

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **5.1 Perubahan Perilaku Melalui Pendekatan Eklektik**

Berdasarkan hasil observasi dan penelitian, di Yayasan Sahabat, untuk mencapai tujuan IPWL dalam memberikan rehabilitasi kepada pengguna napza, terdapat 6 tahapan alur pelayanan sosial yang terdiri dari *engagement, assessment, planning, implementation, evaluation, dan action*. (Ashman & Hull Jr, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian, perubahan perilaku yang diinginkan Yayasan Sahabat dan juga wawancara dengan konselor adiksi, pekerja sosial dan teori transteoritik model (Prochaska, 2016) serta teori eklektik (Leynor & Knox, 2022) yang ada pada Yayasan Sahabat, perubahan perilaku pecandu narkoba dapat diatasi dengan mengikuti rangkaian kegiatan terapi dengan pendekatan eklektik yang sesuai dengan kondisi klien, perubahan perilaku klien dapat ditandai dengan ciri dan juga tahapan sebagai berikut :

##### *a. Precontemplation.*

Pada tahap ini klien belum menyadari tentang kondisi yang dialaminya sendiri. Sebagian klien merasa denial dan tidak mengakui kesalahan atas penggunaannya. Mereka, bagaimanapun, menunjukkan perubahan sementara dan seringkali dengan cepat kembali ke cara lama mereka. Perlawanan untuk mengenali atau memodifikasi masalah adalah ciri prakontemplasi. (Lsebikan, 2019). Contohnya, pada saat klien pertama kali memasuki lembaga mendapati penerimaan diri yang luar biasa, yaitu dimana klien masih belum menerima kalau dirinya salah dalam menggunakan narkoba dan beranggapan bahwa pemakaiannya tidak parah. Ketika pengguna berada di tahap ini, klien baru berada pada

tahap detoxifikasi untuk merubah kebiasaan penggunaan zatnya. Pada tahapan pelayanan sosial, tahapan ini termasuk membangun keterlibatan dengan klien yaitu para staff dengan pecandu saat pertama kali datang ke yayasan untuk membangun keterlibatan satu sama lain, seperti contoh yang ada pada yayasan yaitu dengan obrolan dua arah yang dilakukan.

Pada fase ini, pemberian terapi MI melalui teknik mendengarkan reflektif terhadap apa yang dialami klien saat belum adanya penerimaan diri. Rekan dan keluarga dapat memperkuat perilaku tersebut daripada menghindarinya. Karena perilaku kecanduan sebelumnya terjadi karena usaha, moral dan yang kurang motivasi kurang. (Fidanci, 2017).

*b. Contemplation.*

Pada tahap ini klien sudah mulai terbuka atas apa yang terjadi akibat kecandunaannya. Seperti alasan berhenti menggunakan zat, apa yang akan berubah jika klien berhenti, efeknya yang akan klien rindukan setelah penghentian (Gungormus, 2020). Namun pada fase ini pengguna zat masih belum memiliki semangat atau keinginan untuk berhenti. Contohnya, ketika klien sedang menjalani masa detoxifikasi dan seiring berjalannya waktu mulai menyadari mengapa berada dalam lembaga, apa yang membuatnya berada disini karena perilakunya sendiri, seperti tidak mau internal keluarga seperti anaknya mengetahui perilaku buruk ayahnya. Saat proses detoxifikasi berlangsung pengguna akan merasakan keadaan untuk membuat klien sadar terkait penyalahgunaan zat terlarang tersebut.

Pada tahapan pelayanan sosial di tahap ini, ketika klien sudah mulai sadar dan bisa melakukan komunikasi, staff akan

melakukan asesmen untuk melihat kebutuhan dan juga perilaku apa saja yang ada pada klien. Yaitu untuk melihat perubahan perilaku apa yang menjadi hal utama untuk dirubah terlebih dahulu dalam kebiasaan kecanduannya, seperti contoh yang ada pada Yayasan bahwa untuk merubah perilaku klien itu dikikis secara perlahan, tidak bisa langsung berubah. Maka dari itu, asesmen dilakukan untuk melihat hal tersebut.

Pemberian MI pada tahap ini menyebabkan peningkatan proses skala perubahan perilaku buruk dan berpengaruh positif pada tahapan perubahan selanjutnya. (Fidanci, 2017). Pada fase ini pemberian motivasi atau dukungan sangat diperlukan agar pengguna makin menyadari terhadap kesalahannya. Penggunaan MI pada tahap ini dengan teknik afirmasi positif dan beberapa pertanyaan terbuka untuk klien tentunya dilakukan staf, agar klien semakin menyadari kesalahannya.

*c. Preparation.*

Pada tahap ini klien cenderung sudah terbuka pikirannya atau penerimaan dalam diri klien sudah ada, sehingga pada tahap ini persiapan menuju rangkaian rehabilitasi yang dijalankan dapat dilakukan dengan baik dan maksimal. Wawancara pada tahap sebelumnya adalah bagian dari asesmen. (Gungormus, 2020). Percakapan dilakukan untuk menentukan apakah tujuan dan alasan klien berhenti menggunakan zat terlarang. Contohnya, ketika klien sudah mengetahui kesalahannya dan proses penerimaan dirinya sudah baik. Para staf akan kembali menanyakan kesiapannya untuk menjalani rangkaian rawat inap sesuai prosedur lembaga yang berlaku. Pada tahap pelayanan sosial ini, dilakukan upaya preparation untuk melihat jangka waktu rehabilitasi dan kegiatan apa saja yang diberikan Yayasan selama 1 tahun masa rawatan.

Teknik *Motivational Interviewing* penting untuk berhasil melewati suatu tahap dan harus disusun untuk *preparation* ke tahap berikutnya. (Gungormus, 2020). Pada tahap ini, pola pikir yang positif sebagaimana MI bekerja untuk membangkitkan semangat klien tentu kembali diberikan hingga klien berada di tahap *ready to change* untuk kesiapan terapinya. Pada tahap ini kognitif klien sudah mulai dibentuk yaitu dengan memulai kebiasaan yang positif dan mengelola perilakunya. (Gungormus, 2020) melalui dasar asesmen *interview*, hal tersebut dapat mendorong pecandu untuk semakin yakin akan merubah kebiasaan buruknya.

d. *Action*.

Pada tahap ini tentu klien sudah mulai mengenal *5 cardinal rules (no drugs, no sex, no violence, no stealing, no vandalism)*. yang ada selama satu tahun penuh menjalani proses rawatan. dalam tahap aksi, selama pengguna berbicara tentang kesulitan yang mungkin terjadi dan dapat dihadapi. Klien memberi tahu staff dan konselor bahwa dia akan berhenti dan ingin didukung dalam masalah ini. (Gungormus, 2020). Contohnya, dapat dilihat ketika klien sudah memiliki *goals* atau tujuan dari dalam dirinya untuk merubah perilaku buruknya, dan sudah siap sepenuhnya menjalani rawat inap. Pada tahap ini pembentukan perilaku baru harus dilakukan untuk mencegah kembali dari perilaku yang tidak diinginkan dan terbiasa dengan perilaku baru. (Fidanci, 2017). Perubahan perilaku pada tahap ini termasuk implementasi dari pelayanan sosial yang diberikan klien dan di dukung oleh beberapa kegiatan terkait pendekatan ekletik dalam merubah kebiasaa buruk klien di yaysan sahabat sebagai berikut:

1. *Function* mengerjakan tugas rumah atau kegiatan seperti

*laundry*, menjadi bagian *kitchen*. Yaitu agar pengguna peka terhadap lingkungan sekitar dan menjadi bertanggung jawab terhadap apa yang ditugaskannya. Dalam hal ini, CBT bekerja untuk membantu membentuk perubahan klien menjadi lebih baik.

2. *Morning meeting* merupakan rangkaian kegiatan 12 langkah yang dilakukan setiap pagi hari senin sampai sabtu untuk para pengguna membentuk lingkaran dan menanyakan perasaan dan membacakan moto pagi yang berkaitan dengan 12 langkah.
3. *Just for Today* merupakan rangkaian pemberian motivasi yaitu *Motivational Interviewing* yang dilakukan sebelum *morning meeting* berlangsung.
4. Sesi topik keterampilan atau seminar yang dilakukan setiap senin sampai sabtu yang merupakan bagian dari CBT dalam membantu membentuk pola pikir pengguna yang baik terhadap lingkungannya.
5. *Wrap up* merupakan rangkaian kegiatan 12 langkah yang dilakukan setiap pagi hari senin sampai sabtu untuk para pengguna membentuk lingkaran dan menanyakan perasaan atas satu hari penuh yang sudah dijalankan.

Pada fase ini, pada Yayasan sahabat pemberian sesi topik keterampilan CBT, kegiatan morning meeting 12 langkah dilakukan pada fase siap, supaya klien dapat merubah perilakunya secara sadar dan bukan paksaan.

e. *Maintenance*.

Pada tahap ini, dapat dibilang seorang pecandu sudah mulai pulih dari perilaku adiktifnya. Melalui tahapan dan juga proses evaluasi perilaku apakah berhasil dalam tujuan tidak tertarik menggunakan menggunakan zat terlarang tersebut.

(Gungormus, 2020). Tentunya dalam tahap ini ditandai dengan perubahan perilaku yang baik dan signifikan, terkontrolnya emosi dan sudah bisa mengendalikan pikirannya agar tidak *craving*. Contohnya, ketika klien diajak untuk komunikasi sudah bisa berpikir secara jernih, dan ketika pengendalian emosinya sudah baik saat menghadapi situasi tertentu. Dan juga *mood* yang tidak gampang berubah karena bisa mengendalikan dirinya. Pada tahap pelayanan sosial, termasuk dalam evaluasi yang dimana seperti contoh yang ada pada Yayasan, para staff akan melakukan peninjauan kepada para pecandu melalui meeting mingguan yang dilakukan oleh staf seperti konselor, pekerja sosial, dan manajer program.

Pemberian arahan dan juga saran guna mengatasi relapse di lapangan maupun saat pengguna sudah selesai menjalani rawatan, akan diberikan arahan mengenai program lanjutan 12 langkah NA. Sebagai langkah untuk meminimalisir pengguna untuk relapse, karena mengikuti kegiatan lanjutan diluar rehabilitasi yaitu kepada Home Group NA, sebagai tahapan atau pengaplikasian stepwork 12 langkah pemulihan.

*f. Termination.*

Pada tahap ini adalah tahap pengakhiran ketika klien sudah selesai menjalani rawatannya sampai pengguna tidak lagi menjalani rangkaian terapi secara tetap. Kepercayaan yang dimiliki klien pada fase ini sudah sepenuhnya diberikan. Contohnya, ketika klien sudah menjadi MOD untuk partner in crime lainnya yang masih menjalani rawatan, guna memberikan report terhadap PIC nya. Pada tahapana pelayanan sosial terminasi untuk mengakhiri kegiatan layanan yang diberikan, dengan melihat kebiasaan atau perilaku pecandu yang sudah berubah menjadi lebih baik atau tidak adanya

keinginan untuk memakai narkoba.

Pada tahap ini konselor maupun pekerja sosial akan memberikan dorongan positif berupa kalimat mendukung klien karena telah berhasil merubah perilaku buruknya yaitu kecanduan. motivasi dan percaya diri semakin meningkat. (Fidanci, 2017). *Motivational Interviewing* diberikan melalui kalimat positif agar klien merasa yakin dan siap untuk menghadapi dunia barunya yang bebas dari kecanduannya.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di Yayasan Sahabat, ditemukan bahwa setiap harinya klien yang menjalani rawatan mendapatkan sesi terapi dan juga kegiatan yang berbeda, pemberian terapi tersebut dilakukan untuk menyesuaikan kondisi klien yang ada di lembaga dengan tetap memantau proses perkembangan perilaku klien oleh staf yang bertugas. Sehingga, terapi yang diberikan dapat lebih efektif untuk mencegah klien kembali menggunakan zat adiktif tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa tahapan perubahan perilaku klien dimulai ketika klien berada di tahap pra kontemplasi, kontemplasi, preparasion, aksi, maintenance, dan terminasi. Dan penggunaan aliansi terapi seperti MI, CBT, dan 12 langkah dilakukan untuk memaksimalkan perubahan perilaku klien dengan dilakukannya rangkaian terapi di Yayasan sahabat.

## **5.2 Tantangan dan Hambatan Lembaga Rehabilitasi**

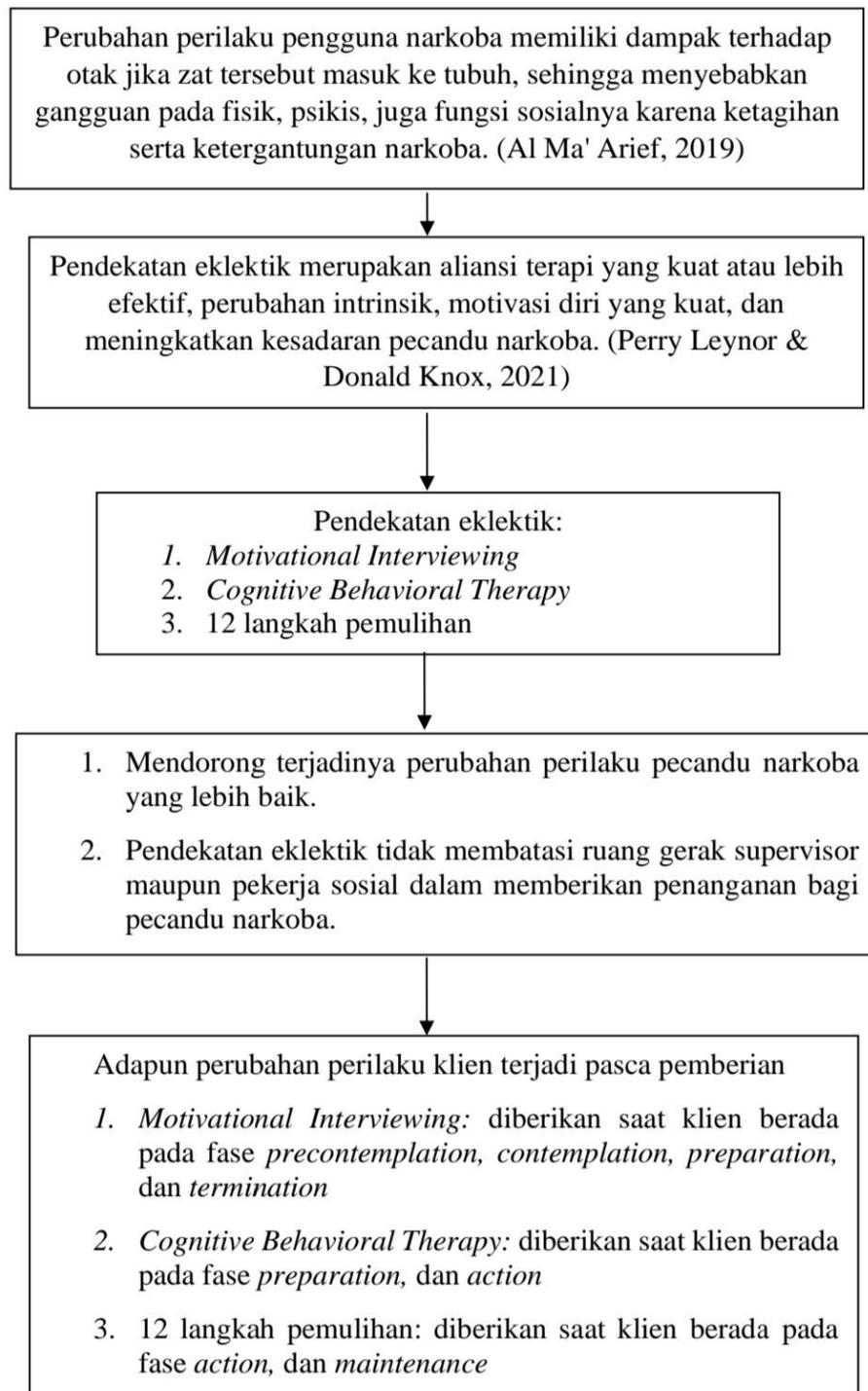
Berdasarkan hasil wawancara dengan informan, observasi, dan juga teori perihal tantangan dan hambatan yang dialami klien dalam mengikuti rehabilitasi menurut (Heviza dan Mukmin, 2016), dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pemberian rehabilitasi yang ada di Yayasan Sahabat sudah berjalan cukup baik, namun tentunya dalam

mengubah perilaku atau kebiasaan adiktif seseorang yang ketergantungan narkoba bukanlah hal yang mudah diatasi. Berbagai hambatan yang ada seperti faktor individu maupun faktor lingkungan yang ada, menjadikan hal tersebut sebagai hambatan bagi lembaga. Seperti pada Yayasan Sahabat, adanya faktor penghambat dari diri klien itu sendiri seperti tidak mau terbuka dengan keluarga, menjadi menutup diri dengan anak dengan anggapan takut akan psikis anaknya terganggu. Selain itu faktor yang menjadi penghambat klien untuk menjalankan rawatan adalah kurangnya support sistem yaitu dari keluarga atau orang yang mendukung klien tersebut. seperti keluarga lepas tangan dan tidak mau berurusan dengan klien karena telah menyalahgunakan obat terlarang.

Berdasarkan hasil observasi di Yayasan Sahabat. Faktor yang menjadi tantangan atau hambatan bagi lembaga untuk klien itu berasal dari dalam diri klien yaitu faktor individu yang pada awalnya berontak ketika memasuki lembaga, kemudian kurangnya dukungan atau faktor lingkungan yang tidak mendukung klien, karena acuh bahkan tidak mau terlibat dalam proses rehabilitasi klien.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan dalam meminimalisir hambatan atau tantangan yang ada, ketika klien ingin mencapai goals atau tujuan dari rehabilitasi tersebut, pecandu harus mampu mengadaptasikan diri dengan baik terutama dalam tetap terjalinnya hubungan individu dengan keluarga atau internalnya sendiri. Serta proses penerimaan dalam diri klien itu sendiri penting untuk memaksimalkan perubahan perilaku klien.

### 5.3 Bagan Hasil Pembahasan



**Gambar 5. 1** Kerangka Hasil Penelitian