

## Pengaruh ‘Group Counselling’ terhadap ‘Self-Regulation’ Pecandu Napza pada Jurnalis Televisi X

M. ILMI HATTA

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116  
email: ilmi\_ah@yahoo.com

**Abstract.** This article discusses self-regulation of drug users as well as the design of interventions used to improve their self-regulation. Intervention in the form of group counseling. This study is a case study on the measurement of self-regulation in the case of ecstasy users who try to quit but have not been able to pass up the temptation to relapse regulation on Video Journalists in TV Group X. The research method used was a quasi experimental. The study design used was one group pretest-posttest design. Measurements conducted through questionnaires, interviews and observation. The results showed that the counseling group indicated that contributes to increased self-regulation on tv Video Journalists in group X who use ecstasy are trying to quit. Self regulation changes are explained in terms of cognitive theory.

**Keyword:** Group counselling, Self Regulation, Napza user.

**Abstrak.** Artikel ini membahas tentang *self regulation* pengguna napza serta rancangan intervensi yang digunakan untuk meningkatkan *self regulation*. Intervensinya berupa konseling kelompok. Penelitian ini merupakan sebuah Studi kasus mengenai pengukuran *self regulation* pada kasus pemakai *ecstasy* yang berusaha berhenti tetapi belum mampu melakukan regulasi diri untuk tidak relapse pada Video Jurnalis di grup tv X. Metode penelitian yang digunakan *quasi eksperimental*. Rancangan penelitian yang digunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. Pengukuran dilakukan melalui kuesioner, wawancara serta observasi. Hasil penelitian menunjukkan gambaran bahwa konseling kelompok berperan terhadap meningkatnya *self regulation* pada Video Jurnalis di grup tv X yang memakai *ecstasy* yang mencoba untuk berhenti. Perubahan ‘self regulation’ ini dijelaskan dalam kerangka teori kognitif.

**Kata kunci:** group counselling, self-regulation, pecandu napza

### Pendahuluan

Peredaran napza di kota-kota besar akhir-akhir ini menyerang hampir ke semua lapisan masyarakat, sehingga tidak heran jika mudah didapat. Hal yang memprihatinkan adalah sebagian besar penyalahgunaan napza berusia remaja dan dewasa awal yang sedang dalam usia produktif dan merupakan aset bangsa di kemudian hari.

Jenis napza yang saat ini sedang marak dikonsumsi adalah *ecstasy*, atau yang biasa dikenal dengan sebutan, *inex*, *cece*, *ce-iin*. Efek rasa yang ditimbulkan dari *ecstasy* biasanya akan muncul dalam waktu 20 menit setelah dikonsumsi dan bertahan sekitar 4 jam atau tergantung pada kondisi fisik si pemakai. Untuk mendapatkan efek rasa yang lebih, biasanya pemakai mengkonsumsi *ecstasy* dengan cara mendengarkan *house music*, dan dipakai pada saat beramai-ramai.

Survey awal penulis terhadap para

pengguna *ecstasy* pada kalangan *Video Jurnalis (VJ)*, pada awalnya menggunakan *ecstasy*, karena diajak teman, dan diberi informasi, bahwa *ecstasy* bila digunakan tidak berbahaya. Lalu mereka mencoba dan merasakan sensasi yang ditimbulkan saat menggunakan *ecstasy*. Setelah merasakan sensasi nikmatnya menggunakan *ecstasy*, dari situlah mereka mulai ketagihan mengkonsumsi *ecstasy*.

Selanjutnya, mereka pun mulai ketagihan menggunakan *ecstasy*, dan dalam satu minggu, 2 kali mereka pergi ke diskotik. Frekuensi pergi ke diskotik bisa menjadi sering, bila sedang dalam keadaan stress. Selanjutnya dari hasil wawancara, ada usaha untuk menghentikan kebiasaannya, tetapi kebanyakan dari mereka mengalami kesulitan untuk menghentikannya dan banyak dari mereka yang sudah bisa berhenti tetapi sangat mudah untuk kambuh kembali.

Dari responden yang diwawancarai pada