

PERENCANAAN KARIER PENGGUNA NARKOBA DI REHABILITASI

Lilis Desiana¹, Heri Saptadi Ismanto², Ismah³

Universitas PGRI Semarang

Email: lilidesianaa@gmail.com,

Abstrak

Penyalahgunaan narkoba menimbulkan dampak fisik, psikologis, dan sosial yang melemahkan kemampuan individu dalam merencanakan masa depan, termasuk arah karier mereka. Perencanaan karier menjadi tantangan khusus bagi individu yang sedang dalam masa pemulihan, karena mereka kerap mengalami penurunan kepercayaan diri, keterbatasan keterampilan, serta kesulitan dalam mengidentifikasi jalur karier yang realistis. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kemampuan perencanaan karier pada individu yang menjalani rehabilitasi akibat penggunaan narkoba. Pendekatan kualitatif digunakan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, melibatkan dua partisipan utama dan satu informan pendukung. Data dianalisis melalui proses pengodean, kategorisasi, dan interpretasi tematik. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan refleksi, motivasi, dan kemauan untuk berubah; namun, hambatan tetap muncul dalam mengidentifikasi opsi pendidikan, mengakses pengembangan keterampilan yang relevan, dan merumuskan tujuan karier yang konkret. Secara keseluruhan, penelitian menunjukkan bahwa perencanaan karier pada individu yang pulih dari penyalahgunaan narkoba mengalami perkembangan positif, tetapi masih membutuhkan bimbingan yang lebih terstruktur untuk meningkatkan kemandirian dan mengurangi risiko kekambuhan.

Kata kunci: pengguna narkoba; rehabilitasi; perencanaan karier.

Abstract

Drug misuse produces physical, psychological, and social consequences that often weaken individuals' capacity to plan their future, including their career direction. Career planning becomes particularly challenging for individuals in recovery, as they frequently face reduced self-confidence, limited skills, and difficulties identifying realistic career pathways. This study aims to explore the career planning abilities of individuals undergoing rehabilitation from drug use. A qualitative approach was employed, using in-depth interviews, observations, and documentation involving two primary participants and one supporting informant. Data were analyzed through coding, categorization, and thematic interpretation. The findings show varying levels of career planning across four dimensions: self-awareness, educational awareness, career awareness, and career exploration. Participants demonstrated improved reflection, motivation, and willingness to change; however, obstacles remained in identifying educational options, accessing relevant skill development, and formulating concrete career goals. The study also reveals that supportive counseling contributes to strengthening career readiness, though the available interventions are not yet systematic. Overall, the research indicates that career planning among individuals recovering from drug misuse shows positive development but still requires structured guidance to enhance independence and reduce relapse risks after completing rehabilitation.

Keywords: drug users; rehabilitation; career planning.

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba terus menjadi persoalan kesehatan dan sosial yang kompleks. Dampaknya tidak hanya terkait gangguan fisik dan psikologis, tetapi juga menghambat kemampuan individu dalam menjalankan fungsi sosial dan mempersiapkan masa depan, termasuk dalam bidang karier. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengguna narkoba memiliki peluang lebih tinggi mengalami penurunan produktivitas, kehilangan pekerjaan, dan kesulitan mengembangkan keterampilan kerja yang relevan (Sudaryo & Antasari, 2025). Kondisi ini menguatkan pandangan bahwa pemulihan adiksi perlu dipahami tidak semata sebagai proses medis dan psikologis, tetapi juga sebagai proses rekonstruksi kehidupan sosial-ekonomi, salah satunya melalui perencanaan karier (Nugroho, 2021).

Perkembangan kajian ilmiah mengenai perencanaan karier pada populasi rentan menunjukkan tren penting: fokus penelitian mulai beralih dari perspektif intrapersonal menuju peran konteks lingkungan dan dukungan rehabilitasi. (Sutoyo et al., 2023) menemukan bahwa kemampuan perencanaan karier pengguna narkoba umumnya masih berada pada kategori rendah–sedang, utamanya akibat rendahnya kepercayaan diri, lemahnya pengalaman kerja, dan minimnya akses layanan vokasional. Penelitian (Suharnadi et al., 2024) juga menunjukkan bahwa aspek penetapan tujuan karier, eksplorasi peluang kerja, dan strategi memasuki dunia kerja merupakan dimensi yang paling lemah. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan merencanakan karier pada pengguna narkoba bukan hanya masalah personal, tetapi terkait erat dengan dukungan struktural dalam program rehabilitasi.

Adapun indikator dalam perencanaan karier yaitu: 1) kesadaran diri 2) kesadaran pendidikan 3) kesadaran karier 4) eksplorasi karier (Juniyarti, 2020). Penelitian ini berfokus pada pengalaman subjektif pengguna narkoba dalam membangun perencanaan karier selama rehabilitasi. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menelaah dinamika empat aspek perencanaan karier tersebut, sehingga dapat memberi gambaran mengenai perubahan diri, hambatan pribadi, serta dukungan lingkungan yang berperan dalam kesiapan karier. Hasil penelitian diharapkan memberikan landasan untuk merancang intervensi konseling karier yang lebih terintegrasi dalam program rehabilitasi, sehingga dapat meningkatkan kesiapan kerja, memperkuat kemandirian, dan menurunkan risiko relapse pascarehabilitasi.

Sejalan dengan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kemampuan perencanaan karier pengguna narkoba selama proses pemulihan berdasarkan empat aspek perencanaan karier, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan hambatan yang mempengaruhi proses tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Metodologi ini dipilih karena penekanan penelitian pada fenomena perencanaan karier yang dialami langsung oleh para peserta selama proses rehabilitasi. Para peneliti berupaya untuk menjelaskan pembentukan keterampilan perencanaan karier melalui metodologi ini.

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari dua orang pengguna narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi sebagai subjek primer, serta satu orang konselor sebagai subjek sekunder. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan pertimbangan bahwa ketiganya memiliki informasi relevan terkait proses perencanaan karier di lingkungan rehabilitasi.

Studi ini menggunakan sumber data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara komprehensif yang dilakukan langsung dengan partisipan utama dan konselor. Wawancara dilakukan untuk menyelidiki pengalaman, pemahaman, dan signifikansi yang mereka berikan pada empat aspek perencanaan karier. Secara bersamaan, data sekunder diperoleh melalui dokumentasi.

Metode pengumpulan data meliputi observasi, wawancara komprehensif, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk menganalisis interaksi, perilaku, dan aktivitas individu selama rehabilitasi. Wawancara bersifat semi-terstruktur, memungkinkan peneliti untuk menyusun pertanyaan sesuai dengan kebutuhan informasi selama prosedur pengumpulan data. Dokumentasi digunakan untuk menguatkan data yang diperoleh dari wawancara dan observasi.

Studi ini menilai validitas data melalui pendekatan triangulasi. Triangulasi yang digunakan mencakup metodologi pengumpulan data dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Bersamaan dengan itu, triangulasi sumber dilakukan dengan memverifikasi konsistensi informasi dari responden primer dan sekunder.

Penelitian ini menggunakan pendekatan Miles dan Huberman untuk analisis data, yang mencakup tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penyusunan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan mengorganisir, mengelompokkan, dan menyederhanakan data sesuai dengan tema penelitian. Penyajian data dilakukan dengan mengartikulasikan tren dan temuan dalam format naratif. Tahap terakhir melibatkan pengembangan kesimpulan, yang terjadi secara terus-menerus dari fase pengumpulan data hingga investigasi selesai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan adanya variasi kemampuan perencanaan karier pada dua subjek pengguna narkoba yang menjalani rehabilitasi. Kemampuan perencanaan karier dianalisis melalui empat indikator, yaitu kesadaran diri, kesadaran pendidikan, kesadaran karier, dan eksplorasi karier. Temuan utama disajikan dalam Tabel

Tabel 1 Indikator Perencanaan Karier Subjek 1 dan 2

Indikator	Subjek 1 (RB)	Subjek 2(ER)
Kesadaran Diri	Menyadari perubahan diri, namun masih menghadapi hambatan psikologis (minder, takut relapse)	Memahami sebab-akibat penggunaan narkoba, menunjukkan perubahan nilai diri, tetapi rentan lingkungan.
Kesadaran Pendidikan	Mengakui pentingnya pendidikan, pernah mengikuti kursus, namun belum mengaitkan dengan strategi karier.	Memahami pentingnya pendidikan, aktif mengikuti pelatihan F&B, meskipun konsistensi mengikuti pelatihan belum stabil.
Kesadaran Karier	Memiliki orientasi awal (usaha keluarga), namun masih bergantung dan kurang mandiri dalam merencanakan karier.	Memiliki orientasi karier jelas dan motivasi internal kuat, meski beberapa rencana masih belum realistis.

Eksplorasi Karier	Eksplorasi rendah, pilihan karier terbatas pada usaha keluarga.	Eksplorasi relatif lebih luas, memiliki langkah transisi dan pengalaman kerja relevan.
-------------------	---	--

Hasil analisis memperlihatkan bahwa perkembangan kesadaran diri kedua subjek menunjukkan arah yang positif, meskipun berada pada tingkat kedalaman yang berbeda. RB menunjukkan perubahan dalam cara mengenali dirinya, terutama melalui kemampuannya mengelola emosi dan menyadari pentingnya pola hidup yang lebih sehat. Namun, ia masih terpengaruh oleh hambatan psikologis berupa kekhawatiran terhadap lingkungan sosial dan rasa minder setelah lama berada dalam rehabilitasi. Sementara itu, ER menunjukkan refleksi diri yang lebih kuat, terutama ketika mengaitkan perilaku masa lalu dengan konsekuensi yang ia alami. Pengalaman berulang menjalani rehabilitasi membuatnya lebih terbuka terhadap perubahan diri, meskipun masih ada kerentanan terhadap lingkungan lama yang memengaruhi stabilitas proses pemulihan.

Temuan penelitian menunjukkan adanya perbedaan orientasi pendidikan antara kedua subjek. RB menyadari pentingnya pendidikan untuk masa depan; namun, pengakuan ini tidak didukung oleh kesiapan untuk mengembangkan kompetensi baru. Ia terlibat dalam banyak kegiatan pendidikan; namun, penerapan pengalaman-pengalaman tersebut belum diarahkan pada jalur profesional yang pasti. Berbeda dengan RB, ER memandang pendidikan sebagai pendekatan pragmatis untuk mempersiapkan individu menghadapi tuntutan pekerjaan. Partisipasi dalam pelatihan F&B memberinya wawasan langsung ke dunia profesional dan mengungkap potensi yang sebelumnya tidak dipertimbangkan. Ketidakhadirannya yang tidak teratur dalam sesi pelatihan menunjukkan bahwa kesiapannya untuk belajar perlu ditingkatkan lebih lanjut.

Kesadaran karier pada kedua subjek berkembang secara berbeda. RB memiliki gambaran mengenai pekerjaan setelah keluar dari rehabilitasi, namun orientasinya masih terbatas pada usaha keluarga. Pemahaman tentang kompetensi dasar sudah mulai terbentuk, tetapi belum mencerminkan kemampuan merencanakan karier secara mandiri. Sementara itu, ER memperlihatkan arah karier yang lebih spesifik dan realistis, terutama karena ia telah memiliki pengalaman mengikuti pelatihan dan bekerja sebelumnya. Motivasi untuk hidup lebih stabil dan tidak mengulang perilaku lama menjadi pendorong utama perkembangan kesadaran kariernya. Kemampuan ER menyusun rencana karier, meskipun belum sepenuhnya matang, menunjukkan proses yang lebih terarah.

Mengenai eksplorasi karier, RB tampaknya memiliki pendekatan yang lebih pasif. Prospek karier yang diungkapkannya terbatas pada usaha keluarga, dengan sedikit pertimbangan terhadap jalur alternatif. Kekurangan pengalaman kerja dan paparan terhadap lingkungan eksternal menghambat eksplorasi kariernya. Sebaliknya, ER memiliki strategi eksplorasi yang lebih terdefinisi, terutama melalui rencana sistematis yang mencakup adaptasi terhadap kondisi kehidupannya, pengamanan pekerjaan yang stabil, dan pendirian usahanya sendiri. Latar belakang pekerjaan sebelumnya dan keterlibatannya dalam pelatihan kerja merupakan aset penting yang memperluas peluangnya.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami perkembangan dalam perencanaan karier selama rehabilitasi, namun dengan pola yang berbeda. RB menunjukkan perkembangan paling kuat pada aspek kesadaran diri, tetapi terbatas pada eksplorasi dan pengembangan pendidikan serta

karier. Sementara itu, ER menunjukkan perkembangan yang lebih seimbang pada seluruh aspek, meskipun tetap memerlukan pendampingan untuk memastikan bahwa rencana kariernya realistis, bertahap, dan sesuai dengan kondisi pemulihannya. Pola perkembangan ini memperlihatkan bahwa proses pemulihan dan kesiapan karier dipengaruhi oleh dinamika psikologis, pengalaman sebelumnya, serta dukungan lingkungan, sehingga setiap individu memerlukan strategi pendampingan yang berbeda sesuai konteks dan kondisi personalnya

KESIMPULAN

Studi ini bertujuan untuk menguraikan perencanaan karier individu dalam rehabilitasi penyalahgunaan zat melalui empat dimensi utama: kesadaran diri, kesadaran pendidikan, kesadaran karier, dan eksplorasi karier. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses perencanaan karier sangat dipengaruhi oleh dinamika pribadi dan pengalaman rehabilitasi masing-masing individu. Kedua subjek menunjukkan peningkatan kesadaran diri dan menunjukkan modifikasi perilaku yang kondusif untuk pemulihan; namun, kedalaman dan ketahanan kemajuan ini bervariasi. Perbedaan terlihat dalam kesadaran pendidikan dan orientasi profesional; satu individu memandang pendidikan sebagai alat untuk meningkatkan pemahaman tanpa strategi pengembangan yang terstruktur, sedangkan yang lain menggunakannya untuk meningkatkan kemampuan kerja melalui pengalaman pelatihan. Selain itu, eksplorasi karier berkembang secara tidak konsisten, dengan satu individu menunjukkan investigasi yang lebih proaktif dan bertahap, sementara yang lain membatasi diri pada spektrum pilihan profesional yang terbatas. Sintesis ini menunjukkan bahwa proses rehabilitasi memengaruhi stabilitas perilaku dan memengaruhi formulasi arah karier seseorang. Akibatnya, perencanaan karier dalam pemulihan harus diakui sebagai proses multifaset yang berkembang secara unik untuk setiap individu.

Temuan penelitian memberikan gambaran bahwa program rehabilitasi perlu memasukkan intervensi karier yang lebih sistematis, terstruktur, dan disesuaikan dengan kesiapan psikologis serta pengalaman masing-masing klien. Pendampingan karier hendaknya tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga memperkuat eksplorasi karier, konsistensi mengikuti pelatihan, serta pengembangan tujuan karier yang realistis. Lingkungan pascarehabilitasi terbukti memengaruhi keberlangsungan perubahan, sehingga dukungan keluarga dan komunitas menjadi komponen strategis dalam menjaga arah perkembangan karier klien. Untuk penelitian selanjutnya, studi dapat memperluas partisipan, melibatkan variasi lembaga rehabilitasi, atau mengeksplorasi intervensi karier berbasis praktik untuk melihat bagaimana pendekatan tertentu dapat meningkatkan stabilitas perencanaan karier selama pemulihan. Temuan ini berpotensi menjadi dasar pengembangan kebijakan rehabilitasi yang tidak hanya menekankan pemulihan perilaku, tetapi juga memfasilitasi kesiapan karier sebagai bagian penting dari reintegrasi sosial yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Juniyarti, M. E. (2020). *Perencanaan Karir; Rahasia Kehidupan Setelah Lulus SMA*. Metha Hadi. https://fliphtml5.com/esjqa/xujj/PERENCANAAN_KARIR/
- Nugroho, W. J. (2021). *Analisis dampak penggunaan narkoba terhadap perencanaan karir remaja di karang taruna perumahan taman asri pematang*. *KASTARA KARYA: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 47–54.
- Sudaryo, M. K., & Antasari, E. (2025). *Estimasi Dampak Penyalahgunaan Narkoba pada Produktivitas Kerja: Studi Corss Sectional Pada Pekerja di Indonesia*. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 10(1), 97–104. <https://doi.org/10.14710/jekk.v10i1.11756>
- Suharnadi, P., Afdal, A., & Hariko, R. (2024). *Constructive Career Counseling pada Pengguna Narkoba dalam Proses Rehabilitasi*. *Journal of Education Research*, 5(3), 3638–3646. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1364>
- Sutoyo, A., Supriyanto, A., Arikunto, S., Wibowo, M. E., Mulawarman, M., Purwadi, P., Saputra, W. N. E., & Hendiani, N. (2023). *Career Counseling Urgency: Career Planning Capability of Substance Users in the Rehabilitation Process*. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 12(2), 142–154. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v12i2.14276>