



Gambaran Tingkat Kejenuhan (*Burnout*) dan Motivasi Sembuh Klien Rehabilitasi Narkoba di Plato Foundation

Fahrizal Amin Nurfaizi¹, Atik Qurrota A' Yunin Al Isyrofi², Savira Auliya Abdullah³

^{1,2}Kesehatan Masyarakat, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Indonesia

³PLATO Foundation, Surabaya, Indonesia

Email: ¹fahrizalamin028.km19@student.unusa.ac.id, ²atikqurrotaa@unusa.ac.id

Abstract

Drug abusers experience several difficulties while undergoing rehabilitation programs, one of which is a lack of motivation to recover. Lack of self-motivation causes several problems for drug abusers in rehabilitation, one of which is boredom which can hinder the recovery process. Motivation and boredom of drug rehabilitation patients need to be considered because they greatly affect the success of the rehabilitation process. The purpose of this study was to determine the level of saturation and recovery motivation of drug rehabilitation clients at Plato Foundation. This research uses a descriptive quantitative study with a cross-sectional approach method and data collection is done by distributing questionnaires to 15 respondents with a sampling method, namely the total population. Based on the results of the study, it shows that 60% of respondents do not experience saturation and 40% experience feelings of saturation and as many as 80% of respondents have high recovery motivation and 20% of respondents have low recovery motivation. The role of activities and activities greatly affects the motivation and burnout of drug abusers while undergoing a rehabilitation program.

Keywords: *Burnout, Motivation to Recover, Drug Rehabilitation Clients*

Abstrak

Penyalahguna narkoba mengalami beberapa kesulitan saat menjalani program rehabilitasi, salah satu diantaranya ialah kurangnya motivasi untuk sembuh. Kurangnya motivasi diri menyebabkan beberapa masalah pada para penyalahguna narkoba di tempat rehabilitasi, salah satunya yaitu kejenuhan yang bisa menghambat proses pemulihan. Motivasi dan kejenuhan para pasien rehabilitasi narkoba perlu diperhatikan karena sangat mempengaruhi terhadap keberhasilan proses rehabilitasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kejenuhan dan motivasi sembuh klien rehabilitasi narkoba di Plato Foundation. Penelitian ini menggunakan studi kuantitatif deskriptif dengan metode pendekatan cross-sectional dan pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner terhadap 15 responden dengan metode sampling yaitu total populasi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat 60% responden tidak mengalami kejenuhan dan terdapat 40% mengalami perasaan jenuh serta sebanyak 80% responden memiliki motivasi sembuh yang tinggi dan 20% responden memiliki motivasi

Penulis Korespondensi:

Fahrizal Amin Nurfaizi | fahrizalamin028.km19@student.unusa.ac.id

sembuh yang rendah. Peran aktivitas dan kegiatan sangat mempengaruhi motivasi dan kejenuhan (*burnout*) para penyalahguna narkoba saat menjalani program rehabilitasi.

Kata Kunci: Kejenuhan, Motivasi Sembuh, Klien Rehabilitasi Narkoba

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba merupakan penggunaan obat-obatan golongan zat adiktif, narkotika dan psikotropika yang disalahgunakan tidak sesuai dengan fungsinya yang bisa menyebabkan adiksi atau kecanduan terhadap penggunaannya. Menurut badan narkotika nasional (BNN) menyatakan bahwa penyalahgunaan narkoba merupakan pemakaian obat-obatan narkoba di luar kepentingan pengobatan medis dan di luar kepentingan pengembangan ilmu pengetahuan (Irianto, 2022).

Bagi para korban penyalahgunaan narkoba, perlu adanya penanganan yang serius dan tuntas, supaya korban dapat sadar dan tidak kambuh kembali ke dalam masalah penyalahgunaan narkoba, salah satu penanggulangannya adalah dengan program rehabilitasi. Menurut (Badriah et al., 2018) bahwa pelayanan rehabilitasi merupakan salah satu program penanggulangan bagi korban penyalahgunaan narkoba yang diperlukan untuk upaya perubahan perilaku, baik perubahan fisik maupun mental spiritual korban. Proses rehabilitasi terhadap penyalahguna narkoba merupakan bentuk dukungan dan perlindungan sosial agar para penyalahguna ataupun pecandu narkoba tidak lagi terjerumus ke dalam penyimpangan tersebut.

Tentunya dalam proses rehabilitasi, tidak mudah untuk mengubah perilaku para penyalahguna narkoba, banyak tantangan yang harus dilalui dalam setiap tahap pemulihannya, karena sangat tergantung pada motivasi diri atau kesadaran individu para pecandu untuk sembuh. Motivasi merupakan suatu bentuk respon tubuh terhadap keadaan diri pribadi dan lingkungan untuk mendorong ke hal yang lebih baik, dorongan tersebut bisa timbul dari dalam diri ataupun dari pengaruh orang lain. Pernyataan tersebut senada dengan yang diungkapkan Prastiwi dan Liatyaningsih (2017), bahwa motivasi diartikan sebagai suatu dorongan yang timbul dari dalam diri seseorang atau ada dorongan dari pihak lain. Apabila dorongan motivasi sembuh dalam proses rehabilitasi itu rendah maka tentunya akan mempengaruhi keefektifan program rehabilitasi itu sendiri.

Kurangnya motivasi diri tersebut menyebabkan beberapa masalah pada para penyalahguna narkoba di tempat rehabilitasi, salah satunya yaitu kejenuhan, yang bisa menghambat proses pemulihan. Hal tersebut sesuai dengan yang dijelaskan (Malik & Syafiq, 2019) bahwa dalam proses rehabilitasi para pasien atau para korban penyalahgunaan narkoba merasakan kejenuhan (*burnout*), yang merupakan akibat dari penyesuaian diri yang buruk dan kurangnya niat untuk mengikuti kegiatan atau program-program rehabilitasi. Kejenuhan (*burnout*) merupakan suatu keadaan akibat adanya tekanan diri pribadi maupun dari lingkungan yang menyebabkan suatu individu merasa letih, kelelahan baik mental maupun emosional, dan perasaan tidak berdaya, yang disebabkan oleh stres akibat pekerjaan atau kegiatan yang sangat berat.

METODE

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif deskriptif dengan rancangan pendekatan *cross-sectional* dan analisis data yang digunakan ialah penentuan statistik nilai rata-rata dengan menggunakan *aplikasi Microsoft Excel*. Teknik *sampling* dalam penelitian ini adalah menggunakan total populasi atau *sampling total*. Pengambilan data dilakukan pada

bulan Desember 2022 dengan menyebarkan kuesioner terhadap 15 orang yang menjalani program rehabilitasi di Yayasan Rehabilitasi PLATO Foundation.

HASIL

Gambaran Tingkat Kejenuhan (*Burnout*) Klien Rehabilitasi

Pengukuran dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner dengan 7 pernyataan terhadap 15 responden yang ada di lembaga rehabilitasi PLATO Foundation. Indikator penilaian pernyataan kuisisioner yaitu:

- 1) Ya = Skor 1
- 2) Tidak = Skor 0

Tabel 1. Hasil skoring rata-rata kejenuhan (*burnout*)

Jumlah Responden	Jumlah pernyataan	Hasil skoring keseluruhan
15	7	4.3

Berdasarkan hasil skoring rata-rata pada tabel diatas dapat dikategorikan penilaiannya sebagai berikut:

- 1) Lebih dari atau sama dengan 4,3 = Jenuh
- 2) kurang dari 4,3 = tidak jenuh

Tabel 2. Hasil persentase tingkat kejenuhan (*burnout*)

Kategori Skor	Skor Responden	Persentase	Hasil
$\leq 4,3$	8 Orang	60%	Tidak jenuh
$\geq 4,3$	6 Orang	40%	Jenuh

Tebel diatas merupakan hasil persentase dari masing-masing skor responden yang menunjukkan terdapat 8 responden memiliki skor kurang dari 4,3 dengan persentase 60%, yang artinya 8 orang tersebut tidak mengalami kejenuhan. Namun, hasil tabel diatas juga menunjukkan terdapat 40% responden yang memiliki skor lebih dari 4,3 yang artinya 6 orang tersbut mengalami kejenuhan.

Gambaran Motivasi Sembuh Klien Rehabilitasi

Pengukuran dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner dengan 5 pernyataan terhadap 15 responden yang ada di lembaga rehabilitasi PLATO Foundation. Indikator penilaian pernyataan kuisisioner yaitu:

- 1) Ya = Skor 1
- 2) Tidak = Skor 0

Tabel 3. Hasil skoring rata-rata motivasi sembuh

Jumlah Responden	Jumlah pernyataan	Hasil skoring keseluruhan
15	5	2.8

Berdasarkan hasil skoring rata-rata pada tabel diatas dapat dikategorikan penilaiannya sebagai berikut:

- 1) Lebih dari atau sama dengan 2,8 = Motivasi tinggi
- 2) kurang dari 4,3 = Motivasi rendah

Tabel 4. Hasil persentase tingkat motivasi sembuh

Kategori Skor	Skor Responden	Persentase	Hasil
≤ 2,8	3 Orang	20%	Motivasi rendah
> 2,8	12 Orang	80%	Motivasi tinggi

Tabel diatas menunjukkan terdapat 12 orang responden memiliki motivasi tinggi untuk sembuh atau pulih dengan persentase yaitu 80%. Sedangkan, 3 orang responden lainnya memiliki motivasi yang rendah untuk pulih dengan persentase 20%.

PEMBAHASAN

Gambaran Tingkat Kejenuhan (*Burnout*) Klien Rehabilitasi

Kejenuhan (*Burnout*) merupakan suatu keadaan akibat adanya tekanan diri pribadi maupun dari lingkungan yang menyebabkan suatu individu merasa letih, kelelahan baik mental maupun emosional, dan perasaan tidak berdaya, yang disebabkan oleh stres akibat pekerjaan atau kegiatan yang sangat berat. Menurut Christianty & Widhianingtanti, (2017) menyatakan bahwa *Burnout* merupakan suatu kelelahan emosional yang dialami oleh suatu individu secara berkepanjangan yang bisa menyebabkan perubahan sikap dan perubahan perilaku yang negatif.

Berdasarkan hasil yang sudah dijelaskan sebelumnya bahwa terdapat 60% responden tidak mengalami kejenuhan. Meskipun persentase responden yang tidak mengalami kejenuhan sangat tinggi, terdapat pula beberapa responden yang mengalami kejenuhan yaitu sebanyak 6 orang responden dengan persentase 40%.

Kejenuhan tersebut didasari oleh tekanan aktivitas dan kegiatan yang diterima oleh pasien rehabilitasi yang tidak sesuai dengan keinginannya atau tidak sesuai dengan aspek dalam dirinya. Berdasarkan pernyataan-pernyataan yang sudah diajukan terhadap responden terdapat 14 orang yang menjawab bahwa mengalami rasa bosan karena beraktivitas yang dilakukan, 9 orang mengalami kelelahan fisik dan emosional, serta 8 orang merasa tertekan setelah setiap hari beraktivitas.

Menurut Rantekata dan Nurjannah, (2022) bahwa terdapat perasaan jenuh yang dialami oleh para pasien rehabilitasi, terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab pasien rehabilitasi mengalami kejenuhan seperti para pasien tidak produktif selama menjalani program rehabilitasi, pola hidup yang tidak teratur, dan adanya perasaan hampa secara rohaniah pada diri pasien sehingga pasien rehabilitasi sulit menemukan kebermaknaan hidup dan kebahagiaan. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor yang sangat mempengaruhi akan terjadinya kejenuhan dalam proses rehabilitasi adalah kegiatan dan aktivitas yang tidak bermakna yang dijalani oleh pasien rehabilitasi.

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan ditempat rehabilitasi, aktivitas yang dijalani pasien rehabilitasi ialah mengikuti kegiatan pembelajaran atau edukasi yang

dilakukan setiap hari senin sampai hari jum'at pada pagi hari hingga sore hari, kemudian kegiatan meeting dengan teman-teman rehabilitasi lain saat malam hari, dan program terapi kelompok. Kegiatan-kegiatan tersebutlah yang diindikasikan menjadi tekanan saat menjalani rehabilitasi.

Gambaran Motivasi Sembuh Klien Rehabilitasi

Sembuh merupakan kembalinya kondisi seseorang dalam keadaan normal yang sebelumnya menderita suatu penyakit, baik penyakit fisik maupun mental. Untuk mencapai titik sembuh seorang yang menderita suatu penyakit harus diiringi dengan motivasi sembuh yang kuat. Motivasi sembuh merupakan kondisi mental yang dapat mendorong seseorang untuk melakukan sebuah tindakan dan memberikan kekuatan sebagai bentuk kesadaran yang mengarah seseorang tersebut pada titik kesembuhan.

Motivasi juga dapat diartikan sebagai aktualisasi dari daya kekuatan yang timbul dari dalam diri seseorang dan dapat diaktifkan serta mengarahkan perilaku yang merupakan perwujudan antara keinginan dan situasi yang dapat berfungsi untuk mencapai tujuan yang diharapkan dan berlangsung dalam suatu proses yang dinamis (Prihartanta, 2015).

Berdasarkan hasil skoring yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa terdapat 80% dari total responden memiliki motivasi tinggi untuk sembuh atau pulih. Sedangkan sebanyak 20% responden lainnya memiliki motivasi yang rendah. Akan tetapi jika mengacu pada pernyataan-pernyataan yang diajukan didapatkan bahwa mayoritas responden masih memiliki perasaan malas saat menjalani rehabilitasi dan adanya perasaan ingin memakai narkoba kembali (*relaps*). Menurut (Badriah et al., 2018) bahwa kekambuhan (*relaps*) disebabkan karena adanya pelayanan rehabilitasi yang bersifat mengekang sehingga menyebabkan para pasien rehabilitasi melakukan penyangkalan dan bermalas-malasan dalam menjalnai rehabilitasi. Hal semacam itu sepatutnya harus diperhatikan oleh pihak yayasan rehabilitasi supaya motivasi sembuh para klien rehabilitasi tetap stabil, karena motivasi merupakan hal yang sangat penting sebagai penggerak untuk mencapai suatu tujuan, untuk itu motivasi sembuh perlu dimunculkan pada penyalahguna narkoba saat berada ditahap proses pemulihan sebagai bentuk pemenuhan untuk mencapai kesembuhan.

Samara dan Wuryaningsih, (2022) menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mendorong para penyalahguna narkoba untuk termotivasi sembuh ialah Faktor Intrinsik dan Faktor Ekstrinsik. Faktor Intrinsik merupakan bentuk motivasi yang timbul dari dalam diri pasien seperti, kemauan diri atau niat pasien rehabilitasi yang meliputi adanya dorongan dalam diri, rasa bersalah kepada orangtua, serta harapan yang ingin dicapai. Faktor Ekstrinsik merupakan bentuk motivasi yang datangnya dari luar individu seperti adanya pengaruh dari teman yang sudah berhenti menggunakan Napza, peran orangtua, peran baik dari konselor dan pekerja sosial, serta pemberian reward (penghargaan) dari pihak Yayasan. Menurut Suparno (2017), bahwa faktor yang erat hubungannya dengan motivasi sembuh pasien rehabilitasi adalah faktor kesadaran diri dan faktor dukungan sosial. Dari pernyataan diatas dapat kita tarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang timbul dari dalam diri individu atau dari luar individu sangat mempengaruhi terhadap dorongan motivasi sembuh pasien rehabilitasi narkoba.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil skoring yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa mayoritas responden sebanyak 60% tidak mengalami kejenuhan dan sebanyak 40% lainnya mengalami kejenuhan (*burnout*). Serta juga terdapat 80% dari total responden sudah

memiliki motivasi tinggi untuk sembuh atau pulih. Sedangkan responden lainnya memiliki motivasi yang rendah untuk sembuh sebanyak 20%.

Saran untuk penanganan kejenuhan (*burnout*) yaitu memberikan program-program yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan klien, memberikan fasilitas atau sarana prasarana yang dapat menghibur dan menumbuhkan rasa semangat dalam diri klien, menyelipkan permainan-permainan yang menarik saat memberikan edukasi dengan klien rehabilitasi. Saran untuk meningkatkan motivasi klien rehabilitasi ialah memberikan apresiasi atau penghargaan bagi klien yang disiplin dalam melakukan aktifitas, melakukan pendekatan secara personal dengan disertai dorongan yang kuat untuk perubahan ke yang lebih baik, memberikan waktu dengan keluarga, walaupun satu minggu sekali.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada lembaga Yayasan PLATO Foundation yang telah memberikan kesempatan bagi kami untuk melakukan penelitian tentang gambaran tingkat kejenuhan dan motivasi sembuh klien rehabilitasi narkoba di Plato Foundation, dan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dan berkontribusi dalam penyusunan artikel ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada para dewan pembimbing lapangan yang telah memberikan arahan serta masukan selama penelitian ini dilaksanakan, sehingga penyusunan artikel ini berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Badriah, D. L., Pranatha, A., & Lastari, V. F. (2018). HUBUNGAN ANTARA FAKTOR PENYEBAB DENGAN KEKAMBUHAN PADA PENYALAHGUNA NARKOBA DI YAYASAN MAHA KASIH KUNINGAN. *JURNAL KESEHATAN INDRA HUSADA*, 5(2), 58–71. <https://doi.org/10.36973/jkih.v5i2.25>
- Christianty, T. O. V., & Widhianingtanti, L. T. (2017). BURNOUT DITINJAU DARI EMPLOYEE ENGAGEMENT PADA KARYAWAN. *PSIKODIMENSIA*, 15(2), 351. <https://doi.org/10.24167/psiko.v15i2.996>
- Irianto, A. (2022). *Survei Nasional Penyalahgunaan Narkoba 2021*. Pusat Penelitian, Data, dan Informasi Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- Januar, R. (2016). Penggunaan Narkotika Mendukung Perilaku - Perilaku Berisiko, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*; Vol. 7.
- Malik, A. M., & Syafiq, M. (2019). Pengalaman Rehabilitasi Penyalahguna Narkoba. . . *Character*, 06.
- Prastiwi, E. Y. B., & Liatyaningsih. (2017). *MOTIVASI REMAJA DALAM MENGIKUTI REHABILITASI NARKOBA DI YAYASAN PLATO FOUNDATION PROVINSI JAWA TIMUR*. 05.
- Prihartanta, W. (2015). *TEORI-TEORI MOTIVASI*. 1(83).
- Rantekata, N. A., & Nurjannah. (2022). *Upaya Konselor Adiksi dalam Mengatasi Kejenuhan Residence Pecandu NAPZA*. 7(2), 1–13. <http://10.24256/pal.v7i2.280>
- Samara, G. A., & Wuryaningsih, C. E. (2022). Motivasi Sembuh Pada Anak Jalanan Korban Penyalahgunaan NAPZA (Studi Kualitatif di Yayasan Balarenik). *Perilaku*

dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior,
4(1), 8. <https://doi.org/10.47034/ppk.v4i1.5799>

Suparno, S. F. (2017). Hubungan Dukungan Sosial dan Kesadaran Diri dengan Motivasi Sembuh Pecandu Napza. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4358>