sama temennya terus ke sekolahan ya tetep saya berikan sepeda mas. Ya simple nya kayak gitu jadi enggak terus saya dapat uang saya beli hp ini saya pakai hp ini ya enggak mikirnya ke anak mas.(W1/CW/b499-514)”*

Pendidikan merupakan hal yang penting untuk menjadi bekal dalam menjalani kehidupan yang akan datang, dengan hal ini maka informan lebih fokus lagi dengan keluarganya tersebut. Tidak hanya dengan pendidikan saja, Informan juga telah memutuskan untuk lebih menekankan tentang nilai moral dan agama terhadap anak-anaknya. Hal ini dilakukan belajar dari pengalaman informan sendiri.

*“Anak saya bisa seperti saya besoknya, nah begitu. Jadi sebisa mungkin saya berfikir bagaimana anak saya besok itu jadi anak yang baik, jadi anak yang sholeh kalau gitu kan perlu saya pikirkan. Jadi yang perlu saya lakukan dan perlu saya tekankan itu dari segi agamanya dan moralnya mas. (W1/CW/b332-339)”*

**e. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

**1) Lingkungan tempat tinggal yang sehat dan aman**

Kondisi lingkungan tempat tinggal dan lingkungan sosial menurut informan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan sehari-harinya, hal ini dikarenakan sudah menjadi kebiasaan berinteraksi terus menerus di lingkungan tersebut. Selama ini perjalanan hidup informan CW banyak sekali jalan berliku yang dihadapinya. Lingkungan tempat tinggal merupakan bagian yang sulit dilepas keterkaitanya dengan adanya kasus penyalahgunaan narkoba.

*“Jelas itu lingkungan ya mas, karena temen temen saya itu kalau di bilang sekarang itu di sebut circle, circle nya itu ya orang orangnya itu kayak gitu mas. kalau enggak makai biasanya itu pada di gini di olok olok , ahh enggak berani cupu kan enggak mau kan risihkan, akhirnya mau enggak mau ya tetep pakai dan juga keterusan, (W1/CW/b144-152)”*

Atas dasar hal itu informan harus bisa membentengi diri dan bisa menyaring hal apa saja yang bisa menimbulkan hal-hal negatif muncul dalam diri informan terhadap stimulus-stimulus di lingkungan informan berada. Membentengi diri dari godaan negatif dalam lingkungan sekitar sangatlah berpengaruh sekali pada kehidupan informan CW. Informan menjadi lebih selektif dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal itu dilakukan karena pengalaman yang dialami oleh informan selama ini.

*“Meninggalkan hal-hal yang seperti itu dan menjahui lingkungan seperti itu soalnya kalau misalnya kita udah dekat dengan keluarga dan jauh dengan lingkungan itu kalau ada permasalahan yang rumit kita jangan sampai larinya kesitu lagi (W1/CW/b620-625)”*

## 2) Hubungan Keluarga

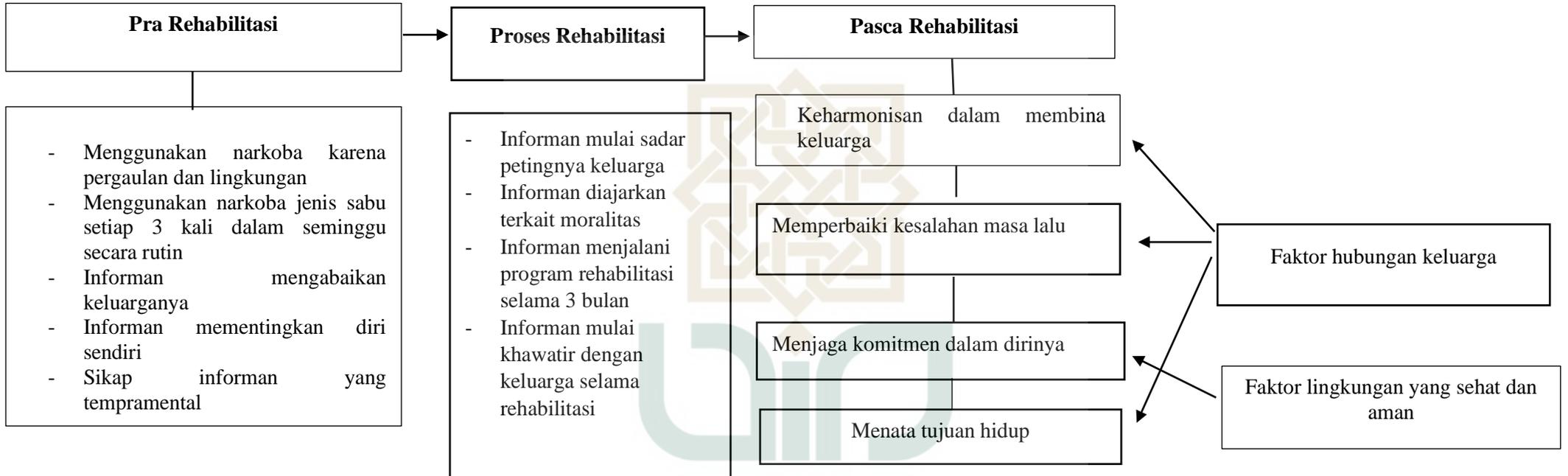
Informan berfikir bahwa perilaku candu terhadap narkoba banyak merugikan dirinya. Informan merasa menyesal dengan perilakunya dulu merugikan keluarganya dan orang tuanya, informan menyadari bahwa dirinya belum bisa membahagiakan istri dan kedua orangtuanya maka dari itu informan sadar dan merubah sikap untuk memperbaiki kesalahannya selama ini.

*“Kalau sama orang tua dulu sampai sekarang saya menyesal mas, sampai sekarang belum bisa membahagiakan orang tua, udah semakin tua orang tua , udah semakin renta juga orang tua paling enggak untuk menyenangkan orang tua itu istilahnya saya udah terlambat to mas, udah berumur loh mas (W2/CW/b368-376)”*

Informan menyadari bahwa umurnya semakin bertambah, begitu juga dengan orang tuanya, informan ingin memberikan yang terbaik untuk orang tuanya, karena informan sadar selama ini belum bisa membahagiakan mereka. Informan mengatakan bahwa keluarga merupakan yang menguatkan dan menjadi motivasi bagi informan untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya. Informan jga ingin memperbaiki hubungan dengan istrinya karena istri dalam berkeluarga adalah orang terdekatnya dan bersama dalam mengarungi kehidupan berumah tangga.

*“Karena saya tau mas keluarga saya harus mengasih yang terbaik untuk mereka. Jadi sadar dirilah mas yang penting itu kesadaran. Sadar punya keluarga, sadar punya anak gimana masa depan anaknya gimana untuk jadi lebih baik lagi. (W1/CW/b407-413)”*

**BAGAN 2. DINAMIKA PSIKOLOGIS KONTROL DIRI INFORMAN CW**



Terbagi : \_\_\_\_\_

Pengaruh : →

## 2. Informan II (TR)

### a. Profil Informan TR

Informan TR (38 tahun) berasal dari Kutai Kartanegara yang berada di Pulau Kalimantan (W1/TR/b61-62). Informan bekerja di tempat rehabilitasi narkoba yang berada di Kulonprogo (W1/TR/b22-23). Informan sudah mengenal narkoba dari SD tetapi aktif memakai sejak berada di SMP (W1/TR/b70-77). Informan aktif memakai narkoba dalam berbagai jenis, tetapi jenis yang paling sering dipakai dan paling lama dipakai adalah jenis sabu-sabu. Jenis narkoba sabu-sabu ini digunakan informan dari tahun 2002 sampai 2015 (W1/TR/b89-90). Intensitas penggunaan narkoba jenis sabu-sabu oleh informan adalah hampir setiap hari.

*“kalau saya hampir hari hari mas. Bukan hampir sih tapi tiap hari mas haha. (W1/TR/b138-139)”*

Informan menjalani proses rehabilitasi di Yogyakarta selama 6 bulan penuh (W1/TR/b32-34). Informan sudah berkeluarga dan mempunyai seorang anak, kemudian dicerai oleh istrinya saat mengetahui kalau informan seorang pecandu narkoba, keluarganya hancur dan pekerjaannya juga hancur. Kemudian informan masuk di tempat rehabilitasi di Yogyakarta.

Setelah menjalani proses rehabilitasi di Yogyakarta selama 6 bulan dan informan masuk dalam kategori pecandu berat. Informan memutuskan

untuk tinggal dan menetap di Yogyakarta. Informan juga bekerja di Yogyakarta, informan membuka kehidupan baru meninggalkan kehidupan yang membuat dirinya kehilangan semuanya seperti pekerjaan dan keluarga. Saat menetap di Yogyakarta informan juga sudah mempunyai keluarga baru.

#### **b. Kehidupan Informan TR Sebelum Rehabilitasi**

Informan TR awal mengenal narkoba dari Sekolah Dasar (SD). Pertama kali mencoba narkoba yaitu jenis ganja. Narkoba jenis ganja ini dikonsumsi oleh TR sampai menginjak kelas 3 SMP. Setelah naik ke kelas 3 SMP barulah Informan TR mulai mengenal dan mengkonsumsi narkoba jenis sabu. Semenjak itulah Informan TR mulai kecanduan dan rutin mengkonsumsi narkoba terutama jenis sabu.

*“Kalau saya hampir hari hari mas. Bukan hampir sih tapi tiap hari mas haha.” (W1/TR/b138-139)*

Saat informan TR sudah berkeluarga kecanduannya terhadap narkoba belumlah sembuh. Hal itu membuat sikap dan perilaku terhadap istrinya menjadi kurang baik. Hal ini diungkapkan bahwa dirinya merasa paling benar dan egois di dalam keluarganya. Hubungan dalam menjalin rumah tanggapun sering mengalami masalah.

*“Terlihat dampak dampaknya saya kan udah berumah tangga dari 2010 sampai 2015 udah goyang terus mas, pokoknya sepanjang tahun itu udah gak nyaman gitu, perkerjaan hancur semua di keluar kan gara gara narkoba. Ribut ribut apa semua gara gara narkoba”. (W1/TR/b240-247)*

Waktu Informan TR berkeluarga, sang istri belum mengetahui bahwa TR sering mengkonsumsi narkoba. Istrinya beberapa kali menaruh curiga terhadap TR, tetapi TR selalu mengelak dan menyanggahnya. Pada saatnya tiba sang istri mengetahui bahwa dugaan dan kecurigaannya benar, Istrinya mengetahui bahwa TR mengalami kecanduan terhadap narkoba. Setelah mengetahui hal itu akhirnya istrinya meminta untuk bercerai dengan TR.

*“Kalau istri tau itu kan mas terus terang saya kan pertama istrikan sudah curiga, di tahun 2015 awal tuh sudah istri sudah mencium to mencium karena pernah melihat alat di rumah, saya selalu ngeles, ini apa pokoknya ngeles lah mas, saat bulan 2 sampai bulan 8 tuh udah goyang dan di tekan tapi aku tetep mengelak to mas. terus akhirnya akupun menyerahkan diri kepada keluarga. Jadi enggak jujur dulu ke istriku, jadi pertama aku ke keluarga. Terus keluarga langsung nyidang aku , terus istriku tau, terus minta cerai istriku, ya karena udah banyak kesalahan lah yang sudah berbuat kayak gitu.” (W1/TR/b263-278)*

Setelah peristiwa tersebut Informan TR meminta kepada orang tuanya untuk direhabilitasi agar kecanduan terhadap narkoba bisa sembuh, tetapi dengan satu syarat yaitu proses rehabilitasinya dilakukan diluar Kalimantan. Hal itu diminta oleh TR menurutnya dengan direhabilitasi jauh dari lingkungan sebelumnya akan lebih memperbesar tingkat kesembuhannya daripada dilakukan di sekitar Kalimantan.

### **c. Keadaan Informan TR saat menjalani program rehabilitasi**

Informan TR melakukan rehabillitasi dikarenakan keinginan diri sendiri untuk sembuh dari kecanduan akan narkoba. Informan saat masuk panti rehabilitasi termasuk pecandu narkoba golongan berat, maka

informan di sarankan rehabilitasi dengan program 6 bulan lamanya. Informan berasal dari Kalimantan yang berkeinginan melakukan rehabilitasi di Yogyakarta hal ini dimaksud ingin jauh dari tempat asalnya, karena pengalaman dari sebelumnya kembali ke lingkungan lama informan kambuh lagi dan banyak stimulus-stimulus negatif yang menyerang dirinya.

*“Kalau saya terus terang karena keinginan sendiri mas. yang didasari karena udah lelah udah capek memang (W1/TR/b213-215)”*

Saat menjalani rehabilitasi selama 6 bulan di Yogyakarta informan menghadapi banyak masalah dalam hidupnya. Hubungan rumah tangga yang dibangunnya hancur berantakan karena istri meminta menceraikannya dan dipecat dari pekerjaannya. Informan saat menjalani rehabilitasi merasa banyak rasa penyesalan dalam dirinya. Rasa bersalah terhadap dirinya dan keluarganya.

*“Rumah tangga hancur , keluarga tidak mempercayai kita otomatis. Keluarga hancur baru pekerjaan kita hancur semua nya hancur mas.(W1/TR/227-230)”*

Informan menyadari bahwa salah satu yang menyebabkan dirinya terjebak dengan ketergantungan narkoba ialah kurangnya asupan religi dalam kehidupannya. Hal ini membuat informan ingin menambah pengetahuan dan ketenangan hidup dengan mempelajari tentang agama. Di dalam rehabilitasi ini informan mengatakan bahwa salah satu program rehabilitasinya berkaitan dengan rohani, hal ini sangat mendukung keadaan informan yang haus dengan asupan keagamaannya.

*“Karena gini mas salah satunya, orang orang seperti kita ini semua jauh dari agama jauh dari yang menciptakan kita lah ya. Haus rohani, rohani kita haus kita butuh masukan rohani, butuh bimbingan kegiatan keagamaan, karena trus terang waktu masih memakai namanya sholat itu udah enggak kenal kita (W1/TR/b315-323)”*

Awal-awal menjalani rehabilitasi keadaan dan rasa dari tubuh informan merasa kurang baik, hal ini dikarenakan informan tidak dapat menggunakan narkoba lagi. Tetapi dengan tekad dan kemauan dari diri informan, sedikit demi sedikit mulai mampu menjalankan program-program rehabilitasi dengan baik. Saat menjalani rehabilitasi informan selalu kepikiran dengan keluarganya, terutama dengan orang tua dan anaknya. Informan merasa dirinya mempunyai banyak kesalahan terhadap orang tuanya hal ini membuat informan berfikir setelah kecanduan akan narkoba bisa terobati dirinya akan lebih baik lagi berhubungan dengan orang tuanya tersebut.

*“Otak saya sudah stress, badan badan itu kayaknya halusinasi berpikiran badan itu enggak sampai enak, nah jadi ya ketika putus zat itu memang betul betul tersiksa, nah jadi 3 bulan pertama itu saya mengalami tersiksa pokoknya. (W1/TR/b367-372)”*

Hubungan informan dengan keluarganya saat menjalani rehabilitasi sangatlah baik. Hal ini dikarenakan pihak keluarga dari informan selalu memberikan dukungan terhadap informan. Informan akhirnya tersadar bahwa keluarga dan orang tuanya merupakan suatu anugerah yang dimilikinya. Informan menjadi tambah bersemangat dalam menyelesaikan program rehabilitasi ini dan bisa sembuh akan ketergantungannya terhadap narkoba.

*“Ya kayak aku nih pengen usaha terus terang saya disini tuh dari nol, ya dari segi modal pun saya enggak ada nah itu dari keluarga terus support aku. Bagaimana itu kalau baik insyallah keluarga pasti akan selalu mensupport aku. Orang tuaku tuh yang penting aku tuh jadi orang baik aja sih mas dan bermanfaat buat orang lain. (W2/TR/b564-572)”*

#### **d. Kontrol Diri Informan TR Pasca Rehabilitasi**

##### **1) Memperbaiki Kesalahan Masa Lalu**

Informan TR menyadari bahwa dulu sempat tinggal tidak bersama orang tua waktu kuliah sehingga membuat dirinya tidak mempunyai hubungan dekat kedua orang tuanya. Hal itu membuat hubungan informan dengan orang tuanya kurang dekat dan menanggapi orang tuanya tidak terlalu peduli dengan dirinya. Maka dari itu informan ingin memperbaiki hubungan dengan kedua orang tuanya. Ditambah lagi informan membuat kecewa kedua orang tuanya karena permasalahan dengan narkoba.

*“Oh ternyata orang tuaku ini setelah di pikir pikir ya pokoknya orang tuaku ini dulu beranggapan orang tuaku enggak peduli sama saya, ibaratnya saya negatif thinking juga lah. Pokoknya aku sama orang tuaku tuh saling memperbaiki aja sih mas, (W2/TR/b421-428)”*

Informan mampu mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya sendiri seperti saat informan ingin menunjukkan hal yang baik dan positif ke orang tuanya sendiri karena informan merasa mampu untuk mengendalikan situasi dan keadaan dirinya. Hal ini dilakukan karena informan menyadari bahwa dirinya mempunyai banyak kesalahan terhadap orang tuanya.

*“Kalau saya ingin menunjukkan ke orang tua ingin menjadi pribadi yang lebih baik dan selalu bermanfaat buat orang lain mas. (W2/TR/b547-550)”*

Informan mengungkapkan bahwa hidupnya sudah tidak tenang, keluarga hancur, banyak musuh dan pekerjaan hancur jadi informan memutuskan untuk masuk rehabilitasi dan meminta tempat rehabilitasi berbasis agama serta terletak diluar Kalimantan karena informan meyakini dengan melakukan tindakan itu informan bisa menjadi lebih baik. Informan meyakini setelah selesai menjalani program rehabilitasi dirinya bisa untuk memperbaiki dirinya dan kesalahan-kesalahan yang dilakukannya terhadap keluarganya.

*“Mereka ingin melihat kita menjadi anak baik ya kita harus tunjukkan ke mereka. Tunjukkan hal hal positif ke mereka. Kita membuat bangga lah ibaratnya. Seperti itu, keluarga lah mas saya paling mendukung selama ini saya ketahanan saya terhadap narkoba. (W1/TR/b574-580)”*

Setelah selesai menjalani program rehabilitasi selama 6 bulan, informan mempunyai beberapa rencana kedepannya, salah satunya adalah informan ingin menetap dan bekerja di Yogyakarta. Hal ini dilakukan agar dirinya tidak *relapse* lagi terhadap narkoba. Informan menyadari bahwa dirinya akan selalu menjaga dirinya untuk tidak kambuh lagi.

## **2) Menjaga Komitmen didalam dirinya**

Informan menyadari bahwa lingkungannya yang selama ini di tinggalinya membawa dampak buruk terhadap kecanduan narkoba baginya, maka dari itu setelah rehabilitasi informan memilih untuk

menetap di Yogyakarta karena ingin menjaga dirinya agar tidak kembali *relapse* narkoba, menurut informan lingkungan sekitar lah yang sangat berpengaruh atas munculnya stimulus-stimulus negatif di dalam dirinya.

*“Kalau pun saya bersama keluarga anak istri saya saya bawa kesana, ibaratnya saya udah punya tekad kuat nih, saya enggak bakalan lagi nih make lagi gak bakalan nih disana. Tapi mas terus terang aja itu tidak menutup kemungkinan suatu saat saya akan relapse lagi. Makanya hal yang saya dasari itu makanya saya harus hijrah tetap harus pindah mas harus pindah dari lingkungan kita mas. (W1/TR/b74-84)”*

Walaupun informan sudah berada di tempat tinggal yang baru, tidak menutup kemungkinan adanya hal-hal yang membuat stimulus-stimulus negative itu muncul. Informan dapat mengendalikan situasi terhadap dirinya ketika menghadapi permasalahan tersebut. Hal tersebut menunjukkan komitmen dalam diri informan untuk bisa menjaga dirinya tidak *relapse* kembali.

*“Saya berusaha untuk menghindari untuk tidak menggunakan lagi mas. walaupun berat ketertarikan itu akan selalu ada mas. kecuali kalau kita mati kita enggak bakal tertarik dengan barang itu. Kita udah pecandu pasif solanya mas. jadi ibaratnya barang itu di legalkan umpamanya saya akan berusaha keras untuk tidak lagi masuk kesitu. Karena kalau narkoba itu di legalkan itu kan otomatis narkoba kan kita disini sudah banyak belajar tentang agama kan udah tau kalau itu udah dilarang kan otomatis begitu itu dari agama nah itu satu. Baru yang kedua jika saya menggunakan narkoba lagi otomatis karena kalau kita menggunakan narkoba itu mas emosi kita akan naik, egois, agresif kita akan naik hal hal yang buruk dari kita akan muncul otomatis itu akan mengganggu hubungan saya dengan keluarga dan semua. Baru yang ketiga fisik kita akan hancur, pakai narkoba terus nih jarang tidur, jarang makan pasti badan kita akan habis. Itu fisik nah pastinya kesehatan kita terganggu juga. Jadi bagaimana caranya saya akan menghindari itu. (W2/TR/b495-525)”*

Informan saat ini bekerja di tempat rehabilitasi narkoba, ini menunjukkan bahwa menunjukkan keinginan dirinya menjaga komitmen yang ada diirnya untuk tidak kembali lagi mengkonsumsi narkoba seperti dahulu. Informan juga mempunyai keinginan untuk bisa membantu orang lain yang terkena masalah akan narkoba seperti drinya dahulu.

*“Pekerjaan saya sehari hari di tempat rehabilitasi narkoba mas. nah kebetulan tempat ini dulu tempat saya rehab, nah setelah saya rehab saya memutuskan untuk meminta pekerjaan pada pemilik yayasan alhamdulillah saya bisa bekerja disini untuk membantu teman teman yang masih bermasalah dengan narkoba”*

### **3) Menata Tujuan Hidup**

Informan setelah selesai menjalani rehabilitasi ada keinginan untuk menikah lagi, pada saat itu informan sudah mempunyai calon istri. Informan selalu melakukan perilaku yang baik untuk dirinya, hal ini dilakukan untuk menunjukkan perubahan yang baik guna untuk meminta restu calon mertuanya agar mengizinkan menikahi anaknya padahal statusnya adalah mantan pecandu narkoba.

*“Kalau dari saya begitu mas dari keluarganya istri saya kalau namanya orang begundal ya tetap begundal, ya takut untuk ke anaknya . banyak betul halangan, tapi ya alhamdulillah kita tunjukkan sikap kita yang baik baik terus ya alhamdulillah dengan berusaha dan berdoa terus yang diatas membukakan jalan untuk kita, seperti itu. (W2/TR/b204-214).”*

Setelah informan selesai menjalani program rehabilitasinya informan memutuskan untuk tetap tinggal di Yogyakarta dengan alasan ingin menata kembali kehidupannya dari awal setelah sebelumnya

pekerjaan dan keluarganya hancur yang disebabkan oleh narkoba serta ada harapan untuk tidak lagi menggunakan barang-barang tersebut.

*“Aku sih terus terang kalau masalah pekerjaan aja ikut kembali ke Kalimantan ikut orang tua ikut ipar saya ikut adik saya udah kerja enak mas saya. Tapi itu hal yang harus lebih dipikirkan lagi karena kalau saya kembali kesana tidak menutup kemungkinan saya relapse lagi. Ya seperti itu udah terkonsep lah dipikiran saya. Ya aku sempet berfikiran sampai matipun aku akan tetep disini aja. (W2/TR/b572-582)”*

Informan memilih menetap dan bekerja di Yogyakarta supaya tidak relapse lagi terhadap narkoba padahal kalau di Kalimantan bisa mempunyai pekerjaan yang di bilang lebih baik lagi dari sekarang dan informan mempunyai niat untuk membantu orang-orang yang ingin lepas dari pengaruh narkoba

*“Ya ibaratnya saya, saya selesai saya ingin membantu bekerja di narkoba, ibaratnya kita bisa menjadi role model, menjadi motivasi yang sedang menggunakan. Nanti kalau kamu menggunakan akibatnya seperti ini. Contohnya pengalaman saya ini. Ibaratnya anak anak narkoba itu akan percaya kepada orang orang yang pernah mengalaminya sendiri. (W1/TR/b681-692)”*

#### **4) Menjadi individu yang religius**

Setelah melalui proses rehabilitasi, informan merasa dirinya menjadi lebih religious. Hal ini terindikasi dari perilaku informan yang menjalankan sholat wajib 5 waktu , puasa Sunnah dan sholat Sunnah. Hal itu sudah diterapkan saat rehabilitasi sampai kembali ke lingkungannya.

*“Saya melaksanakan puasa daud sehari puasa sehari enggak, melaksanakan sholat tahajud terus tiap malam. (W1/TR/b121-123)”*

Selain itu, Informan juga mulai menerapkan perilaku-perilaku religius dalam lingkungan keluarganya. Hal ini dapat dilihat dari perilaku informan yang mulai menekankan hal-hal keagamaan atau religiustas kepada anak-anaknya dan lebih memberikan perhatian kepada mereka. Informan memiliki keyakinan bahwa hal tersebut bisa membawa kelaurganya menjadi lebih baik lagi.

*“Saya fokuskan ke ibadah mas. di keagamaanya mungkin dari segi religinya nanti benar benar saya pantau karena terus terang dari pengalaman saya dulu terus terang mulai dari kecil aku kelas satu pokonya dari bayi lah mas sampai kelas 6 itu saya sama orang tua saya. Tapi lebih dari itu selanjutnya saya ikut paman saya. Jadi pola asuh dari orang tua itu harus bener bener di perhatikan. (W2/TR/b146-156)”*

Perilaku keagamaan atau religiutas informan sebenarnya mulai tampak saat informan hendak menjalani proses rehabilitasi. Sebelum menjalani proses rehabilitasi, informan lebih memilih tempat rehabilitasi yang banyak mengajarkan terkait hal hal keagamaan atau religiutas. Hal ini didasari karena informan menilai orang yang kecanduan narkoba itu jauh dari agama dan butuh bimbingan rohani.

*“Karena gini mas salah satunya, orang orang seperti kita ini semua jauh dari agama jauh dari yang menciptakan kita lah ya. Haus rohani, rohani kita haus kita butuh masukan rohani, butuh bimbingan kegiatan keagamaan (W1/TR/b315-320)”*

. Informan juga memutuskan masuk tempat rehabilitasi karena dirinya sudah merasa capek dan mendapatkan uang dengan mudah tetapi informan merasa uangnya membuat tidak berkah bagi dirinya karena selalu saja ada masalah dalam kehidupannya.

*“Kalau saya terus terang karena keinginan sendiri mas. yang didasari karena udah lelah udah capek memang terus terang kita materi luar biasa lah yaa, tapi memang materi yang tidak berkah lah ya kita dapet mas. (W1/TR/b213-218).”*

#### **d. Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

##### **1) Lingkungan Yang Sehat dan Aman**

Lingkungan merupakan tempat berinteraksi informan setiap harinya. Kondisi lingkungan sekitar menurut informan mempunyai pengaruh yang besar terhadap apa yang dialami saat tentang pemakaian narkoba.

*“Kalau pengaruh lingkungan itu sudah nomor satu lah mas. (W1/TR/b115-116)”*

Lingkungan sekitar dan keadaan sekitar juga salah satu yang mendasari kalau informan memilih tempat rehabilitasi yang berada di luar pulau Kalimantan. Hal ini dilakukan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan oleh informan

*“Makanya hal yang saya dasari itu makanya saya harus hijrah tetap harus pindah mas harus pindah dari lingkungan kita mas. (W2/TR/b81-84)”*

Bukan tanpa sebab informan memutuskan untuk berpindah tempat tinggal dari Kalimantan dan menetap di Yogyakarta. Ini dikarenakan informan suatu saat pulang ke Kalimantan dan disana malah kembali *relapse* terhadap narkoba

*“Dulu pernah sih mas, selesai rehab pulang ke Kalimantan mengurus surat pindah karena saya kembali ke lingkungan, karena disana masih ada masalah relapse lagi. Jadi saya selama 2 minggu disana, seminggu berturut turut saya makai lagi. (W1/TR/b607-613)”*

## 2) Membina Keluarga yang Harmonis

Informan merasa dirinya sudah lelah dengan perilakunya terhadap narkoba dan ingin menjalani hidup dengan tenang. Hasil dari perilaku candu terhadap narkoba membuat kehidupan informan berantakan, dimulai kehilangan pekerjaan sampai diceraikan oleh istrinya.

*“Udah terlihat dampak dampaknya saya kan udah berumah tangga dari 2010 sampai 2015 udah goyang terus mas, pokoknya sepanjang tahun itu udah gak nyaman gitu, pekerjaan hancur semua di keluar kan gara gara narkoba. Ribut ribut apa semua gara gara narkoba.(W1/TR/b240-247)”*

Setelah menjalani rehabilitasi informan mempunyai keinginan untuk memperbaiki kesalahan yang dibuatnya terutama dengan keluarganya. Informan menyadari bahwa apa yang dilakukannya selama ini menjadi sumber dari masalahnya tersebut.

*“Cuma yang enggak kita dapet ini adalah ketenangan hati mas. itu yang enggak dapet, baru keduanya semuanya serba hancur. Rumah tangga hancur, keluarga tidak mempercayai kita otomatis. Keluarga hancur baru pekerjaan kita hancur semua nya hancur mas. (W1/TR/b220-226)”*

Beberapa waktu setelah menjalani program rehabilitasi, Informan TR menjalani kehidupan baru dengan menikah lagi dan mempunyai keluarga baru, hal ini membuat Informan TR akan selalu menjaga keluarganya dan tidak membuat kesalahan yang sama lagi

*“Faktor utama keluarga, saya mempunyai anak, di Kalimantan dan saya mempunyai keluarga di Kalimantan, mereka ingin melihat kita menjadi anak baik ya kita harus tunjukkan ke mereka. Tunjukkan hal hal positif ke mereka. Kita membuat bangga lah ibaratnya. Seperti itu, keluarga lah*

*mas saya paling mendukung selama ini saya ketahanan saya terhadap narkoba. Faktor utama saya yaitu ingin menjaga keluarga saya. Ingin membuat mereka bangga lah. (W1/TR/b573-583)”*

### **3) Meningkatkan keimanan diri**

Informan masuk panti rehabilitasi karena keinginan dari diri sendiri, hal ini disebabkan informan merasa tidak nyaman dengan kehidupannya dan merasa kurang akan asupan keagamaan. Banyaknya masalah yang muncul dalam kehidupannya membuat informan mengalami tekanan dalam hidupnya. Maka dari itu informan memilih masuk tempat rehabilitasi yang mengajarkan keagamaan dan religiusitas.

*“Karena gini mas salah satunya, orang orang seperti kita ini semua jauh dari agama jauh dari yang menciptakan kita lah ya. Haus rohani, rohani kita haus kita butuh masukan rohani, butuh bimbingan kegiatan keagamaan , karena trus terang waktu masih memakai namanya sholat itu udah enggak kenal kita, walaupun ada orang adzan to mas, nah rumah saya itu dekat banget sama musholla , sebelah sama musholla jadi ketika ada orang adzan ya kita lagi makai ya makai aja sudah tidak pernah peduli. Jadi pada dasarnya ya kita butuhkan itu rohani , kegiatan religi (W1/TR/b315-329)”*

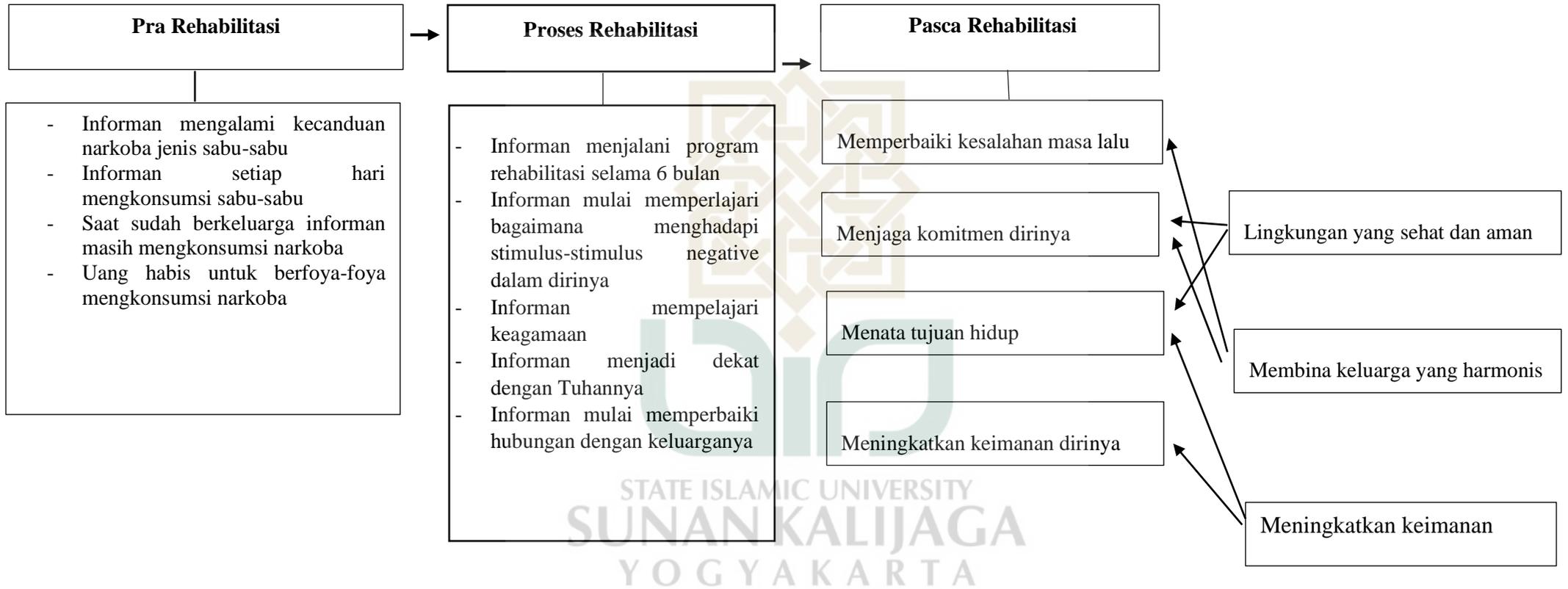
Saat sugesti untuk menggunakan narkoba kembali muncul, informan langsung mengalihkan hal tersebut dengan dzikir atau mengingat kepada sang pencipta. Hal ini sesuai yang diajarkan saat proses rehabilitasi dilakukan, dengan melakukan hal tersebut informan bisa mengontrol keadaan dirinya.

*“Alhamdulillah kita disini sudah belajar tentang agama apa apa kan mendekatkan diri kita bisa mengalihkan dzikir atau apalah ingat ingatlah sama yang diatas. (W1/TR/b628-632)”*

Informan sudah mengalami beberapa kejadian dalam hidupnya yang diakibatkan oleh kecanduannya terhadap narkoba dimulai dari kehilangan pekerjaan sampai hancurnya rumah tangganya, maka dari itu informan banyak belajar dari pengalaman dan sekarang lebih meningkatkan keimanannya. Sekarang faktor keagamaan juga yang membuat informan untuk memutuskan hijrah dari Kalimantan dan menetap di Yogyakarta.



**BAGAN 3. DINAMIKA PSIKOLOGIS KONTROL DIRI INFORMAN TR**



### 3. Informan III (DY)

#### a. Profil Informan DY

Informan DY (34 Tahun) berasal dari Medan Sumatera Utara (W1/DY/b20-21). Informan bekerja di IPWL atau tempat rehabilitasi yang berada di Kabupaten Kulonprogo (W1/DY/b24-25). Informan DY masuk ke panti rehabilitasi di Yogyakarta pada tahun 2017 dan setelahnya berdomisili di Yogyakarta sampai sekarang (W1/DY/b35). Informan DY menjalani proses rehabilitasi selama 6 bulan (W1/DY/b37). Informan DY sudah mengenal narkoba semenjak duduk di bangku sekolah yaitu saat SMP kelas 2. (W1/DY/b47-48). Informan berasal dari keluarga *broken home* dikarenakan orang tuanya sudah bercerai. (W1/DY/b179-181). Kemudian informan tinggal bersama neneknya dan adik-adiknya yang lain tinggal bersama saudaranya. (W1/DY/b233-235). Informan merasa dirinya tidak terurus dengan baik oleh orang tuanya.

Informan masuk panti rehabilitasi karena menjadi DPO (Daftar Pencarian Orang) oleh pihak kepolisian, untuk itu karena informan takut bermasalah dengan pihak kepolisian informan memutuskan untuk masuk ke tempat rehabilitasi untuk menyembuhkan kecanduannya terhadap narkoba.

*“Takut kena tangkap, karena dulu sempet bermasalah dengan polisi jadi DPO saya lari kemari (W1/DY/b146-148)”*

Saat pertama masuk rehabilitasi informan belum berkeluarga, tetapi setelah selesai menjalani rehabilitasi dan mendapatkan pekerjaan

informan memutuskan menetap di Yogyakarta. Hal itu didasari karena informan sudah berkeluarga mendapatkan istri orang Yogyakarta. Informan aktif memakai narkoba berjenis ganja dan shabu (W1/DY/b258-259). Akan tetapi informan menjadi kecanduan narkoba di rentan tahun 2005-2016 .

*“Itu saya pakai 2005 terakhir balik 2013 tetep berlanjut itu 2015 saya datang kemari. 2015 itu saya masuk rehab” (W1/DY/b138-140)*

#### **b. Kehidupan Informan DY Sebelum Rehabilitasi**

Informan DY awal pertama kali mengenal narkoba yaitu sejak duduk dibangku SMP kelas 2. Informan mengatakan bahwa dirinya pertama kali mencoba narkoba diajak teman lalu di suruh minum secara paksa oleh temannya tersebut. Informan DY berasal dari Medan Sumatera Utara. Di lingkungan tempat tinggalnya Informan terjerumus narkoba, banyak teman-temannya mengajak untuk mengkonsumsi berbagai jenis-jenis narkoba. Bukan tanpa sebab karena pada waktu itu lingkungan tempat tinggal Informan DY tergolong mudah ditemui atau mencari obat-obatan terlarang.

*“Kalau dulu SMP, Smp kelas 2 . kalau enggak salah saya 2002, itu temen yang cekokin 2002 pas itu kalau enggak salah saya pas ulang tahun. (W1/DY/b47-50)”*

Disaat Informan DY menginjak remaja, informan semakin rutin mengkonsumsi narkoba tersebut hingga menyebabkan kecanduan. Padahal awal dari informan menggunakan narkoba karena dipaksa temannya. Setelah beberapa waktu informan menjadi kecanduan terhadap narkoba.

Informan DY melakukan apa saja untuk bisa terus mengkonsumsi narkoba tersebut.

*“Kalau ada masalah yang namanya shabu ini kalau keuangannya menipis kadang ke tindakan kriminal, mencuri otomatis apa yang bisa kamu curi apa yang bisa kamu jual udah lakukan kan begitu. (W1/DY/b478-482)”*

Salah satu yang menyebabkan Informan DY tidak bisa lepas dari narkoba rasa frustrasi dengan keadaan hubungan didalam keluarganya. Informan DY mengungkapkan bahwa orang tuanya tidak memberikan perhatian dan kasih sayang terhadap dirinya. Ditambah lagi keadaan orang tua sudah bercerai di karenakan bapak dari Informan DY terjerat masalah hukum. Dengan keadaan yang serba kekurangan akhirnya Informan DY dan adik-adiknya tinggal terpisah karena alasan ekonomi.

*“Kalau saya sebetulnya bukan karena keluarga enggak peduli sama saya, awal mulanya broken home ayah saya tersandung kesalahan, ibu saya di Malaysia jadi TKI saya pun di tempatkan di tempat nenek yang bisa dibilang kurang dari pengurusannya kurang pengawasannya bebas liar wahn. (W1/DY/b417-424)”*

Saat tinggal terpisah Informan DY merasa dirinya terbuang. Hal itu menyebabkan dirinya frustrasi dan semakin jadi dalam mengkonsumsi narkoba tersebut. Setelah bertahun tahun terjerumus dalam narkoba, berbagai masalah mulai datag menghampirinya, salah satunya adalah Informan DY menjadi target operasi dari pihak kepolisian setempat. Hal itu membuat Informan DY merasa terancam dan tidak tenang. Kemudian Informan DY mencoba untuk meminta rehabilitasi agar dirinya tidak berurusan dengan pihak polisi.

Seiring berjalannya waktu akhirnya Informan DY bisa menjalani rehabilitasi di Yogyakarta. Setelah beberapa bulan menjalani rehabilitasi Informan DY mencoba untuk memulai membuka kehidupan baru.

### **c. Keadaan Informan DY saat proses Rehabilitasi**

Informan DY melakukan rehabilitasi dikarenakan keinginan diri sendiri karena takut menjadi target dari polisi. Informan saat masuk panti rehabilitasi termasuk pecandu narkoba golongan berat, maka informan disarankan rehabilitasi dengan program 6 bulan lamanya. Informan berasal dari Medan Sumatera yang berkeinginan melakukan rehabilitasi di Yogyakarta.

*“Takut kena tangkap, karena dulu sempet bermasalah dengan polisi jadi DPO saya lari kemari,(W1/DY/b146-148)”*

Saat menjalani rehabilitasi selama 6 bulan di Yogyakarta informan menghadapi banyak masalah dalam hidupnya. Hubungan dengan orang tuanya kurang baik. Hal ini dikarenakan menjadi korban *broken home* dari orang tuanya dan menjadi tinggal terpisah dengan keluarganya. Informan merasa terbuang dan tidak mendapatkan rasa peduli dari keluarganya.

*“sebelum karena ya mungkin enggak bisa dilarang ataupun memang keluarga udah enggak acuh tak acuh, saya istilahnya ini broken home, (W1/DY/b178-181)”*

Saat menjalani proses rehabilitasi informan mempunyai keinginan untuk berkeluarga, walaupun dari pengalaman yang dialaminya dari orang tuanya yang *broken home*. Tetapi informan belum yakin apakah bisa

dirinya berkeluarga karena dirinya adalah korban dari penyalahgunaan narkoba.

*“Keluarga istilahnya saya mau berkeluarga, mesti lah saya kepengen menikah pengen punya anak, ada rasa pengen berkeluarga gitu. Temen temen sudara semua sudah berkeluarga.jadi saya sedikit tertular untuk berkeluarga ya pengen hidup seperti itu.(W1/DY/b593-599)”*

#### **d. Kontrol Diri Informan DY**

##### **1) Memperbaiki kesalahan masa lalu**

Informan menyadari bahwa dulu sempat tinggal terpisah dengan orang tuanya membuat dirinya menjadi kurang pantauan. Hal itu membuat hubungan informan dengan orang tuanya kurang dekat dan menanggapi orang tuanya tidak terlalu peduli dengan dirinya. Maka dari itu informan ingin memperbaiki hubungan dengan kedua orang tuanya. Ditambah lagi informan membuat kecewa kedua orang tuanya karena permasalahan dengan narkoba.

Informan menilai bahwa dengan dirinya terjerumus ke dalam narkoba membuat masa depannya hancur, pendidikan hancur dan membuat penyesalan terbesar dalam hidupnya. Informan meminta maaf kepada orang tuanya karena bermasalah dengan narkoba dan menilai bahwa dirinya salah mencari perhatian ke orang tua dengan bermain narkoba.

*“Karena saya salah sendiri karena saya yang makai narkoba bukan di cekokin orang tua saya. Walaupun awalnya saya makai narkoba mengharapakan pengetahuan dan kasih sayang mereka. Udah itu aja. Kalau saya jumpa orang tuaa saya mohon maaf mohon maaf saya bikin susah. (W2/DY/b532-539)”*

## 2) Menjaga Komitmen dalam diri

Informan sudah yakin setelah berkeluarga dirinya akan berkomitmen penuh untuk menjadi yang lebih baik daripada sebelumnya (W2/DY/b135-139). Terlepas dari permasalahan dari DY dengan orang tuanya yang merupakan korban dari *broken home* dijadikan sebuah pengalaman dalam kehidupan dengan keluarga sekarang. Seperti yang sudah direncanakan oleh informan Informan akan mengajarkan religi atau keagamaan yang lebih terhadap anaknya karena meyakini hal seperti itu bisa menjadi modal yang sangat berharga untuk anaknya kelak. (W2/DY/b360-365)

Informan akan menolak bila ada yang mengajak untuk menggunakan narkoba lagi karena tidak mau lagi masuk ke dalam dunia narkoba dan terlebih informan sekarang sudah berkeluarga serta sudah hijrah meninggalkan tempat asalnya (W2/DY/b236-243).

*“Tetep enggak lah tetep tolak sekali tolak ya tolak anak anak tadi keluarga. Kalau saya masih sendiri lajang gitu belum berkeluarga tidak menutup kemungkinan karena dengan anak ini adalah faktor kebahagiaan saya ya dasar hidup saya mau berjuang ya karena anak anak tadi. Saya itu tadi adalah alasan saya yang paling kuat.(W2/DY/b324-334)”*

Informan berkeyakinan dirinya tidak akan kembali lagi dengan narkoba karena informan mempunyai anak dan istri yang merupakan hal sangat berharga yang dimilikinya. Keluarganya serta anaknya adalah salah satu hasil dari tujuan hidup dari Informan DY. Informan tidak akan membuat keluarganya hancur karena berdasarkan pengalaman hidupnya yang pernah dilaluinya.

*“Kalau saya tetep menjahui. Bagi saya ya kalau dulu saya makai happy ya lebih wah gitu tapi sekarang sudah berkeluarga ada ana istri ya udah enggak udah lama tak tinggalkan udah plong aku sekarang ya udah lebih dari wah. Ya ini kayak udah jadi anugerah bagi saya ya paling berhargalah bagi saya. (W2/DY/b301-308)”*

### **3) Membina keluarga dan tujuan hidup**

Pada saat informan terjerat kecanduan terhadap narkoba hubungan dengan keluarganya tidak berjalan dengan baik. Tetapi hal itu tidak membuat dirinya membenci tentang keluarga atau berumah tangga. Pada suatu saat Informan ingin seperti teman-temannya yang lain yaitu menjalani kehidupan berumah tangga. Tetapi informan sadar bahwa dirinya mempunyai banyak sekali kekurangan, hal itu membuat dirinya sedikit ragu akan keinginannya tersebut.

*“Keluarga istilahnya saya mau berkeluarga, mesti lah saya kepengen menikah pengen punya anak, ada rasa pengen berkeluarga gitu. Temen temen sudara semua sudah berkeluarga.jadi saya sedikit tertular untuk berkeluarga ya pengen hidup seperti itu.(W1/DY/b593-596)”*

Pada akhirnya informan memantapkan diri untuk berkeluarga dan akan menikahi calon istrinya setelah menjalani program rehabilitasi. Untuk mencapai semua itu tadi informan selalu menjunjung tinggi dengan mengendalikan keadaan dirinya untuk selalu berbuat baik sehingga mertuanya mengizinkan menikahi anaknya padahal statusnya adalah mantan pecandu narkoba.

*“Ya alhamdulillah dia menerima saya, ya memang dari awal saya memberikan ya bagaimana ya bukan nya sok alim atau bagaimana ya ya tapi tingkah laku kita yang baik. Tata cara berbicara dengan orang tua ya istilahnya kita baik di depan dia lah. (W2/DY/b195-201)*

Informan berkeinginan untuk berkeluarga merupakan salah satu tujuan hidupnya. Mempunyai keturunan merupakan hasil dari pernikahan dengan istrinya. Untuk itu informan menyiapkan dan sudah ada yang diterapkan dalam tujuan dirinya yaitu salah satunya tentang mendidik anak, karena informan menilai dengan memberikan perhatian lebih terhadap anaknya akan menjadi lebih baik ditambah dari pengalaman hidupnya sendiri yang kurang perhatian dan bimbingan dari keluarga atau orang tua. (W2/DY/b342-351)

*“Jelas ada kalau penyesalan. Saya masa depan saya hancur kan mas. saya dari segi pekerjaan hancur dari keuangan hancur mau ke sekolah lagi ke jenjang udah susah. Ya jadi enggak minat gara gara kenal barang seperti itu. Masa depan di depan saya tuh udah enggak ada. (W1/DY/b611-617)”*

Menjalani hubungan berumah tangga tidaklah mudah seperti membalikkan telapak tangan, perlu beberapa hal untuk menunjang berumah tangga, salah satunya yaitu tentang ekonomi atau pendapatan.

Informan menyadari tentang hal tersebut.

*“Kalau saya lebih ke kalau untuk jenjang yang kedepannya lagi ya bukannya enggak mungkin ya, yang namanya kita belajarkan enggak mengenal usia kan gitu, seperti orang banyak bilang seperti itu, kadang orang umur 60an tahun ada yang sarjana kan gitu, tapi kalau untuk saya pendidikan enggak tapi saya lebih ke perekonomian saya. Mungkin dari segi pekerjaan saya ya saya harus lebih baik lagi ya penghasilannya pendapatannya atau jenis jenis pekerjaan saya yang lebih baik lagi ya otomatis pekerjaan saya atau pendapatan saya lebih baik dari yang lain. Bisa seperti itulah kalau saya. (W2/DY/b14-30)”*

#### 4) Meningkatkan keimanan

Informan sekarang lebih bisa dalam mengendalikan situasi atau keadaan dirinya ketika ada permasalahan dalam hidupnya dengan mendekatkan diri kepada sang Pencipta. Berbeda dengan dahulu Informan DY selalu bergantung dengan manusia. Informan DY merasa banyak dikecewakan oleh ketergantungan terhadap manusia. Setelah menyadari hal tersebut informan menjadi memprioritaskan masalah keimanan dan religi dalam dirinya untuk menjaga dirinya terhadap sesuatu yang tidak diinginkan.

*“Kalau sekarang saya laporan sama Allah, itu saya pertama ketika saya sujud yaa kalau saya enggak malu sama jammah lain saya nangis. Saya dalam hati ini ya Allah saya pengen berubah saya keluarga saya baik. Saya ngelapornya ngadunya sama itu dulu yaa yang bikin hidup ya mestinya solusinya ada. Sekarang saya kalau sama orang istilahnya enggak terlalu bergantung pada orang, kalau dulu sih iya.(W1/DY/b512-522)”*

Informan akan mengajarkan religi atau keagamaan yang lebih terhadap anaknya karena meyakini hal seperti itu bisa menjadi modal yang sangat berharga untuk anaknya kelak. (W2/DY/b360-365) Hal ini dikarenakan pengalaman yang telah dilalui oleh informan DY, diirinya kurang ditanamkan tentang keagamaan yang baik sehingga membuat dirinya tidak punya iman atau prinsip yang kuat ketika dihadapkan dengan cobaan hidup.

Informan juga tidak merasa nyaman dengan kehidupannya waktu itu. Hidupnya merasa tidak tenang dan banyak diselimuti oleh kekhawatiran. Setelah beberapa kesempatan Informan mengalami suatu keadaan yang

aneh yaitu beberapa kali bermimpi hal yang tidak biasa dalam dirinya, akhirnya Informan menyimpulkan bahwa dirinya merasa kurang akan spiritual dan mulai mendekati ke Tuhan

*“Ya ibadahnya lebih lagi sholat 5 waktunya bisa merubah kehidupanmu yang dulu buruk menjadi lebih baik. Terus saya cerita sama dia cerita sama ustadz itu terus di saraninnya tinggalkan perbanyaklah ibadah katanya gitu. Awalnya itu sih saya. (W1/DY/b278-283)”*

#### **d.Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

##### **1) Lingkungan tempat tinggal yang sehat dan aman**

Menurut informan keadaan lingkungan sekitar dan tempat tinggal adalah hal yang sangat berpengaruh bagi para mantan pecandu narkoba untuk tidak *relapse* lagi atau bisa menimbulkan stimulus-stimulus negatif terhadap dirinya.

*“Tidak menutup kemungkinan ya tidak menutup kemungkinan karena dilingkungan saya itu sampai sekarang ya padahal udah diberantas sama polisi itu tetap aja masih. Dari SD saja saya sudah mengenal dengan yang namanya shabu apalagi temen temen saya SD temen bermain rata rata 90% sudah pemakai bahkan disitu ada pengedar. Tidak menutup kemungkinan karena faktor lingkungan itu sangat besar ya. Tapi kalau dalam diri kita didalamnya, saya ini udah lama hijrah kemari. Tapi ya tidak menutup kemungkinan lagi saya masih bisa menolak ajakan mereka karena kalau sudah berkeluarga ini kebanyakannya dari 10 ini 7 udah berubah nah 3 yang masih nakal (W2/DY/b226-234)”*

Hal ini lah yang membuat informan memutuskan untuk hijrah atau berpindah tempat tinggal menetap di Yogyakarta yang menjadi tempat rehabilitasi dan bisa melepaskan kecanduannya terhadap narkoba yang menurut dirinya lingkungan yang baik dan cukup ideal untuk membuka hidup baru karena kalau kembali ke Medan

kemungkinan untuk *relapse* lebih besar dan lingkungannya kurang mendukung. (W1/DY/b724-730)

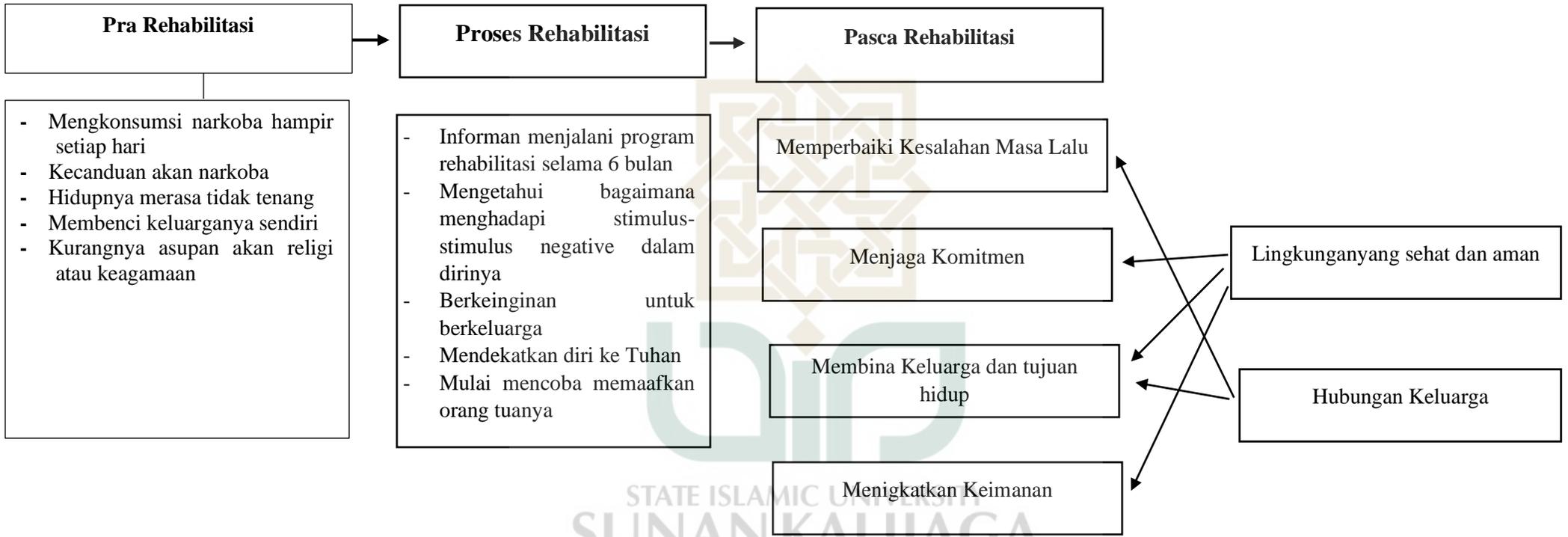
## 2) Hubungan Keluarga

Informan berasal dari Medan. Informan menjalani proses rehabilitasi selama 6 bulan di tempat rehabilitasi di daerah Yogyakarta. Informan sebelumnya tinggal terpisah dengan kedua orang tuanya hal ini di karenakan informan mengalami *broken home* dengan keluarganya. Informan merasa dirinya tidak mendapat perhatian dari keluarganya. Saat menjalani rehabilitasi informan belum berkeluarga, baru setelah rehabilitasi informan memutuskan untuk berkeluarga. Pada saat berkeluarga Informan ingin memberikan yang terbaik untuk anak dan istrinya

*“Anak istri. Tetep utama kalau ada yang nawarin ini itu tetep saya tolak sampai temen saya kasih uang satu juta tetep saya enggak mau makai. Anak anak saya karena sadar i pengen yang terbaik buat anak, (W1/DY/b742-747).”*

Keluarga bagi informan merupakan hal yang berharga dalam hidupnya, untuk itu informan mengungkapkan bahwa anak merupakan faktor utama informan untuk berjuang (W2/DY/b330-334). Hal ini tidak terlepas bahwa informan belajar dari pengalaman yang didasari oleh keluarganya sendiri yang mengalami *broken home*. Semenjak informan menjalani rehabilitasi dan mulai membangun lagi kehidupannya informan menghindari hal hal yang bersifat negatif yang bisa membuat dirinya untuk *relapse* terhadap narkoba untuk menjaga dirinya dan keluarganya (W2/DY/b262-264)

**BAGAN 4. DINAMIKA PSIKOLOGIS KONTROL DIRI INFORMAN DY**



Terbagi : \_\_\_\_\_

Pengaruh : →

## **E. PEMBAHASAN**

Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan bagaimana kontrol diri mantan pecandu narkoba pasca rehabilitasi. Aspek yang digunakan dalam penelitian aspek kontrol diri yang terbagi menjadi tiga, yaitu aspek kontrol perilaku, aspek kontrol kognitif dan aspek kontrol keputusan. Dari ketiga aspek tersebut saling berkaitan dan membentuk kesatuan utuh dari kontrol diri. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri dalam penelitian ini adalah faktor keluarga, faktor lingkungan, faktor budaya dan faktor kognitif.

Rehabilitasi adalah suatu proses pemulihan penyalahguna narkoba baik dalam jangka waktu pendek maupun panjang yang bertujuan mengubah perilaku mereka agar siap kembali ke masyarakat (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Mantan pengguna narkoba merupakan orang yang bekas atau pernah menjadi pengguna narkoba yang menyebabkan dirinya terganggu secara fisik, mental, emosional atau sosial. Individu yang telah pulih dan berhenti dari penggunaan narkoba, biasanya mampu untuk menghilangkan ketergantungan dan sugesti pada narkoba, sehingga mantan pengguna mampu kembali berfungsi di lingkungan sosialnya (Budiari, 2005). Sementara para mantan pecandu ini yang telah terbebas atau selesai menjalani program rehabilitasi akan kembali lagi ke lingkungannya, ini tentu menjadi tantangan tersendiri untuk para mantan pecandu ini untuk bisa mengontrol dirinya sendiri. Kontrol diri berfungsi membatasi individu untuk bertingkah laku negatif, mengurangi penyaluran

emosi negatif, serta mampu mengambil keputusan yang sesuai dengan keadaan (Gunarsa, 2004).

Informan dalam penelitian ini adalah tiga orang yang dahulunya menjadi pecandu narkoba berinisial CW (28 tahun), TR (38 tahun) dan DY (34 tahun). Ketiga informan tersebut memenuhi karakteristik menjadi pecandu narkoba dan sudah menjalani proses rehabilitasi.

Informan CW berfikir bahwa masih beruntung mempunyai orang tua yang masih lengkap di kehidupannya, dengan keadaannya yang sekarang ini mendorong informan untuk lebih berbakti dengan kedua orang tuanya karena kesempatan tidak datang dua kali. Atas dasar seperti itu informan sebisa mungkin memperbaiki kesalahannya dengan orang tua dengan hal yang kecil dahulu seperti tidak membuat kecewa lagi dan lebih berbakti lagi. Informan mengatakan bahwa sikap emosional dalam dirinya membuat kehidupannya menjadi lebih berat dan banyak menyebabkan permasalahan dalam dirinya. Sikap emosional yang ada dalam diri informan sedikit mulai berkurang dengan adanya program rehabilitasi dan rasa kesadaran dalam diri informan CW. Hal itu membuat informan jadi lebih nyaman dalam menjalani kehidupan apalagi berhubungan dengan permasalahan yang dihadapi oleh informan.

Sedangkan Informan ke dua yaitu TR mampu mengendalikan situasi keadaan dirinya sendiri atau dengan menggunakan kemampuan dirinya sendiri seperti saat informan ingin menunjukkan hal yang baik dan positif ke orang tuanya sendiri karena informan merasa mampu untuk

mengendalikan situasi dan keadaan dirinya. Hal ini dilakukan karena informan menyadari bahwa dirinya mempunyai banyak kesalahan terhadap orang tuanya.

Informan ketiga yaitu DY menilai bahwa dengan dirinya terjerumus ke dalam narkoba membuat masa depannya hancur, pendidikan hancur dan membuat penyesalan terbesar dalam hidupnya. Informan meminta maaf kepada orang tuanya karena bermasalah dengan narkoba dan menilai bahwa dirinya salah mencari perhatian ke orang tua dengan bermain narkoba.

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan diatas hal ini berkaitan dengan teori yang diungkapkan Averil (dalam Ghufron, 2011) dalam aspek kontrol perilaku bahwa ketiga informan mampu untuk melakukan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Hal ini sesuai yang diungkapkan bahwa ketiga informan mampu menentukan siapa yang dapat mengendalikannya dan mengetahui bagaimana menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki.

Menjaga komitmen dalam diri informan merupakan suatu hal yang tidak mudah untuk dirinya. Komitmen untuk tidak kembali lagi menggunakan obat-obatan terlarang tersebut. Dimulai dari informan CW, dirinya setelah menjalani program rehabilitasi Informan CW berkomitmen untuk menjahui segala yang berkaitan dengan narkoba agar tidak ada stimulus-stimulus negatif dalam dirinya untuk mengkonsumsi narkoba

kembali. Misalnya informan mencoba untuk tidak bertemu dengan temannya dengan cara banyak menghabiskan waktu bersama keluarganya. Keluarga menjadi prioritas informan CW dalam menjalani kehidupan barunya. Keadaan dan situasi apapun informan selalu ingat tentang keluarganya, hal itu membuat informan menjadikan dasar untuk selalu berkomitmen agar tidak berhubungan dengan narkoba tersebut.

Bagi informan TR walaupun sudah berada di tempat tinggal yang baru, tidak menutup kemungkinan adanya hal-hal yang membuat stimulus-stimulus negative itu muncul. Informan dapat mengendalikan situasi terhadap dirinya ketika menghadapi permasalahan tersebut. Hal tersebut menunjukkan komitmen dalam diri informan untuk bisa menjaga dirinya tidak *relapse* kembali. Informan saat ini bekerja di tempat rehabilitasi narkoba, ini menunjukkan bahwa menunjukkan keinginan dirinya menjaga komitmen yang ada diirnya untuk tidak kembali lagi mengkonsumsi narkoba seperti dahulu. Informan juga mempunyai keinginan untuk bisa membantu orang lain yang terkena masalah akan narkoba seperti dirinya dahulu.

Sedangkan informan DY sudah yakin setelah bekeluarga dirinya akan berkomitmen penuh untuk menjadi yang lebih baik daripada sebelumnya. Terlepas dari permasalahan dari DY dengan orang tuanya yang merupakan korban dari *broken home* dijadikan sebuah pengalaman dalam kehidupan dengan keluarga sekarang.

Hal ini berkaitan dengan apa yang di ungkapkan oleh Averil (dalam Ghufron, 2011) dalam aspek kontrol kognitif bahwa individu mampu mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara mengintepretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Informan mampu mengantisipasi keadaan atau peristiwa secara objektif dan mampu mengantisipasi keadaan. Informan juga mampu menilai suatu peristiwa dengan memperhatikan hal positif.

Menjalani kehidupan berkeluarga harus mempunyai visi misi atau tujuan yang jelas untuk keluarganya sendiri. Selama ini informan CW hanya memikiran dirinya sendiri tanpa memikiran kondisi sekarang maupun kedepannya untuk anak dan istrinya. Setelah menjalani program rehabilitasi dan sudah berbaur lagi dengan masyarakat sekitar infoman memahami arti dan tujuan hidup yang akan dijalannya. Salah satu tujuan kehidupan informan CW ialah memprioritaskan pendidikan dan akhlak dari anak-anaknya. Tidak hanya dengan pendidikan saja, Informan juga telah memutuskan untuk lebih menekankan tentang nilai moral dan agama terhadap anak-anaknya. Hal ini dilakukan belajar dari pengalaman informan sendiri.

Informan TR setelah selesai menjalani rehabilitasi ada keinginan untuk menikah lagi, pada saat itu informan sudah mempunyai calon istri. Informan selalu melakukan perilaku yang baik untuk dirinya, hal ini dilakukan untuk menunjukkan perubahan yang baik guna untuk meminta

membuktikan bahwa ada perubahan yang positif dalam dirinya guna meminta restu calon mertuanya agar mengizinkan menikahi anaknya padahal statusnya adalah mantan pecandu narkoba. informan memutuskan untuk tetap tinggal di Yogyakarta dengan alasan ingin menata kembali kehidupannya dari awal setelah sebelumnya pekerjaan dan keluarganya hancur yang disebabkan oleh narkoba serta ada harapan untuk tidak lagi menggunakan barang-barang tersebut.

Tidak hanya sampai disitu, informan DY pada akhirnya memantapkan diri untuk berkeluarga dan akan menikahi calon istrinya. Untuk mencapai semua itu tadi informan selalu menjunjung tinggi perilaku yang positif dan selalu mengendalikan keadaan dirinya untuk selalu berbuat baik sehingga mertuanya mengizinkan menikahi anaknya padahal statusnya adalah mantan pecandu narkoba. Informan DY mempunyai keturunan dari hasil dari pernikahan dengan istrinya. Untuk itu informan menyiapkan dan menerapkan dalam tujuan dirinya yaitu salah satunya tentang mendidik anak, karena informan menilai dengan memberikan perhatian lebih terhadap anaknya akan menjadi lebih baik ditambah dari pengalaman hidupnya sendiri yang kurang perhatian dan bimbingan dari keluarga atau orang tua.

Dari hal yang diungkapkan oleh ketiga informan diatas dapat disimpulkan bahwa hal itu ini sama dengan yang di ungkapkan oleh (Averil dalam Ghufron, 2011) dalam aspek pengambilan keputusan yaitu

kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau tindakan berdasar pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Kondisi lingkungan tempat tinggal dan lingkungan sosial menurut informan mempunyai pengaruh yang besar terhadap kehidupan sehari-harinya. Hal ini disebabkan setiap harinya berkegiatan dan berinteraksi di tempat tersebut. Lingkungan tempat tinggal dan lingkungan sosial menurut informan merupakan hal yang mendasar dalam menjalani kehidupan. Menurut informan CW selama ini perjalanan hidup informan banyak sekali menghadapi tantangan dan jalan berliku. Lingkungan tempat tinggal merupakan bagian yang sulit dilepas keterkaitannya dengan adanya kasus penyalahgunaan narkoba. Atas dasar hal itu informan harus bisa membentengi diri dan bisa menyaring hal apa saja yang bisa menimbulkan hal-hal negatif muncul dalam diri informan terhadap stimulus-stimulus di lingkungan informan berada. Membentengi diri dari godaan negatif dalam lingkungan sekitar sangatlah berpengaruh sekali pada kehidupan informan.

Menurut informan TR kondisi lingkungan sekitar mempunyai pengaruh yang besar terhadap apa yang dialami dalam penyalahgunaan narkoba yang dialaminya. Lingkungan sekitar dan keadaan sekitar juga salah satu yang mendasari kalau informan memilih tempat rehabilitasi yang berada di luar pulau Kalimantan. Hal ini dilakukan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan oleh informan. Bukan tanpa sebab informan memutuskan untuk berpindah tempat tinggal dari Kalimantan dan menetap di Yogyakarta. Ini di karenakan informan suatu

saat pulang ke Kalimantan dan disana malah kembali *relapse* terhadap narkoba. Maka dari itu, informan memutuskan menetap di Yogyakarta untuk menjaga dirinya tetap berada dilingkungan yang baik.

Tidak jauh berbeda dengan informan DY, kondisi lingkungan yang baik membuat dirinya tetap terjaga terhadap narkoba sampai saat ini. Informan DY juga mengungkapkan bahwa keadaan lingkungan sekitar dan tempat tinggal hal yang sangat berpengaruh bagi para mantan pecandu narkoba untuk tidak *relapse* lagi atau bisa menimbulkan stimulus-stimulus negatif terhadap dirinya. Hal ini lah yang membuat informan memutuskan untuk hijrah atau berpindah tempat tinggal menetap di Yogyakarta yang menjadi tempat rehabilitasi dan bisa melepaskan kecanduannya terhadap narkoba yang menurut dirinya lingkungan yang baik dan cukup ideal untuk membuka hidup baru.

Berawal dari informan pertama sampai dengan informan ketiga mengatakan bahwa keluarga merupakan hal yang berperan penting terhadap keadan dirinya untuk bisa lepas dari kecanduan narkoba dan juga sebaliknya bisa membuat terjerumus narkoba. Hal ini berkaitan dengan apa yang dialami oleh informan kedua (TR) dan informan ketiga (DY) mereka bisa terjerumus karena kurang harmonis atau kurang dekatnya hubungan dengan orang tua. Tetapi bagi mereka walaupun sudah terlanjur terjerumus dengan narkoba keluarganya yang dapat mendukung ketiga informan untuk berusaha memperbaiki kesalahannya. Berdasarkan uraian dari ketiga informan diatas berkaitan dengan apa

yang dikatakan oleh Ghufron & Rini (2010) yaitu keluarga menjadi salah satu hal yang menentukan bagaimana kontrol diri pada diri seseorang.

Faktor lingkungan merupakan hal yang sangat berpengaruh sekali terhadap apa yang dialami oleh ketiga informan ini, hal ini dikarenakan faktor lingkungan setiap harinya berinteraksi di tempat itu. Bahkan dari ketiga informan tersebut mengatakan faktor lingkunganlah hal yang sangat berperan terjerumus ke dalam kecanduan narkoba. Informan kedua dan ketiga sampai berpindah ke lingkungan yang baru supaya tidak kecanduan atau *relapse* lagi terhadap narkoba.

Faktor budaya yang berlaku pada suatu lingkungan tertentu pasti mengikat individu yang berada di dalamnya seperti yang dikatakan oleh Nelson (Ramdhani,2013) hal ini tentunya seperti apa yang di lakukan oleh kedua informan TR dan DY merasa jauh dari tuhan sehingga kedua informan sekarang lebih mendekatkan diri terhadap tuhan dan meningkatkan keimanan. Kemudian informan CW mengatakan sebisa mungkin tidak akan lagi berurusan dengan hukum karena sudah pernah mengalaminya.

Selain itu informan juga mendapatkan dukungan sosial dari banyak orang seperti keluarga dan teman-temannya, hal ini seperti yang dirasakan oleh informan pertama yang keluarga dan temannya selalu memberikan dukungan untuk menjadi lebih baik lagi dan tidak terjerumus kesalahan yang sama. Untuk informan kedua mempunyai regulasi diri yang baik karena bisa berkomitmen penuh untuk tidak

kembali lagi ke dunia narkoba, hal ini untuk membuktikan atau menebus kesalahan kepada keluarganya terutama kedua orang tuanya. Informan tidak ingin membuat kecewa untuk kedua kalinya dan informan tidak akan menyia-nyiakan kesempatan ini karena kedua orang tuanya sampai sekarang masih diberi umur. Hal ini seperti yang disampaikan oleh Bandura (dalam Feist, 2008) bahwa dalam faktor internal proses penilaian membandingkan tingkah laku dengan norma standar atau dengan tingkah laku orang lain dan dirinya sanggup secara sadar dan menilai tindakannya adalah tujuan yang telah ditetapkannya.

Penelitian ini tentunya terdapat kelemahan di dalamnya seperti informan seperti menutupi atau membatasi dalam bercerita tentang peristiwa yang telah dialaminya hal ini dikarenakan menyangkut tentang kehidupannya dan tema yang termasuk sensitif.

**Bagan 5. Dinamika Psikologis Kontrol Diri Mantan Pecandu Narkoba Pasca Rehabilitasi**

