

KONSELING ADIKSI NARKOBA DENGAN MENERAPKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL

Anak Agung Gede Agung Putra Dalem

goengde13@gmail.com

Ni Luh Sri Mahendra Dewi

uyickmahendra87@gmail.com

ABSTRAK

According to BNN (Badan Narkotika Nasional) data, Bali has 1,8 prevalencies of drugs victims, it mean that there are over then fivty thousand of drugs victims in Bali. To handle this problem, rehabilitation programme is really needed. In all those rehabilitation programme there is call a addiction counseling. Addiction counseling is a process to giving advice or information to handling problem using drugs that can couse illness and addicted. Indicator of interpersonal communication that was implemented in addiction counseling are listening, focus on messege, eye contact, touch, self-disclosure, and motivation.

Keyword: *Listening, caring, curing*

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba menjadi permasalahan serius hampir di setiap Negara, tidak terkecuali di Indonesia. Sebagaimana diamanatkan undang-undang nomor 35 tahun 2009 tentang Narkotika dan dijabarkan kembali dalam Pasal 54 yang berbunyi ; Pecandu Narkotika dan korban penyalahgunaan Narkotika wajib menjalani rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial. Serta diperkuat dengan peraturan bersama antara Ketua Mahkamah Agung Republik Indonesia Nomor : 01/PB/MA/III/2014, Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik

Indonesia Nomor : 03 Tahun 2014, Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 11 Tahun 2014, Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 03 Tahun 2014, Jaksa Agung Republik Indonesia Nomor : PER-005/A/JA/03/2014, Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia Nomor : 1 Tahun 2014 dan Kepala Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia Nomor : PERBER/01/III/2014/BNN tentang penanganan pecandu narkoba dan korban penyalahgunaan narkoba ke dalam lembaga rehabilitasi.

Narkoba sangatlah berguna dan bermanfaat apabila digunakan sesuai dengan kepentingan pelayanan

kesehatan/medis dan pengembangan dunia Ilmu Pengetahuan, khususnya dalam melakukan kegiatan penelitian yang bersifat ilmiah. Namun kenyataan yang terjadi selama ini justru narkoba banyak disalahgunakan pemanfaatannya, sehingga dapat mengakibatkan dampak buruk yang sangat berbahaya dan berkepanjangan serta merugikan bagi individu, keluarga, masyarakat maupun Bangsa dan Negara.

Berdasarkan jurnal data pencegahan dan pemberantasan penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba (P4GN) tahun 2011 edisi tahun 2012, adanya kenaikan jumlah penyalahgunaan narkoba dan kerugian biaya ekonomi penyalahgunaan narkoba. Dimana prevalensi pengguna narkoba naik menjadi 2,21% atau 3,8 juta jiwa, dan jika tidak diupayakan dengan serius untuk mencegah dan memberantasnya, prevalensi pengguna narkoba pada tahun 2015 diperkirakan naik menjadi 2,8% atau setara 5,1 juta jiwa. Sebagian besar penyalahguna narkoba adalah generasi muda yang merupakan modal dan asset bangsa dimasa depan. Pada tahun 2011, diperkirakan kerugian ekonomi yang ditimbulkan akibat penyalahgunaan narkoba mencapai Rp. 41,2 triliun.

Prevalensi atau tingkat penyalahgunaan narkoba di Bali menurut hasil penelitian BNN bekerjasama dengan

Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia adalah sebesar 1,8% yang terdiri dari 14.430 – 17.678 yang tergolong pecandu coba pakai, 22.503 – 28.331 yang tergolong pecandu teratur pakai, 840 – 994 tergolong pecandu yang menggunakan jarum suntik dan 12.780 – 16731 tergolong pecandu yang tidak menggunakan jarum suntik.

Dari sekian banyak jumlah pecandu narkoba yang terdata di provinsi Bali oleh Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia dan Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, maka perlu diimplementasikan UU Nomor 35 Pasal 54 dan Peraturan Bersama tentang Program Rehabilitasi bagi Pecandu Narkotika.

Di Bali, lembaga-lembaga yang bergerak dibidang penanganan pecandu narkoba melalui program rehabilitasi sudah mulai banyak tumbuh yaitu : yang dimiliki oleh pemerintah adalah melalui Badan Narkotika Nasional Provinsi Bali dan Dinas Sosial Provinsi Bali sedangkan yang non pemerintah yang berupa yayasan-yayasan.

Yayasan merupakan suatu badan hukum yang mempunyai maksud dan tujuan bersifat sosial, keagamaan dan kemanusiaan, didirikan dengan memperhatikan persyaratan formal yang ditentukan dalam undang-undang. Di

Indonesia, yayasan diatur dalam Undang-Undang Nomor 28 tahun 2004 tentang perubahan atas undang-undang nomor 16 tahun 2001 tentang yayasan. Rapat paripurna DPR pada tanggal 7 September 2004 menyetujui Undang – Undang ini, dan Presiden Republik Indonesia Megawati Soekarnoputri mengesahkannya pada tanggal 6 Oktober 2004.

Yayasan mempunyai organ yang terdiri atas Pembina, Pengurus, dan Pengawas. Pengelolaan kekayaan dan pelaksanaan kegiatan yayasan dilakukan sepenuhnya oleh pengurus. Pengurus wajib membuat laporan tahunan yang disampaikan kepada Pembina mengenai keadaan keuangan dan perkembangan kegiatan yayasan. Pengawas bertugas melakukan pengawasan serta memberi nasehat kepada Pengurus dalam menjalankan kegiatan yayasan. Yayasan yang berasal dari negara, bantuan luar negeri ataupun pihak lain, atau memiliki kekayaan dalam jumlah yang ditentukan dalam Undang – Undang, kekayaannya wajib diaudit oleh akuntan publik dan laporan tahunannya wajib diumumkan dalam surat kabar berbahasa Indonesia.

Adapun beberapa yayasan di Bali yang bergerak dibidang penanganan korban penyalahgunaan narkoba yaitu Yayasan Dua Hati, Yayasan Kasih Kita Bali (YAKITA), Yayasan Kesehatan Bali

(YAKEBA) dan Yayasan Generasi Bisa (GERASA).

Dari beberapa Yayasan yang tersebut diatas, menerapkan beberapa program rehabilitasi untuk menangani pecandu narkoba seperti halnya :

1. Detoksifikasi

Adalah proses pengeluaran racun atau zat-zat yang bersifat racun dari dalam tubuh.

2. Terapi Substitusi

Yaitu mengganti zat heroin (bersifat kimiawi) dari sebelumnya yang digunakan dengan cara suntik ke cara oral (menggunakan obat metadon yang bersifat sintetis).

3. Konseling Adiksi

Merupakan proses komunikasi dua arah antara konselor dan klien (pecandu narkoba) untuk mengetahui permasalahan, memberikan penguatan (motivasi) dalam menghadapi masalah dan keinginan untuk menggunakan narkoba kembali.

Yang menjadi penekanan dalam kegiatan konseling adiksi adalah komunikasi interpersonal antara konselor dan klien (pecandu narkoba) untuk mengetahui permasalahan, memberikan penguatan (motivasi).

Adapun pengertian dari komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang berlangsung dalam situasi tatap muka antara dua orang atau lebih, baik secara terorganisasi maupun pada kerumunan orang (Wiryanto, 2004).

Komunikasi Interpersonal adalah interaksi orang ke orang, dua arah, verbal dan non verbal. Saling berbagi informasi dan perasaan antara individu dengan individu atau antar individu di dalam kelompok kecil (Febrina, 2008).

Menurut Devito (1989), komunikasi interpersonal adalah penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang, dengan berbagai dampaknya dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera (Effendy, 2003, p. 30).

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal atau nonverbal. Komunikasi interpersonal ini adalah komunikasi yang hanya dua orang,

seperti suami istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru-murid dan sebagainya (Mulyana, 2000, p. 73)

Menurut Effendi, pada hakekatnya komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar komunikator dengan komunikan, komunikasi jenis ini dianggap paling efektif dalam upaya mengubah sikap, pendapat atau perilaku seseorang, karena sifatnya yang dialogis berupa percakapan. Arus balik bersifat langsung, komunikator mengetahui tanggapan komunikan ketika itu juga. Pada saat komunikasi dilancarkan, komunikator mengetahui secara pasti apakah komunikasinya positif atau negatif, berhasil atau tidaknya. Jika ia dapat memberikan kesempatan pada komunikan untuk bertanya seluas-luasnya (Sunarto, 2003, p. 13).

PEMBAHASAN

Konseling Adiksi

Konseling adalah suatu kegiatan untuk memberikan nasihat-nasihat dan masukan-masukan praktis bagi orang yang mengalami kendala-kendala tertentu. Adiksi adalah kondisi kecanduan zat racun yang merusak dan membahayakan tubuh serta dapat menimbulkan ketergantungan (addicted) bahkan kematian untuk pemakaian yang berlebihan. Jadi konseling adiksi adalah kegiatan

memberikan nasehat atau masukan untuk menghadapi kendala penggunaan zat-zat beracun yang merusak tubuh serta menimbulkan ketergantungan.

Proses konseling adiksi yang dilakukan oleh para konselor dengan menerapkan teori komunikasi interpersonal adalah :

1. Mendengarkan

Mendengarkan merupakan bagian yang sangat penting dalam komunikasi. Mendengarkan berbeda dengan mendengar (yang hanya merupakan proses masuknya suara ke dalam telinga), dengan mendengarkan akan membantu mengatasi berbagai masalah dan juga membantu memahami situasi dari pola pandang orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan untuk berempati. Mendengarkan secara aktif sangat bermanfaat untuk membangun kepercayaan, menjalin kerja sama, mendorong kreatifitas, dan menunjukkan penghargaan pada orang yang sedang berbicara dan pada akhirnya meyakinkan orang tersebut (pecandu) untuk mengambil keputusan apa yang baik baginya (putus zat).

Langkah – langkah yang harus dilakukan saat mendengarkan pernyataan klien (pecandu) adalah :

a. Tetap fokus kepada klien

(pecandu)

- b. Mendengarkan kata-kata dan perasaan yang diungkapkan oleh klien (pecandu)
- c. Tunjukkan minat yang sungguh terhadap apa yang disampaikan oleh klien (pecandu)
- d. Ulangi apa yang dikatakan klien (pecandu).
- e. Sekali-kali ajukan pertanyaan untuk memastikan informasi yang disampaikan klien (pecandu).

Proses yang terjadi pada saat mendengarkan pernyataan klien (pecandu) :

- a. **Menerima informasi.** Pada saat ini konselor menerima informasi dari klien (pecandu), sebagian besar terjadi melalui mata dan telinga. Indera pengelihatn membantu konselor membaca komunikasi non verbal yang berperan saat klien (pecandu) mengungkapkan aspek perasaan dari informasi yang disampaikannya.
- b. **Memproses.** Kegiatan ini melibatkan analisa konselor terhadap informasi yang diungkapkan dan komunikasi non verbal yang digunakan. Proses ini dilakukan untuk memahami informasi yang disampaikan klien

(pecandu) , dan membantu memberikan jawaban bila diperlukan.

- c. **Memberikan tanggapan.** Dalam tahap ini, konselor memberikan tanggapan secara verbal dan non verbal bahwa konselor memahami informasi yang diberikan klien (pecandu).

2. Fokus kepada Pesan

Konselor sebagai pendengar, otaknya bekerja lebih cepat ketimbang sebagai pembicara. Karena itu sebagai pendengar, konselor dituntut untuk memperlambat kerja otak dan menjaga agar pikiran tidak berkelana ke mana-mana selama jeda konseling.

Ada sejumlah cara untuk fokus kepada pesan yang disampaikan ke otak kita, diantaranya:

- a. Pikirkan mengenai apa yang dikatakan klien (pecandu), bukan pada apa yang ingin konselor katakan setelahnya.
- b. Secara berkala tinjau dan simpulkan dalam hati poin-poin yang dibuat klien (pecandu). Bayangkan bahwa konselor harus mengulanginya kepada orang lain apa yang konselor dengar dari klien (pecandu).
- c. Ulang dalam hati kata-kata yang diucapkan klien (pecandu). Hal ini

akan membantu konselor menjaga fokus perhatian dan menanamkan pesan klien (pecandu) ke benak konselor.

- d. Dengarkan makna tambahan yang tidak diucapkan. Perasaan (antusiasme, kekhawatiran, kemarahan, frustrasi) apa yang ada di balik kata-kata klien (pecandu).
- e. Simak sejumlah hal yang mungkin dipikirkan atau dirasakan oleh klien (pecandu) tapi tidak dikatakannya. Hal-hal tersebut bisa merupakan nada bicara, pilihan kata, ekspresi wajah, gerak tubuh, dan kehati-hatian dalam memilih kata.
- f. Sembari mendengarkan klien (pecandu), gunakan fakta-fakta yang konselor dengar untuk mengelompokkan apa yang dikatakan. Kelompokkan gagasan untuk kesimpulan kemudian.
- g. Jangan terjebak dengan fakta. Gunakan fakta hanya untuk memahami pesan yang lebih besar atau gagasan di balik fakta.
- h. Pertimbangkan apa yang tidak dikatakan oleh klien (pecandu), yang mungkin akan menjadi ide untuk konselor menggali informasi lanjutan.

3. Jangan menghakimi

Ketika konselor sedang mendengarkan, ingatlah selalu untuk tidak menghakimi klien (pecandu). Dengarkan seluruh pesan yang ingin disampaikan, baik verbal maupun non verbal. Pertimbangkan fakta yang diungkapkan, tapi jangan menganggap klien (pecandu) benar, salah, mencapai sasaran atau tidak, berdasar atau tidak, dan sebagainya. Peran konselor sebagai fasilitator adalah memperbaiki pemahaman, sehingga setiap orang akan ditanggapi secara benar oleh kelompoknya.

4. Kontak mata

Konselor harus menjaga kontak mata dengan klien (pecandu) yang sedang berbicara, karena itu menunjukkan bahwa ia mendengarkan secara aktif. Jika konselor melihat ke arah lain, maka klien pun akan kehilangan fokus. Kontak mata menunjukkan bahwa konselor sungguh-sungguh memperhatikan.

Yang dimaksud dengan kontak mata sesungguhnya hanya melihat ke mata dan wajah klien (pecandu) dengan cara yang rileks. Tidak apa-apa berkedip sesekali dan melihat ke bagian wajahnya yang lain, tapi tetaplah fokus ke bagian kepalanya.

Fungsi dari melakukan kontak mata :

a. Menyampaikan informasi.

Kontak mata memberikan pertanda apakah seseorang menyampaikan informasi yang akurat atau tidak (klien (pecandu) yang mengalami masalah cenderung untuk menghindari kontak mata).

b. Menunjukkan minat atau perhatian
Suatu penelitian menunjukkan bahwa untuk membina hubungan baik dengan seseorang maka kegiatan bertatap mata harus terjadi 65-70% dari keseluruhan waktu interaksi.

c. Mengundang atau membatasi interaksi

Pada saat konselor melakukan kontak mata dengan klien artinya konselor mengundang klien (pecandu) untuk berinteraksi. Bila interaksi ini kemudian berlanjut, maka kontak mata digunakan sebagai sarana untuk mengendalikan jenis dan waktu interaksi. Sebaliknya bila klien (pecandu) menghindari kontak mata, dia bermaksud membatasi interaksi.

d. Memberikan umpan balik

Umpan balik sangat penting dalam suatu pembicaraan. Konselor perlu memastikan bahwa klien mendengarkan pesan (verbal dan non verbal), sebaliknya klien (pecandu) perlu diyakinkan bahwa

perhatian mereka dihargai. Kebutuhan konselor dan klien ini dapat dipenuhi melalui kontak mata yang tepat.

5. Sentuhan

Untuk sebagian orang, sentuhan ringan pada tangan atau pundak akan membuat lebih nyaman dan merasa dipedulikan; untuk lainnya, hal tersebut mungkin dirasakan seperti intimidasi. Orang dengan gangguan jiwa tertentu memiliki batasan ruang pribadi yang sangat kuat ataupun lemah.

6. Pengungkapan-diri Konselor (self-disclosure)

Hubungan konselor dengan klien menyerupai persahabatan dalam beberapa hal. Bagaimanapun juga, konselor harus selalu memastikan terbentuknya hubungan profesional yang sehat dan bertanggungjawab seperti halnya tulus an asli terhadap hubungan dengan klien.

7. Motivasi

Motivasi didefinisikan sebagai probabilitas seseorang untuk mengikuti, melanjutkan, dan mematuhi strategi khusus untuk berubah. Untuk memberikan motivasi bagi para klien (pecandu) sangat

dipengaruhi oleh gaya konselor dalam memunculkan dan meningkatkan motivasi. Apabila terjadi kurang motivasi, ini merupakan tantangan bagi kemampuan konselor bukan merupakan kesalahan atau kegagalan yang dilimpahkan kepada klien (pecandu).

PENUTUP

SIMPULAN

Dalam kegiatan memberikan konseling bagi klien-klien adiksi terhadap narkoba, penerapan sistem komunikasi interpersonal sangat diperlukan. Hal ini terbukti dengan beberapa indikator-indikator komunikasi interpersonal telah diterapkan sebagai landasan dalam memberikan konseling bagi para klien (pecandu). Seperti halnya dengan proses mendengarkan problematika klien (pecandu), fokus pada pesan atau materi-materi yang disampaikan oleh klien (pecandu), tidak menghakimi klien (pecandu) dari tahapan-tahapan konseling yang telah dilakukan, tetap melakukan kontak mata terhadap klien (pecandu) yang menandakan bahwa konselor peduli dengan problematika yang dihadapi klien (pecandu), memberikan sentuhan sederhana yang bisa memberikan dorongan semangat dan keberanian dalam menceritakan problematika yang dihadapi

klien (pecandu), melakukan self-disclosure atau pengungkapan diri oleh konselor supaya memicu klien (pecandu) untuk mengungkapkan dirinya juga mengenai permasalahan-permasalahan yang dihadapinya, dan yang terakhir adalah dengan memberikan motivasi supaya klien bisa melangkah menuju program-program pemulihan yang telah di siapkan.

SARAN

Langkah-langkah untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan mendengarkan secara aktif adalah :

1. Mulailah berlatih untuk mendengarkan secara aktif dengan melakukan hal-hal yang disukai dan informatif. Dengarkan radio, dan degarkan komedian yang disukai. Ceritakan kembali apa yang dibaca atau ceritakan kepada teman.
2. Jangan hanya mendengarkan orang berbicara. Sekali-kali dengarkan suara yang ada dalam keramaian atau dengarkan suara alam.
3. Saat mendengarkan seseorang yang berbiara dengan cepat atau orang berbicara dalam bahasa berbeda dengan bahasa yang anda gunakan, gunakan imaninasi untuk memahami iformasi yang sedang disampaikan dan carilah pesan inti.
4. Perhatikan intonasi, cara orang tersebut membawakan diri, cara berbicara serta berbagai kebiasaan lainnya. Berdiam dirilah dan biarkan klien yang berbicara. Dalam sebuah percakapan, memberikan tanggapan dengan cara mengajukan pertanyaan, menggunakan tubuh dan kata-kata merupakan ciri-ciri anda mendengarkan.
5. Jangan berasumsi bahwa anda memahami apa yang dikemukakan klien atau berusaha menyelesaikan kalimat klien.
6. Lakukan klarifikasi.
7. Pastikan kalau konselor itu tulus.
8. Ajukan pertanyaan terbuka yang memungkinkan konselor memperoleh beragam tanggapan yang nantinya bisa disimpulkan.
9. Tunjukka minat terhadap percakapan dan jangan memberikan saran kecuali diminta.
10. Jangan mengkritik atau menyerang perasaan klien. Ini akan menghentikan minat klien untuk melanjutkan percakapannya.
11. Jika klien merasa konselor sudah mendengarkan mereka, maka kemungkinannya akan semakin tinggi klien akan mendengarkan ide-ide konselor.
12. Tunda percakapan bila konselor

tidak dalam mood ingin mendengarkan. Lebih baik menunda daripada melanjutkan percakapan dimana konselor tidak hadir secara penuh.

13. Hindari pernyataan bahwa konselor tidak mendengarkan secara aktif.
14. Terkadang konselor harus memperhatikan hal-hal yang tidak diungkapkan secara gamblang, tetapi di sisi lain konselor harus menerima informasi sebagaimana adanya.

Langkah – langkah dalam melakukan kontak mata yang baik dengan klien (pecandu) :

1. Lakukan kontak mata secara rileks dan penuh percaya diri sehingga membuat klien (pecandu) merasa nyaman.
2. Perhatikan dan dengarkan klien (pecandu) secara bersamaan. Amati tanda-tanda saat mereka merasa bosan dan kehilangan minat. Bila hal ini terjadi lakukan kegiatan

yang dapat meningkatkan tingkat energy klien (pecandu)

3. Dengarkan dengan aktif sehingga konselor tidak perlu mencemaskan apakah telah melakukan kontak mata dengan baik atau tidak. Bila konselor mendengarkan dengan baik maka secara natural konselor akan melakukan kontak mata.
4. Ingatlah bahwa kontak mata merupakan cara yang efektif mengatakan kepada klien (pecandu) bahwa konselor tertarik pada topic atau informasi yang disampaikan. Kontak mata merupakan cara penting dalam menunjukkan penghargaan.
5. Bila konselor memandang pada segitiga imajiner diantara mata dan dahi klien (pecandu), pastikan bahwa konselor memandang hanya pada daerah tersebut. Jangan biarkan mata konselor menjelajahi muka karena klien (pecandu) akan merasa konselor menatap jerawat

atau berbagai masalah kulit lainnya yang ada di wajah klien (pecandu).

6. Bila konselor mengalami kesulitan untuk menjaga kontak mata karena bosan, tunggulah sebentar dan ubah topic yang sedang dibicarakan. Atau gunakan cara yang sopan untuk mundur dari percakapan. Cara lain yang dapat digunakan adalah pandang hidung atau alis.

Penerapan self-disclosure

Self-disclosure sebaiknya dilakukan setelah ada indikasi dari klien (pecandu) mulai berani menceritakan problematika yang mereka hadapi, dengan begitu proses pengungkapan diri akan berjalan lebih lancar.

Motivasi

Dari serangkaian kegiatan koseling yang dilakukan, tahapan yang terakhir adalah memberikan motivasi. Motivasi sebaiknya dilakukan apa bila sudah terlihat jelas bahwa ada keinginan dari klien (pecandu) untuk berubah hal ini akan lebih memudahkan dalam membantu klien untuk pulih dari ketergantungannya terhadap narkoba.

Daftar Rujukan

- Addiction Technology Transfer Centers Website
<http://www.attcnetwork.org/index.asp>
Basic-Counseling-Skills.Com Website
<http://www.basic-counseling-skills.com/>
Effendy, Onong Uchjana, 2003, Ilmu Teori dan Filsafat Komunikasi, PT Citra Aditya Bakti, Bandung
Mulyana, Deddy, 2000, Pengantar Ilmu Komunikasi, PT Remaja Rosda Karya, Bandung