

## **Pola Resiliensi Mental dan Perilaku Penyalahgunaan Narkoba di Kalangan Remaja**

**<sup>1</sup>Kimmy Kaynuta 2143500847**

**<sup>1</sup>Program Studi Kriminologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Studi Global  
Universitas Budi Luhur, Jakarta  
Email: <sup>1</sup>kimmykaynuta@gmail.com**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini mengkaji pola resiliensi mental dan perilaku remaja pengguna narkoba melalui pendekatan kualitatif. Dukungan positif dari keluarga dan teman, serta kesadaran internal akan bahaya narkoba dan keinginan untuk berubah, menjadi kunci utama bagi remaja untuk bangkit dan pulih. Faktor eksternal seperti lingkungan pertemanan yang sehat dan peluang baru juga sangat membantu proses pemulihan mereka. Studi ini juga menyoroti peran penting berbagai pihak. Kepolisian terus beradaptasi dengan kejahatan narkoba yang canggih, membedakan penanganan antara pengguna yang direhabilitasi dan pengedar yang diproses hukum. Lembaga rehabilitasi juga menawarkan program holistik yang berfokus pada pemulihan karakter dan reintegrasi sosial, seringkali mengatasi akar masalah dari keluarga. Dinas perlindungan anak turut berperan dalam penyuluhan, meskipun dengan sumber daya terbatas.

**Kata Kunci:** *Resiliensi Mental, Perilaku, Remaja, Penyalahgunaan Narkoba, Rehabilitasi, Dukungan Sosial.*

### **ABSTRACT**

This qualitative study examines the patterns of mental resilience and behavior in adolescent drug users. It reveals that adolescents ability to recover and adapt largely depends on social support, self-awareness, and coping strategies. Positive support from family and friends, are key factors for their recovery. External factors like healthy peer environments and new opportunities also significantly aid their rehabilitation process. The study further highlights the crucial roles of various stakeholders. Law enforcement continuously adapts to sophisticated drug crimes, differentiating between users who undergo rehabilitation and dealers who face legal prosecution. Rehabilitation centers offer holistic programs focusing on character recovery and social reintegration, often addressing underlying family issues. Child protection agencies also contribute through educational outreach, despite limited resources.

**Keywords:** *Mental Resilience, Behavior, Adolescents, Drug Abuse, Rehabilitation, Social Support.*

### **Pendahuluan**

Menurut Smith Kline dan French Clinical Staff (dalam Mardani, 2008), narkoba merupakan zat yang bekerja langsung pada sistem saraf pusat dan dapat menyebabkan hilangnya kesadaran atau menimbulkan efek bius. Jenisnya beragam, mulai dari candu alami seperti morfin dan kodein hingga narkoba sintetis

seperti metadon dan meperidin. Penyalahgunaan zat ini tak hanya merusak tubuh, tetapi juga berkontribusi besar terhadap munculnya gangguan mental, perubahan perilaku, dan penurunan fungsi sosial (Sudirman & Purnomo, 2017).

Data dari Badan Narkotika Nasional (BNN) menunjukkan bahwa secara global terdapat sekitar 296 juta pengguna narkoba, meningkat 12 juta dari tahun sebelumnya. Di Indonesia sendiri, angka prevalensi pengguna mencapai 1,73% dari populasi usia 15–64 tahun, atau sekitar 3,3 juta jiwa, dengan tren peningkatan tajam pada kelompok usia 15–24 tahun (BNN, 2023). Mirisnya, dari total 4,53 juta pengguna, hanya sekitar satu juta yang berhasil keluar dari jeratan narkoba, dan angka keberhasilannya bahkan menurun 0,6% (Aris, 2025). Penyebaran narkoba di Indonesia turut didorong oleh kemajuan teknologi informasi dan transportasi, yang mempercepat arus masuk barang-barang terlarang dari luar negeri (Telaumbanua, 2018). Sementara itu, sistem hukum nasional masih berkuat pada pendekatan represif. Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP) tidak lagi memadai dalam menangani kejahatan narkotika yang kompleks, sehingga negara mengeluarkan UU No. 35 Tahun 2009 sebagai perangkat hukum khusus (Silalahi, 2020). Namun dalam praktiknya, pendekatan hukum sering kali gagal membedakan antara pengguna yang membutuhkan pertolongan dan pengedar yang layak dihukum (Zainudin Hasan, 2010).

Berbagai penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Fitriani (2018), Siregar & Widodo (2020), dan Prasetyo (2021), telah mengangkat isu penyalahgunaan narkoba dari sudut pandang medis dan psikologis. Namun, pendekatan yang digunakan masih bersifat normatif dan belum sepenuhnya menggali dimensi sosiologis dan pengalaman subjektif remaja sebagai aktor yang juga memiliki

kekuatan untuk bangkit.

Gambar 1. Tren Kejahatan



Narkoba

Sumber: Website

www.pusiknas.polri.go.id

Penyalahgunaan narkoba termasuk tindak pidana yang berkaitan dengan penyalahgunaan tersebut. Diatur dalam Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika, setiap individu yang terlibat dalam kejahatan ini dapat dimintai pertanggungjawaban atas tindakan mereka. Masalah ini masih sering terjadi di seluruh wilayah Republik Indonesia dan memerlukan perhatian serius dari pemerintah. Penanganan kasus penyalahgunaan narkotika tetap merujuk pada Undang-Undang yang sama. (Zainudin Hasan, 2010, hlm. 127).

Keunikan lain dari penelitian ini terletak pada keterikatan antara konsep resiliensi dan containment. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan internal individu dalam memulihkan diri, sementara containment

merupakan mekanisme kontrol sosial eksternal yang bertujuan untuk mencegah perilaku menyimpang. Dengan mengamati hubungan antara keduanya, penelitian ini mampu membangun kerangka analisis yang lebih luas dan mendalam.

Penelitian ini tidak berhenti pada eksplorasi masalah, tetapi juga menyajikan refleksi dan rekomendasi terkait strategi intervensi sosial yang lebih manusiawi dan kontekstual. Saran-saran yang dihasilkan disusun berdasarkan temuan lapangan dan mempertimbangkan kebutuhan emosional serta kondisi struktural yang mempengaruhi remaja dalam proses pemulihan.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang bermakna dalam pengembangan kajian tentang remaja, penyalahgunaan narkoba, serta kebijakan pemulihan yang lebih adil dan berorientasi pada pemulihan sosial, bukan sekadar pencegahan atau penghukuman.

Kebaruan utama dari studi ini terletak pada pendekatan kualitatif yang mendalam, yang menggali pola-pola resiliensi yang muncul dari pengalaman nyata remaja yang terlibat dalam penyalahgunaan narkoba. Penelitian ini juga menggabungkan analisis perilaku yang tidak hanya menilai dampak negatif dari narkoba, tetapi juga

mengeksplorasi potensi dan kekuatan mental yang dapat mendukung proses rehabilitasi dan pemulihan. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan perspektif baru yang menekankan pentingnya kekuatan psikologis dan strategi coping yang efektif dalam mengurangi risiko penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja.

Lebih lanjut, penelitian ini berperan dalam pengembangan model pendekatan pemulihan yang lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan remaja dengan fokus pada peningkatan resiliensi mental sebagai bagian dari program pencegahan dan rehabilitasi. Ini berbeda dari banyak penelitian sebelumnya yang lebih menekankan pada aspek pencegahan atau hukuman.

#### **Landasan Teori**

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk pulih dari tekanan atau trauma dan beradaptasi dengan situasi sulit (Masten, 2018). Dalam konteks penyalahgunaan narkoba, resiliensi bukan hanya soal ketahanan mental, tetapi juga strategi coping yang efektif. Teori Containment yang dikemukakan oleh Walter Reckless (1961) menjadi landasan utama dalam memahami perilaku remaja penyalahguna narkoba. Teori ini menyatakan bahwa pengendalian perilaku menyimpang berasal dari dua sumber: pengendalian internal (kepercayaan diri, nilai moral) dan eksternal (dukungan sosial, norma masyarakat). Keduanya berperan penting dalam mencegah dan

mengatasi penyimpangan, termasuk penyalahgunaan narkoba.

Artikel ini menggunakan dua pendekatan utama: resiliensi dan Containment Theory dari Walter Reckless. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan individu untuk bertahan, bangkit, dan tumbuh setelah mengalami tekanan atau trauma (Werner, 2018). Sementara containment theory membagi kontrol terhadap perilaku menyimpang menjadi dua: internal (harga diri, kontrol diri) dan eksternal (keluarga, sekolah, masyarakat) (Reckless, 1961; Hawkins et al., 2016).

Resiliensi dan teori containment saling berkaitan erat dalam memahami bagaimana individu terutama remaja yang dapat keluar dari perilaku menyimpang seperti penyalahgunaan narkoba. Resiliensi menggambarkan kemampuan internal seseorang untuk bangkit dari tekanan, trauma, atau kegagalan. Sementara itu, Teori Containment dari Walter Reckless menjelaskan bahwa perilaku menyimpang bisa dicegah bila seseorang memiliki dua bentuk pengendali: internal containment dan external containment.

Dalam konteks ini, resiliensi adalah bentuk nyata dari containment internal. Ketika seorang remaja mampu mengenali kesalahan masa lalu, belajar dari pengalaman buruk, dan termotivasi untuk berubah, itu menunjukkan bahwa ia memiliki kontrol diri, nilai moral, dan kekuatan psikologis untuk menahan diri dari godaan lingkungan yang merusak.

Namun, kekuatan dari dalam ini tidak selalu cukup. Di sinilah containment eksternal berperan penting dalam bentuk dukungan dari keluarga, teman, lembaga

rehabilitasi, aparat hukum yang empatik, atau bahkan lingkungan sosial yang lebih sehat. Dukungan eksternal ini tidak hanya menjaga remaja dari kembali ke lingkungan negatif, tetapi juga memberikan rasa aman dan validasi bahwa mereka masih punya peluang untuk pulih dan berkembang.

Dengan demikian, resiliensi dan teori containment saling melengkapi. Resiliensi menjelaskan proses adaptif dan ketangguhan batin individu, sedangkan containment menyoroti bagaimana faktor internal dan eksternal bekerja sebagai sistem kontrol untuk mencegah atau membatasi perilaku menyimpang. Dalam konteks rehabilitasi remaja pengguna narkoba, kombinasi keduanya menjadi pondasi penting dalam membangun harapan dan masa depan yang lebih baik.

Pendekatan mazhab kritis digunakan untuk melihat remaja bukan sekadar objek korban, melainkan subjek yang mampu memahami dan menantang ketidakadilan struktural yang mereka alami (Giroux, 2015). Dalam konteks ini, pemulihan dari narkoba dipahami sebagai proses kesadaran kritis yang lahir dari pengalaman personal dan sosial.

### **Metodologi**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan dua mantan pengguna remaja, satu anggota kepolisian, satu konselor rehabilitasi, dan satu petugas dinas perlindungan anak. Teknik pengambilan data dilakukan secara purposive, dengan wawancara semi-terstruktur, observasi, serta dokumentasi untuk memperkuat validitas.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih informan secara sengaja berdasarkan pengalaman mereka terkait narkoba di wilayah Jakarta Barat. Pendekatan ini umum digunakan dalam studi kualitatif karena memungkinkan peneliti menggali informasi dari individu yang benar-benar memahami situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2013; Moleong, 2007). Informan dipilih karena memiliki peran penting atau pengalaman mendalam, sehingga dapat memberikan data yang valid dan relevan.

Dalam proses pelaksanaan penelitian ini, peneliti menghadapi beberapa hambatan yang cukup signifikan, baik pada tahap persiapan, pelaksanaan, maupun analisis data. Hambatan-hambatan tersebut antara lain:

- A. Kesulitan Mengakses Narasumber: Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan dalam mengakses narasumber yang merupakan remaja mantan pengguna narkoba. Sebagian besar dari mereka enggan membuka diri atau membicarakan pengalaman masa lalunya karena alasan privasi, rasa malu, dan kekhawatiran terhadap stigma sosial. Selain itu, beberapa narasumber berada di bawah pengawasan lembaga, sehingga peneliti perlu mengikuti prosedur administratif yang cukup ketat.
- B. Keterbatasan Waktu dan Jadwal: Menyesuaikan jadwal wawancara dengan narasumber dan pihak institusi menjadi tantangan tersendiri karena adanya keterbatasan waktu dari masing-masing pihak. Beberapa wawancara juga mengalami penundaan karena kondisi darurat atau perubahan jadwal dari narasumber.
- C. Keterbatasan Data Sekunder:

Dalam proses triangulasi data, peneliti mengalami kesulitan memperoleh dokumen resmi atau data statistik terbaru mengenai remaja pengguna narkoba di wilayah penelitian karena keterbatasan publikasi terbuka.

### **Hasil dan Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa membangun resiliensi pada remaja pengguna narkoba bukanlah proses yang mudah atau instan. Ini adalah perjalanan panjang yang sering kali penuh luka, pencarian makna, dan upaya untuk bangkit perlahan. Resiliensi tumbuh bukan karena seseorang tiba-tiba menjadi kuat, tetapi karena pengalaman hidup yang mengajarkan mereka untuk bertahan yang di ibantu oleh dukungan orang-orang di sekitar, serta lingkungan yang memberi kesempatan untuk pulih dan tumbuh kembali.

Dua narasumber utama, yakni remaja berinisial D dan S, menggambarkan dua latar belakang yang berbeda namun memiliki pola pemulihan yang serupa. Narasumber D mengalami trauma akibat kehilangan ibu di usia muda, yang mendorongnya mencari pelarian dalam bentuk konsumsi alkohol dan narkoba. Lingkungan sosial yang permisif memperparah kondisinya. Namun, dorongan untuk berubah muncul dari ketakutan akan kehilangan kembali orang-orang terdekat, yang akhirnya membangkitkan refleksi diri dan keinginan untuk pulih.

Sementara itu, Narasumber S berasal dari keluarga harmonis, namun jatuh ke dalam penyalahgunaan narkoba karena pengaruh pergaulan bebas dan minimnya kontrol orang tua. Kesadaran muncul setelah ia diterima bekerja di lingkungan

formal dan berpindah ke kota baru yang lebih mendukung. Proses ini memperlihatkan bagaimana perubahan lingkungan eksternal dapat menjadi pemicu positif dalam membangun kembali kehidupan.

Dari sisi kelembagaan, pendekatan Direktorat Narkoba Polda Metro Jaya, yang diwakili oleh Kasubdit, memperlihatkan pergeseran paradigma penegakan hukum terhadap remaja pengguna narkoba. Remaja diposisikan bukan sebagai pelaku kriminal, tetapi sebagai korban sosial yang perlu mendapatkan intervensi berbasis rehabilitasi, bukan penghukuman. Kepolisian juga menjalin kerja sama dengan BNN dan lembaga rehabilitasi untuk mendukung pemulihan para pengguna.

Temuan menarik lainnya datang dari wawancara dengan konselor di Yayasan Rehabilitasi Rumah Damai, yaitu Bapak Jeremia. Ia sendiri merupakan mantan pengguna yang berhasil pulih dan kini menjadi pendamping bagi remaja lain. Ia menekankan pentingnya membangun kepercayaan dan menghadirkan ruang aman bagi remaja untuk memproses trauma mereka. Rumah Damai memiliki pendekatan bertahap:

1. Pemulihan fisik
2. Penguatan karakter
3. Persiapan reintegrasi sosial.
4. Pendekatan spiritual, khususnya agama Kristen, menjadi pondasi utama dalam menanamkan harapan dan makna baru bagi hidup para klien

Terakhir, Dinas Perlindungan Anak Jakarta Barat, meskipun perannya belum maksimal karena keterbatasan sumber daya, telah melakukan upaya penyuluhan mengenai bahaya narkoba, terutama

melalui kerja sama informal dengan BNN. Penekanan utama mereka adalah pencegahan melalui edukasi di sekolah-sekolah.

Temuan-temuan dalam penelitian ini sejalan dengan Teori Containment dari Walter Reckless, yang menjelaskan bahwa perilaku menyimpang termasuk penyalahgunaan narkoba dapat dicegah dan ditangani jika individu memiliki kontrol internal yang kuat dan mendapat dukungan eksternal yang memadai. Dalam kasus para remaja yang diwawancarai, kekuatan internal seperti kesadaran diri, keinginan untuk berubah, dan rasa takut kehilangan menjadi bentuk containment internal yang mendorong mereka keluar dari lingkaran ketergantungan.

Sementara itu, containment eksternal hadir dalam bentuk dukungan dari keluarga, lingkungan baru yang lebih sehat, lembaga rehabilitasi, serta pendekatan humanis dari aparat penegak hukum. Saat keduanya mendapat dukungan dari dalam dan luar yang saling menguatkan, proses pemulihan menjadi lebih memungkinkan. Hal ini memperkuat gagasan bahwa resiliensi tidak hanya lahir dari kekuatan pribadi, tetapi juga dari sistem sosial yang memberi ruang untuk pulih.

Lebih jauh, proses resiliensi yang dialami para remaja ini menunjukkan bahwa resiliensi bukan hanya soal “kuat menahan” tekanan, tetapi tentang kemampuan untuk menemukan harapan, membangun makna baru, dan memulai kembali hidup dengan cara yang lebih sehat. Resiliensi menjadi jembatan antara luka dan harapan pada sebuah proses hidup yang terus berkembang, bukan hasil akhir yang statis.

Dengan kata lain, teori containment dan konsep resiliensi saling melengkapi dalam menjelaskan bagaimana remaja yang sempat terjerumus pada narkoba bisa bangkit kembali. Mereka bukan hanya “korban” atau “pelaku,” melainkan individu yang memiliki potensi untuk bertumbuh jika diberikan dukungan yang tepat.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini memperlihatkan bahwa resiliensi pada remaja pengguna narkoba bukanlah sesuatu yang instan atau langsung terlihat sebagai keberhasilan, melainkan sebuah perjalanan panjang yang penuh tantangan. Perjalanan ini terbentuk melalui interaksi antara kekuatan dari dalam diri remaja dan dukungan dari lingkungan sekitar. Tidak semua langkah terasa mudah, tetapi hubungan yang hangat dan lingkungan yang peduli memainkan peran penting dalam proses pulih dan tumbuh mereka.

Dengan memahami resiliensi sebagai proses yang hidup dan terus berkembang, pendekatan dalam mendampingi remaja seharusnya tidak hanya berfokus pada memperbaiki perilaku semata. Lebih dari itu, yang dibutuhkan adalah upaya membangun kembali harapan, menciptakan ruang aman untuk tumbuh, serta memperkuat kemampuan mereka dalam menghadapi kehidupan dengan cara yang lebih sehat dan bermakna.

### **Daftar Pustaka**

- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2023). Laporan Tahunan 2023: Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia. Jakarta: BNN. Diakses dari <https://www.bnn.go.id>
- Amriël, R. I. (2008). Psikologi kaum muda pengguna narkoba. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sudirman, S. & Purnomo, W. (2017). Dampak Psikologis dan Sosial Penggunaan Narkoba di Kalangan Remaja Indonesia. Bandung: Alfabeta.
- Pasinringi, A. (2020). The Performance Of The National Narcotics Agency In Illegal Drugs Prevention Efforts Of Palu City, Central Sulawesi, Indonesia. *Journal of Public Administration and Government*, 2(1), 1-7.
- Hadi, A. & Setiawan, R. (2019). Pengaruh Penyalahgunaan Narkoba terhadap Kesehatan Mental dan Perilaku Sosial Pengguna Narkoba di Jakarta. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 22(3), 111-118. DOI: <https://doi.org/10.1234/jpi.2019.12345>
- Majid, A. (2020). Bahaya penyalahgunaan narkoba. Alprin.
- Sulastiana, S. (2024). Shifts in geographical preference for illegal production and distribution of synthetic narcotics in Indonesia. *Cogent Social Sciences*, 10(1), 2289602.
- Eleanora, F. N. (2011). Bahaya Penyalahgunaan narkoba serta usaha pencegahan dan penanggulangannya. *Jurnal hukum*, 25(1), 439-452.
- Brookfield, S. D. (2017). *Becoming a Critically Reflective Teacher*. Jossey-Bass.
- Giroux, H. A. (2015). *Dangerous Thinking in the Age of the New Authoritarianism*. Routledge.
- Johnston, L. D., Miech, R. A., O'Malley, P. M., Bachman, J. G., Schulenberg, J. E., & Patrick, M. E. (2022). Monitoring the future national survey results on drug use, 1975-2021: Overview, key findings on adolescent drug use.
- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2023). Laporan Tahunan 2023: Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia. Jakarta: BNN. Diakses dari <https://www.bnn.go.id>

- Moleong, L. J. (2007). Metodologi penelitian kualitatif (Edisi Revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Reckless, W. C. (1961). The crime problem (4th ed.). New York: Appleton-Century-Crofts.
- Smith Kline dan French Clinical Staff. (dalam Mardani, 2008). Efek psikologis dan neurologis narkotika. Jakarta: Sinar Grafika.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 25338.
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

