

KONSELING DAN PSIKOTERAPI BAGI DEPENDENSI:
Studi Di LSM Kelompok Kerja Pelita Hati Husada Banyuwangi

Oleh :

YOHANDI & A. KHAIRUDDIN

Fakultas Dakwah IAI Ibrahimy Situbondo
dandi_khozi@yahoo.com

Abstract:

Drug abuse is part of the social problems that has got from studen. Cause the drug abuse is a violation of the sanctions severe enough, then obviously the addicts psychologically connect with anyone, worried that their identity and are known by the authorities. This study tries to explore what is done by the NGO Kelompok Kerja Pelita Harapan Banyuwangi that have provided counseling and psychotherapy services to his patients.

Key words: *Konseling, Psikoterapi dan Ketergantungan Obat*

A. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Oleh karena itu, remaja diharapkan sudah dapat meninggalkan sikap kekanak-kanakannya serta mampu mengambil keputusan sendiri. Kondisi ini sering menimbulkan kebingungan dan keraguan pada diri remaja, hingga menimbulkan *krisis identitas* yang seringkali menjadi akar permasalahan segala bentuk perilaku kenakalan remaja, antara lain: tawuran antar pelajar, kebut-kebutan di jalan umum, corat-coret di tembok, perilaku seks bebas serta perbuatan lain yang lebih menjurus pada tindakan kriminal seperti: tindakan kekerasan, pemerkosaan, sampai pada tingkat pembunuhan, perilaku kenakalan remaja tersebut seringkali berhubungan dengan penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Alkohol, Psiotropika dan Zat Adiktif).¹

Ketua umum DPP. GERANAT, H. KRH. Hendri Yosodiningrat, SH. menyakan bahwa saat ini di seluruh Indonesia terdapat 4 (empat) juta orang yang sebagian besar terdiri dari anak-anak usia sekolah yang mengalami ketergantungan/sebagai pecandu Narkoba, sebagian

¹ Marviana, Dian, Dkk. *NAPZA Modul 5*, PKBI, IPPF, BKKBN, UNFPA, Jakarta. 2003.

diantaranya telah menjadi pelaku kriminal, bahkan ada yang telah menjadi idiot atau setidaknya telah putus sekolah. Dan sedikitnya 3 (tiga) orang setiap harinya telah meninggal dunia secara sia-sia sebagai akibat penyalahgunaan Narkoba².

Persoalan semacam inilah yang saat ini sering ditemukan dalam realitas kehidupan sosial masyarakat. Masalah penyalahgunaan NAPZA kalau tidak ada penanganan yang serius untuk menangani pengguna/pecandu, maka ini akan menjadi penyakit yang akan menenggelamkan generasi muda kedalam lembah yang penuh dengan kenistaan.

Lebih dari itu, yang lebih penting lagi adalah bagaimana menangani para pecandu yang rasa ketergantungannya kepada obat-obatan/ NAPZA sudah sangat mengawatirkan. Belakangan ini kondisi generasi bangsa sudah sangat mengawatirkan sehingga setiap komponen masyarakat harus punya tujuan yang sama, yaitu menyelamatkan generasi bangsa ini dari bahaya penyalahgunaan narkoba dan obat-obat terlarang lainnya.

Oleh karena itu, konseling dan psikoterapi disini perlu memerankan perannya sebagai salah satu alat bantu memperbaiki dan menyadarkan manusia dari ancaman tersebut yakni ketergantungan kepada obat-obat terlarang. Namun demikian, persoalan seperti ini juga ditimbulkan oleh beberapa faktor yang selalu berputar disekeliling diri manusia, bisa karena faktor pribadi, kelompok atau mungkin lingkungan sehingga terasa sulit untuk lari dari persoalan seperti itu tadi.

Diantara berbagai disiplin ilmu, yang memiliki kedekatan hubungan dengan konseling adalah psikologi, bahkan secara khusus dapat dikatakan bahwa konseling merupakan aplikasi dari psikologi, terutama jika dilihat dari tujuan, teori yang digunakan, dan proses penyelenggaraannya. Oleh karena itu telaah mengenai koseling ini dapat juga dikatakan sebagai psikologi konseling (*counseling psychology*).

Di Kabupaten Banyuwangi terdapat salah satu Lembaga Swadaya Masyarakat KKPHH yang berada langsung di bawah naungan Dinas Kesehatan Kabupaten Banyuwangi yang peduli terhadap rusaknya generasi muda akibat penyalahgunaan obat-obatan semacam narkoba, heroin dan sejenisnya. Dengan menggunakan pendekatan humanistik, lembaga ini mencoba untuk memberikan bantuan kepada masyarakat khususnya generasi yang terkena maupun yang tidak terjebak dalam penyalahgunaan obat-obatan terlarang, lebih-lebih kepada mereka yang

² DPW Granat. *Materi Rapat Kerja Daerah Granat Jawa Timur 2006*.

sudah mencapai tarap kecanduan, ketagihan atau yang kita kenal dengan ketergantungan kepada obat-obatan tersebut sehingga tidak berdampak kepada penyakit yang lebih parah lagi dan mengganggu kepada orang lain.

Pendekatan konseling dan metode terapi yang digunakan untuk membatu pasien agar sadar, bagi mereka yang masih menggunakannya dan sembuh bagi mereka yang sudah mulai berhenti menggunakan obat-obatan yang bisa merusak moral bangsa tersebut. Peranan konseling dan psikoterapi sangat dibutuhkan oleh setiap orang mungkin juga lembaga yang menangani kasus semacam ini.

B. Konseling dan Psikoterapi dalam Islam

1. Pengertian Konseling

Sebelum secara rinci penulis mengemukakan tentang konseling dan psikoterapi, penulis terlebih dahulu akan mengemukakan teori tentang konseling dan psikoterapi. Teori dalam buku metodologi penelitian komunikasi yang ditulis Jalaluddin Rahmat mengutip pendapat *Kerlinger* adalah himpunan konstruk (konsep), definisi, dan proposisi yang mengemukakan pandangan sistematis tentang gejala dengan menjabarkan relasi diantara variabel, untuk menjelaskan dan meramalkan gejala tersebut.³

Teori konseling psikoterapi pada dasarnya bisa dilihat dari penggunaan dan maksimalisasi praktek konseling dan psikoterapi yang ada. Dalam penelitian ini, yang bisa dikemukakan adalah apabila dosis yang digunakan dalam proses terapi semakin bertambah, maka konseling dan psikoterapi harus semakin maksimal harus dilakukan, akan tetapi bila dosis yang digunakan berkurang atau bahkan tidak memakai shobutek lagi, maka konseling dan psikoterapi dikatakan berhasil dan klien bisa dinyatakan sembuh oleh konselor/terapis, dan orang yang mengalami ketergantungan obat pasti bisa sembuh melalui layanan ini, dengan catatan benar-benar ingin berubah.

Dalam hal ini terlebih dahulu akan dikemukakan konseling secara umum. Dalam kamus bahasa Inggris "*counseling*" dikaitkan dengan kata "*counsel*" yang di artikan sebagai pemberian nasehat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), pembicaraan (*to take counsel*).

Sedangkan pengertian konseling secara terminologinya (istilah), beberapa pakar memberikan sumbangsih pemikirannya, seperti banyak dijumpai dalam literatur-literatur bimbingan dan konseling. Disini akan

³ Rahmat, Jalaluddin, *Meodologi Penelitian Komunikasi*, PT. Remaja Rosdakarya, Bandung,1999.

disebut beberapa saja, di antaranya:

Dalam bukunya I. Jumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, James F. Adam mengatakan:

Konseling adalah suatu pertalian timbal balik antara satu orang atau lebih, dimana yang seorang membantu (konselor) dan satunya yang dibantu (klien), supaya yang dibantu dapat lebih baik memahami dirinya dalam hubungannya dengan masalah-masalah hidup yang dihadapinya pada waktu itu dan waktu yang akan datang.⁴

Bimo Walgito juga memberikan definisi bahwa:

Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupan dengan wawancara dan dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang sedang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.⁵

Dari sekian definisi yang ada, Hamdani Bakran dalam bukunya *Konseling dan Psikoterapi Islam* menyimpulkan bahwa:

Konseling pada dasarnya adalah suatu aktifitas pemberian nasehat dengan atau berupa anjuran-anjuran dan saran-saran dalam bentuk pembicaraan yang komunikatif antara konselor dan konseli/klien, yang mana konseling datang dari pihak klien yang disebabkan karena ketidak tahuan atau kurang pengetahuan sehingga ia mohon pertolongan kepada konselor agar dapat memberikan bimbingan dengan metode-metode psikologis dalam upaya: Pertama, mengembangkan kualitas kepribadian yang tangguh. Kedua, mengembangkan kualitas kesehatan mental. Ketiga, mengembangkan perilaku-perilaku yang lebih efektif pada diri individu dan lingkungannya. Keempat, menanggulangi problema hidup dan kehidupan secara mandiri.⁶

Jadi dapat disimpulkan bahwa Konseling adalah relasi timbal balik antara konselor dan klien dalam memecahkan masalah-masalah tertentu melalui media wawancara (*face to face*) sehingga klien sanggup untuk mengungkapkan isi hatinya secara bebas, mengenal dirinya (kelebihan dan kelemahannya), menerima dirinya secara positif, sesuai dengan keadaan dirinya, bisa mengambil keputusan yang terbaik untuk dirinya, merencanakan program kegiatannya dan mengembangkan pola hidupnya

⁴ I. Djumhur dan Moh. Surya. *Bimbingan dan Komseling Di Sekolah*. (Bandung. Cv. Ilmu, 1975) 29.

⁵ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan Disekolah*. (Jogjakarta: Andi Opset.1995), 12.

⁶ Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, 180.

dalam masyarakat.⁷

Melihat dari definisi di atas baik dalam perspektif etimologis maupun terminologis, konseling tidak jauh beda dengan ajaran agama Islam, karena ajaran Islam datang ke permukaan bumi ini memiliki tujuan yang sangat prinsip atau mendasar, yaitu membimbing, mengarahkan, dan menganjurkan kepada manusia menuju kepada jalan yang benar yaitu jalan Allah.

2. Pengertian Psikoterapi

Istilah psikoterapi bermula dari dua kata yaitu kata "Psyche" dan "therapy". *Psyche* diartikan jiwa atau jiwa atau mental, sedangkan "therapy" diterjemahkan dengan penyembuhan atau usaha. Dengan demikian psikoterapi dapat diartikan usaha penyembuhan jiwa atau mental.

Jadi secara umum psikoterapi dapat dikatakan bahwa psikoterapi adalah proses formal interaksi antara dua pihak atau lebih yang satu adalah profesional (penolong) dan yang lain adalah petolong (orang yang ditolong) dengan catatan bahwa interaksi itu menuju pada perubahan (penyembuhan). Perubahan itu dapat berupa perubahan rasa, pikir, perilaku, kebiasaan yang ditimbulkan dengan adanya tindakan profesional dengan latar ilmu perilaku serta tehnik-tehnik usaha yang dikembangkan.⁸

Adapun kata "therapy" dalam bahasa arab sepadan dengan kata "*istisyfa*" yang berasal dari *Syafa-Yasfi-Syifa* yang artinya menyembuhkan. Sedangkan kata *syifa* atau *istisyfa* mengandung beberapa makna seperti: a). *Ahsana* artinya mengadakan perbaikan, b). *Zakka* artinya mensucikan, membersihkan dan memperbaiki, c). *Akhraja* artinya mengeluarkan, mengusir membuang atau meniadakan, d). *Syaraha* artinya menjelaskan, membuka, meluaskan dan melapangkan.⁹

Dari itu Hamdani Bakran dalam bukunya *Konseling dan Psikoterapi Islam* memberikan definisi tentang psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit, apakah mental, spiritual, moral maupun fisik dengan melalui bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah Nabi SAW.¹⁰

3. Persamaan dan Perbedaan Konseling dan Psikoterapi

⁷ Sjahudi Siradj. *Diktat Dasar-Dasar Konseling dan Psikoterapi*, (Surabaya: Fakultas Dakwah IAIN Suanan Ampel, 2006), 6.

⁸ Sjahudi Siradj. *Diktat Dasar-Dasar Konseling dan Psikoterapi*, 1.

⁹ Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, 231.

¹⁰ *Ibid.*, 228.

Istilah konseling dan psikoterapi sulit untuk dibedakan. Roger dalam bukunya *Counseling Dan Psikoterapi* (1942) menyebutkan bahwa tidak ada perbedaan antara konseling dan psikoterapi. Ia hanya menyebutkan bahwa konseling lebih banyak digunakan dikalangan pendidikan, sedangkan terapi banyak digunakan oleh pekerja sosial. Keduanya sama-sama memiliki tujuan untuk membantu orang lain yang bermasalah.¹¹

Mengenai perbedaan konseling dan psikoterapi Galding (1992,2004) mengungkapkan¹²:

Konseling terkait dengan: pertama, keprihatinan pada kesejahteraan, pertumbuhan pribadi, karier dan juga patologi. Dengan perkataan lain berkaitan dengan bidang-bidang yang melibatkan hubungan antar manusia dan hubungan dengan dirinya sendiri, berhubungan dengan menemukan makna hidup dan penyesuaian dalam berbagai situasi (sekolah, kareir, keluarga dan lain-lain). Kedua, untuk orang yang dianggap masih normal. Ketiga, suatu proses dimana klien belajar bagaimana membuat keputusan dan memformulasikan cara baru untuk bertingkah laku, merasa dan berfikir (berhubungan dengan pilihan dan perubahan).

Sedangkan psikoterapi terkait dengan: Pertama, berhubungan dengan masalah gangguan jiwa yang lebih serius. Kedua, lebih menekankan pada yang lalu dari pada yang sekarang. Ketiga, peran terapis lebih sebagai ahli, bukan sebagai *sharing partner*. Keempat, perubahan-perubahan bersifat rekonstruktif dan hubungan jangka panjang.

4. Metode Dalam Konseling dan Psikoterapi Islam

Adapun metode-metode yang dipakai dalam konseling dan psikoterapi Islam adalah¹³:

- a. Metode Ilmiah (*Method Science*): Adalah metode yang selalu dan sering diaplikasikan dalam dunia pengetahuan pada umumnya. Untuk membuktikan suatu kebenaran dan hipotesa-hipotesa, maka dibutuhkan penelitian secara empiris di lapangan, dan untuk mencapai kesempurnaan untuk penelitian hipotesa itu, maka metode ini sangat dibutuhkan, dengan tehnik-tehnik seperti *interview* (wawancara),

¹¹ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia, 2005), 2.

¹² *Ibid.* hal. 3-4.

¹³ *Ibid.* 254-257.

- eksperimen, observasi (pengamatan) tes dan survei di lapangan.
- b. Metode Keyakinan (*Method Tenacity*): Adalah metode berdasarkan suatu keyakinan yang kuat yang dimiliki oleh seorang konselor/terapis. Keyakinan dapat diraih melalui: Pertama, *Ilmul Yaqin* yaitu suatu keyakinan yang diperoleh berdasar ilmu secara teoritis. Kedua, *'Ainul Yaqin* yaitu suatu keyakinan yang diperoleh melalui pengamatan mata secara langsung tanpa perantara. Ketiga, *Haqqul Yakin* yaitu suatu keyakinan yang diperoleh melalui pengamatan dan penghayatan serta pengalaman empiris artinya peneliti sekaligus ikut terlibat dalam peristiwa tersebut. Keempat, *Kamalul Yaqin* yaitu suatu keyakinan yang sempurna dan lengkap karena dia dibangun atas keyakinan berdasarkan hasil pengamatan dan penghayatan teoritis (*Ilmul Yaqin*), aplikatif (*'Ainul Yaqin*) dan empirik (*Haqqul Yakin*).
 - c. Metode Otoritas (*Method Authority*): Yaitu suatu metode dengan menggunakan otoritas yang dimiliki oleh seorang peneliti/terapis, yaitu berdasarkan keahlian, kewibawaan dan pengaruh positif. Oleh dasar itulah seorang konselor dan terapis memiliki hak penuh untuk melakukan tindakan secara bertanggung jawab. Karena dengan otoritas tersebut akan sangat membantu dalam mempercepat proses penyembuhan terhadap suatu penyakit atau gangguan yang sedang diderita oleh seseorang (klien).
 - d. Metode Intuisi (*Method Of Intuition*): Adalah metode berdasarkan ilham yang bersifat wahyu yang datangnya dari Allah SWT. Metode ini sering dilakukan oleh para sufi dan orang-orang yang dekat dengan Allah dan mereka memiliki pandangan batin yang tajam (*bashirah*), serta tersingkapnya alam kegaiban (*mukasyafah*).

5. Langkah-Langkah Konseling dan Psikoterapi

Mengenai langkah-langkah konseling dan terapi, Bramer, Abrego dan Shostrom (1993), mereka memberikan langkah-langkah konseling sebagai berikut¹⁴:

Langkah Pertama: *Membangun Hubungan*, Sasaran pertama dalam langkah pertama ini adalah supaya klien dapat menjelaskan masalahnya, keprihatinan yang dimilikinya, serta alasannya datang. Hubungan trapeutis dibangun pada langkah pertama ini. Sangat perlu untuk membangun hubungan yang positif, berlandaskan rasa percaya, keterbukaan dan kejujuran berekspresi. Konselor harus menunjukkan

¹⁴ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia, 2005), 97.

bahwa dirinya dapat dipercaya dan kompeten, bahwa ia adalah orang yang kompeten untuk membantu kliennya. Banyak klien yang tahu benar apa yang ingin dicapainya, tetapi ada pula yang tidak tahu dengan jelas apa yang dikehendakinya. Dengan demikian sasaran kedua adalah untuk menentukan sampai sejauh mana klien mengenali kebutuhannya untuk mendapatkan bantuan dan kesediaannya melakukan komitmen. Konseling tidak akan ada hasilnya tanpa kesediaan dan komitmen dari klien.

Langkah Kedua: *Identifikasi Dan Penilaian Masalah*, Yang utama disini adalah mendiskusikan dengan klien apa yang mereka ingin dapatkan dari proses konseling dan terapi ini, terutama bila pengungkapan klien tentang masalahnya dilakukan secara samar-samar. Diskusi ini untuk menghindari kemungkinan adanya harapan dan sasaran yang tidak realistis. Didiskusikan saran-saran spesifik dan tingkah laku macam apa yang merupakan ukuran konseling yang berhasil. Jadi sasaran utamanya adalah diagnosis, apa masalahnya dan hasil yang seperti apa yang diharapkan dari konseling. Pada kasus-kasus rujukan, terutama pada anak-anak, mungkin orang tua dan guru berperan pada timbulnya tingkahlaku bermasalah pada anak, sehingga sangat perlu dipertimbangkan keikutsertaan mereka dalam proses konseling. Hal lain yang perlu dipertimbangkan disini adalah struktur konseling dan terapi, bagaimana kelanjutan proses ini, kontrak apa, dan komitmen apa yang akan dibuat selanjutnya.

Langkah Ketiga: *Memfasilitasi Perubahan Terapeutis*, Dalam langkah ini, yang dicari adalah strategi dan intervensi yang dapat memudahkan terjadinya perubahan. Sasaran dan strategi terutama ditentukan oleh sifat masalah, gaya dan teori yang dianut oleh konselor, keinginan klien dan gaya komunikasinya. Konselor dalam langkah ini memikirkan alternatif, melakukan evaluasi dan kemungkinan konsekwensi dari berbagai alternatif, rencana tindakan. Proses konseling merupakan sesuatu yang berkelanjutan dan berlangsung terus menerus, merupakan suatu lingkaran sampai akhirnya masalah dapat diselesaikan. Ini artinya seorang konselor atau terapis harus terus menerus mengevaluasi apa yang dilakukannya dan mengubahnya bila suatu strategi tidak dapat dilaksanakan atau dilanjutkan.

Langkah Keempat: *Evaluasi dan Terminasi*, Suatu proses konseling dan terapi pasti akan ada akhirnya. Dalam langkah keempat ini, dilakukan evaluasi terhadap hasil konseling dan akhirnya terminasi. Indikatornya adalah sampai sejauh mana sasaran tercapai. Pertanyaan evaluasi progres

(*progres evaluation question*) yang penting mencakup: Apakah hubungan ini membantu klien? Dalam hal apa membantu? Bila tidak membantu mengapa tidak? Bila semua sasaran tidak tercapai, sampai sejauh mana sasaran sudah tercapai?. Keputusan untuk menghentikan adalah usaha bersama antara klien dan konselor.

Sedangkan tehnik konseling dan terapi dalam Islam dapat diambil dari hadis Nabi SAW :

Artinya: "*Siapa saja diantara kalian melihat kemungkaran, maka ia harus merubahnya dengan menggunakan tangannya, maka jika tidak mampu, maka ia harus merubahnya dengan menggunakan lidahnya, maka jika tidak mampu ia harus merubahnya dengan menggunakan hatinya dan itu adalah selemah-lemah iman*".¹⁵

Dari hadis tersebut memberikan pelajaran tentang tehnik dalam melakukan konseling dan terapi. dari hadis tersebut ada tiga tehnik yaitu: *Pertama*, dengan menggunakan tangan, tangan disini bisa bermakna kekuatan, otoritas, dan usaha yang keras. Juga bermakna sentuhan tangan itu sendiri. Artinya dalam melakukan terapi, konselor atau terapis dapat memberikan pijatan pada urat dan otot yang tegang sehingga akan dapat mengendorkan urat dan otot, khususnya pada bagian kepala, leher dan pundak. Tehnik ini disamping dapat meringankan secara fisik, dapat juga memberikan rasa sugesti dan keyakinan awal, bahwa semua permasalahan yang dihadapi dapat terselesaikan. *Kedua*, menggunakan lisan, yaitu memberikan nasehat, wejangan, himbauan, dan ajakan yang baik dan benar. Dalam konseling, konselor lebih banyak menggunakan lisan, yaitu berupa pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab oleh klien dengan jujur dan benar. Bahasa yang dipakai yang sekiranya dapat dipahami oleh klien, menyenangkan klien, tidak menyinggung perasaan, menyentuh ke hati dan kalimat-kalimat yang memberi motivasi. Untuk meyakinkan klien, konselor juga bisa membaca do'a dengan lisan sehingga klien tambah yakin dan optimis akan sembuh dari penyakitnya. *Ketiga*, dengan hati, tehnik ini hanya dilakukan dalam hati dengan do'a dan harapan, tidak ada usaha dan upaya yang keras secara kongkrit. Oleh karena itu Rasulullah SAW. Mengatakan bahwa melakukan perbaikan dan perubahan dalam hati saja, merupakan selemah-lemah keimanan.¹⁶

6. Syarat-Syarat Konselor dan Psikoterapi dalam Islam

¹⁵ HR. Muslim Dan Abu Said Al-Khuduri RA.

¹⁶ Hamdani, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, 207-214.

Syarat-syarat yang harus dimiliki oleh konselor dan terapis adalah: Pertama, Adanya hubungan spiritual yang sangat dekat dengan *Rabb*-nya, yang hal itu diperoleh melalui ketaatannya melaksanakan perintahnya dan menjauhi larangannya. Artinya konselor atau terapis tidak boleh tidak harus memiliki keimanan, kema'rifatan dan ketauhidan yang berkualitas.

Kedua, Adanya kualitas moral atau akhlak Islamiyah yang baik dan benar dan keluar dari hati nutani bukan karena rekayasa dan tuntutan profesionalisme. Artinya sifat moralitas yang harus dimiliki oleh konselor dan terapis adalah sopan santun, jujur, amanah, sabar, tawakkal, dan bisa memelihara rahasia.

Ketiga, adanya pendidikan yang cukup dan menguasai teori-teori konseling dan psikoterapi Islam maupun umum. Dalam artian konselor dan terapis harus memiliki ilmu pengetahuan yang cukup luas tentang manusia dengan berbagai eksistensi dan problematikanya.

Keempat, harus memiliki skill (keahlian dan keterampilan) maksudnya konselor dan terapis dituntut untuk memiliki potensi yang siap pakai yang diperoleh melalui latihan-latihan yang disiplin dan kontinyu, konsisten dengan metode tertentu serta dibawah bimbingan dan pengawasan para ahli yang lebih senior. Keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor dan terapis seperti: 1) Empati, yaitu kemampuan untuk melihat, memahami, dan merasakan dunia klien, 2) Tenang, yaitu kemampuan untuk memberikan respon kepada klien tanpa menampakkan perubahan mimik, muka, sekalipun terganggu perasaan, 3) Selalu siap berdialog dengan klien, 4) Bisa menumbuhkan keberanian klien untuk berbicara.¹⁷

C. Ketergantungan Obat (Dependensi)

1. Pengertian Ketergantungan (Dependensi)

Istilah kecanduan dalam kamus besar bahasa Indonesia berasal dari kata *candu* yang berarti cairan kental berwarna hitam yang keluar dari rokok yang dihisap yang molekul pada pipa, juga diartikan sebagai sesuatu yang menjadi kegemaran. *Pecandu* sendiri diartikan sebagai pemakai, penghisap *candu*. *Kecanduan* disini diartikan sebagai kecangkitan suatu kegemaran sehingga lupa kepada hal-hal lain, dan ini biasanya banyak sekali terjadi pada para pemuda yang sudah morfin.¹⁸

¹⁷ Hamdani Bakran, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, 332.

¹⁸ Departemen Pendidikan & kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kedua*, Jakarta: Balai Pustaka, 1993.

Dalam pengertian ini dapat dipahami bahwa istilah kecanduan merupakan sebuah gejala jiwa yang diakibatkan oleh sebuah perilaku yang dilakukan terus menerus yang menjadi kegemaran sehingga membuat ketagihan untuk kembali melakukannya. Maka tidak keliru kalau diartikan sebagai bentuk perilaku yang perlu untuk dihindari karena akan berakibat buruk kepada kondisi jiwa dan kesehatan.

Sementara istilah ketergantungan obat disini merupakan istilah lain dari kecanduan, yang dapat dipahami sebagai keinginan kuat untuk melakukan sesuatu yang sudah menjadi kegemaran sehingga muncul beberapa istilah lain seperti ketagihan, kegemaran dan lain-lain.

Dalam buku panduan yang disusun oleh Dian M. Marviana dengan judul Modul 5 NAPZA mengatakan bahwa ketergantungan obat (dependensi) adalah suatu kondisi yang lebih ekstrim dari sekedar kecanduan dimana seorang pemakai akan selalu membutuhkan zat tertentu agar dapat berfungsi secara wajar baik secara fisik, maupun psikologis sehingga mengabaikan hampir seluruh kehidupan lainnya. Sedangkan kecanduan adiksi adalah keadaan dimana seorang pemakai merasa kecanduan atau ketagihan pada pemakai obat/zat tersebut hingga menimbulkan akibat buruk. Adiksi ini merupakan efek obat yang menimbulkan ketagihan atau kecanduan pada pemakai. Dari istilah tersebut dapat dipahami bahwa dependensi lebih parah dari sekedar kecanduan karena bisa mengabaikan hampir seluruh aspek kehidupan lainnya dan akan berdampak lebih buruk dari sekedar kecanduan.

2. Mengenal Penyalahgunaan NAPZA

Istilah NAPZA merupakan akronim dari narkoba. Alkohol. Psikotropika dan zat-zat adiktif lainnya. Akronim ini dipakao untuk memberikan istilah terhadap obat-obat terlarang yang dapat menyebabkan gangguan terhadap kesehatan dan gangguan kejiwaan. Ada beberapa istilah lain yang identik dan dikenal secara umum oleh masyarakat. Istilah atau nama lain dari NAPZA adalah NARKOBA (Narkotika dan Bahan-Bahan Berbahaya).

Adapun Psikotropika menurut undang-undang No. 5 tahun 1997, psikotropika adalah zat atau obat, baik alamiah maupun sintetis bukan narkotika yang berhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktifitas mental dan perilaku.

Menurut proses pembuatannya NAPZA terbagi menjadi 3 golongan: *pertama*: Alami, Adalah jenis zat atau obat yang diambil langsung dari alam tanpa adanya proses fermentasi atau produksi, contohnya: Ganja,

Mescaline, Psilocybin, kafein, kokain, dll, kedua, Semisintetis: Adalah jenis zat/obat yang diproses sedemikian rupa melalui proses fermentasi, contohnya, *Morfin, Heroin, Kodein, Crack, dll, ketiga*, Sintetis: Merupakan zat atau obat yang melalui dikembangkan sejak tahun 1993-an untuk keperluan medis yang juga digunakan sebagai penghilang rasa sakit (*analgesik*) seperti *Peditin, Metadon (Physeptone), Dipipanon (Diconal), Deksrtoprokasifen (diltalgesic)*.

Adapun jenis NAPZA yang sering disalahgunakan oleh pemakai antara lain: 1) Opioda: Yaitu nama segolongan zat, baik yang alamiah, semi sintetis maupun sintetis yang diambil dari bagian pohon '*poppy*'. Pohon Poppy pertama kali ditemukan di Asia Kecil, digunakan untuk pengobatan bangsa Mesir, kemudian akhirnya ke Yunani. Opiat/Opium, Morfin, Heroin, Kodein, Opiat Sintetik, 2). Kokain, 3). Ganja/Kanabis/Mariyuana, 4). Alkohol, 5). Amfetamin, 6). Sedativa, 7). Ekstasi, 8). Shabu-shabu, 9). Kafein, 10). Tembakau, 11). LSD (*Lysergic Acid Diethylamide*), 12). Bahan Pelarut, 13). Steroid.

3. Dampak Penyalahgunaan NAPZA

Secara umum penyalahgunaan obat dapat memberikan dampak jasmaniah, kejiwaan ataupun sosial pada pemakaiannya disamping tentunya juga berdampak pada keluarga dan masyarakat umum.

Berikut ini beberapa dampak penyalahgunaan narkoba : *pertama*, Dampak Jasmaniah: Secara fisik organ tubuh yang paling banyak dipengaruhi adalah sistem saraf pusat karena penyalahgunaan obat-obat ini maka akan berdampak pada seluruh organ tubuh yaitu: a). Gangguan pada sistem saraf (*Neurologis*) seperti kejang-kejang, halusinasi, gangguan kesadaran, kerusakan saraf tepi, b). Gangguan pada jantung dan pembuluh darah seperti infeksi akut otot jantung dan gangguan pada peredaran darah, c). Gangguan pada kulit (*dermatologis*) seperti : penahan dan alergi, d). Gangguan pada paru-paru (*pulmoner*) seperti penekanan fungsi pernafasan, e). Gangguan pada *hemopiotik* seperti pembentukan sel darah terganggu, f). Gastrointestinal: mencret, radang lambung, dan kelenjar ludah perut, hepatitis, perlemakan hati, pengerasan dan pengecilan hati, g). Gangguan pada endogrin seperti penukaran hormon reproduksi, h). Gangguan traktur urinarius seperti infeksi dan gagal ginjal, i). Gangguan sistem reproduksi, j). Gangguan pada otot dan tulang, k). Dapat terinfeksi virus HIV/AIDS.

Dampak Psikologis (Kejiwaan), Obat-obat ini juga berdampak pada kejiwaan antara lain: Intoksikasi (Keracunan), Toleransi (Istilah ini

digunakan untuk menunjukkan bahwa seseorang membutuhkan sejumlah zat yang lebih banyak untuk memperoleh efek atau akibat yang sama setelah pemakaian berulang kali), *Withdrawal Syndrome* (gejala putus obat), Dependensi (ketergantungan). Dampak Sosial, Alasan kesehatan, Alasan sosial psikologis, Alasan ekonomis, Alasan kepentingan dan ketahanan Negara

4. Proses Pelaksanaan Konseling dan Psikoterapi di KKPHH

Sebagai lembaga yang memang bertugas dalam menangani para korban penyalahgunaan obat-obatan khususnya bagi mereka yang sudah sampai pada taraf dependensi, maka lembaga KKPHH dengan menggunakan pendekatan-pendekatan tertentu kemudian bisa melaksanakan konseling psikoterapi bagi para pasien yang disebut dengan dampingan.

Dalam pelaksanaan konseling psikoterapi di lembaga KKPHH ini terjadi melalui beberapa tahapan, karena begitu sulitnya menemukan para pecandu yang dengan sadar langsung mendatangi KKPHH untuk mendapatkan layanan konseling dan psikoterapi. Diantara tahapan yang dilalui adalah dengan pertama kali menugaskan koodinator lapangan untuk bergerilya dan bercampur dengan dunia malam dan hiburan, berlagak seperti para pecandu yang lain.

Koordinator lapangan inilah bersama petugas *out reach* berhasil mendekati para jangki/pecandu, lalu kemudian mereka (pecandu) mau diajak bergabung dengan para petugas ikut serta dalam program penanganan para pecandu obat-obatan. Berawal dari hal inilah kemudian konseling psikoterapi bisa dilaksanakan walaupun terlebih dahulu memberikan kepercayaan kepada para pasien untuk tetap menjaga identitas mereka agar tidak terdeteksi oleh aparat kepolisian.

Setiap rangkaian kegiatan yang dilakukan oleh KKPHH mempunyai tujuan agar mereka tidak lagi mau menggunakan obat-obatan yang membahayakan tersebut, walaupun itu juga harus melalui proses yang cukup panjang. Termasuk pelaksanaan konseling psikoterapi yang dilakukan bukan berarti tidak menemukan kendala yang cukup besar. Namun lembaga ini pernah menyerah sehingga tahapan yang direncanakan juga terlaksana.

Sikap seorang konselor dalam menghadapi setiap klien adalah sikap bersahabat dan keterbukaan, dengan tujuan untuk menjalin keakraban dan hubungan yang harmonis dengan klien. Untuk mencapai tujuan diatas, ada dua pendekatan yang dilakukan oleh Bu Dina, antara

lain:

Pertama : Pendekatan formal, pendekatan ini dilakukan setiap hari Jum'at setelah rapat evaluasi dengan para pengurus KKPHH dengan cara mendatangi atau memanggil klien untuk hadir di kantor KKPHH. Acara ini sangat terbuka untuk klien dan para pengurus KKPHH untuk menerima kritik dan saran terkait dengan pelaksanaan program yang telah dicanangkan.

Kedua, Pendekatan non formal, sadar bahwa untuk mencapai keakraban dengan kliennya, tak cukup dengan *pendekatan* formal saja, maka konselor juga mengambil langkah pendekatan non formal yaitu dengan cara mendekati klien kerumahnya maupun ketika lagi berada di ruang pasien untuk diajak berbincang-bincang, bahkan setiap hari minggu pagi mereka diajak untuk senam bersama di tempat yang disepakati antara klien dan konselor. Ini biasanya dilakukan 3 kali dalam satu minggu.

Dalam pelaksanaannya, teknik konseling yang digunakan sama dengan teknik konseling yang memang ada dalam teori konseling itu sendiri, antara lain: Direktive Konseling, Non Direktive Konseling, Elektive Konseling.

Ketiga teknik ini dilakukan konselor dengan memperhatikan keadaan klien, karena semua klien yang datang itu mempunyai kemampuan yang berbeda-beda, sehingga penggunaan teknik di atas terkadang dilakukan kepada klien yang sesuai dan bisa berinteraksi dengan konselor.

Disamping ada teknik konseling di atas disini juga konselor mempunyai metode, ini digunakan oleh Bu Dina pertama kali adalah menciptakan lingkungan dengan situasi dan kondisi yang kondusif serta membangkitkan kepada Allah SWT. dan metode ini terbukti sangat efektif membantu klien untuk keluar dari masalahnya.

Materi yang sering disampaikan oleh Bu Dina adalah bahaya dari penggunaan obat-obat terlarang tersebut dan ini juga sering dilakukan ketika melakukan sosialisasi kerutan-rutan di Kabupaten Banyuwangi. Disamping itu Bu Dina juga sering materi sabar dan qona'ah serta menjelaskan tentang keagungan Allah SWT. yang akan selalu menerima setiap taubat dari hamba-Nya ingin bertaubat dengan sungguh-sungguh.

Dalam pelaksanaan terapi di lembaga ini, pada hakikatnya bukanlah terapi sebagaimana yang terjadi pada seorang yang mengalami gangguan jiwa, akan tetapi pada pelaksanaannya adalah dengan pengalihan atau dikenal terapi pengalihan. Untuk melakukan terapi ini, seorang

konselor adiksi harus lebih lihai untuk merayu klien agar bisa melakukan terapi ini, karena pasien yang datang tidak semuanya mau melakukan terapi, karena yang dilakukan hanyalah konseling saja atau hanya sekedar konsultasi agar tidak terindap virus HIV/AIDS.

Terapi pengalihan ini dilakukan oleh KKPHH bekerjasama dengan Klinik Sri Tanjung, bagian dari rumah sakit jiwa PKJM-KKO yang berada di Desa Licin Kabupaten Banyuwangi, ini dilakukan karena seorang dokter yang memberikan trapi pengalihan ini adalah dokter yang mempunyai ijin resmi dari pemerintah melalui departemen kesehatan.

Jenis obat yang diberikan adalah *shobutek* yaitu obat pengganti Putaw yang diberikan sebagai terapi kepada klien untuk bisa mengurangi tingkat Sugesti, mengurangi rasa ketergantungan kepada obat-obatan, dan mengurangi nafsu makan.

Akan tetapi, untuk melakukan terapi ini, seorang harus mengikuti apa yang disarankan oleh konselor dan telah direkomendasikan oleh lembaga untuk melakukan proses terapi. Namun ini tidak mudah bagi klien karena dalam kesehariannya klien akan selalu diawasi dan diperiksa oleh dokter. Akan tetapi bagi klien yang mempunyai keinginan yang sangat kuat maka hal itu tidak akan menjadi hal yang berat buat klien.

Ada yang menjadi catatan penting dalam terapi yang dilakukan di KKPHH yaitu: para pasien yang berobat rata-rata terapi jalan tidak menjalani rehabilitasi karena sebagian besar para klien masih melakukan aktifitas kesehariannya mencari nafkah untuk keluarga, terutama David (nama samaran), yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Akan tetapi itu tidak menjadi kendala, karena KKPHH mempunyai struktur organisasi yang baik yang siap melaksanakan tugas sesuai dengan jopnya masing-masing, KKPHH menyebutnya dengan pendamping lapangan.

Dari terapi pengalihan ini sudah banyak pasien yang dinyatakan sembuh dan sudah melaksanakan aktifitas kesehariannya sebagaimana masyarakat normal lainnya, termasuk saidara David (nama samaran) yang sekarang sudah kembali bekerja mencari bafkah untuk diri dan keluarganya, bahkan secara tegas David (nama samaran) menyatakan kalau dia sudah sembuh total berkat dampingan lembaga KKPHH.

Keberhasilan pelaksanaan konseling dan psikoterapi dapat dilihat dari berbagai segi, diantaranya adalah: melihat dosis *shubutek* yang digunakan. Apabila dosis yang digunakan berkurang maka terapinya berhasil, akan tetapi jika dosis *shobutek* yang digunakan justru bertambah, maka klien tersebut tingkat kesembuhannya masih harus memerlukan waktu yang cukup lama. Akan tetapi menurut keterangan konselor, klien yang mengikuti proses terapi di KKPHH hanya memakan

waktu sekitar 6 bulan dari sejak mengikuti program terapi tersebut.

Dalam gambaran lain yang bisa terlihat adalah sikap optimisme klien untuk melakukan pekerjaan itu adalah hal yang baik, kemudian klien juga sudah mulai ikut serta dalam kegiatan-kegiatan sosial semacam bersih-bersih jalan raya yang ada di daeran kampung Mandar Banyuwangi, bahkan pada bab sebelumnya penulis sampaikan bahwa klien sudah rajin melakukan sholat lima waktu dengan berjama'ah bersama keluarga, padahal sebelumnya klien sudah sangat parah dan tidak mau melaksanakan ibadah.

Indikasi-indikasi semacam ini menunjukkan kalau dalam diri klien ada perubahan sejak mengikuti layanan konseling dan psikoterapi di lembaga KKPHH, ini juga terlihat pada diri klien adalah klien selalu menghindari dari tempat-tempat hiburan dan keramaian, ini dilakukan klien karena khawatir bertemu dengan teman-teman dia yang masih aktif menjadi jangki. Karena walau bagaimanapunm klien terkadang muncul keinginan untuk memakai dan itu selalu ditahan walau terkadang menahan rasa sakit.

Pada saat penulis bertanya apakah klien melakukan hal-hal yang lain ketika merasakan ketagihan yang luar biasa? dengan singkat klien menjawab kalau dia tidak pernah melakukan apa-apa semisal mengiris lengannya untuk menghisap darahnya sendiri, yang ia lakukan hanyalah menahan dan menahan rasa sakit itu sampai ia berhasil melewatinya.

Dari gambaran diatas dapat dilihat bahwa keberhasilan konseling dan psikoterapi itu terletak pada diri klien sendiri. Akan tetapi, salah seorang karyawan KKPHH menjelaskan ada 4 (empat) hal yang tidak bisa dipisahkan untuk kesembuhan klien. *Pertama* adalah klien itu sendiri, *kedua* adalah dukungan keluarga klien, *ketiga* pendamping lapangan, dan yang *keempat* adalah konselor dan terapisnya.

D. Kesimpulan

Dari hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa: untuk sembuh dari penyakit ketergantungan atau kecanduan oba terlarang seperti narkoba dan narkotika memerlukan proses dan pendampingan yang ketat dan istiqomah. Semuanya butuh proses dan metode yang kreatif sehingga pasien secara sadar mau berhenti menggunakan obat-obat terlarang tersebut.

Pendekatan sosial dan kemanusiaan serta keagamaan juga menjadi sangat penting untuk dilakukan oleh seorang konselor dalam mendampingi kliennya, sehingga klen mampu menyadari posisinya berada

dalam lingkungan sosial dan kemasyarakatan dan klien sadar bahwa perannya dalam kehidupan sosial juga sangat dibutuhkan.

Lebih dari itu, kehadiran orang-orang terdekat klien juga cukup membantu dalam proses penyembuhan seperti sahabat, keluarga bahkan orang-orang yang dicintainya, jangan malah menjauh dari klien karena itu justru akan memperburuk kondisi klien yang ingin sembuh dari penyakin ketergantungan obat terlarang tersebut.

DARTAR PUSTAKA

- Alsa, Asmadi, *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif Serta Kombinasinya Dalam Penelitian Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004
- Adz-Dzaki, Bakran, Hamdani, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Fajar Pustaka, Jakarta, 2004
- Bugin, Burhan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001
- DPW. GRANAT, *Materi Rapat Kerja Daerah*, Granat Jawa timur, 2006
- I Djumhur & Surya, Moh, 1975, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Bandung, CV. Ilmu.
- Lesmana, Jeanette, Murad, 2005, *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia,).
- Latipun, *Psikologi Konseling Edisi Ketiga*, UPT. Penerbitan Universitas Muhammadiyah, Malang, 2003
- Mulyana, Dedi, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, PT. Remaja Rosda Karya. Bandung, 2004
- Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2001
- Mardiana, Dian, dkk. 2003, *NAPZA MODUL 5*, PKBI, IPPF, BKKBN, UNFPA, Jakarta.
- Suprayogo, Imam dan Tobroni, *Metodologi Penelitian Sosial Agama*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2003
- Siradj, Sjahudi, *Diktat Dasar-Dasar Konseling dan Psikoterapi*, Surabaya: Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel, 2006
- Walgito, Bimo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Yogyakarta: Andi Opset, 1995

