

[Click here and write your Article Category](#)

# Pelatihan *Relapse Prevention* pada Pecandu Narkoba dalam Program Paska Rehabilitasi

Frans Judea Samosir<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Prima Indonesia, Jalan Sekip, Medan, 20111, Indonesia

## ARTICLE INFORMATION

Received: February 00, 00  
Revised: March 00, 00  
Available online: April 00, 00

## KEYWORDS

Pelatihan, pecandu narkoba, *relapse prevention*

## CORRESPONDENCE

Phone: +6281330465150  
E-mail: frans.judea@gmail.com

## A B S T R A C T

*Relapse* merupakan masalah yang sering terjadi pada pecandu narkoba yang telah menjalani program pemulihan kecanduannya di sebuah pusat rehabilitasi narkoba. Kurangnya penguatan dan pendampingan setelah keluar dari rehabilitasi dapat menjadi salah satu pemicunya. Pendampingan dan penguatan ini dapat juga diberikan dalam program paska rehabilitasi (*aftercare*) Oleh sebab itu, kegiatan pelatihan *relapse prevention* (pencegahan kekambuhan) menjadi wujud penguatan kepada pecandu dalam pemulihan. Kegiatan pelatihan ini diberikan kepada enam klien selama sepuluh kali pertemuan di sebuah paska rehabilitasi. Kegiatan dilakukan dalam empat tahap yakni analisis kebutuhan, observasi klien, desain pelatihan dan pelaksanaan pelatihan. Hasil yang diperoleh bahwa pecandu narkoba dalam pemulihan di paska rehabilitasi semakin memahami diri dan bagaimana cara menjaga kualitas pemulihannya

## INTRODUCTION

Diperkirakan ada sekitar 35 juta orang yang mengalami gangguan penggunaan narkoba di seluruh dunia. Tetapi, hanya satu dari tujuh orang yang mendapatkan perawatan pemulihan [1]. Di Indonesia, hingga akhir tahun 2019, diketahui bahwa pengguna Narkoba berjumlah sekitar 3,41 juta orang [2]. Penyalahgunaan obat-obatan dan kecanduan narkoba saat ini juga sudah menjadi masalah yang sangat serius di Provinsi Sumatera Utara. Menurut data dari BNN Sumatera Utara, penyalahguna narkoba di Sumatera Utara berjumlah sekitar 256.000 jiwa [3]. Pemerintah Indonesia sendiri sudah mengindikasikan atmosfer Indonesia darurat narkoba dan diresponi oleh amanah Presiden untuk membantu pemulihan pecandu narkoba sejak 2015 dan seterusnya sehingga banyak pusat rehabilitasi yang berdiri untuk membantu pemulihan mereka yang ingin dipulihkan.

Rehabilitasi terhadap pecandu narkoba adalah salah satu metode yang dapat membantu memulihkan korban penyalahgunaan narkoba dari kecanduannya. Rehabilitasi adalah suatu proses pemulihan pasien gangguan penggunaan NAPZA baik dalam jangka waktu pendek ataupun panjang yang bertujuan mengubah perilaku mereka agar siap kembali ke masyarakat [4]. Salah satu bagian dari program rehabilitasi adalah paska rehabilitasi. Paska rehabilitasi adalah kegiatan pelayanan yang merupakan tahapan pembinaan lanjutan yang diberikan kepada pecandu narkotika,

penyalah guna narkotika, dan korban penyalahgunaan narkotika, setelah menjalani rehabilitasi medis dan/atau rehabilitasi sosial, yang merupakan bagian yang integral dalam rangkaian rehabilitasi [5].

Proses pemulihan pecandu narkoba dan mengharapkan mereka untuk kembali beraktivitas di lingkungannya seperti semula bukanlah suatu hal yang mudah. Hal ini membutuhkan proses dan waktu yang cukup lama. Pecandu narkoba rentan untuk mengalami *relapse*, yakni kembali menggunakan narkoba. *Relapse* sangat mungkin terjadi pada minggu pertama hingga bulan pertama setelah menyelesaikan program di pusat rehabilitasi. Penyebab dari tingginya angka *relapse* tersebut dapat dipengaruhi oleh minimnya pendampingan dan penguatan skill pecandu selama dalam program rehabilitasi dan paska rehabilitasi sehingga sulit untuk menghadapi situasi berisiko tinggi di masyarakat.

Melihat pentingnya upaya pencegahan kekambuhan (*relapse prevention*) pada pecandu narkoba dalam pemulihan, maka dilaksanakanlah kegiatan pengabdian masyarakat melalui lembaga ini dalam wujud pelatihan *relapse prevention* dengan tujuan meningkatkan pemahaman dan keterampilan bagi pecandu/klien untuk mempertahankan kualitas pemulihannya dan mencegah kekambuhan.

## METHOD

Kegiatan pelatihan pencegahan kekambuhan ini berlangsung pada tanggal 25 November 2019 – 16 Desember 2019 dengan frekuensi pertemuan sebanyak 10 kali dengan topik yang berbeda di setiap pertemuan. Setiap sesi pertemuan dilaksanakan selama 120 menit dengan metode ceramah, tanya jawab, diskusi, dan role play. Peserta dalam pelatihan ini adalah enam orang pecandu yang sedang menjalani program paska rehabilitasi di sebuah pusat pemulihan adiksi narkoba paska rehabilitasi kecanduan narkoba di kabupaten Deli Serdang.

Kegiatan pelatihan sebagai ini dilakukan dalam tahapan berikut:

1. Melakukan diskusi dan analisis kebutuhan topik pelatihan yang diperlukan bersama pengelola program. Diskusi dan analisis kebutuhan topik pelatihan dilakukan untuk memperoleh data lengkap terkait masalah dan latar belakang dari klien. Hal ini juga dilakukan untuk menentukan tema pelatihan setiap pertemuan untuk mendukung klien.
2. Melakukan observasi terhadap perilaku klien di paska rehabilitasi tersebut. Observasi ini dilakukan dengan mengamati perilaku klien, bagaimana interaksi antarklien dan interaksi klien dengan pengelola program. Hal ini menjadi data yang penting bagi kegiatan pelatihan untuk menyesuaikan karakter klien dan metode yang akan dipergunakan pelatih.
3. Mendesain topik dan metode pelatihan yang akan diterapkan. Setelah diperoleh data dari hasil analisis kebutuhan dan observasi, maka tahap ketiga dilanjutkan dengan mendesain alur pelatihan pencegahan kekambuhan yang akan dilakukan untuk membantu klien mengenal potensi diri dan lingkungan untuk membantunya menjaga dan mempertahankan pemulihannya. Tabel 1 menggambarkan jadwal pertemuan dan materi yang disampaikan di setiap pertemuan.
4. Melaksanakan pelatihan *relapse prevention* dan menyampaikan hasilnya kepada pengelola program. Hal ini dilakukan untuk mendiskusikan evaluasi dan rekomendasi untuk paska rehabilitasi sebagai bagian pusat pemulihan.

Tabel 1. Jadwal dan Topik Pelatihan

No	Hari/Tanggal	Materi
1	25 Nov '19	Perkenalan dan Psikologi Adiksi
2	26 Nov '19	Bahaya Narkoba dan <i>Coocuring Disorder</i>
3	27 Nov '19	IMS dan HIV/AIDS
4	28 Nov '19	Kesehatan Reproduksi
5	2 Des '19	Pendidik Sebaya ( <i>Peer Educator</i> )

6	4 Des '19	<i>Public Speaking</i>
7	5 Des '19	<i>Who am I?</i>
8	10 Des '19	Konsep diri ( <i>stigma, esteem, efficacy</i> ) <i>Self Care</i> (manajemen <i>burn out</i> )
9	11 Des '19	<i>Relapse Prevention</i>
10	16 Des '19	<i>Anger Management</i> dan <i>Forgiveness</i>

Pelatihan ini berjalan dengan lancar dan berikut sebuah gambar yang mewakili pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di pusat pemulihan paska rehabilitasi dengan mengadakan pelatihan pencegahan kekambuhan pada pecandu narkoba.



Gambar 1 Pelaksanaan pelatihan *relapse prevention*

## RESULTS AND DISCUSSION

Pengabdian masyarakat berupa pelatihan *relapse prevention* pada pecandu narkoba yang sedang menjalani program pemulihan di pusat paska rehabilitasi kecanduan narkoba ini menghasilkan beberapa poin penting sebagai berikut:

1. Rencana kegiatan pelatihan ini berlangsung dan terwujud dengan lancar dan diikuti oleh enam orang klien pusat paska rehabilitasi.
2. Tujuan pelatihan telah tercapai secara pengetahuan (*kognitif*) dan perasaan (*afeksi*) yakni peserta pelatihan yakni pecandu narkoba yang dalam pemulihan ini semakin memahami dirinya dan memanfaatkan potensi diri dan lingkungannya dalam mempertahankan pemulihannya dari kecanduan narkoba.
3. Metode pelatihan dengan memberikan teori dan praktek disukai oleh peserta terutama ketika setiap peserta dapat memberikan masukan kepada satu sama lain sehingga peserta merasa bahwa dia berdaya dan berfungsi.

Sebagaimana yang telah diuraikan sebelumnya bahwa pelatihan ini merupakan salah satu intervensi yang dilakukan pada kelompok yang rentan terhadap kekambuhan kecanduan narkoba. Maka pelatihan ini membantu klien mengenali diri dan mengembangkan sumber-sumber dukungan dan

mengembangkan keterampilan hidup untuk menghadapi tantangan tersebut.

Pengabdian masyarakat ini menjadi hal yang bermanfaat terhadap lembaga paska rehabilitasi dan klien yang sedang dalam pemulihan menjalani programnya. Hal ini didukung dengan memberikan lingkungan yang positif selama pelaksanaan kegiatan pelatihan sehingga peserta selalu merasa nyaman untuk terbuka dan *confidentiality* atau kerahasiaan diri mereka dipastikan terjaga oleh pelatih. Masukan yang diberikan kepada pengelola program juga merupakan sesuatu yang bermanfaat dan harapannya dapat ditindaklanjuti baik dari sisi pendekatan terhadap klien dan pengelolaan program. *Relapse prevention* dapat meningkatkan *self-efficacy* pada kemampuan melatih *coping* yang efektif dalam menghadapi situasi resiko tinggi pemicu relapse [6].

## CONCLUSIONS

Kegiatan pelatihan *relapse prevention* (pencegahan kekambuhan) kepada klien dalam paska rehabilitasi kecanduan narkoba yang dilaksanakan selama sepuluh kali pertemuan ini telah menjawab kebutuhan klien untuk peningkatan pemahaman klien akan dunia adiksi dan masalah yang terkait yang bermanfaat untuk menguatkan kemampuan klien dalam menjaga pemulihannya dari adiksi narkoba. Pelatihan ini juga memberikan informasi untuk menjadi masukan kepada lembaga dalam pendekatan kepada klien dan pengelolaan program paska rehabilitasi kecanduan narkoba.

## ACKNOWLEDGMENT

Terima kasih secara khusus kepada Indra Siregar yang telah membantu dalam proses pengabdian masyarakat ini.

## REFERENCES

- [1] United Nations Office on Drugs and Crime, "World Drug Report 2019: 35 million people worldwide suffer from drug use disorders while only 1 in 7 people receive treatment," *United Nations Information Service*, 2019. [Online]. Available: [https://www.unodc.org/unodc/en/frontpage/2019/June/world-drug-report-2019\\_-35-million-people-worldwide-suffer-from-drug-use-disorders-while-only-1-in-7-people-receive-treatment.html](https://www.unodc.org/unodc/en/frontpage/2019/June/world-drug-report-2019_-35-million-people-worldwide-suffer-from-drug-use-disorders-while-only-1-in-7-people-receive-treatment.html). [Accessed: 01-Jun-2020].
- [2] Badan Narkotika Nasional, "Press Release Akhir Tahun," 20-Dec-2019. [Online]. Available: <https://bnn.go.id/konten/unggah/2019/12/DRAFT-LAMPIRAN-PRESS-RELEASE-AKHIR-TAHUN-2019-1-.pdf>. [Accessed: 01-Jun-2020].
- [3] Dewantoro, "BNN Sebut 256.000 Warga Sumatera Utara Terpapar Narkoba," 21-May-2019. [Online]. Available: <https://regional.kompas.com/read/2019/05/21/1714041>

1/bnn-sebut-256000-warga-sumatera-utara-terpapar-narkoba. [Accessed: 01-Jun-2020].

- [4] Kementerian Kesehatan, *Pedoman layanan terapi dan rehabilitasi komprehensif pada penggunaan Napza berbasis rumah sakit*. Jakarta: Direktorat Bina Pelayanan Kesehatan Jiwa, Direktorat Jenderal Bina Pelayanan Medik Kementerian kesehatan RI., 2010.
- [5] P. S. Tahulending, "Layanan Rehabilitasi Pemulihan Kecanduan Narkotika," 05-Jul-2019. [Online]. Available: <https://nasional.sindonews.com/berita/1417636/18/layanan-rehabilitasi-pemulihan-kecanduan-narkotika>. [Accessed: 01-Jun-2020].
- [6] D. & K. Budningsih, "Efektifitas Relapse Prevention Therapy Terhadap Peningkatan Self Efficacy Dalam Menghadapi Situasi Resiko Tinggi Pemicu Relapse Pada Pasien Terapi Metadon," *Psikol. UNPAD*, vol. 2011, 2012.

## AUTHOR(S) BIOGRAPHY



### Frans Judea Samosir

Seorang dosen, trainer, konselor yang bergerak dalam bidang kesehatan masyarakat khususnya dalam isu adiksi narkoba, HIV, kesehatan mental, keberagaman seksual dan spiritualitas. Beliau juga telah menerbitkan satu buku berkisah tentang perbedaan budaya selama kuliah di luar negeri bersama rekannya dengan judul Taiwan dan Amerika: Cerita si Anak Medan di Negeri Asing.