

GAMBARAN COPING FLEXIBILITY PADA KLIEN REHABILITASI NAPZA

Cucu Rokayah*, Susilawati, Inggrid Dirgahayu

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana, Jl. Soekarno-Hatta No.75, Cipadung Kidul, Panyileukan, Bandung, Jawa Barat 40614, Indonesia

**cucu.rokayah@bku.ac.id*

ABSTRAK

Masalah penyalahgunaan NAPZA menjadi sangat penting karena dapat menimbulkan masalah pada kesehatan fisik, psikologis dan fungsi sosial. Coping flexibility berperan penting dalam mengatasi masalah bagi klien rehabilitasi NAPZA karena apabila klien dalam mengatasi permasalahannya menggunakan strategi koping yang tidak sesuai dan tidak efisien, maka permasalahan yang dihadapinya tidak kunjung membaik dan justru akan semakin memburuk. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran coping flexibility pada klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian sebanyak 180 klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung dengan pengambilan sampel menggunakan teknik consecutive sampling berjumlah 125 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner coping flexibility dengan analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping flexibility pada klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung termasuk dalam kategori sedang yaitu 90 responden (72%). Hal ini sesuai karakteristik individu yang memiliki coping flexibility sedang yaitu, dapat merencanakan pemecahan masalah tapi kurang bisa menentukan strategi koping yang sesuai dengan situasi permasalahan. Kedua, mampu mengidentifikasi penyebab permasalahan. Ketiga, merasa ragu atas keberhasilan solusi atau strategi koping yang digunakan untuk mengatasi permasalahan yang dialami individu. Berdasarkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa gambaran coping flexibility pada klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung dalam kategori sedang yaitu 90 responden (72%). Saran berdasarkan hasil penelitian yaitu memberikan intervensi untuk meningkatkan coping flexibility dengan cara psikoterapi kepada klien rehabilitasi NAPZA supaya mampu dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan.

Kata kunci: coping flexibility; napza; rehabilitasi

DESCRIPTION OF COPING FLEXIBILITY IN DRUG REHABILITATION CLIENTS

ABSTRACT

The problem of drug abuse is very important because it can cause problems in physical health, psychology and social functioning. Coping flexibility plays an important role in overcoming problems for drug rehabilitation clients because if clients use coping strategies that are inappropriate and inefficient in dealing with their problems, the problems they face will not improve and will only get worse. The purpose of this study was to description of coping flexibility in drug rehabilitation clients at Class IIA Narcotics Correctional Institution Bandung. The method used in this research is descriptive quantitative. The population in this study were 180 clients of drug rehabilitation clients at Class IIA Narcotics Correctional Institution Bandung with 125 respondents taking consecutive samples. The data collection technique used a coping flexibility questionnaire with univariate analysis using a frequency distribution. The results showed that coping flexibility for drug rehabilitation clients at Class IIA Narcotics Correctional Institution Bandung was included in the moderate category, namely 90 respondents (72%). This is in accordance with the characteristics of individuals who have moderate coping flexibility, namely, being able to plan problem solving but are unable to determine coping strategies that are appropriate to the problem situation. Second, be able to identify the cause of the problem. Third, feeling doubtful about the success of the solution or coping strategy used to overcome the problems experienced by individuals. Based on the results of the study, it can be said that the description of coping flexibility in drug rehabilitation clients at Class IIA Narcotics Correctional Institution Bandung is in the moderate category, namely 90 respondents (72%). Suggestions based on research results are to provide interventions to increase coping flexibility by

means of psychotherapy for drug rehabilitation clients so they are able to deal with and solve problems.

Keywords: coping flexibility; drugs; rehabilitation

PENDAHULUAN

NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif Lainnya) merupakan zat yang apabila masuk ke dalam tubuh manusia dapat mempengaruhi tubuh terutama pada otak/sistem saraf pusat, sehingga menimbulkan gangguan kesehatan fisik, psikis, dan sosial akibat dari kebiasaan, ketagihan (adiksi) serta ketergantungan (dependensi) (Anwar et al., 2022). NAPZA merupakan obat yang digunakan untuk mengobati penyakit, namun jika disalahgunakan dapat menyebabkan kematian dan lambat laun mengancam jiwa (Fatimah & Ghazali, 2019). Penyalahgunaan NAPZA telah lama menjadi masalah serius yang dihadapi banyak negara di dunia (Paramata & Latjompoh, 2022) United Nations Office on Drugs and World Drug Report Crime (2018), sekitar 269 juta orang atau 5,4 % dari populasi berusia 15-64 tahun di seluruh dunia menggunakan NAPZA. Di Asia pada tahun 2018 prevalensi pengguna NAPZA sebanyak 80 juta orang (UNODC, 2021). Di Indonesia, hasil survei penyalahgunaan NAPZA oleh Badan Narkotika Nasional tahun 2021 menunjukkan angka prevalensi sebesar 1,95%, artinya 195 dari 10.000 penduduk usia 15-64 tahun pernah menggunakan NAPZA dalam satu tahun terakhir (BNN, 2022). Jumlah Kasus NAPZA di Bandung jumlahnya mencapai 279 orang dengan ini berada di urutan pertama untuk kasus dan pengguna NAPZA terbanyak, diikuti Depok dan Cianjur (BNNP JABAR, 2020).

Masalah penyalahgunaan NAPZA menjadi sangat penting karena dapat menimbulkan masalah pada kesehatan fisik, psikologis dan fungsi sosial (Fatimah & Ghazali, 2019). Rehabilitasi adalah cara terbaik untuk pulih dari kecanduan NAPZA, namun prosesnya panjang dan tidak mudah bagi penyalahguna NAPZA. Rehabilitasi bagi pengguna NAPZA bertujuan untuk membebaskan penyalahguna dari kecanduan NAPZA dan berbagai dampak negatif yang menyertainya. Keberhasilan atau kegagalan rehabilitasi yang dijalani penyalahguna NAPZA tergantung pada individu itu sendiri, termasuk seberapa baik individu mampu menanggulangi atau mengatasi permasalahan yang ada saat masa rehabilitasi. Cara unik individu untuk mengatasi permasalahan tersebut disebut dengan mekanisme koping (Shabrina, 2017). Mekanisme koping dapat dibagi menjadi dua yaitu problem focused coping dan emotion focused coping. Problem focused coping adalah upaya pemecahan masalah yang berfokus pada sumber stres dan berupaya kearah penyelesaian masalah. Tujuannya untuk menghilangkan atau mengendalikan sumber stres dengan melakukan tindakan proaktif sehubungan dengan situasi yang muncul dari sumber stres (Bakhtiar & Asriani, 2015). Emotional focused coping adalah upaya mengatasi stres dengan mengelola respons emosional untuk mengakomodasi dampak yang ditimbulkan oleh sesuatu yang dipersepsikan sebagai stres. Salah satu mekanisme koping yang termasuk pada problem focused coping yaitu coping flexibility (Nofiana, 2017).

Coping flexibility adalah kemampuan individu untuk menentukan dan menggunakan strategi koping yang sesuai dengan kondisi dan situasi masalah (Cheng et al., 2014). Coping flexibility berperan penting dalam mengatasi masalah bagi klien rehabilitasi NAPZA. Apabila klien menggunakan mekanisme koping yang tidak tepat dan tidak efektif dalam menyelesaikan permasalahannya, maka permasalahannya tidak akan membaik melainkan malah bertambah memburuk. Individu yang rendah kapasitasnya dalam mengidentifikasi dan menggunakan strategi koping yang sesuai dengan kondisi dan situasi permasalahan yang dihadapi selama pemulihan juga akan cenderung memiliki kapasitas yang rendah dalam keterampilan koping, kelangsungan hidup, dan adaptasi terhadap kondisi lingkungan tempat

rehabilitasi (lapas) cenderung membuat individu stres (Trilukmana, 2018). Sesuai dengan penelitian Rahat & İlhan (2016) yang menyatakan bahwa makna diri, dukungan sosial, gaya koping (coping style), dan resiliensi berperan penting dalam memprediksi adaptasi individu.

Coping flexibility memungkinkan individu menciptakan mekanisme koping yang lebih kontekstual dan fleksibel (Kato, 2012). Oleh karena itu, individu yang secara aktif menggunakan mekanisme koping secara fleksibel dan adaptif terhadap masalah yang menyebabkan stres, lebih besar kemungkinannya untuk berhasil dalam mengatasi masalah individu tersebut (Cheng et al., 2014). Hal ini juga berarti bahwa individu yang menggunakan keterampilan coping flexibility pada saat menyelesaikan permasalahannya adalah individu yang memiliki keterampilan menyelesaikan masalah (coping skill) yang baik (Sun et al., 2015). Ketika seseorang memiliki coping flexibility yang tinggi, maka ia akan mampu mengatasi berbagai permasalahan dalam hidupnya, termasuk yang menyulitkannya dalam adaptasi. Jadi, dengan kemampuan coping flexibility yang dimiliki individu, membuatnya dapat yakin bahwa dirinya mampu atau bisa berhasil mengatasi permasalahan yang dihadapinya secara efisien (Noer et al., 2019).

Temuan studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan peneliti di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung (Lapas khusus laki-laki) didapatkan 10 klien rehabilitasi berjenis kelamin laki-laki dan rentang usia 21-51 tahun di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung menunjukkan bahwa 8 klien mengatakan jika ada permasalahan klien mengatasinya dengan sendiri dan mencari solusinya tapi tidak menyiapkan beberapa solusi alternatif untuk memecahkan masalah, mengalami kesulitan untuk mengidentifikasi penyebab masalah, mencari jalan keluar dan kesulitan mengambil keputusan terkait solusi yang akan digunakan untuk mengatasi permasalahan. Alasannya karena klien memilih menyelesaikan masalah sendiri dengan merenung, menyendiri dan memendam permasalahannya. Selanjutnya, 4 klien mengatakan kurang yakin dapat menyelesaikan rehabilitasinya karena rehabilitasi membutuhkan waktu yang lama dan prosesnya yang rumit atau sulit sehingga hal ini tidak mudah bagi dirinya. Sebanyak 4 klien mengatakan pernah mengalami putus asa saat mengikuti rehabilitasi karena merasa sulit dalam beradaptasi. Mengacu pada fakta-fakta yang telah dijelaskan diatas, coping flexibility merupakan faktor yang berperan penting dalam masa pemulihan penyalahgunaan NAPZA untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya saat menjalani rehabilitasi. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini yaitu meneliti mengenai gambaran coping flexibility pada klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian sebanyak 180 klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung dengan pengambilan sampel menggunakan teknik consecutive sampling berjumlah 125 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner coping flexibility yang sudah baku dengan analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi *Coping Flexibility* Klien Rehabilitasi NAPZA

<i>Coping Flexibility</i>	f	%
Rendah	28	22,4
Sedang	90	72
Tinggi	7	5,6

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa 90 responden (72%) memiliki *coping flexibility* yang sedang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa 28 responden (22,4%) memiliki coping flexibility yang rendah, 90 responden (72%) memiliki coping flexibility yang sedang dan 7 responden (5,6%) memiliki coping flexibility yang tinggi. Teori coping flexibility yang dikembangkan oleh Cheng et al., (2014) mendefinisikan coping flexibility sebagai kemampuan individu dalam menentukan dan menggunakan strategi koping yang sesuai dengan kondisi dan situasi masalah. Kemampuan seseorang untuk memodifikasi strategi koping seseorang secara adaptif untuk memenuhi tuntutan situasi stres yang berbeda. Oleh karena itu, ketika secara psikologis dan fisik merespons stresor, coping flexibility yang lebih kaya cenderung menghasilkan hasil yang lebih adaptif (Cheng et al., 2014). Coping flexibility mengacu pada kemampuan seseorang untuk memodifikasi strategi kopingnya agar lebih efektif dan adaptif terhadap tuntutan situasi stres. Berkat kemampuan coping flexibility, individu akan mampu mengembangkan strategi adaptif yang lebih sesuai dengan situasi dan lebih fleksibel (Kato, 2012).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 28 responden (22,4%) memiliki coping flexibility yang rendah. Hal ini dapat terjadi karena pada penelitian ini beberapa responden jika ada masalah tidak memperdulikan masalah karena menganggap ini merupakan cara yang tepat untuk memperbaiki keadaannya, tidak memahami kelemahan diri sendiri membuat permasalahannya tidak kunjung membaik dan merasa putus asa untuk menyelesaikannya. Hal sesuai dengan karakteristik individu yang memiliki coping flexibility rendah diantaranya tidak berusaha mencari dukungan sosial, tidak mampu merencanakan penyelesaian masalah, dan tidak mampu mengatasi situasi sulit (Kadili, 2018), tidak mampu menentukan strategi koping dan menerapkannya, kurang bisa beradaptasi jika ada permasalahan dan jika ada masalah merasa stress, tertekan bahkan merasa putus asa untuk menyelesaikannya (Cheng et al., 2014). Dampak coping flexibility yang rendah dapat menyebabkan peningkatan gejala depresi setelah terjadinya peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, adanya pengurangan kualitas hidup dan meningkatkan keparahan gejala kecemasan (Zong et al., 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 90 responden (71,8%) memiliki coping flexibility yang sedang. Hal ini disebabkan karena responden ketika dihadapkan dengan permasalahan, mampu mengenali penyebab dari masalah dan selalu berusaha menemukan alternatif solusinya tanpa memikirkan keberhasilannya bahkan ada juga yang meragukan alternatif solusi yang akan digunakan untuk mengatasi masalah. Ini sesuai dengan pernyataan Mas'udah (2014) menyatakan karakteristik individu yang memiliki coping flexibility sedang yaitu, dapat merencanakan pemecahan masalah tapi kurang bisa menentukan strategi koping yang sesuai dengan situasi permasalahan. Kedua, mampu mengidentifikasi penyebab permasalahan. Ketiga, merasa ragu atas keberhasilan solusi atau strategi koping yang digunakan untuk mengatasi permasalahan yang dialami individu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 7 responden (5,6%) memiliki coping flexibility yang tinggi. Hal ini dapat terjadi karena pada penelitian ini beberapa responden saat dihadapkan dengan masalah merasa yakin bahwa alternatif solusi yang akan digunakan merupakan solusi yang tepat dan percaya bahwa saya dapat mengatasi permasalahan hingga tuntas. Hasil penelitian sesuai dengan karakteristik individu yang memiliki coping flexibility tinggi yaitu yang pertama, memiliki usaha untuk mencari dukungan sosial dan yakin bisa strategi yang digunakan dapat mengatasi permasalahan. Kedua, dapat merencanakan pemecahan masalah

dengan beberapa solusi alternatif (Kadili, 2018). Ketiga, mempunyai kemampuan kuat mengubah keadaan dan berani mengambil risiko untuk menyelesaikan permasalahan. Keempat, individu bisa mengidentifikasi dan menggunakan strategi coping yang sesuai dengan kondisi situasi permasalahannya (Cheng et al., 2014). Kelima, individu dapat melakukan kontrol yang baik pada saat ada permasalahan di seluruh situasi dan dapat reevaluasi masalah yang dihadapi, sehingga individu tersebut dapat beradaptasi dengan cara baru yang sesuai dengan situasi yang dihadapinya (Santosa & Setyawan, 2014).

Memiliki coping flexibility yang tinggi dapat memberikan beberapa manfaat/dampak, pertama mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam mengelola berbagai masalah dan tantangan hidup. Kedua, dapat mengurangi disfungsi psikologis dan fisik yang disebabkan oleh respons stres. Ketiga, memiliki kemampuan resiliensi dan kinerja yang baik (Trilukmana, 2018). Keempat, memiliki risiko gejala depresi yang lebih rendah (Setyawan, 2020). Kelima, persepsi kontrol yang lebih baik dan kemampuan kontrol yang objektif dari stressor (Saputra et al., 2021). Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan 90 responden (72%) memiliki coping flexibility yang sedang. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Trilukmana (2018) yang menyatakan bahwa mayoritas responden memiliki coping flexibility yang tinggi yaitu terdapat 208 (53%) narapidana, sehingga dapat diartikan bahwa dari keseluruhan subjek mayoritas subjek telah memiliki kemampuan coping flexibility yang baik dalam mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapinya selama menjalani masa pembinaan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi coping flexibility diantaranya yang pertama yaitu usia. Hasil penelitian menunjukkan 49 responden (39,2%) dengan rentang usia 26-45 (masa dewasa awal-akhir) paling banyak memiliki coping flexibility dalam kategori sedang. Hal ini disebabkan karena responden mampu mengenali penyebab dari masalah dan selalu berusaha menemukan alternatif solusinya tanpa memikirkan keberhasilannya bahkan ada juga yang meragukan alternatif solusi yang akan digunakan untuk mengatasi masalah. Hal ini sesuai dengan penelitian Sihombing (2019) yang menyatakan bahwa golongan usia dewasa lebih banyak mengalami depresi karena banyaknya masalah dan dimana tugas – tugas perkembangan penting terjadi pada usia tersebut. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan pernyataan dari Ebrahimi et al., (2021) yang menyatakan bahwa orang dewasa atau yang lebih tua cenderung memiliki tingkat coping flexibility yang lebih tinggi daripada remaja. Selain itu, juga tidak sesuai dengan teori Perry (dalam Setyawan, 2020), yang memperhatikan perubahan signifikan dalam cara berpikir orang dewasa muda dibandingkan dengan remaja. Remaja sering memandang dunia dalam istilah dualistik dengan model dasar yang terpolarisasi, seperti baik/jahat, kita/mereka, atau benar/salah. Setelah mencapai usia dewasa, dari pemikiran dualistik remaja ini akan beralih ke pemikiran multifaset. Individu juga mulai memperluas cakupan pemikiran individualistisnya dan mulai percaya bahwa setiap orang mempunyai pendapat dan apapun pendapatnya, sama baiknya dengan pendapat orang lain

Kedua, jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan responden dengan jenis kelamin laki-laki. Strategi coping yang digunakan laki-laki cenderung menggunakan problem focused coping salah satunya coping flexibility. Laki-laki cenderung menggunakan hubungan atau logika, terlebih lagi mereka terkadang kurang emosional maka dari itu lebih memilih menyelesaikan masalah atau menghadapi stressor secara langsung (Purnomo, 2014). Pada perempuan lebih cenderung menggunakan emotion focused coping karena perempuan lebih cenderung emosional dan jarang menggunakan logika, sehingga menyebabkan mereka harus menyesuaikan diri dalam mengatur emosi ketika dihadapkan pada stressor (Purnomo, 2014).

Hal ini sejalan dengan Ryan (2013) dalam penelitiannya pada mahasiswa, melaporkan bahwa perempuan cenderung lebih menggunakan emotion focused coping dibanding laki-laki yang menggunakan problem focused coping.

Ketiga, tingkat pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan 42 responden (33,6%) dengan tingkat pendidikan SMA/ sederajat paling banyak memiliki coping flexibility dalam kategori sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan Alamdani & Nuarini (2016), yaitu individu dengan tingkat pendidikan tinggi memiliki tingkat stress tinggi karena dipengaruhi oleh berbagai faktor pola pikir, kepribadian, keyakinan, dorongan status sosial dan budaya. Sehingga, faktor inilah yang membuat individu kesulitan untuk menentukan dan menerapkan strategi koping saat menghadapi masalah. Hasil penelitian tidak sesuai dengan pernyataan (Mintari & Widyarini (2013), yaitu tingkat pendidikan terkait dengan pemilihan strategi koping dan menyiapkan berbagai alternatif solusi untuk memecahkan masalah. Individu yang mempunyai tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan memiliki tingkat kompleksitas kognitif yang lebih tinggi dan sebaliknya. Kepercayaan diri, pemikiran rasional dan penilaian masalah merupakan hasil kognitif yang diperoleh individu selama mengikuti proses pendidikan. Strategi koping yang lebih berfokus pada masalah cenderung lebih banyak digunakan oleh individu yang mempunyai pendidikan lebih tinggi karena menilai segala sesuatu secara realistis dan menyikapinya dengan lebih positif dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah.

Keempat, status pernikahan. Hasil penelitian menunjukkan 45 responden (36%) dengan status menikah paling banyak memiliki coping flexibility dalam kategori rendah. Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan (Septiyani, 2017), yaitu individu yang menikah dapat memiliki coping flexibility dalam kategori sedang karena jenis masalah yang dihadapi pasangan dapat mempengaruhi strategi koping mereka. Adapun faktornya seperti kesulitan keuangan, beban peran dan tanggung jawab. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan teori Pragholapati (2020), yang menyatakan bahwa coping flexibility pada pasangan menikah memiliki keefektifan karena strategi koping yang digunakan dapat bervariasi tergantung pada situasi. Selain itu, pada klien rehabilitasi NAPZA didapatkan sebanyak 56 responden (44,8%) menggunakan NAPZA selama > 3 tahun dengan jenis NAPZA yang paling banyak digunakan adalah lainnya (sabu-sabu, tembakau sintetis, Amfetamin, obat-obatan (anti mabuk, CTM, tramadol, dextromethorphan), minuman keras, 5-Fluoro-ADB) dengan 53 responden (42,4%) dan banyak jenis NAPZA yang digunakan sebanyak 79 responden (63,2) memakai 1 jenis NAPZA ini memiliki coping flexibility dalam kategori sedang. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Rohman (2018) yaitu penyalahguna NAPZA cenderung memiliki coping flexibility yang sedang karena kemampuan mereka yang terbatas untuk beradaptasi dengan stressor.

Penggunaan NAPZA dapat berdampak pada coping flexibility. Zat aditif Khusus minuman keras (alkohol) dapat mengganggu fungsi kognitif dan kemampuan pengambilan keputusan. Hal ini dapat menghambat kemampuan individu untuk menilai dan merespons stress secara efektif, mengurangi keterampilan pemecahan masalah dan menghambat kemampuan individu untuk menghasilkan dan menerapkan strategi koping baru. Hal ini juga dapat membatasi kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan keadaan yang berubah dan menemukan solusi yang efektif untuk stressor. Minuman keras dapat berkontribusi pada ketekunan strategi koping yang tidak efektif, di mana individu terus menggunakan mekanisme koping yang sama bahkan ketika tidak efektif. Penting bagi individu untuk menyadari efek potensial ini dan mencari mekanisme koping yang lebih sehat saat menghadapi stress dan situasi yang menantang (Kato, 2021).

Penting untuk dicatat bahwa dampak NAPZA pada coping flexibility dapat bervariasi tergantung pada faktor-faktor seperti dosis, frekuensi penggunaan, dan perbedaan individu. Oleh karena itu, efek NAPZA pada coping flexibility mungkin berbeda pada setiap orang dan berbagai jenis NAPZA memiliki efek berbeda pada tubuh dan pikiran (Kato, 2015). Ada juga kemungkinan bahwa beberapa jenis NAPZA mungkin memiliki dampak yang lebih besar pada coping flexibility daripada yang lain, tetapi penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menentukan hal ini. Selanjutnya, ada beberapa alasan yang mendorong seseorang untuk menggunakan NAPZA adalah ingin mencoba, bersenang-senang, konflik keluarga, diajak atau dibujuk teman, stres akibat beban kerja/belajar, dilingkungan tempat tinggal banyak yang menggunakan NAPZA, faktor ekonomi, dan hubungan kurang harmonis (Hastiana et al., 2020). Hasil penelitian menunjukkan paling banyak responden menjawab ingin mencoba untuk alasan menggunakan NAPZA yaitu 28 responden (22,6%). Hal ini sejalan dengan pernyataan Ridwan, (2018), yang menyatakan bahwa rasa ingin tahu sering menggiring seseorang untuk menggunakan NAPZA, karena ingin mencoba menemukan jati dirinya untuk menunjukkan bahwa dirinya mampu menyelesaikan masalahnya sendiri dan memahami makna hakikat hidup, tanpa mengetahui akibat dari penyalahgunaan NAPZA.

Penyalahgunaan NAPZA dapat berdampak signifikan pada kemampuan individu untuk mengatasi stres dan tantangan lainnya. Penyalahgunaan zat menurut Elpandi (2019) dapat berdampak buruk terhadap biologis dan psikologis seperti gangguan fungsi otak dan perkembangan otak berubah, diawali dengan perubahan daya ingat, perhatian, kognisi, emosi dan motivasi. adiksi dan dependensi, overdosis, gangguan mental dan kerusakan organ tubuh, misalnya ginjal, jantung, hati, paru-paru, lambung, gangguan reproduksi dan lain-lain. Terjadinya perubahan lifestyle dan nilai agama, sosial dan budaya. Misalnya maksiat, perilaku asusila, asosial bahkan sampai anti sosial. Selanjutnya, HIV/AIDS, arteritis, hepatitis B dan C serta TBC dapat disebabkan oleh jarum suntik yang tidak steril. NAPZA juga dapat menyebabkan gangguan kepribadian narsistik, gangguan histrionik dan lainnya. Kerja lamban dan ceroboh. Selalu tegang dan gelisah. Hilangnya kepercayaan diri, paranoid, apatis, dan delusi. Provokatif, kasar dan bertindak brutal. Konsentrasi buruk, lekas marah dan depresi. Cenderung menyakiti diri, kecemasan dan bahkan bunuh diri.

Selain berdampak buruk bagi biologis dan psikologis, Elpandi (2019), juga mengemukakan dampak buruk penyalahgunaan NAPZA bagi lingkungan yaitu sebagai berikut yaitu bagi kehidupan keluarga dan rumah tangga seperti tidak adanya tanggung jawab menafkahi anak dan istri. Pengeluaran keuangan meningkat untuk keperluan membeli NAPZA dan pengobatannya. Perilaku pengguna NAPZA seperti berbohong, kasar, mencuri, menipu, tidak bertanggung jawab, tidak peduli bahkan menyakiti hati orang tua dan mempermalukan keluarganya. Hubungan keluarga menjadi kurang harmonis karena sering terjadi kekerasan dalam rumah tangga. Selanjutnya, bagi kehidupan bermasyarakat seperti meningkatnya kejahatan, perampokan, kekerasan dan pencurian di masyarakat. Dikucilkan dari masyarakat dan menjadi bahan pembicaraan masyarakat. Terbentuk kelompok preman sebagai lapisan masyarakat yang hidupnya tidak produktif dan ketergantungan terhadap NAPZA serta menjadi pengedar.

Terakhir, bagi kehidupan bangsa dan negara seperti mafia pengedar NAPZA selalu mencari cari untuk memasok NAPZA. Terjadilah hubungan antara bandar dengan pengedar atau pengguna dengan pengedar, sehingga terbentuklah pasar gelap. Masyarakat yang rentan terhadap penggunaan dan peredaran NAPZA menjadi lebih tangguh, sehingga mengganggu pembangunan berkelanjutan dan negara menderita kerugian akibat masyarakat yang tidak produktif dan tingkat kejahatan yang tinggi. Dampak penyalahgunaan NAPZA dapat

menyebabkan rendahnya coping flexibility. Selain itu, penggunaan NAPZA dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan dampak biologis, psikologis dan lingkungan yang nantinya dapat menyebabkan bingung/sulit dalam pengambilan keputusan, kontrol impuls, dan pengaturan emosi. Dampak ini dapat mempersulit individu untuk beradaptasi dengan situasi baru dan dapat membatasi kemampuan individu untuk mengatasi masalah dengan cara yang sehat (Caparrós & Masferrer, 2021).

Coping flexibility mengacu pada kemampuan individu untuk menyesuaikan strategi coping mereka sebagai respons terhadap keadaan yang berubah. Individu dengan coping flexibility dalam kategori rendah akan berjuang untuk beradaptasi dengan situasi baru dan mungkin bergantung pada strategi coping yang maladaptif, seperti penyalahgunaan zat untuk mengelola masalah dan tantangan lainnya. Meskipun mungkin tidak ada hubungan langsung antara kisaran respons kecanduan obat dan coping flexibility yang rendah, jelas bahwa ketergantungan NAPZA dapat berdampak negatif pada kemampuan individu untuk mengatasi masalah dan tantangan lainnya (Rohman, 2018). Rendahnya coping flexibility dapat menyebabkan seseorang mengalami kesulitan dalam menghadapi masalah dan stres yang mereka hadapi, sehingga mereka mencari cara untuk menghilangkan masalah melalui NAPZA sebagai cara untuk mengatasinya. Di sisi lain, strategi coping aktif (seperti pemecahan masalah dan mencari dukungan sosial) terbukti melindungi dari penyalahgunaan NAPZA dan kekambuhan. Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan coping flexibility yang lebih tinggi mungkin lebih kecil kemungkinannya untuk beralih ke NAPZA sebagai cara untuk mengatasi masalah (Zeng & Wei, 2023). Rehabilitasi untuk penyalahgunaan NAPZA seringkali melibatkan penanganan masalah mendasar ini dan membantu individu mengembangkan strategi coping yang lebih sehat (Rohman, 2018).

Rehabilitasi yang dilakukan oleh responden paling banyak 1 kali (>6 bulan) dengan 86 responden (68,8%) paling banyak responden, alasan mengikuti rehabilitasi paling banyak jawaban ingin pulih (sembuh dari ketergantungan NAPZA) dengan 83 responden (66,3%) dan faktor yang mempengaruhi keberhasilan responden mengikuti rehabilitasi dengan jawaban paling banyak yaitu niat dan kemampuan dengan 61 responden (48,8%) memiliki coping flexibility dalam kategori sedang. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Ebrahimi et al., (2021) yaitu secara khusus, semakin lama seseorang menghabiskan waktu dalam rehabilitasi, semakin besar kemungkinan bahwa mereka akan mengembangkan coping flexibility. Namun, berdasarkan informasi yang ada, dapat disimpulkan bahwa strategi coping penting bagi individu yang menjalani rehabilitasi, termasuk mereka yang telah menjalani rehabilitasi sebelumnya. Strategi coping dapat membantu individu mengatasi stres dan tantangan, yang umum terjadi selama proses rehabilitasi. Ada kemungkinan bahwa individu yang telah menjalani rehabilitasi sebelumnya mungkin telah mengembangkan strategi coping yang dapat membantu mereka selama rehabilitasi selanjutnya (Ebrahimi et al., 2021). Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menentukan hubungan spesifik antara jumlah/kali ke berapa mengikuti rehabilitasi, durasi rehabilitasi dikaitkan dengan coping flexibility.

Rehabilitasi adalah suatu bentuk pembinaan yang ditujukan untuk pengobatan atau pemulihan. Di lembaga pemasyarakatan rehabilitasi digunakan sebagai sarana bagi narapidana untuk memperoleh pengetahuan dan pelatihan keterampilan (Mubarak & Fernandes, 2021). Rehabilitasi adalah proses yang bertujuan untuk membantu individu pulih dari kondisi fisik, mental, atau emosional. Coping flexibility dijadikan sebagai acuan individu untuk beradaptasi dengan stress dan berubah dengan cara yang sehat (Rohman, 2018). Program rehabilitasi sering memberikan pendidikan dan pelatihan tentang strategi

koping yang dapat membantu individu mengelola stress dan beradaptasi dengan perubahan dengan cara yang sehat. Selain itu, program rehabilitasi seringkali melibatkan penetapan tujuan untuk pemulihan. Ini dapat membantu individu merasakan tujuan dan arah, yang dapat memotivasi dan membantu mereka mengembangkan pandangan yang lebih positif terhadap situasi mereka (Ramelan, 2020).

Selanjutnya, dapat membantu individu mengidentifikasi dan mengatasi masalah mendasar yang mungkin berkontribusi terhadap masalah. Misalnya, sebuah program dapat memberikan terapi untuk membantu individu mengatasi trauma masa lalu atau mengatasi masalah penyalahgunaan NAPZA dan dapat memberikan lingkungan yang mendukung di mana individu dapat berdiskusi dengan orang lain yang mengalami pengalaman serupa. Ini dapat membantu individu, sehingga merasa tidak terisolasi dan lebih termotivasi untuk menyelesaikan masalah (Rohman, 2018). Program rehabilitasi dapat membantu individu meningkatkan coping flexibility mereka dengan memberi dukungan dan sarana prasarana yang mereka butuhkan untuk beradaptasi dengan stress dan perubahan dengan cara yang sehat (Kato, 2021). Faktor yang mempengaruhi berhasil tidaknya penyalahguna NAPZA menjalani program rehabilitasi yaitu niat dan kemauan, kesadaran untuk berhenti menggunakan serta kontrol diri terhadap keinginan untuk kembali menggunakan NAPZA, sarana prasarana, dukungan keluarga dan dukungan pemerintah. Hal yang sesuai dengan hasil penelitian yaitu niat yang merupakan tekad dan bisa dijadikan sebagai modal penting bagi penyalahguna dalam menjalani masa rehabilitasi. Selain itu, hal ini dapat mempengaruhi tingkah laku penyalahguna NAPZA selama menjalani masa rehabilitasi (Miswanto & Tarya, 2017).

Menggunakan coping flexibility dalam mengatasi permasalahan dapat melindungi dari penyalahgunaan NAPZA dan kekambuhan (relapse) pada klien rehabilitasi NAPZA (Zeng & Wei, 2023). Oleh karena itu, sangat penting untuk meningkatkan coping flexibility agar seseorang dapat menghadapi masalah dan stress tanpa menggunakan NAPZA yang dapat berdampak negatif pada kemampuan individu untuk mengatasi masalah. Hasil penelitian pada klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung menunjukkan coping flexibility dalam kategori sedang. Sehingga perlu dilakukan intervensi atau terapi untuk meningkatkan coping flexibility dengan cara terapi psikoterapi.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa gambaran coping flexibility pada klien rehabilitasi NAPZA di Lapas Narkotika Kelas IIA Bandung dalam kategori sedang yaitu 90 responden (72%).

DAFTAR PUSTAKA

- Alamdani, B. L. M., & Nuarini, T. (2016). Stres Sedang dan Strategi Koping Adaptif yang Dialami Pelaku Rawat Informal dalam Perawatan Paliatif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(1), 62–69.
- Anwar, Y., Purwiningsih, S., Anggreyni, M., HR, F. A., Mahardany, B. O., Nasir, A., Mua, E. L., Aryani, N. P., Rufaindah, E., Supradi, R. F., Sekeon, R. A., & Fitriyani, D. (2022). Kesehatan Perempuan dan Perencanaan Keluarga. *Media Sains Indonesia*. https://www.google.co.id/books/edition/Kesehatan_Perempuan_dan_Perencanaan_Kelu/aJCWEAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Bakhtiar, M. I., & Asriani, D. (2015). Effectiveness Strategy of Problem Focused Coping and Emotion Focused Coping in Improving Stress Management Student of Sma Negeri 1

- Barru. GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling, 5(2), 69–82.
- BNN. (2022). Survei Nasional Penyalahgunaan Narkoba Tahun 2021. Pusat Penelitian, Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- BNNP JABAR. (2020). Rencana Program Kerja Menengah Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Barat Tahun 2020=2024. Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Barat.
- Caparrós, B., & Masferrer, L. (2021). Coping Strategies and Complicated Grief in a Substance Use Disorder Sample. *Frontiers in Psychology*, 11(January), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.624065>
- Cheng, C., Lau, H. P. B., & Chan, M. P. S. (2014). Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes: a meta-analytic review. *Psychological Bulletin*. <https://psycnet.apa.org/journals/bul/140/6/1582.html?uid=2014-37733-001>
- Ebrahimi, O. V, Cheng, C., & Wang, H. (2021). Adjustment to a “new normal:” Coping flexibility and mental health issues during the COVID-19 pandemic. In *Frontiers in psychiatry* (pp. 1–10). [frontiersin.org. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626197](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626197)
- Elpandi, T. (2019). Dampak Penyalahgunaan Narkoba Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat. *Jurnal Skala Kesehatan*, 5(1), 1–9.
- Fatimah, K., & Ghozali. (2019). Hubungan Efikasi Diri dan Harga Diri dengan Motivasi Pemulihan Klien di Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(1), 6–12. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/397>
- Hastiana, Syarifuddin Yusuf, & Henni Kumaladewi Hengky. (2020). Analisis Faktor Penyalahgunaan Narkoba Bagi Narapidana Di Rutan Kelas Iib Sidrap. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(3), 375–385. <https://doi.org/10.31850/makes.v3i3.327>
- Kadili, N. D. (2018). Kecerdasan emosional dan Problem Focus Coping Pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. Universitas Sanata Dharma.
- Kato, T. (2012). Development of the Coping Flexibility Scale: evidence for the coping flexibility hypothesis. In *Journal of counseling psychology*. [doi.apa.org. https://doi.org/10.1037/a0027770](https://doi.org/10.1037/a0027770)
- Kato, T. (2015). Impact of coping with interpersonal stress on the risk of depression in a Japanese sample: A focus on reassessing coping. In *SpringerPlus*. Springer. <https://doi.org/10.1186/s40064-015-1111-7>
- Kato, Tsukasa. (2021). Coping with stress, executive functions, and depressive symptoms: Focusing on flexible responses to stress. *Journal of Clinical Medicine*, 10(14), 1–10. <https://doi.org/10.3390/jcm10143122>
- Mintari, T. P., & Widyarini, N. (2013). Gambaran strategi coping pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). *Journal UMJ*, 19(8), 159–167. *bisnis ritel - ekonomi*
- Miswanto, M., & Tarya, T. (2017). Implementasi Program Rehabilitasi Narkoba Berbasis Masyarakat di Pusat Rehabilitasi Narkoba ar-Rahman Tegal Binangun Palembang. *Intizar*, 23(1), 113. <https://doi.org/10.19109/intizar.v23i1.1272>
- Mubarak, N. A., & Fernandes, H. (2021). Jenis-Jenis Dan Penerapan Program Rehabilitasi Terhadap Narapidana Kasus Narkoba Pada Lembaga Pemasyarakatan Khusus Narkotika Di Indonesia. *Journal of Correctional Issues*, 4(2), 172–182. <https://journal.poltekip.ac.id>

- Noer, R. M., Fitriana, L., & Agusthia, M. (2019). Relationship Strategy Coping with Self-Efficacy Drugs in the Period of Rehabilitation at Batam BNN Rehabilitation. *IJECA (International Journal of Education and Curriculum Application)*, 2(3), 24. <https://doi.org/10.31764/ijeca.v2i3.2099>
- Nofiana, D. (2017). Gambaran Mekanisme Koping Dan Kemampuan Adaptasi Pada Santri Di Pesantren Al-Ikhlas Desa Majapura Kecamatan Bobotsari.
- Paramata, D. D., & Latjompoh, M. (2022). Edukasi Bahaya Narkoba Bagi Masyarakat Desa Tolongio Kecamatan Anggrek Kabupaten Gorontalo Utara. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 11(2), 413–420. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37905/sibermas.v11i2.12162>
- Pragholapati, A. (2020). Coping Strategies for Someone Divorced. *Sec. Educational Psychology*, 1(1), 1–6.
- Purnomo, N. A. S. (2014). Resiliensi Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(2), 245–257.
- Rahat, E., & İlhan, T. (2016). Coping styles, social support, relational self- construal, and resilience in predicting students' adjustment to university life. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 16(1), 187–208. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.1.0058>
- Ramelan, R. (2020). Peran Agama Terhadap Religiusitas Dan Coping Stres Pada Perempuan Korban Traffickng di Balai Rehabilitasi Sosial Watunas Mulya Jaya Jakarta. *Journal SHJ*, 6(11), 5–24.
- Ridwan. (2018). Penyalahgunaan Narkoba oleh Remaja dalam Perspektif Sosiologi. *Jurnal Madaniyah*, 8(2), 243–261. <https://www.neliti.com/publications/502387/penyalahgunaan-narkoba-oleh-remaja-dalam-perspektif-sosiologi>
- Rohman, A. (2018). Dinamika Coping Stress Pada Narapidana Pengguna Narkoba Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang. *Energies*, 6(1), 1–8. <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1120700020921110%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.reuma.2018.06.001%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.arth.2018.03.044%0Ahttps://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1063458420300078?token=C039B8B13922A2079230DC9AF11A333E295FCD8>
- Ryan, K. (2013). How Problem Focused and Emotion Focused Coping affects College Students ' Perceived Stress and Life Satisfaction. Bachelor Thesis, 1(1), 1–46.
- Saputra, I. G. N. W. H., Ayu, I., & Pidada, I. (2021). Travelling sebagai coping stress bagi generasi milenial. *Kinerja*, 18(2), 2021–2260. <http://journal.feb.unmul.ac.id/index.php/KINERJA>
- Septiyani, R. (2017). Strategi Coping Stres Pada Remaja Menikah Dini Di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten Coping Stress Strategy for Teenagers Which Early Marriage in. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(4), 398–411.
- Setyawan, I. (2020). Peran fleksibilitas kognitif pada pemaafan mahasiswa. *Jurnal Nathiqiyah*, 3(2), 1–12.
- Shabrina, T. (2017). Strategi Coping Klien Muslimah Yang Yayasan Rehabilitasi Narkoba Hidayah Foundation Palembang Yayasan Rehabilitasi Narkoba Hidayah Foundation Palembang. *Jurnal Raden Fatah*, 1(1), 1–15.
- Sihombing, S. J. (2019). Gambaran Coping Skill Wanita Usia Dewasa Awal Dari Universitas

- Negeri Dalam Mengelola Depresi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 8(1), 62–70.
- Sun, P., Cheng, C., & Mak, K. K. (2015). Internet addiction and psychosocial maladjustment: Avoidant coping and coping inflexibility as psychological mechanisms. *Cyberpsychology, Behavior, and Social*. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0121>
- Trilukmana, I. (2018). Hubungan Coping Flexibility dengan Resiliensi pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Malang [Universitas Muhammadiyah Malang].
https://www.fairportlibrary.org/images/files/RenovationProject/Concept_cost_estimate_accepted_031914.pdf
- UNODC United Nations Office on Drugs and World Drug Report Crime. (2018). Executive Summary and Policy Implications Booklet I. United Nations Publication. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/00909887909365203>
- UNODC United Nations Office on Drugs and World Drug Report Crime. (2021). World Drug Report: Executive Summary Policy Brief - Bloco 1.
- Zeng, X., & Wei, B. (2023). The relationship between the psychological capital of male individuals with drug abuse and relapse tendency: A moderated mediation model. *Current Psychology*, 42(12), 10334–10343. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02325-y>
- Zong, J. G., Cao, X. Y., Cao, Y., Shi, Y. F., & ... (2010). Coping flexibility in college students with depressive symptoms. In *Health and quality of life outcomes*. [hql.o.biomedcentral.com. https://doi.org/10.1186/1477-7525-8-66](https://doi.org/10.1186/1477-7525-8-66)