

Hubungan *Self Hypnotherapy* pada Persentase *Relapse* (kekambuhan) Pengguna NAPZA

Muhammad John Elang Lanang Sismadi, Muhammad Ardiansyah²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran UMY, ²Bagian Syaraf FKIK UMY

Abstrak

Latar belakang : Penyalahgunaan NAPZA berlanjut menjadi masalah dalam jumlah yang besar di masyarakat. Banyak sekali upaya untuk memulihkan pengguna NAPZA tetapi masih banyak yang *relapse* kembali. Banyak cara untuk mencegah terjadinya *relapse* atau kekambuhan yang salah satunya adalah *self hypnotherapy*

Metode : Desain penelitian berupa penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah 22 orang pecandu NAPZA yang sedang dalam tahap *afterccare* yang akan dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok yang sering melakukan *self hypnotherapy* dengan kelompok yang jarang untuk melihat berapa orang dari setiap kelompok yang kembali *relapse*.

Hasil : setelah di hitung dari kelompok yang jarang melakukan *self hypnotherapy* ada sebanyak 6 orang yang *relapse* kembali, sedangkan pada kelompok yang sering tidak ada sama sekali yang *relapse*. Uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji *Fisher Exact Test*, didapatkan nilai sig = 0,006 (sig<0.05).

Kesimpulan : terdapat hubungan yang bermakna antara kategori sering tidaknya melakukan *self hypnotherapy* dengan persentase *relapse* pengguna NAPZA.

Kata kunci : *Self Hypnotherapy*, *Relapse*, NAPZA

Pendahuluan

Mulanya NAPZA merupakan zat-zat yang sering digunakan pada bidang medis untuk menghilangkan rasa sakit seperti Heroin. Heroin ini digunakan sebagai pengganti Morfin untuk melakukan anasthesi. Zat ini menimbulkan ketergantungan dikarenakan berasal dari opium. Jika zat tersebut digunakan sembarangan dan tidak sesuai dosis zat tersebut akan menyebabkan kerusakan fisik, mental dan sikap hidup di masyarakat. Penggunaan NAPZA seperti itu disebut dengan penyalahgunaan NAPZA atau *drug abuse* (Utami, dkk, 2006 dalam Hanifah, Unayah, 2011). Penyalahgunaan NAPZA berlanjut menjadi masalah dalam jumlah yang besar di masyarakat. Kurang lebih 4 juta orang Amerika terkena pengaruh penyalahgunaan NAPZA yang berlanjut menjadi kronis dan menimbulkan hasil yang negative. (Rowe, 2012)

Pada dasarnya pemulihan kepribadian untuk pecandu NAPZA bisa

dilakukan dengan 3 tahap, yaitu: detoksifikasi, rehabilitasi, dan after care, namun melalui tiga tahap tersebut risiko kemungkinan untuk relapse (kekambuhan) masih besar. Kekambuhan didefinisikan sebagai munculnya kembali tingkah laku disfungsional setelah diberikan penanganan. Faktor faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya kekambuhan di antaranya

adalah pengguna NAPZA mengasingkan diri dan gagal menjadi anggota kelompok pendukung yang aktif, serta kembali ke kebiasaan lamanya dengan alasan mereka menjadi lebih nyaman dan lebih percaya diri dan juga lebih diterima pada kalangan orang-orang yang menggunakan NAPZA. (Marina 2011).

Bahan dan Cara

Desain penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Untuk mengetahui hubungan self hypnotherapy pada persentase relapse

pengguna NAPZA. Pengumpulan data dilakukan melalui pencatatan record self hypnotherapy yang digunakan yayasan.

Subyek penelitian ini adalah mantan pengguna NAPZA yang sudah masuk tahap pemulihan fase rehabilitasi minimal 6 bulan di yayasan sahabat rekan sebaya yang dibagi dalam 2 kelompok yang sering melakukan self hypnotherapy dengan yang jarang.

Sebagai kriteria inklusi penelitian ini adalah mantan pengguna NAPZA di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya yang sudah melewati tahap rehabilitasi selama 6 bulan dan sudah mengikuti program self hypnotherapy. Adapun pasien yang mengalami diagnosis ganda seperti gangguan jiwa (skizofrenia) dikeluarkan dari penelitian atau sebagai kriteria eksklusi.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah self hypnotherapy, dan variabel tergantung pada penelitian ini adalah

kekambuhan atau *relapse* pada pengguna NAPZA.

Instrumen yang dibutuhkan dalam melakukan penelitian ini adalah catatan relapse dan catatan self hypnotherapy pasien Yayasan Sahabat Rekan Sebaya.

Penelitian telah dilakukan di Unit Narkoba Rumah Sakit Bhayangkara Selapa Polri Lebak Bulus DKI Jakarta. Terdapat dua kelompok pada penelitian ini, kelompok pertama adalah kelompok yang melakukan self hypnotherapy dengan frekuensi sering dan kelompok dengan frekuensi jarang

Penelitian ini diawali dengan menentukan tujuan dan judul penelitian setelah itu peneliti mulai mengumpulkan bahan dan landasan penelitian dan menyusun proposal penelitian. Setelah proposal sudah siap, dilanjutkan dengan presentasi proposal penelitian di depan dosen pembimbing dan dosen penguji. Setelah Proposal disetujui, peneliti segera mengurus perizinan. Pertama meminta izin

ke Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Rumah Sakit Bhayangkara Selapa POLRI dan juga Yayasan Sahabat Rekan Sebaya. Peneliti dapat memulai penelitian dengan cara melihat, mengamati, dan mencatat catatan self hypnotherapy pasien yang memenuhi kriteria inklusi. Observasi dilakukan satu kali untuk masing-masing sampel. Setelah data terkumpul, peneliti menganalisis data. Penganalisisan data dimulai dengan pengolahan data, yaitu memasukkan, menganalisis, serta mengoreksi data yang telah didapatkan. Setelah melakukan pengolahan data, selanjutnya dilakukan pemberian kode sampel berupa pemberian kode angka pada atribut variabel untuk mempermudah analisis data, dan tahap akhirnya dilakukan pemberian tabel yang kemudian diolah dengan menggunakan program komputer SPSS versi 15. Jenis tes yang digunakan dalam penarikan kesimpulan adalah *Shapiro Wilk* dan *Fisher Exact Test*.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah jenis kelamin dan usia. Subjek penelitian terdiri dari 22 orang pengguna NAPZA yang tergabung di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya, yang terdiri dari 20 orang pria dan 20 orang wanita.

2. Uji Normalitas

Sebelum data hasil hubungan persentase relapse dilakukan menggunakan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah distribusi normal atau tidak dengan menggunakan uji *shapiro wilk*, karena sampel berjumlah 22 orang (<50 orang). Data yang akan di uji normalitas terdiri dari data relapse dan data kategori frekuensi melakukan *self hypnotherapy*. Setelah data di hitung dengan uji *Shapiro Wilk* didapatkan nilai signifikansi 0,000 untuk data relapse dan 0,000 untuk data kategori frekuensi melakukan *self hypnotherapy*. Berdasarkan uji normalitas

data menggunakan uji *Shapiro Wilk* didapatkan bahwa data *relapse* dan data kategori frekuensi melakukan *self hypnoherapy* tidak normal, semua nilai signifikansi atau nilai probabilitas $<0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data berasal dari populasi-populasi yang mempunyai varians tidak sama. Uji hipotesis mengenai pengaruh *self hypnotherapy* dengan tingkat keparahan adiksi menggunakan jenis uji non parametrik yaitu uji hipotesis *Chi Square Test*.

3. Hubungan *Self Hypnotherapy* Terhadap Persentase *Relapse* pada Pengguna NAPZA

Kategori <i>Self Hypnotherapy</i>		<i>Relapse</i>		Total
		Ya	Tidak	
Jarang	<i>Count</i>	6	5	11
	<i>Expected Count</i>	3,0	8,0	11,0
Sering	<i>Count</i>	0	11	11
	<i>Expected Count</i>	3,0	8,0	11,0
Total	<i>Count</i>	6	16	22
	<i>Expected Count</i>	6,0	16,0	22,0

Dari tabel di atas di dapatkan nilai *count* masing-masing 6, 5, 0, 11; sedangkan *expected count* masing masing 3.0, 8.0, 3.0, 8.0. Hasil di atas tabel ini tidak layak diuji dengan *Chi Square* karena

ada nilai *expected count* yang kurang dari 5. Data diuji dengan *Fisher Test*.

	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Fisher Test	0,012	0,006

Uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji *Fisher Exact test*, didapatkan nilai sig = 0,006 (sig $<0,05$), sehingga diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kategori sering tidaknya melakukan *Self Hypnotherapy* dengan persentase *relapse* pengguna NAPZA

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan jarang atau seringnya melakukan *self hypnotherapy* dengan persentase *relapse* pengguna NAPZA.

Hasil dari penelitian pada 11 orang kelompok yang jarang melakukan *self hypnotherapy* ada 6 orang yang *relapse*. Ada 11 orang kelompok yang sering melakukan *self hypnotherapy* tidak ada satupun yang *relapse*. Hal ini

menunjukkan adanya hubungan yang signifikan (nilai sig <0,05) antara *self hypnotherapy* dengan persentase *relapse* pengguna NAPZA.

Sebuah aspek penting dari penggunaan NAPZA adalah kecenderungan untuk penggunaan berulang dan ketergantungan. Ketergantungan NAPZA dapat menyebabkan peningkatan toleransi terhadap substansi yang bersangkutan yang bisa menyebabkan terjadinya *relapse*. Jika kita bisa merombak ulang proses berpikir yang sudah dirusak oleh zat-zat berbahaya itu, maka kita bisa mencegah terjadinya *relapse*.

Self hypnotherapy dalam mempengaruhi *relapse* terjadi karena adanya pengaturan ulang pikiran bawah sadar seseorang agar pikirannya bisa terlepas dari keinginan untuk kembali mencoba atau memakai NAPZA.

Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah *self hypnotherapy* mempunyai hubungan dalam persentase

relapse pengguna NAPZA, kelompok yang lebih sering melakukan *self hypnotherapy* mempunyai persentase *relapse* yang lebih kecil dibanding dengan kelompok yang lebih jarang melakukan *self hypnotherapy*

Saran

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan *self hypnotherapy* pada persentase *relapse* pengguna NAPZA dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan secara langsung bukan mengambil data sekunder.

Daftar pustaka

- Afiatin, T. (2010). *Asertif, jaya, inovatif: Pencegahan penyalahgunaan NAPZA dengan program AJI*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Badan Narkotika Nasional. (2012). *Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Bagi Remaja*. Jakarta: KOMINFO.
- Badan Narkotika Nasional. (2013). *Kebijakan BNN Rehabilitasi Pengguna Narkotika*. Jakarta: Badan Narkotika Nasional.
- Elfiky, Ibrahim. (2014). *Terapi Berpikir Positif*. Terjemahan oleh Khalifurrahman Fath & M. Taufik Damas. 2008. Jakarta: Kalola Printing.

- Hanifah Abu, Unayah Nunung. (2011). *Mencegah dan Menanggulangi Penyalahgunaan Napza melalui Peran Serta Masyarakat*. Informasi, Vol. 16 No. 01 Tahun 2011.
- Husin, Siste. (2013). *Buku Ajar Psikiatri Edisi Kedua*. Sylvia D. Elvira & Gitayanti Hadisukanto (Eds.). Jakarta: Badan Penerbit FKUI.
- MacGregor, Sandy. (2000). *Piece of Mind, Menggunakan Kekuatan Pikiran Bawah Sadar untuk Mencapai Tujuan*. Terjemahan oleh Yudi Sujana. 2000. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Marina. P, Eva. (2011). *Keterampilan Psikologis "Be Strong" untuk Meningkatkan Asertivitas Pengguna Napza di Panti Rehabilitasi X*. Naskah publikasi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Rowe, Cynthia L. 2012. *Journal of Marital and Family Therapy*; 38, 1; ProQuest Sociology pg. 59