

Analysis of Factors Influencing the Improvement of Psychological Well-Being of Ex-Drug Users Among Adolescents; A Systematic Review

Analisis Faktor yang Mempengaruhi Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Mantan Pengguna Narkoba di Kalangan Remaja; A Systematic Review

Khoiriah Barokah¹, Kiki Andi Karos TS²

^{*1}Universitas Muhammadiyah Malang; khoiriahbarokah02@gmail.com

²Universitas Muhammadiyah Malang; kikiandikaros12@gmail.com

Abstract: *The problem of drug abuse is still a concern for the whole world, including Indonesia. Especially among adolescents as the nation's next generation certainly needs more attention in the process of growth and development. So we need a solution to save teenagers from addiction to drug abuse and get good psychological well-being. Purpose: to identify and analyze the factors that can influence the improvement of the psychological well-being of ex-drug addict youth based on previous research. Methods: literature review using PRISMA by: identifying articles from the database publish or perish, Scopus, ProQuest and Science Direct use keyword 141 articles were relevant, then selected by meeting the inclusion criteria, seven articles were obtained. Articles published from 2017-2022, from the journal psychology and adolescent nursing. Results: There are several factors that can improve the psychological well-being of adolescent former drug users, namely by undergoing rehabilitation properly, using Islamic counseling model techniques, developing personal character, therapeutic community and training mixed martial arts, hope, social support, Positive emotion and engagement.*

Keywords: *Psychological Well-being; rehabilitation; ex-drug users; youth.*

Abstrak: Masalah penyalahgunaan narkoba masih menjadi kekhawatiran bagi seluruh dunia termasuk Indonesia. Terutama di kalangan remaja sebagai generasi penerus bangsa tentu butuh perhatian lebih dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya. Maka kita butuh solusi untuk menyelamatkan remaja dari ketergantungan penyalahgunaan narkoba dan memperoleh kesejahteraan psikologis dengan baik. Tujuan: untuk mengetahui dan menganalisis faktor-faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan kesejahteraan psikologis remaja mantan pecandu narkoba berdasarkan penelitian terdahulu. Metode: kajian literatur menggunakan PRISMA dengan cara: mengidentifikasi artikel dari database *publish or perish*, *Scopus*, *ProQuest* dan *Science Direct* menggunakan *keyword* yang relevan sebanyak 141 artikel, kemudian diseleksi dengan memenuhi kriteria inklusi diperoleh tujuh artikel. Artikel diterbitkan dari tahun 2017-2022, dari bidang jurnal psikologi dan keperawatan remaja. Hasil: Terdapat beberapa faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja mantan pengguna narkoba yakni dengan menjalani rehabilitasi dengan baik, baik menggunakan teknik model konseling Islam, pengembangan karakter pribadi, *therapeutic community* dan latihan dasar olahraga beladiri *mixed martial arts*, harapan, dukungan sosial, *Positive emotion* dan *engagement*.

Keywords: *Kesejahteraan Psikologis; Mantan Pengguna Narkoba; Rehabilitasi; Remaja.*

A. Pendahuluan

Masalah penyalahgunaan narkoba masih menjadi permasalahan yang belum terselesaikan bahkan semakin meningkat di seluruh dunia terutama Indonesia, bahkan sampai merambat pada kalangan remaja. Masalah ini menjadi mengkhawatirkan semua orang, termasuk pemerintah, masyarakat, dan orangtua. Selain karena ketersediaan obat-obatan terlarang, ada beberapa faktor yang membuat individu menggunakan narkoba diantaranya adalah karena rasa ingin tahu, kurangnya kepercayaan diri, tidak patuh akan aturan norma. Faktor genetika dan masalah psikologis (Sahu & Sahu, 2012), serta faktor dari keluarga, terutama masalah finansial, keluarga yang *broken home*, dan pengaruh ajakan teman (Foo, Tam, and Lee 2012).

Memiliki kontrol diri rendah seperti tidak mampu menolak dan menahan diri atas ajakan teman untuk menggunakan narkoba. Hal ini sesuai dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa remaja dengan kontrol diri rendah yang tidak dapat memilih teman dan tempat untuk bergaul, sehingga jika lingkungan sekitarnya memakai narkoba atau melakukan tindakan negatif, maka ada kemungkinan remaja tersebut akan mudah tergoda untuk mencoba dan terjerat dalam penyalahgunaan narkoba (Jackson, Sher, and Wood 2000; Allahverdi pour et al. 2006). Stres juga dapat menjadi stimulus bagi individu yang tidak mampu dalam menghadapi situasi sulit dalam hidup, narkoba akan menjadi alat pelarian, bagi mereka yang beranggapan bahwa obat-obatan terlarang tersebut dapat menghilangkan stres yang sedang dialami. Yang et al. (2018) mengungkapkan bahwa menghindari emosi negatif yang disebabkan oleh lingkungan buruk dapat mendorong individu untuk menyalahgunakan narkoba.

Usia fase remaja dikenal sebagai fase transisi yaitu fase anak menuju dewasa, di mana pada fase ini mereka masih dalam proses pencarian, baik itu pencarian jati diri, teman yang tepat, gaya hidup yang cocok dengan dirinya, mencoba-coba hal baru dan lain sebagainya. Sehingga perilaku-perilaku yang dimunculkan pada masa remaja juga masih belum dalam pertimbangan yang matang, misalnya mudah terombang-ambing, mudah terpengaruh, emosi yang tidak stabil, dan memiliki rasa penasaran yang tinggi terhadap suatu hal baru dan tidak mau ketinggalan (Gunarsa 2001). Maka pada masa inilah sebagian besar kalangan remaja terjerumus pada pengaruh penyalahgunaan obat-obatan terlarang atau biasa disebut narkoba (Narkotika Psikotropika dan obat terlarang).

Indonesia memegang peringkat ketiga global pada penggunaan narkoba. berdasarkan hasil uji publik informasi lapangan prevalensi yang dilakukan BNN RI bersama BRIN (Badan Riset dan penemuan Nasional) serta BPS (Badan pusat Statistik), ketua BNN RI, Dr. Petrus Reinhard Golose mengatakan bahwa angka prevalensi setahun terakhir penyalahgunaan Narkoba meningkat asal 1,80% di Tahun 2019 menjadi 1,95% di Tahun 2021 atau berasal 3.419.188 menjadi 2.662.646, dimana secara awam terjadi penurunan angka prevalensi di wilayah pedesaan, tetapi untuk resiko perempuan terpapar narkoba di perkotaan mengalami kenaikan dari 0,20% tahun 2019 menjadi 1,21% di tahun 2021 (Humas BNN 2021), dan dikalangan remaja meningkat cukup tinggi menjadi 57% atau kurang lebih 3,4 juta penyalahguna coba pakai, Komisioner KPAI Divisi Monitoring dan penilaian, Jasa Putra membuktikan 82,4 % anak yang terkena kasus narkoba berstatus pemakai, Sedangkan 47,1% berperan sebagai pengedar, dan 31,4 % sebagai kurir (Jatim Newsroom 2021)

Badan Narkotika Nasional (BNN) telah memberikan wadah dan fasilitas bagi pecandu narkoba yaitu dengan menyediakan program rehabilitasi sebagai upaya

penyembuhan terhadap pecandu narkoba. Berdasarkan Undang Undang Nomor 35 Tahun 2009 Pasal 54 menyatakan wajib bagi pecandu narkoba dan penyalahgunaan narkoba untuk menjalani rehabilitasi medis dan sosial. Rehabilitasi medis yaitu dengan pengobatan dan penyembuhan kesehatan fisik. Sedangkan rehabilitasi sosial yaitu penyembuhan terhadap mental dan sosial pengguna narkoba (Siwa 2020).

Remaja yang sudah menggunakan atau sudah menjadi seorang pecandu narkoba sangat membutuhkan perhatian, dukungan dan kepercayaan serta kenyamanan dari keluarga, teman, rekan kerja, serta masyarakat sekitar guna dalam proses penyembuhan remaja pasca penyalahgunaan narkoba. Remaja diperlukan adanya dukungan motivasi dari dalam diri dan motivasi dari luar diri dengan tujuan agar mampu mengatasi situasi masa sulit yang dihadapi seorang remaja dari ketergantungan narkoba seperti dukungan dari teman sebaya dan keluarga serta mentor dalam proses rehabilitasi (Pertwi 2020). Hadirnya kesadaran spiritual juga sangat penting sehingga dapat menjadi motivasi bagi dirinya untuk menghindari dan tidak mengulangi lagi perbuatan yang dilarang dalam agama. Maka ketika kebutuhan tersebut terpenuhi kita bisa melihat bagaimana perubahan positif dan kesejahteraan psikologis yang diperoleh remaja mantan pengguna narkoba.

Pencapaian kesejahteraan psikologis sangat penting bagi setiap individu termasuk remaja. Kesejahteraan psikologis memiliki peran penting dalam keberfungsian positif individu di berbagai tempat. Kesejahteraan psikologis merupakan perolehan kondisi afektif yang baik seperti kesehatan fisik dan mental, kepuasan akan hidup, kebahagiaan, keberfungsian diri secara optimal dalam artian kehidupan yang berjalan dengan baik (Huppert 2009). Konsep kesejahteraan psikologis mencakup enam aspek yaitu: adanya penerimaan diri, memiliki hubungan baik dengan orang lain, autonomi atau kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi (Ryff 1989).

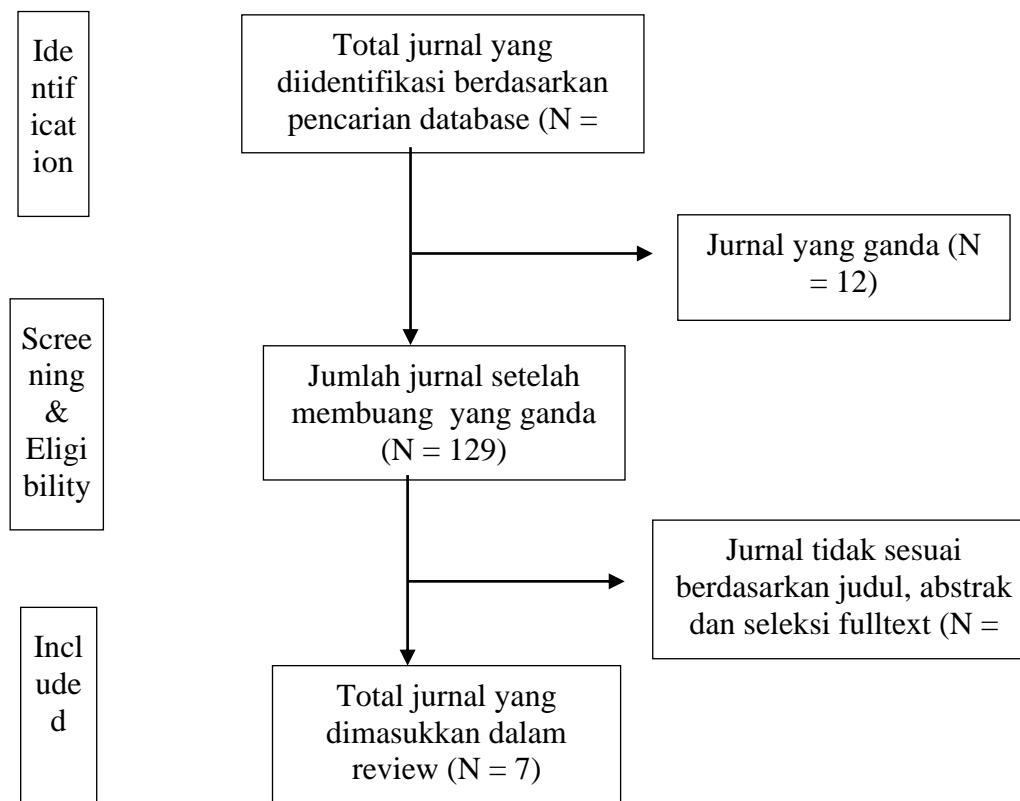
Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menganalisis faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada remaja pengguna narkoba yang sedang atau sudah menjalani rehabilitasi. Analisis ini juga akan mengetahui tingkat keberhasilan dalam proses rehabilitasi bagi remaja pengguna narkoba. Individu yang mempunyai kesejahteraan psikologis yang baik akan mampu melewati dan mencapai tugas perkembangannya dengan baik seperti menjalankan fungsi psikologisnya dengan baik termasuk dalam hal belajar dan pencapaian prestasi. Begitu juga sebaliknya, apabila individu mempunyai kesejahteraan psikologis yang kurang baik akan sulit bahkan bisa gagal untuk mencapai tahap perkembangannya.

B. Metodologi

Metode dalam penelitian ini menggunakan desain *systematic review*. Dalam proses analisis artikel diambil dari penelitian terbaru selama 5 tahun terakhir. Pendekatan yang digunakan dalam *systematic review* adalah preferred reporting items for systematic review and meta-analysis (PRISMA). Proses pencarian jurnal dilakukan secara elektronik melalui data dari *Publish or Perish*, *Scopus*, *ProQuest* dan *Science Direct*. Artikel jurnal diterbitkan antara tahun 2017-2022 pada lingkup jurnal psikologi dan keperawatan remaja. Proses pencarian jurnal dilakukan pada Juni 2022 – Januari 2023. Pencarian artikel jurnal menggunakan kata kunci yang sudah ditentukan oleh para peneliti dengan memberi batasan pada kriteria inklusi dan eksklusi yakni: Kesejahteraan Psikologis, pengguna narkoba pasca rehabilitasi, mantan pecandu narkoba, remaja. Setelah memperoleh sejumlah artikel, selanjutnya peneliti memilih dan menyeleksi satu persatu jurnal yang sesuai kebutuhan dalam penelitian dan menghapus jurnal yang sama. Kemudian jurnal dianalisis dan

dikelompokkan untuk memperoleh hasilnya. Langkah terakhir adalah membahas jurnal-jurnal berdasarkan poin yang diperoleh.

Pencarian literatur artikel awal memperoleh hasil 141 artikel, setelah dilakukan peninjauan abstrak guna memperoleh relevansi dan kecocokan dengan kriteria inklusi. Tujuh artikel dipilih untuk ulasan teks lengkap dan ditinjau, seperti yang tercantum dalam gambar 1.



C. Hasil dan Pembahasan

Analisis terhadap tujuh artikel memperoleh hasil bahwa remaja penyalahgunaan narkoba yang sedang atau sudah menjalani rehabilitasi memiliki kesejahteraan psikologi dari beberapa faktor yang mempengaruhi sebagai berikut. (tabel 1)

No.	Judul, Penulis, Tahun	Metode (Desain, Sample, Instrumen, Analisis)	Hasil
1.	Studi Fenomenologi: Pengalaman Remaja dalam menggunakan	D: Kualitatif, fenomenologi S: usia remaja awal I:wawancara semi	Hasil penelitian: rata remaja awal menggunakan narkoba disebabkan oleh lingkungan, teman, dan faktor keluarga yang broken home dan frustrasi.

	narkoba (Suryani, Hardika, and Rini 2020)	terstruktur A: analisa coalizzi	Dampaknya adalah menjadikan badan remaja kurus, kehilangan orangtua hingga berhenti sekolah. Namun faktor yang membuat mereka bangkit dan memperoleh kesejahteraan kembali adalah karena mereka memiliki harapan untuk sembuh, kembali normal, mendapat dukungan dari keluarga dan mampu mengejar impian masa depan.
2.	Dukungan keluarga dalam program rehabilitasi bagi remaja pecandu narkoba pada Rumah Generasi Emas Aceh (GEMA) (Mutiara, Bahri, and Martunis 2021)	D: Kualitatif, Studi kasus S: Remaja I: wawancara, dokumentasi A: analisis domain	Keluarga memberikan dukungan dalam program rehabilitasi untuk proses kesembuhan pecandu narkoba berupa dukungan sosial ekonomi, agama, moral, pendidikan, emosional, informasi, instrumental dan penghargaan. Dengan demikian dapat bermanfaat bagi peningkatan kesehatan dan kesejahteraan terutama kesejahteraan psikologi remaja karena dapat mendorong rasa percaya diri, semangat dan motivasi hidup dan adanya perubahan perilaku kearah positif dan memperbaiki hubungan baik dengan keluarga
3.	Kesejahteraan subjektif remaja penyalahgunaan narkoba di panti rehabilitasi rumah ummi Medan Sunggal (Murad, Damayanti, and Damanik 2019)	D: fenomenologis I: observasi & wawancara S: 3 remaja pengguna narkoba yang menjalani proses rehabilitasi	Hasil penelitian ini menunjukkan respon yang berbeda-beda, dengan kesimpulan para responden memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik dan cukup baik sebelum dan sesudah menggunakan narkoba, namun seiring berjalannya waktu mereka mengalami penurunan kesejahteraan dan setelah menjalani rehabilitasi kondisi kesejahteraan mereka kembali baik dan meningkat.

4.	<p>Model Therapeutic Community dan Latihan Dasar Olahraga Beladiri Mixed Martial Arts (MMA) untuk Meningkatkan Psychological Well Being pada Pasien Rehabilitasi Narkoba</p> <p>(Herdinata, Aristyanto, and Setiawan 2020)</p>	<p>D: kualitatif</p> <p>A: data reduksi, <i>display</i>, dan <i>conclusion drawing</i></p> <p>I: wawancara</p>	<p>Hasil diperoleh bahwa dengan menggunakan metode komunitas terapeutik dan latihan dasar olahraga beladiri dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologi pasien. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan kesejahteraan psikologi pada pasien. Mereka menjadi lebih mandiri, berpikir positif terhadap orang lain dan lingkungan, terbuka terhadap pengalaman baru, serta menyadari potensi dalam diri sehingga mampu melakukan perbaikan diri untuk menjadi lebih baik.</p>
5.	<p>Model konseling Islam untuk rehabilitasi korban penyalahgunaan narkoba,</p> <p>(Rahman 2019)</p>	<p>D: kualitatif</p> <p>S: Pembina, konselor, remaja pondok Inabah XIV</p> <p>I: observasi & wawancara</p>	<p>Model konseling Islam: model perkembangan kepribadian serta penanggulangan bagi remaja pecandu narkoba dapat menjadi faktor dari peningkatan kesejahteraan psikologis remaja mantan pecandu narkoba. Hasil yang diperoleh menunjukkan kondisi positif baik secara biologis, psikologis, sosial dan spiritual.</p>
6.	<p>Psychological well-being of ex-drug addicted counselee in post rehabilitation education</p> <p>(Haryadi, Handayani, and Hayati 2020)</p>	<p>D: Kuantitatif</p> <p>I: PWB Scale</p>	<p>Hasil penelitian diperoleh bahwa mantan pecandu narkoba telah mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi = 80 poin. Beberapa faktor diantaranya disebabkan oleh periode lamanya pantang yang dilalui oleh individu (minimal 6 bulan), menjalani proses pendidikan, pengalaman individu dari berbagai pelatihan rehabilitasi, seperti keterlibatan individu dalam kehidupan sosial masyarakat dan aktivitas kehidupan yang bermanfaat.</p>
7.	<p>Psychological Well Weing</p>	<p>D: kualitatif, studi kasus</p> <p>S: 7 orang, 2 orang subjek</p>	<p>Hasil penelitian menemukan bahwa kedua subjek hampir</p>

	pada Mantan Pengguna Narkoba di Kota Palembang (Ikhsan and Arisandy 2021)	penelitian, 2 orang informan I: observasi & wawancara	sama secara keseluruhan mengenai faktor-faktor PWB, namun terdapat beberapa perbedaan pada faktor <i>positive emotion</i> dan <i>engagement</i> yang bisa dikatakan subjek T jauh lebih baik dibanding subjek DA. Ditambah lagi terdapat <i>hardiness</i> pada diri subjek T
--	---	--	--

Konsep kesejahteraan psikologis adalah gambaran kesehatan psikologis individu. Tingkat kesehatan mental ini didasarkan pada pemenuhan kriteria untuk fungsi kesehatan mental positif yang diusulkan oleh para psikolog (Ryff 1989). Ryff mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai keadaan di mana seorang individu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu membuat keputusan, mengatur perilakunya, dan mengendalikan lingkungannya. kompatibel dengan mereka, memiliki tujuan hidup, menjadi bermakna, dan berusaha untuk terus mengembangkan potensi diri (Ryff, Carol D & Keyes 1995).

Kesejahteraan psikologis dapat dicapai ketika seseorang berusaha untuk mencapai tujuan hidup sehingga ia berkembang semaksimal mungkin dan mewujudkan kebahagiaan yang menyertai makna hidup. (Elisa Megawati and Yohanes Kartika 2016; Putri and Rustika 2017). Seperti dijelaskan di atas bahwa kesejahteraan psikologis penting bagi semua individu terutama pada remaja pecandu narkoba baik yang sedang menjalani rehabilitasi maupun pasca rehabilitasi karena kesejahteraan psikologis adalah kunci untuk membuat orang sehat secara mental. Kondisi mental yang sehat mendorong manusia untuk berusaha menyeimbangkan kehidupannya dengan menerima sifat positif dan negatif, menyadari potensi dirinya, mampu beradaptasi dengan kondisi yang sulit, dan berkontribusi pada orang lain dan lingkungannya (Putri and Rustika 2017).

Berdasarkan hasil penelitian dari pengalaman remaja mantan pengguna narkoba, Suryani & Hardika, 2020 menerangkan bahwa adanya perasaan menyesal, karena dampak negatif dan bahayanya lebih banyak daripada manfaatnya diantaranya menjadikan badan menjadi kurus, sering merasa sakit, emosi menjadi tidak stabil, menimbulkan rasa malas setiap hari, hidup tidak bersemangat dan produktif, dan remaja menyadari bahwa menggunakan narkoba merupakan suatu pelanggaran hukum, serta cita-cita atau impian di masa depan akan menjadi suram. Semua remaja yang menggunakan narkoba juga memiliki harapan yang tinggi dalam hidupnya yakni ingin sembuh total dari ketergantungan narkoba, memiliki kehidupan yang normal kembali sehingga bisa meraih cita-cita yang diimpikan dimasa depan.

Hasil penelitian Mutiara, Bahri, and Martunis, 2021 mengungkap bahwa peran keluarga sangat penting dalam proses penyembuhan kecanduan narkoba pada remaja sehingga dapat memperoleh kesejahteraan psikologis, yang dibuktikan dengan perubahan perilaku. Remaja sangat membutuhkan dukungan dari keluarganya ketika menjalani program rehabilitasi, karena program tidak akan tersedia bagi kaum muda jika keluarga mereka tidak mendukung dan membantu mereka dalam pemulihan mereka. Dengan dukungan keluarga ini, remaja dapat mengembangkan program rehabilitasi narkoba dengan baik. Hal ini dapat berefek pada motivasi mereka yang meningkat dan bersemangat

menjalani hidup, percaya diri, dan melahirkan kembali perilaku-perilaku positif serta dapat meningkatkan hubungan baik dengan orang lain terutama keluarga.

Berdasarkan penelitian, diperoleh hasil bahwa remaja sebelum menjadi pengguna narkoba ada yang memiliki kesejahteraan subjektif yang cukup baik, dan setelah terlibat penyalahgunaan narkoba menjadi kurang baik, namun setelah menjalani proses rehabilitasi kesejahteraan subjektifnya meningkat menjadi lebih baik (Murad, Damayanti, and Damanik 2019). Pasien rehabilitasi penyalahgunaan narkoba memperoleh peningkatan kesejahteraan psikologis dengan proses penyembuhan menggunakan metode *Therapeutic Community* dan latihan dasar olahraga beladiri. Hal ini menunjukkan bahwa mereka lebih mandiri, berpikir positif terhadap lingkungan sekitar, menyadari potensi yang dimiliki dan mampu melakukan perbaikan atas diri untuk menjadi lebih baik, serta terbuka terhadap pengalaman baru (Herdinata, Aristyanto, and Setiawan 2020).

Hasil penelitian (Rahman 2019) dengan menerapkan model penerapan konseling Islam menjadi faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan kesejahteraan psikologis remaja korban penyalahgunaan narkoba yakni dengan memberikan bimbingan dan pengutan ruhaniah dan amal ibadah berdasarkan Al-quran dan sunnah. Maka hasil yang diperoleh dari segi psikologis yaitu remaja tidak lagi berhalusinasi, rasa cemas dan khawatir menurun, dan hati merasa lebih tenang dan menerima kondisi diri, dapat bekerja lebih optimal dan berkonsentrasi dengan baik, lebih percaya diri, mampu terbuka pada diri sendiri dan orang lain, dan berpikir positif. Dari kondisi sosial, mereka juga mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dan lebih aktif dalam berinteraksi dengan orang-orang sekitar, bisa ikut berkontribusi dalam membantu perekonomian keluarga, dan mampu memulai kembali lembaran baru dengan positif seperti melanjutkan pendidikan dan pekerjaan. Dari segi spiritual, mereka melakukan ibadah dengan rajin dan senantiasa bertaubat serta introspeksi diri atas kesalahan karena Allah swt. Hal ini disimpulkan bahwa penerapan model konseling Islam dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan spiritualitas remaja korban penyalahgunaan narkoba.

Hasil penelitian (Haryadi, Handayani, and Hayati 2020) menunjukkan bahwa individu yang telah lama berhenti dari kecanduan narkoba pasca rehabilitasi memiliki kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis mantan pengguna narkoba, maka semakin rendah potensi mereka untuk kambuh menggunakan narkoba. Tingkat psikologis dalam proses pendidikan rehabilitasi, kesejahteraan mantan pecandu narkoba jauh lebih tinggi atau sama dengan poin 80. Tingkat kesejahteraan psikologis ini relatif tinggi karena beberapa faktor, termasuk disebabkan oleh periode lamanya pantang yang dilalui oleh individu (minimal 6 bulan), pengalaman individu dari berbagai pelatihan rehabilitasi, seperti keterlibatan individu dalam kehidupan sosial masyarakat dan aktivitas kehidupan yang bermanfaat, faktor usia, dan faktor demografi dan juga pelajaran sebelumnya.

Ikhsan menerangkan dari hasil penelitiannya, ada beberapa faktor penyebab mantan pengguna narkoba setelah rehabilitasi memiliki kesejahteraan psikologis yakni faktor *positive emotion* seperti empati, rasa percaya diri, cinta dan pemaafan atas diri sendiri dan orang lain, *engagement* yaitu keyakinan atas kemampuan diri untuk mencapai tujuan dan mimpi di masa depan, dan faktor *hardiness*. *Hardiness* adalah pola sikap dan strategi yang membangun keberanian dan motivasi yang ada untuk bekerja keras dalam mengubah situasi yang penuh tekanan dari potensi bencana menjadi peluang untuk berkembang (Ikhsan and Arisandy 2021).

Jadi dapat dipahami bahwa remaja mantan pengguna narkoba pada saat diberikan layanan rehabilitasi hingga pasca rehabilitasi memiliki kesejahteraan psikologis dalam diri dan kehidupannya artinya remaja tersebut memiliki kemampuan penerimaan diri yang mana individu mampu menerima diri dengan menyadari, menyesali dan mengevaluasi diri dari perilaku negatif yang telah dilakukan sehingga mempunyai motivasi untuk terus memperbaiki diri ke arah yang lebih baik dan membangun kembali hubungan positif dengan orang lain. Mampu mengatur dan mengontrol diri dari perilaku-perilaku negatif, lebih mandiri, dan mampu menghadapi tekanan yang rumit seperti keinginan untuk mencoba ulang obat-obatan terlarang.

Ketika remaja memiliki kontrol diri yang kuat, maka perilaku negatif akan dapat dihindari. Dengan kemampuan kontrol diri yang dimiliki, remaja akan dapat fokus terhadap kemampuan dalam kompetensi dan pilihan-pilihan terhadap situasi, memanfaatkan lingkungan pada hal-hal yang positif. Apabila remaja pengguna narkoba yang sudah melewati masa rehabilitasi memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, maka remaja akan merasakan ketenangan, kebahagiaan, kekuatan dan semangat dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. Namun sebaliknya ketika remaja tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, remaja akan sulit menghadapi tekanan dan mudah stres sehingga akan berdampak negatif untuk kembali menggunakan narkoba.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil review artikel penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa remaja mantan pengguna narkoba mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan baik sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik. Kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor diantaranya dengan menjalani rehabilitasi dengan baik, baik menggunakan teknik model konseling Islam, proses pendidikan pengembangan karakter pribadi, mengikuti *therapeutic community* dan latihan dasar olahraga beladiri *mixed martial arts* (MMA), adanya harapan kuat untuk sembuh dan meraih impian. Dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya dan lingkungan sekitar. *Positive emotion, enggagement* dan *hardiness* juga diketahui dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mantan pecandu narkoba.

Demikian juga remaja ditanamkan pemikiran bahwa sesungguhnya mereka bisa sembuh dan bangkit kembali dalam artian bahwa mereka memiliki kemampuan untuk terus dapat berkembang, memperbaiki diri atas kesalahan-kesalahan yang dilakukan di masa lalu, mampu mengarahkan diri, kreatif mengetahui arah tujuan hidupnya dengan penuh kesadaran dan kebebasan. Sehingga pada saat remaja berada di fase pasca rehabilitasi mereka sudah mampu mengatasi dan menyesuaikan diri kembali dengan lingkungan kehidupan dengan baik dan memperoleh kesejahteraan psikologis.

E. Daftar Pustaka

- Agustiana, H. 2009. *Psikologi Perkembangan, Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: PT Refika Adiatmika.
- Ali, M Asrori, M. 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Allahverdipour, H, A Hidarnia, A Kazamnegad, F Shafii, P. A Fallah, and A Emami. 2006. "The Status of Self Control and Its Relation To Drug Abuse-Related Behaviour Among Iranian Male High School Students." *Social Behaviour And Personality* 34 (4): 413–24.

- Elisa Megawati, and Yohanes Kartika. 2016. "Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja Elisa Megawati Dan Yohanes Kartika Herdiyanto." *Jurnal Psikologi Udayana* 3 (1): 132–41.
- Foo, Y. C, C. L Tam, and T.H Lee. 2012. "Family Factors and Peer Influence in Drug Abuse: A Study in Rehabilitation Centre." *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health* 4 (3): 190–210.
- Gunarsa, Singgih D. 2001. *Psikologi Praktis: Anak, Remaja Dan Keluarga*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Haryadi, Rudi, Eka Sri Handayani, and Sri Ayatina Hayati. 2020. "Psychological Well-Being of Ex-Drug Addicted Counselee in Post-Rehabilitation Education." *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 6 (1): 1. <https://doi.org/10.26858/jppk.v6i1.12422>.
- Herdinata, G R P, Aristyanto, and Ferdy Eko Setiawan. 2020. "Model Therapeutic Community Dan Latihan Dasar Olahraga Beladiri Mixed Martial Arts (MMA) Untuk Meningkatkan Psychological Well Being Pada Pasien Rehabilitasi Narkoba." *JSH: Journal of Sport and Health* 2 (1). <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/JSH/article/view/1513>.
- Humas BNN. 2021. "Persiapan Survey Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba Tahun 2021." *BNN.GO.ID*, August 13, 2021. <https://bnn.go.id/persiapan-survei-prevalensi-penyalahgunaan-narkoba-tahun-2021/>.
- Huppert, F. A. 2009. "Psychological Well-Being: Evidence Regarding Its Causes and Consequences." *Applied Psychology: Health and Well-Being* 1 (2): 137–64. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008>.
- Ikhsan, Muhamad Noor, and Desy Arisandy. 2021. "Psychological Well Being Pada Mantan Pengguna Narkoba Di Kota Palembang." *Jurnal Ilmiah Psyche* 15 (01): 53–62. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1382>.
- Jackson, K. M, K. J Sher, and P. K Wood. 2000. "Prospective Analysis of Comorbidity: Tobacco and Alcohol Use Disorder." *Journal of Abnormal Psychology* 109: 679–94.
- Jatim Newsroom. 2021. "Diskusi BNN Dengan KPAI Membahas Solusi Atas Penyalahgunaan Narkoba Oleh Kalangan Remaja." *KOMINFO JATIM*, 2021. <http://kominfo.jatimprov.go.id/read/umum/sebanyak-57-persen-remaja-coba-pakai-narkoba>.
- Murad, Abdul, Nefi Damayanti, and Nopalina Suryanti Damanik. 2019. "Kesejahteraan Subjektif Remaja Penyalahgunaan Narkoba Di Panti Rehabilitasi Rumah Ummi Medan Sunggal." Universitas Medan Area.
- Mutiara, Wazna, Syaiful Bahri, and Martunis. 2021. "Dukungan Keluarga Dalam Program Rehabilitasi Bagi Remaja Pecandu Narkoba Pada Rumah Generaso Emas Aceh (GEMA)." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 6 (1).
- Pertiwi, Aliyana Arum. 2020. "Peran Teman Sebaya Dan Mentor Dalam Proses Rehabilitasi Di Pusat Rehabilitasi Narkoba Yayasan Rumah Damai Semarang." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8 (4).
- Putri, Putu Novia Arya, and I Made Rustika. 2017. "Peran Pola Asuh Autoritatif, Efikasi Diri, Dan Perilaku Prososial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Akhir Di Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana." *Jurnal Psikologi Udayana* 4 (1): 151–64. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p16>.
- Rahman, Maulida Aulia. 2019. "Model Konseling Islam Untuk Rehabilitasi Korban Penyalahgunaan Narkoba." *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam* 7 (1): 81–100. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v7i1.886>.

- Ryff, Carol D & Keyes, Corey Lee M. 1995. "The Structure of Psychological Well-Being Revisited." *Journal of Personality and Social Psychology* 69 (4).
- Ryff, Carol D. 1989. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* 57 (6).
- Sa'id, M. A. 2015. *Mendidik Remaja Nakal: Panduan Praktis Seni Mendidik Dan Berinteraksi Dengan Remaja*. Yogyakarta: Semesta Hikmah.
- Sarwono, S. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Siwa, Oscar Umbu. 2020. "Aturan Pidana Atau Rehabilitasi Bagi Penyalahguna Narkotika." *Rean.Bnn.Go.Id*, 2020. <https://rean.bnn.go.id/aturan-pidana-atau-rehabilitasi-bagi-penyalahguna-narkotika/>.
- Suryani, Ketut, Bangun Dwi Hardika, and Maria Tarisia Rini. 2020. "Studi Fenomenologi: Pengalaman Remaja Dalam Menggunakan Narkoba." *Jurnal Keperawatan Silampari* 4 (1).
- Yang, C, M Xia, M Han, and Y Liang. 2018. "Social Support and Resilience as Mediators Between Stress and Life Satisfaction Among People With Substance Use Disorder in China." *Addictive Disorders, a Section of the Journal Frontiers in Psychiatry* 9.