

## Penyesuaian diri orangtua terhadap gangguan penggunaan zat yang dialami anak

Nurul Rahma, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20313011&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Beberapa tahun terakhir ini, Indonesia kembali dilanda persoalan penyalahgunaan zat yang sebagian besar melibatkan kaum muda. Hal ini misalnya terlihat dari meningkatnya pemberitaan di berbagai media massa tentang kasus-kasus tersebut. Kenyataan ini dapat pula dilihat dari jumlah pasien Rumah Sakit Ketergantungan Obat (RSKO) yang dari waktu ke waktu semakin bertambah.

Terlibatnya anak dalam penyalahgunaan zat dan dengan segala konsekuensi yang ditimbulkannya tentu akan menyebabkan perubahan dalam kehidupan keluarga. Hal ini tak terhindarkan lagi menuntut orangtua untuk menyesuaikan diri dalam menghadapinya. Rogers dan McMillin (1992), menyatakan bahwa orangtua peranan besar dalam mendukung proses kesembuhan anak dari gangguan penggunaan zat yang dialaminya, tentunya apabila orangtua dapat melakukan penyesuaian diri yang tepat dalam menghadapinya. Dari sinilah peneliti tertarik untuk menggali lebih jauh tentang bagaimana orangtua melakukan penyesuaian diri terhadap gangguan penggunaan zat yang dialami anak.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang berarti bagi RSKO atau pihak-pihak lain yang terkait dengan masalah ini, dalam upaya memberikan dukungan pada orangtua sehingga orangtua diharapkan dapat melakukan penyesuaian diri yang semaksimal mungkin mendukung proses kesembuhan anak dari gangguan penggunaan zat yang dialaminya.

Penyesuaian diri keluarga dalam menghadapi salah satu anggota keluarganya yang mengalami gangguan penggunaan zat menurut Kauffman (1991), Rogers, dan McMillin (1992), terbagi dalam dua macam, yaitu enmeshment dan detachment. Orangtua dikatakan mengalami enmeshment apabila menjadi sedemikian terpengaruh secara emosional sehingga perilakunya menjadi reaktif terhadap perilaku anak yang mengalami gangguan penggunaan zat. Perilaku reaktif orangtua ini tampil dalam bentuk perilaku provoking, di mana orangtua seolah-olah berperan sebagai polisi (the police) bagi anak, dan perilaku enabling, di mana orangtua seolah-olah berperan sebagai pelindung (the protector) bagi anak. Sedangkan orangtua dikatakan mengalami detachment apabila mereka dapat menguasai emosinya sendiri sehingga perilaku mereka tidak menjadi reaktif melainkan lebih terfokus pada pemecahan masalah yang sebenarnya. Perilaku orangtua yang mengalami detachment dinamakan perilaku detached-concern.

Subyek dalam penelitian ini adalah orangtua dari pasien RSKO yang telah beberapa kali menjalani pengobatan. Hal ini ditetapkan agar dapat menggali penyesuaian diri orangtua secara utuh dan menyeluruh. Pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara mendalam dengan pedoman wawancara berbentuk pertanyaan terbuka. Data yang diperoleh akan diolah dan dianalisis secara kualitatif.

Dari hasil wawancara ditemukan bahwa tujuh dari delapan orangtua mengalami enmeshment. Hal ini terlihat dari gambaran keadaan emosional mereka serta perilaku provoking dan enabling yang ditampilkan dalam menghadapi anak yang bermasalah tersebut. Perilaku provoking orangtua terlihat dari adanya usaha-usaha yang terus menerus dalam mengontrol perilaku anak, misalnya dengan melakukan kekerasan verbal atau fisik terhadap anak, argumen-argumen sengit, pemantauan gerak-gerik anak, atau tuduhan-tuduhan

memakai zat. Perilaku enabling terlihat dari usaha-usaha yang ditujukan untuk menyenangkan anak serta melindunginya dari berbagai konsekuensi yang menyakitkan sekalipun itu akibat perilakunya sendiri. Misalnya dengan membebaskan anak dari penjara, memberi fasilitas mobil dan uang berlebih pada saat anak belum sepenuhnya terlepas dari gangguan penggunaan zat, merawat dan menjaga anak seperti bayi yang tak berdaya, atau memendam emosi demi menghindari konflik dan kekacauan yang lebih parah. Para orangtua tersebut terlihat mengalami tekanan emosional yang berat yang pada akhirnya seringkali membuat mereka menjadi tidak nafsu makan, gelisah, menarik diri dari pergaulan sosial, sulit tidur, darah tinggi, sakit kepala, bahkan terkena serangan jantung.

Hanya satu subyek orangtua dalam penelitian ini yang ditemukan mengalami detachment. Hal ini terlihat dari keadaan dirinya yang mampu menguasai emosinya sendiri sehingga tidak sampai menjadi reaktif terhadap perilaku anak, meskipun rasa marah atau kecewa tidak terhindarkan lagi dirasakannya. Subyek lebih memfokuskan diri dalam mencari solusi atas masalah yang sebenarnya. Hal ini misalnya terlihat dari perilaku detached concern yang ditampilkannya, antara lain konfrontasi yang tidak bernada menyerang atau menuduh, melainkan mengajak anak berdiskusi sambil dengan tenang mengungkapkan fakta-fakta tentang konsekuensi buruk yang terjadi akibat perilakunya tersebut. Konfrontasi dilakukan dengan tegas dan tanpa diulang-ulang lagi pada kesempatan berikutnya. Subyek juga tidak terjebak dalam perilaku yang terus-menerus mengontrol gerak-gerik anak, melainkan dengan tetap memberikan kebebasan pada anak namun juga memberi batasan-batasan yang harga dipatuhi. Selain itu, subyek tidak menjadikan masalah gangguan penggunaan zat sebagai tema utama dalam komunikasi dengan anak. Komunikasi lebih diarahkan pada kegiatan apa yang ingin dilakukan anak dalam mengisi waktu luangnya. Pada saat segala upaya telah dilakukan dalam memberi pengertian pada anak, namun anak tidak juga tergerak untuk mengubah perilakunya, subyek membuat suatu kesepakatan yang tegas dengan anak, misalnya dengan menyuruh anak memilih antara tetap tinggal di rumah dengan mematuhi aturan-aturannya, atau tidak perlu mematuhi aturan-aturannya tapi pergi meninggalkan rumah. Kesepakatan yang tegas ini dimaksudkan subyek agar anak belajar menerima konsekuensi buruk akibat aksi yang dipilih untuk dilakukannya, sehingga diharapkan anak dapat bertanggung jawab atas perbuatannya dan akhirnya mau mengubah perilakunya.

Hal lain yang ditemukan dari penelitian ini adalah timbulnya masalah baru di luar masalah penggunaan zat yang dialami anak, yang tampaknya memperparah tekanan emosional yang dialami orangtua, yaitu konflik antara sesama orangtua dalam hal cara mereka memperlakukan anak. Orangtua yang satu tidak setuju dengan cara orangtua lainnya memperlakukan anak.

Sehubungan dengan hasil penelitian, orangtua dianjurkan untuk membekali diri dengan informasi yang benar tentang gangguan penggunaan obat. Caranya antara lain dengan berdiskusi dengan orang-orang yang tahu banyak tentang masalah ini, misalnya dokter, psikiater, atau psikolog yang mengkhususkan diri dalam masalah tersebut. Orangtua juga dianjurkan untuk waspada terhadap emosi dan perilakunya sendiri dan mencari cara-cara yang dapat membuatnya memperoleh kenyamanan emosional, misalnya dengan mengembangkan karir, hobi, atau persahabatan. Dengan kenyamanan emosional yang diperoleh, orangtua kemudian dianjurkan untuk menerapkan perilaku detached concern seperti yang telah diuraikan sebelumnya.

Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mengadakan cross-checked pada anak tentang apa yang dipikirkan dan dirasakannya terhadap diri orangtua dan cara orangtua memperlakukannya. Dan untuk lebih memperkaya data, ada baiknya pula bila dilakukan penggalan data melalui orang lain, atau anggota keluarga lain yang tinggal serumah dengan orangtua tentang bagaimana sikap dan perilaku sehari-hari ibu

dan bapak di rumah dalam menghadapi anaknya yang mengalami gangguan penggunaan zat.