

Literature Review Hubungan Kepercayaan Diri dengan Sikap Pencegahan Relapse pada Pengguna Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi Narkoba

Nuralfiana Wuryantari^{1*}, Ghozali²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: alfiana.wr31@gmail.com

Diterima: 27/08/20

Revisi: 24/09/20

Diterbitkan: 24/12/20

Abstrak

Tujuan Studi : Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan kepercayaan diri dengan sikap pencegahan *relapse* pada pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi narkoba.

Metodologi : Penelitian ini menggunakan desain *literature review*. Data yang digunakan pada penelitian ini ialah artikel publikasi yang terbit dalam bentuk jurnal internasional dan nasional. Pencarian artikel publikasi dilakukan dengan beberapa *website* database jurnal seperti Google Scholar, NCBI, PubMed, dan Science Direct.

Hasil : Berbagai faktor dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi sehingga mampu untuk mencegah terjadinya kekambuhan (*relapse*). Beberapa studi menunjukkan adanya keterkaitan antara kepercayaan diri dan sikap pencegahan relapse pada pengguna narkoba meskipun tidak secara spesifik disebutkan seberapa besar signifikansi pengaruhnya.

Manfaat : Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

Abstract

Purpose of Study : The aim of this study was to determine whether there is relationship between self confidence and attitude of drug relapse prevention among residents undergoing rehabilitation.

Methodology : This study used a literature review design. The data used in this study were publication articles published in international and national journals. Searching of articles was carried out with several journal database websites such as Google Scholar, PubMed, NCBI, and Science Direct.

Results : Various factors might affect self confidence in drug users undergoing rehabilitation so that they were able to prevent relapse. Some studies showed a link between self-confidence and relapse prevention attitudes in drug users, although it was not specifically stated how significant the effect was.

Applications : The result of this study are expected to be used as reference for further research.

Kata Kunci : Kepercayaan diri, Pengguna narkoba, Pencegahan relapse, Rehabilitasi

1. PENDAHULUAN

Permasalahan narkoba seakan tak pernah berhenti menjadi masalah yang serius yang wajib diperhatikan. Di berbagai negara-negara yang sudah maju maupun di negara-negara yang berkembang-pun narkoba seakan seperti virus yang merambah kemana-mana dan menjadi perhatian diberbagai kalangan baik masyarakat maupun pemerintah. Narkoba merupakan benda yang bisa menjadi ancaman bagi penggunaannya jika digunakan tidak sesuai dengan ketentuan-ketentuan medis namun menjadi sebuah keuntungan bagi pengedar. Berdasarkan Undang-Undang No. 35 Tahun 2009 Pasal 1 Ayat 1 tentang Narkotika disebutkan bahwa pengertian Narkotika ialah zat atau obat yang asalnya dari tanaman atau bukan tanaman baik sintesis ataupun semisintesis yang bisa menyebabkan penurunan atau merubah kesadaran seseorang, menghilangkannya sebuah rasa, bisa mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan bisa timbul rasa ketergantungan dengan golongan-golongan yang telah dibedakan sesuai tercantum pada Undang-Undang. *United Nations Office on Drugs and Crime* (UNODC) menyebutkan bahwa sejak tahun 2006 hingga tahun 2017 ada sebanyak 271 juta atau 5,5% penduduk dunia dengan rata-rata usia 15-64 tahun pernah mengonsumsi narkoba ([World Drug Report, 2019](#)).

Sedangkan BNN selaku *focal point* di bidang Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba (P4GN) di Indonesia mendapati pada tahun 2017 angka penyalahgunaan narkoba mencapai 3.376.115 orang dengan usia rentang 10-59 tahun. Sementara itu, pada tahun 2018, angka penyalahgunaan narkoba banyak terjadi pada kalangan remaja dengan angka 2,29 juta orang dari 13 ibukota provinsi di Indonesia. Mereka yang rentang usia dari 15-35 tahun atau biasa disebut sebagai generasi milenial adalah salah satu kelompok yang rawan terkena penyalahgunaan narkoba ([Puslidan BNN, 2019](#)). Kambuh atau relapse adalah suatu tindakan kembali menggunakan narkoba setelah melewati segala jenis penanganan baik secara rehabilitasi yang ditunjukkan dengan adanya pemikiran, perilaku, dan perasaan aktif setelah

periode putus zat. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa orang yang benar-benar dikatakan pulih dari ketergantungan atau kecanduan narkoba jika sudah bebas dari narkoba minimal selama dua tahun. Relapse terjadi bisa dikarenakan oleh keinginan yang kuat dari pecandu narkoba untuk menggunakan kembali. Walaupun pastinya seorang pecandu mempunyai niat ingin pulih 100% seutuhnya, namun keinginan dari pecandu untuk menggunakan narkoba kembali bisa mencapai 95%, pada akhirnya untuk pulih sempurna hanya 5% (Hamdani, 2017). Relapse atau kambuh menjadi suatu hal yang pasti terjadi pada pengguna narkoba saat menjalani proses kesembuhan penuh yang panjang. Walaupun mantan pengguna sudah lepas yang namanya dari narkoba untuk jangka waktu yang lama namun pasti memiliki kecenderungan menggunakan zat-zat tersebut lagi atau sugesti dari mantan pengguna yang terjadi secara mendadak dan tidak bisa dikendalikan, apalagi saat suasana hati sedang kacau atau terganggu (BNN, 2013).

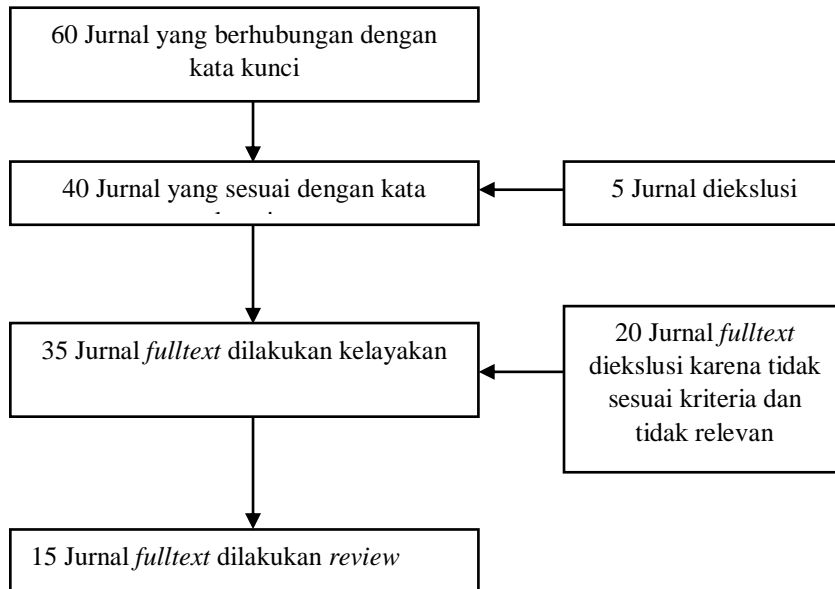
Walaupun pengguna NAPZA bisa pulih dari perawatan, penyimpanan, dan kekambuhan yang sering terjadi disebabkan dari berbagai kendala yang mereka hadapi pada saat proses pemulihan. Oleh sebab itu, perawatan lanjutan yang efektif menjadi penting dalam mengatasi masalah dalam menunda atau mencegah kekambuhan pada pengguna NAPZA (Tam, Shik, & Lam, 2016). Menurut Orbon et al (2015) mengatakan keberhasilan dari rehabilitasi pada pengguna narkoba belum memuaskan hasil karena tingkat keberhasilan program rehabilitasi ditunjukkan hanya sekitar 20-30% dan sebagian pengguna narkoba kembali relapse (Ghozali & Santi, 2019). Relapse Prevention merupakan program untuk mengendalikan diri seseorang agar ter-edukasi untuk mengubah perilakunya dan mengatasi masalah relapse. Program ini adalah program bersifat psiko-edukasi yang mana gabungan antara prosedur latihan keterampilan perilaku dengan teknik intervensi kognitif. Hal ini berdasarkan *social learning theory*. Tujuan program ini sendiri menurut Marlatt dan Gordon (1985) dalam jurnal yang dituliskan oleh Purnomo & Hardjanto (2016) adalah untuk meng-edukasi seseorang bagaimana hidup yang seimbang dan mencegah melakukan pola yang tidak sehat. Klien akan dituntun untuk mengetahui *high risk situation* atau situasi tertentu dimana bisa menjadi ancaman terhadap kendali diri dan bisa meningkatkan risiko relapse (Purnomo & Hardjanto, 2016). Meningkatnya jumlah penyalahguna narkoba dari tahun ke tahun menurut data yang telah disimpulkan di atas menyimpulkan bahwa ada beberapa hal yang menjadi penyebab kenapa pengguna narkoba bisa kambuh atau relapse salah satunya keinginan yang kuat dari pecandu narkoba untuk menggunakan kembali karena pengaruh kepercayaan diri. Kepercayaan diri dengan sikap terhadap pencegahan kekambuhan pada pengguna narkoba berpengaruh banyak pada proses pemulihan apabila tak diinginkannya kambuh atau relapse. Kepercayaan diri bisa meningkat dikarenakan kecerdasan emosional dalam hal berkomunikasi karena pada tiap hubungan saling berhubung maka bisa mengajarkan bagaimana menggunakan bahasa yang benar dan tepat dalam itonasi, dimana kecerdasan emosional ini mampu mengendalikan emosi dalam suatu masalah (Puspita & Febriyanto, 2020). Seorang individu dalam hal ini adalah pengguna atau mantan pengguna narkoba yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan menganggap masalah relapse adalah suatu yang harus dilawan. Memiliki kepercayaan diri yang baik bisa membuat diri merasa yakin dan optimis bahwa masalah relapse atau kambuh merupakan masalah yang tidak akan terjadi pada dirinya lagi. Individu yang seperti ini akan merasa yakin dengan kemampuannya sendiri, sehingga individu tersebut akan mudah mengontrol dirinya agar tidak kambuh lagi menggunakan narkoba. Sedangkan, bagi individu yang memiliki kepercayaan diri rendah atau merasa kurang percaya diri akan menganggap masalah relapse sebagai sesuatu yang bisa membawanya kembali ke dalam dunia adiksinya, bahkan merasa yakin jika selama ia menjalani program rehabilitasi ataupun setelahnya dari menjalani program rehabilitasi, ia merasa akan menggunakan narkoba kembali jika dirinya terkena masalah. Hal ini disebabkan karena individu tersebut tidak memiliki keyakinan dan tekad yang teguh dan kuat dalam dirinya untuk menghadapi setiap rintangan, sehingga jalan keluar untuk menghadapi rintangan masalah tersebut adalah dengan kembali menggunakan narkoba. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Sikap Pencegahan Relapse pada Pengguna Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi Narkoba".

2. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan rancangan *literature review*, artikel publikasi dilakukan dengan beberapa database jurnal seperti Google Scholar, PubMed, PMC, dan Science Direct dengan pencarian menggunakan *keyword* yakni Kepercayaan Diri, Pencegahan Relapse, Pengguna Narkoba, Rehabilitasi, *Self Confidence*, *Relapse Prevention*, *Drug Users*, *Drug Abuse*, *Rehabilitation*. Agar pencarian artikel lebih spesifik dan relevan maka penulis menentukan beberapa kriteria inklusi dan eksklusi yang meliputi jurnal yang menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, rentang jurnal yang digunakan adalah maksimal 10 tahun terakhir (2010-2020), subyek pada penelitian ini adalah pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi dan jurnal mencakup tema dan kesimpulan berupa kepercayaan diri dan sikap pencegahan relapse pada pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi sedangkan untuk kriteria eksklusi ialah yang bukan penelitian primer (*literature* atau *narrative review*) dan tidak memenuhi syarat jurnal yang relevan.

Setelah dilakukannya pencarian dan pengambilan artikel publikasi yang sesuai dengan kriteria inklusi maka yang dilakukan kemudia ialah dikumpulkan artikel tersebut jadi ringkasan artikel publikasi. Setelah ringkasan artikel publikasi dibuat dan dilakukannya analisis terhadap isi artikel publikasi meliputi tujuan dan hasil penelitian. Pengumpulan jurnal dengan menggunakan situs jurnal yang sudah terakreditasi seperti NCBI, Science Direct, dan Google Schoolar dengan menggunakan kata kunci kepercayaan diri, pencegahan relapse, pengguna narkoba, rehabilitasi, *self confidence and relapse prevention and drug users rehabilitation*, *self confidence and drug users*. Artikel akan diidentifikasi dan dilakukan kriteria kelayakannya. Lalu didapatkan 60 jurnal yang berhubungan dengan kata kunci dan dilakukan kriteria kelayakan setelah itu disaring dan diapatkan sebanyak 40 jurnal. Lalu assesment kelayakan terdapat 35 jurnal fulltext, kemudia direview sesuai

kriteria peneliti yang relevan dan terdaat 20 jurnal yang tidak relevan sehingga didapatkan 15 jurnal yang memenuhi kriteria peneliti untuk dilakukan review.



Gambar 1 : Bagan seleksi studi artikel

3. HASIL DAN DISKUSI

No	Penulis	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Populasi dan Sample	Hasil
1.	Matsumoto et al (2014)	<i>Evaluation of a Relapse-Prevention Program for Methamphetamine-dependent Inmates Using a Self-teaching Workbook and Group Therapy</i>	Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengevaluasi efeknya program <i>relapse-prevention</i> untuk metamfetamine (MAP) pada tahan independen di penjara.	Penelitian Kuantitatif	Sampel sebanyak 251 narapidana	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri yang tinggi dapat mengatasi mengidam obat namun kepercayaan diri rendah tidak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan <i>relapse</i> .
2.	Green, et al (2015)	<i>Dual Recovery Among People With Serious Mental Illnesses and Substance Problem: A Qualitative Analysis</i>	Bertujuan untuk menyelediki individu dengan penyakit mental serius lebih cenderung memiliki masalah yang berhubungan dengan zat daripada mereka yang tidak memiliki masalah menetal kesehatan	Penelitian Kualitatif	Populasi 1.827 dengan Sampel yang digunakan sebanyak 177	Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu yang membuat individu jauh dari <i>relapse</i> adalah kepercayaan diri yang tumbuh saat menjalani pemulihan. Bisa disimpulkan bahwa ada

					hubungan kepercayaan diri dengan sikap pencegahan <i>relapse</i> .	
3.	Zhang et al (2016)	<i>“Overconfidence” versus “Helplessness”: A Qualitative Study on Abstinence Self-Efficacy of Drug Users in a Male Compulsory Drug Detention Center in China</i>	Bertujuan untuk menyelidikan pantang <i>self-efficacy</i> dan sumbernya dari pengguna narkoba di pusat penahanan wajib laki-laki di Shanghai, China, dan sikap pengguna narkoba terhadap bentuk rehabilitasi ini	Penelitian Kualitatif	Sampel sebanyak 36 orang	Hasil penelitian ada hubungan yang saling keterkaitan antara “terlalu percaya diri” dengan riwayat terjadinya <i>relapse</i> rendah.
4.	Ferreira et al (2016)	<i>Functionality Comparison of Elderly Residing in Two Institutional Modalities</i>	Tujuan penelitian adalah untuk mengidentifikasi faktor penentu kambuh intra dan interpersonal yang dirasakan oleh pecandu narkoba	Penelitian Deskriptif Kualitatif	Sampel sebanyak 20 pecandu narkoba	Hasil penelitian menjabarkan bahwa tingkat kepercayaan diri yang berlebihan disini mengarah ke negatif yang artinya mendukung kekambuhan.
5.	Tavakolian & Abolghasemi (2016)	<i>Effect of Cognitive Restructuring Training on Neurocognitive Functions in Opioid Addicts</i>	Bertujuan untuk menyelidikan efek pelatihan restrukturisasi kognitif pada fungsi neurokognitif terkait dengan korteks forntal pada pecandu opioid dan hubungannya dengan pencegahan kambuh	Penelitian Eksperimen	Sampel sebanyak 30	Hasil penelitian menyebutkan bahwa kepercayaan diri di penelitian ini sangat rendah dan mempengaruhi strategi koping yang efektif sehingga tidak kambuh yang bisa disimpulkan ada hubungan kepercayaan diri dengan pencegahan <i>relapse</i> walau tak secara spesifik.
6.	Sapkota et al (2016)	<i>Contributing Factors to Relapse of Drug Addiction Among Clients Attending Rehabilitation Centres of Dharan, Nepal</i>	Tujuan penelitian adalah untuk menilai faktor yang berkontribusi terhadap kambuhnya kecanduan narkoba sejak layanan <i>aftercare</i>	Penelitian deskriptif <i>cross-sectional</i>	Sampel penelitian sebanyak 72 responden	Hasil penelitian menyebutkan bahwa faktor yang berkontribusi terhadap kekambuhan pengguna narkoba adalah kepercayaan diri sehingga menarik

					kesimpulan ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan <i>relapse</i> jika kepercayaan diri individu tinggi.	
7.	Febrinabilah & Listiyandini (2017)	Hubungan antara <i>Self Compassion</i> dengan Resilensi pada Mantan Pecandu Narkoba Dewasa Awal	Tujuan penelitian untuk melihat hubungan <i>self compassion</i> dengan resileinsi pada mantan pecandu narkoba	Penelitian Kuantitatif	Sampel penelitian ada 81 orang mantan pecandu narkoba	Hasil penelitian menunjukkan walau tak secara langsung namun jika seorang responden memiliki resiliensi yang cukup baik maka kepercayaan diri yang baik akan mampu melakukan pencegahan <i>relapse</i> . Artinya ada hubungan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan <i>relapse</i> .
8.	Wulandari & Budisetyani (2017)	Gambaran Motivasi Mantan Pecandu Narkotika yang Bekerja sebagai Konselor Rehabilitasi Narkotika	Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui gambaran motivasi mantan pecandu narkotika yang bekerja sebagai konselor rehabilitasi narkotika	Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus	Sampel adalah 1 orang mantan pecandu narkotika yang bekerja sebagai konselor rehabilitasi narkotika	Kepercayaan diri yang diperoleh selama menjalankan pekerjaan dapat membantu pulih dan mencegah terjadinya <i>relapse</i> yang membuktikan bahwa ada hubungan kepercayaan diri dnegan sikap pencegahan <i>relapse</i> .
9.	Gonzalez, et al (2018)	<i>Questionnaire of Core Beliefs Related to Drug Use and Craving for Assessment of Relapse Risk</i>	Bertujuan merancang kuesioner untuk penilaian keyakinan/kepercayaan inti dan keinginan terkait kecanduan	Metode penelitian dengan deskriptif statistik	Sampel dalam penelitian terdiri dari 215 pasien	Ada hubungan kepercayaan diri dengan pencegahan <i>relapse</i> dikarenakan faktor emosi yang positif membuat untuk <i>relapse</i> berkurang.

10. Huznain (2018)	Tingkat Kepercayaan Diri Tidak <i>Relaps</i> Warga Binaan Yayasan untuk Anak Mandiri Indonesia Sebelum Entry	Tujuannya untuk mengetahui lebih jauh bagaimana tingkat kepercayaan diri tidak <i>relapse</i> warga binaan yayasan untuk anak mandiri Indonesia sebelum mereka kembali ke lingkungan sosialnya	Penelitian kualitatif	Sampel dalam penelitian ini ada 8 orang dengan 4 informan utama, dan 4 informan kunci	Ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan untuk tidak <i>relapse</i> selama menjalani rehabilitasi.
11. Azmi (2018)	<i>Drug Addicts: Psychosocial Factor Contributing to Relapse</i>	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memeriksa faktor-faktor yang mempengaruhi kekambuhan di antara pecandu narkoba			Tingkat kepercayaan diri yang rendah dan tinggi menjadi faktor penyebab <i>relapse</i> yang bisa disimpulkan bahwa kepercayaan diri memerlukan dukungan berbagai pihak agar bisa melakukan pencegahan <i>relapse</i> .
12. Ramadhanti et al (2019)	Upaya Pencegahan <i>Relapse</i> Korban Penyalahgunaan Napza di Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) Bumi Kaheman Desa Bandasari Kecamatan Cangkung Kabupaten Bandung	Bertujuan untuk memperoleh gambaran secara mendalam tentang ‘Upaya Pencegahan <i>Relapse</i> Korban Penyalahgunaan Napza di Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) Bumi Kaheman Desa Bandasari Kecamatan Cangkung Kabupaten Bandung’	Penelitian Kualitatif dengan metode deskriptif	Sampel sebanyak 6 orang informan	Hasil penelitian menunjukkan faktor lingkungan menumbuhkan kepercayaan diri individu yang menjalani rehabilitasi sehingga individu memiliki kepercayaan diri untuk tidak <i>relapse</i> .
13. Ardani & Cahyani (2019)	Efektivitas Metode <i>Therapeutic Community</i> dalam Pencegahan <i>Relapse</i> Korban Penyalahgunaan Napza di Panti Sosial Pamardi Putra Galih Pakuan Bogor	Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas pencegahan <i>relapse</i> dengan metode TC yang dilakukan oleh PSPP Galih Pakuan Bogor	Penelitian studi kasus dengan metode deskriptif analitis	Sampel penelitian sebanyak 10 orang yang berada di PSPP Galih Pakuan	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa TC mampu meningkatkan kepercayaan diri namun tidak efektif dalam mencegah <i>relapse</i> sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang berarti antara kepercayaan diri

					dengan pencegahan <i>relapse</i> .
14. Rahmi (2019)	Identifikasi Dukungan Keluarga dalam Membimbing Pasien Rehabilitasi Napza pada Rumoh Harapan Aceh, Kota Banda Aceh	Tujuan untuk mengetahui bentuk dukungan yang diberikan keluarga terhadap pasien yang sedang menjalani proses rehabilitasi NAPZA, untuk mengetahui hambatan yang dialami keluarga dalam memberikan dukungan kepada pasien rehabilitasi NAPZA, dan untuk mengetahui upaya yang dilakukan keluarga untuk mencegah anak kembali menggunakan NAPZA.	Penelitian kualitatif dengan metode deskriptif analitis	Sampel 5 keluarga dengan setiap anggota bersedia 1 orang jadi sampel	Hasil pada penelitian tidak disampaikan bahwa sikap pencegahan <i>relapse</i> yang dilakukan apakah ada hubungan dengan kepercayaan diri melainkan karena faktor lain jadi bisa disimpulkan tidak ada hubungan yang spesifik antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan <i>relapse</i> .
15. Sariyani (2019)	<i>Self-esteem Formation among People Who are in Rehabilitation for Drug Abuse in Bangli Mental Health Hospital, Bali, Indonesia</i>	Bertujuan untuk menggambarkan harga diri di antara informan menggunakan skala harga diri <i>rosenberg</i> yang terkait faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi pembentukan harga diri.	Penelitian Kualitatif	Sampel sebanyak 10 informan menggunakan <i>purposive sampling</i>	Hasil menunjukkan bahwa kepercayaan diri yang meningkat mampu mengendalikan <i>relapse</i> agar tidak terjadi berarti ada hubungan antara kepercayaan diri dan sikap pencegahan <i>relapse</i>

Berdasarkan artikel publikasi yang telah di review, didapatkan artikel publikasi yang meneliti mengenai hubungan kepercayaan diri dengan program *relapse* yang diteliti oleh [Matsumoto et al \(2014\)](#), [Tavakolian & Abolghasemi \(2016\)](#), [Huznain \(2018\)](#), [Ramadhanti et al \(2019\)](#), [Ardani & Cahyani \(2019\)](#). Artikel yang membahas mengenai kepercayaan diri dengan pengguna narkoba yang menjalani pemulihan di rehabilitasi diteliti oleh [Green et al \(2015\)](#), [Sapkota et al \(2016\)](#), [Gonzalez et al \(2018\)](#), dan [Rahmi \(2019\)](#). Artikel yang membahas hubungan kepercayaan diri dengan faktor yang mempengaruhi pencegahan *relapse* terdapat pada penelitian [Febrinabilah & Listiyandini \(2017\)](#), [Wulandari & Budisetyani \(2017\)](#), [Sariyani et al \(2019\)](#). Sedangkan penelitian yang membahas hubungan tingkat kepercayaan diri dengan *relapse* terdapat di penelitian [Zhang et al \(2016\)](#), [Ferreira et al \(2016\)](#), [Azmi et al \(2018\)](#).

Pada penelitian yang dilakukan oleh [Green et al \(2015\)](#) menjabarkan pada individu yang memiliki penyakit mental serius akan menggunakan narkoba sebagai pemulihan Kesehatan mental mereka sehingga menjadi kecanduan dan membuat individu harus melakukan pemulihan ganda. Dari hasil yang dipaparkan oleh peneliti salah satu sikap pencegahan *relapse* yang ada pada individu adalah kepercayaan diri yang tumbuh saat proses menjalani pemulihan. Hal ini membuat individu terdorong untuk tidak menyentuh narkoba lagi. seperti halnya penelitian dari [Zhang et al \(2016\)](#) yaitu tingkat kepercayaan diri yang tinggi dengan kategori “terlalu percaya” diri dapat membuktikan bahwa terjadinya *relapse* rendah sehingga tingkat motivasi untuk melakukan pencegahan *relapse* tinggi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh [Tavakolian & Abolghasemi \(2016\)](#) dikatakan bahwa prediktor kekambuhan yang paling kritis adalah kemampuan seorang individu dalam menggunakan strategi koping dengan efektif ketika dihadapkan dengan situasi berisiko tinggi seperti *relapse* dengan kepercayaan diri yang rendah maka pengguna terapi ini tidak efektif

karena terapi *cognitive-behavioral* sendiri dapat membantu mencegah kekambuhan dengan menyediakan strategi yang mampu meningkatkan kepercayaan diri sehingga mampu melakukan sikap pencegahan *relapse*. Tingkat kepercayaan diri untuk tidak *relapse* itu tinggi karena pengaruh dari program-program yang dijalankan selama rehabilitasi dan membuat tingkat kepercayaan diri untuk sembuh berkembang dan mencegah diri agar tidak *relapse* (Huznain, 2018).

Kepercayaan diri sangat penting dalam faktor yang berkontribusi dalam menyebabkannya kekambuhan karena kurangnya kepercayaan diri yang menjadi penyebab alasan kambuh sehingga kepercayaan diri berhubungan dengan kekambuhan dari pengguna namun belum pasti menjadi salah satu sikap pencegahan *relapse* karena dari tempat perawatan atau rehabilitasi tersebut belum ada program untuk pencegahan *relapse* sendiri (Sapkota et al., 2016). Pada penelitian Ardani & Cahyani (2019) mengungkapkan bahwa pada metode TC membantu perubahan perilaku seperti kepercayaan diri yang meningkat namun hubungan kepercayaan diri dengan sikap pencegahan *relapse* di penelitian ini hubungannya rendah dikarenakan program TC sendiri belum mampu 100% dalam mencegah terjadinya *relapse*.

Dari Gonzalez et al (2018) juga membuktikan bahwasannya kepercayaan diri ada hubungan dengan sikap pencegahan *relapse* dilihat dari emosi positif dari individu yang membuat terjadinya *relapse* berkurang setelah dilakukannya terapi. Dukungan dan kepercayaan diri diperlukan untuk membantu individu pengguna narkoba bisa melakukan pencegahan *relapse* karena dari psikososial individu yang rendah dan keterlibatan lingkungan sekitar seperti teman, keluarga, dan masyarakat.

Dari keseluruhan 15 artikel jurnal yang telah di review dimana membahas hubungan kepercayaan diri dengan sikap pencegahan, sebagian dari artikel jurnal mungkin 80% dari artikel menyebutkan ada keterkaitan hubungan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan *relapse* seperti artikel dari Matsumoto et al (2014), Green et al (2015), Zhang et al (2016), Ferreira et al (2016), Tavakolian & Abolghasemi (2016), Sapkota et al (2016), Febrinabilah & Listiyandini, (2017), Wulandari & Budisetyani (2017), Gonzalez et al (2018), Huznain (2018), Azmi et al (2018), Ramadhanti et al (2019), dan Sariyani et al (2019) sedangkan untuk artikel yang menyebutkan bahwa tidak ada keterkaitan hubungan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan *relapse* walau tak spesifik adalah artikel dari Ardani & Cahyani (2019) dan Rahmi (2019).

4. KESIMPULAN

Kepercayaan diri merupakan faktor yang berpengaruh pada terjadinya *relapse* pada seorang individu yang mana bisa mengarah ke hal yang positif ataupun negatif. Tingkat kepercayaan diri pun berpengaruh pada pemulihan yang dijalankan pengguna narkoba. Sikap pencegahan *relapse* pada pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi dikaitkan dengan berbagai faktor yang membuat seorang individu bisa melakukan sikap pencegahan *relapse*, dari hasil literature review sikap pencegahan *relapse* yang dilakukan karena faktor-faktor yang mempengaruhi *relapse*. Dari penelitian yang telah dipaparkan didapatkan bahwa ada berbagai faktor dan aspek yang mempengaruhi terjadinya kepercayaan diri pada individu pengguna narkoba sehingga mampu untuk mencegah terjadinya *relapse* selama menjalani rehabilitasi. Banyak yang segi positif maupun negatif dalam hal kepercayaan diri yang dialami oleh pengguna narkoba, walaupun kepercayaan diri ada yang berpengaruh kecil pada pencegahan *relapse* namun masih memiliki kaitan dan dengan ini bisa disimpulkan bahwa dari 15 jurnal sebagian jurnal memaparkan dengan jelas walaupun secara tak spesifik bahwa ada hubungan yang jelas dan signifikan antara kepercayaan diri dengan sikap pencegahan *relapse* pada pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi.

SARAN DAN REKOMENDASI

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya sebagai acuan penelitian dikemudian hari.

REFERENSI

- Ardani, I., & Cahyani, H. S. H. (2019). *Efektivitas Metode Threpeutic Community dalam Pencegahan Relapse Korban Penyalahguna Napza di Panti Sosial Pamardi Putra Galih Pakuan Bogor Tahun 2017*. 184–191.
- Azmi, A. A., H., H., Ishak, S. I. D., & Daudfhiri, N. S. (2018). *Drug Addicts : Psychosocial Factor Contributing to Relapse*. 05097, 1–6.
- BNN. (2013). KAMBUH (RELAPSE). Retrieved March 13, 2020, from <https://bnn.go.id/kambuh-relapse/>
- Febrinabilah, R., & Listiyandini, R. A. (2017). *Hubungan Antara Self- Compassion dengan Resiliensi pada Mantan Pecandu*. (April 2016).
- Ferreira, A. C. Z., Czarnobay, J., Borba, L. de O., Capistrano, F. C., Kalinke, L. P., & Maftum, M. A. (2016). *Functionality comparison of elderly residing in two institutional modalities*.
- Ghozali, & Santi, N. N. (2019). Evaluasi Efektifitasi Terapi Static Outing Dalam Meningkatkan Motivasi Pemulihan Residen Di Balai Rehabilitasi Narkoba Samarinda. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8, 219–225.
- Gonzalez, J. M. M., Lopez, R. V., Rojas, O. L., & Garcia, A. V. (2018). *Questionnaire of core beliefs related to drug use and craving for assessment of relapse risk*. 30(3), 170–178.
- Green, C. A., Yarborough, M. T., Polen, M. R., Janoff, S. L., & Yarborough, B. J. H. (2015). *Dual Recovery Among People With Serious Mental Illnesses and Substance Problems : A Qualitative Analysis*. 11(1), 33–41. <https://doi.org/10.1080/15504263.2014.975004>
- Hamdani, A. dk. (2017). *Hubungan Antara Keadaan Keluarga Dengan Perilaku Relapse (Kekambuhan) Narkoba Pada Residen the Correlation Between a Family Situation With Drugs Relapse*. 7(November), 93–98.

- Huznain, R. (2018). *Tingkat Kepercayaan Diri Tidak Relapse Warga Binaan Yayasan untuk Anak Mandiri Indonesia Sebelum Entry*.
- Matsumoto, T., Imamura, F., Kobayashi, O., Wada, K., Ozaki, S., Takeuchi, Y., ... Adachi, Y. (2014). *workbook and group therapy*. 61–69. <https://doi.org/10.1111/pcn.12084>
- Purnomo, I. D., & Hardjanto, G. (2016). *Terapi dengan Pendekatan Konsep Kognitif Perilaku untuk Mencegah Realpse pada Pengguna Narkoba*. 152–174.
- Puslidatin. (2019). Penggunaan Narkotika di Kalangan Remaja Meningkat. Retrieved March 13, 2020, from <https://bnn.go.id/penggunaan-narkotika-kalangan-remaja-meningkat/>
- Puspita, E. A., & Febriyanto, K. (2020). *Hubungan Kecerdasan Emosional terhadap Perilaku Seksual Berisiko pada Lelaki Seks Lelaki (LSL) di Wilayah Kerja Puskesmas Temindung*. 1(2), 718–723.
- Rahmi, Z. (2019). *Identifikasi Dukungan Keluarga dalam Membimbing Pasien Rehabilitasi NAPZA pada Rumoh Harapan Aceh, Kota Banda Aceh*.
- Ramadhanti, A. M., Supiadi, E., & Sundayani, Y. (2019). *Upaya Pencegahan Relapse Korban Penyalahgunaan Napza di Institusi Penerima Wajib Lapor (IPWL) Bumi Kaheman Desa Bandasari Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung*. 1(2).
- Sapkota, S., Khadka, A., & Akela, G. (2016). *Contributing Factors to Relapse of Drug Addiction Among Clients Attending Rehabilitation Centres of Dharan, Nepal*.
- Sariyani, M. D., Ekawati, N. K., Duarsa, D. P., & Ariyanti, K. S. (2019). *Self-esteem formation among people who are in rehabilitation for drug abuse in Bangli Mental Health Hospital , Bali , Indonesia*. 10(3), 477–481. <https://doi.org/10.15562/ism.v10i3.424>
- Tam, H., Shik, A. W., & Lam, S. S. (2016). Using expressive arts in relapse prevention of young psychotropic substance abusers in Hong Kong. *Children and Youth Services Review*, 60, 88–100. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2015.11.022>
- Tavakolian, E., & Abolghasemi, A. (2016). *Effects of cognitive restructuring training on neurocognitive functions in opioid addicts*. 14–21. <https://doi.org/10.12740/APP/62157>
- World Drug Report. (2019). World Drug Report 2019: 35 million people worldwide suffer from drug use disorders while only 1 in 7 people receive treatment. Retrieved June 25, 2020, from 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
- Wulandari, I. G. A. R., & Budisetyani, I. G. A. P. W. (2017). *Gambaran motivasi mantan pecandu narkotika yang bekerja sebagai konselor rehabilitasi narkotika*. 132–143.
- Zhang, Y., Feng, B., Geng, W., Owens, L., & Xi, J. (2016). “Overconfidence” versus “helplessness”: A qualitative study on abstinence self-efficacy of drug users in a male compulsory drug detention center in China. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy*, 1–13. <https://doi.org/10.1186/s13011-016-0073-2>