

MEMORI EMOSIONAL REMAJA YANG SEDANG MENJALANI REHABILITASI NAPZA

EMOTIONAL MEMORY OF ADOLESCENTS IN NAPZA REHABILITATION

Eny Purwandari dan Sri Lestari

Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

This study deals with the dynamics of categorizing memory and emotional memory of adolescents that get treatment in NAPZA Rehabilitation. The subjects of the study include 31 students of Pamardi Putra “Mandiri” Semarang. The data-collecting methods are documentation and memory test. The data-analyzing techniques include descriptive and qualitative analyses. The descriptive analysis is used for the categorizing memory, whereas qualitative analysis is for emotional memory dynamics. The result of this study shows that (a) the general memory is good in that the subjects remember their positive experiences, and (b) the emotional memory, girls friend and friend were hero, the social situational were girls friends, negative autobiographic memory much be remember, and emotion resources from external factor.

Kata Kunci: *memori, emosi, dan pengalaman emosi*

PENDAHULUAN

Pemberitaan media masa setiap hari hampir tidak terlewatkan mengenai NAPZA. Menurut Departemen Kesehatan RI (dalam Afiatin, 2003) jumlah korban NAPZA yang tercatat di Rumah Sakit Ketergantungan Obat di Jakarta mengalami kenaikan cukup signifikan dari tahun ke tahun. Pada tahun 1996 jumlah 1.799, tahun 1997 jumlah 3.652, tahun 1998 jumlah 5.008, tahun 1999 jumlah 7.014, tahun 2000 jumlah 9.043. Data menunjukkan bahwa kasus penyalahgunaan NAPZA menunjukkan peningkatan. Penyalahgunaan NAPZA merupakan perilaku yang lebih banyak membawa kerugian daripada manfaat. Hal ini berdampak serius, baik fisik, psikis, sosial bagi individu yang bersangkutan, keluarga maupun masyarakat. NAPZA

terbukti mengandung zat berbahaya yang dapat menimbulkan resiko timbulnya berbagai penyakit bagi pemakainya. Berbagai penyakit yang berkaitan dengan efek penyalahgunaan NAPZA antara lain HIV/AIDS, hepatitis, sindrom Parkinson, sirosis hepatis, penyakit jantung, penyakit pembuluh darah otak, gangguan janin di dalam kandungan, depresi, paranoid, gangguan memori, serta gangguan mental lainnya.

Penyalahgunaan NAPZA lebih banyak memberikan efek negatif daripada positif. Radiasi otak yang merupakan proses kimiawi menyebabkan terganggunya sistem kerja pada otak, khususnya *Central Nervous System (CNS)*. Pada bagian inilah hampir semua proses kognitif terjadi seperti; berpikir, menyelesaikan masalah, kreativitas, logika, pembentukan konsep, representasi pengetahuan, memori, dan proses kognitif lainnya (Sternberg, 1998; Nolen, 2004). Dapat dibayangkan apabila pada bagian ini mengalami kerusakan.

Remaja penyalahguna NAPZA kebanyakan menggunakan koping yang berfokus pada emosi dalam menghadapi krisisnya, berarti secara tidak langsung emosi yang muncul adalah emosi negatif. Hal serupa juga dikemukakan oleh Sher & Trull (dalam McGue, Iacono, dan Slutske, 1999) yang menyatakan bahwa dua dimensi kepribadian seorang alkoholik adalah emosi negatif dan penyimpangan perilaku. Dengan kondisi ini mereka tidak jarang melakukan perilaku yang merugikan orang lain dan masyarakat secara umum.

Perjalanan remaja yang mengkonsumsi NAPZA mempunyai rentang waktu yang tidak sama antara satu orang dengan yang lainnya. Pemakaian yang relatif lama, rutin, dan menetap menjadi bentuk ketergantungan. Waktu yang dilalui menjadi peristiwa tersendiri bagi yang bersangkutan. Perjalanan panjang remaja penyalahguna NAPZA sampai akhirnya mereka berada di tempat rehabilitasi. Hal itu disebut sebagai sejarah hidup atau perjalanan hidup yang disimpan dalam memori (memori otobiografi). Rentetan waktu tersebut menjadi pengalaman emosi bagi remaja, baik yang positif maupun negatif.

Pada saat tertentu pengalaman itu akan muncul dalam kesadaran. Ingatan remaja pada peristiwa yang dialami akan terungkap jika ada sesuatu yang menstimulasi, bisa hal yang disadari maupun yang tidak disadari. Schacter (dalam Hastjarjo, 1994) menyatakan bahwa ingatan merupakan konsep-konsep deskriptif yang terutama berkaitan dengan pengalaman psikologis seseorang pada saat mengambil informasi dari ingatan. Pemunculan kembali ingatan-ingatan tentang peristiwa masa lalu sedikit banyak akan berpengaruh pada bentuk reaksi emosi, baik yang bersifat organobiologis atau psikologis.

Peningkatan jumlah yang signifikan, khususnya remaja pemakai NAPZA di Indonesia dan dampak buruk dari pemakaian NAPZA membutuhkan penanganan yang serius. Apabila keadaan ini berlanjut, maka dikhawatirkan pada masa-masa yang akan datang terjadi peningkatan jumlah dengan segala persoalan yang

menyertainya. Untuk itu didirikan lembaga-lembaga rehabilitasi untuk mengembalikan remaja pada kondisi yang lebih baik dan terlepas dari NAPZA. Berbagai cara diupayakan sebagai bentuk intervensi bagi remaja yang sudah terlanjur memakai NAPZA. Memperhatikan adanya dinamika emosi positif dan negatif yang menjadi bentuk pengalaman memori otobiografi pemakai NAPZA, diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu alternatif bentuk terapi untuk merehabilitasi remaja yang terkena NAPZA. Untuk itu pertimbangan pengembangan bentuk terapi ini, sebelumnya perlu dipahami terlebih dahulu, bagaimana memori pengalaman emosional remaja yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi memori, memori otobiografi positif dan memori otobiografi negatif remaja yang menjalani rehabilitasi NAPZA, serta memahami kondisi emosinya.

Memori Otobiografi

Setiap individu mempunyai masa lalu (*retrospective memory*) yang disebut pengalaman. Namun, penekanan di sini pada emosi. Seperti yang dikemukakan oleh Solso (1998) bahwa pada diri manusia terdapat *autobiographical memory*, yaitu memori individu tentang sejarah masa lalunya yang berhubungan dengan diri sendiri (88% cocok dengan informasi famili, 43% emosi dan sikap). Hal ini juga diperkuat oleh Christianson dan Loftus, 1990 (dalam Burke, dkk., 1992) bahwa peristiwa emosi dalam hidup seseorang akan diingat dengan jelas dan detail.

William, dkk. (1996) menyatakan bahwa untuk menyiapkan masa depan tergantung pada memori otobiografi. Pembelajaran ini menggunakan dua cara, yaitu kejadian masa depan dapat menutupi kekurangan di masa lalu dan mengevaluasi akibat dari pengalaman masa lalu.

Memori otobiografi sebagai salah satu teknik verbal proyektif yang bisa digunakan untuk penaksiran kepribadian. Memori ini dapat dianalisis, terutama yang berasal dari awal kehidupan, dalam rangka memahami konflik yang muncul kembali atau yang tak dapat dilacak dalam kehidupan di kemudian hari. (Anastasi dan Urbina, 1998).

Memori otobiografi adalah salah satu bentuk dari memori jangka panjang yang berhubungan dengan segala sesuatu yang telah terjadi pada diri orang yang bersangkutan. Memori otobiografi pasti dimiliki oleh setiap orang. Bentuk dari memori otobiografi ada yang positif, netral, dan negatif. Memori otobiografi ini juga dapat dipanggil dengan cara tertentu dan sesuai dengan kebutuhan.

Penyalahguna NAPZA secara psikologis adalah orang sakit. Orang yang sakit mengalami perubahan di dalam reaksi emosinya (Lazarus, 1991). Jika reaksi emosi muncul positif, seperti penuh harap dan percaya diri, tidak menjadi masalah, tetapi

jika yang muncul emosi negatif yang harus diperhatikan. Salmon (2000) menyebutkan beberapa emosi negatif yang muncul yaitu : cemas, depresi, dan marah.

Kepribadian individu ternyata juga berpengaruh terhadap emosi, khususnya pada pengguna obat (McGue, dkk., 1999). Pada alkoholik dan pengguna obat terdapat penyimpangan perilaku sehingga efek utama adalah munculnya emosi negatif. Hal ini sebelumnya juga ditegaskan oleh Keueger (McGue, dkk., 1999) yang menyatakan bahwa penyalahguna NAPZA tingkat emosinya negatif dan tingkat depresinya tinggi. Hasil skor yang tinggi dalam pemakaian NAPZA menunjukkan tinggi pula penyimpangan emosi dan perilakunya.

Barclay (dalam Gruneberg dan Morris, 1992) menggabungkan antara fungsi intrapersonal dan interpersonal dalam memori otobiografi. Ada hubungan antara memori otobiografi dengan manajemen emosi dan pengaturan emosi dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Memori otobiografi dapat digunakan sebagai instrumen, tetapi penggunaannya harus ditransformasikan. Didukung oleh Danner, dkk. (2001) dalam penelitiannya yang menunjukkan adanya hubungan antara menulis pengalaman emosi dengan memori otobiografi, dimana penulisan dilakukan dua kali, yaitu pada awal remaja dan pada usia tua.

Norman dan Bobrow (dalam Williams, dkk., 1996) dengan **teori deskripsi**-nya menyatakan bahwa kejadian masa lalu tidaklah begitu penting, namun keberadaan memori merupakan tahap untuk membuat skenario masa depan yang cocok dengan deskripsi yang akan berpengaruh pada bentuk peristiwa. Dengan adanya memori ini akan mengubah bentuk emosi negatif, seperti pesimis dan tidak percaya diri menjadi emosi positif yang lebih baik.

Berdasarkan paparan tersebut di atas terdapat beberapa pertanyaan yang ingin diketahui peneliti, yakni : (1) bagaimana kondisi memori, memori otobiografi positif dan memori otobiografi negatif remaja yang menjalani rehabilitasi NAPZA, dan (2) bagaimana kondisi emosi remaja yang menjalani rehabilitasi NAPZA.

METODE PENELITIAN

Pada bagian ini diuraikan mengenai : identifikasi dan definisi operasional gejala penelitian, subjek penelitian, alat penelitian, jalannya penelitian dan metode analisis data.

Gejala penelitian yang akan diteliti yaitu : (1) memori, (2) pengalaman emosional, dan (3) memori otobiografi. Seseorang dikatakan memiliki memori yang baik apabila seseorang dapat mengingat gambaran dari pengalaman yang telah dilalui dengan informasi yang bisa diketahui pada saat ini. Pengalaman emosional merupakan pengalaman diri dari remaja bersangkutan yang dituangkan lewat tulisan. Pengungkapan pengalaman emosional dilakukan dengan cara meminta pada remaja

selama 60 menit untuk menuliskan pengalaman emosional yang pernah dialami yang menyentuh perasaan. Memori otobiografi ada dua, memori otobiografi positif dan memori otobiografi negatif. Memori otobiografi adalah muatan emosi peristiwa yang pernah dilalui oleh remaja, baik yang menyenangkan (positif) dan menyedihkan (negatif). Untuk mengetahui memori otobiografi, kepada subjek diberikan daftar 30 kata, yang terdiri dari 15 positif, dan 15 negatif. Alat ukur daftar kata ini merupakan hasil adaptasi dari Kuyken dan Brewin (1995), Williams, dkk., (1996), dan Danner, dkk. (2001). Data memori otobiografi berbentuk interval. Ketigapuluh kata tersebut akan dibuat skala Likert, yaitu sangat sering, sering, kadang-kadang, dan tidak pernah.

Subjek penelitian ini adalah remaja yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA. Metode pengumpulan sampel menggunakan *purposive sampling*. Ciri-ciri subjek yang diteliti dalam penelitian ini sebagai berikut : (1) usia remaja, (2) jenis kelamin laki-laki, (3) pernah memakai NAPZA minimal satu bulan, (4) masih bujangan, dan (5) bersedia ditolong.

Pengambilan sampel penelitian dilakukan di sebuah tempat rehabilitasi NAPZA di Semarang, yaitu Panti Pamardi Putra “Mandiri”, dengan memperhatikan ciri-ciri karakteristik inklusif subjek yang telah ditentukan sebelumnya.

Alat pengumpul data menggunakan tiga macam, yaitu tes memori dengan 20 stimulus kata, skala memori otobiografi yang diungkap melalui 15 pernyataan positif dan 15 pernyataan negatif, serta menulis pengalaman emosional subjek yang tertuang dalam karya tulisan selama 60 menit.

Alat bantu dalam penelitian ini menggunakan lembar kesediaan berpartisipasi, lembar identitas, nomor peserta, dan OHP. Alat bantu ini bertujuan untuk mempermudah pengambilan data, dokumentasi data, skoring data, dan analisis data.

Secara umum prosedur penelitian ini dibagi menjadi dua tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Tahap persiapan dilakukan sebelum penelitian. Langkah-langkah yang dilakukan dalam tahap ini adalah: (a) penyusunan alat ukur dan alat bantu penelitian, (b) penyusunan cara perlakuan menulis pengalaman emosional, (c) orientasi kancah penelitian, dan (d) persiapan instruktur dan asisten.

Tahap pelaksanaan penelitian merupakan langkah-langkah yang ditempuh selama penelitian dilakukan. Langkah tersebut adalah (a) tahap *raport*, dan (b) pengambilan data.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan dua metode, yakni analisis kuantitatif deskriptif untuk data yang diperoleh melalui tes memori dan skala memori otobiografi dan analisis kualitatif (*content analysis*) terhadap data yang diperoleh melalui menulis pengalaman emosional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Deskriptif

Berdasarkan data yang terkumpul dari alat ukur yang digunakan berikut ini dikemukakan hasil perhitungan statistik deskriptif. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1
Persentase Subjek Berdasarkan Tes Memori dan Skala Memori Otobiografi

Aspek yang Diukur	Kategori				
	R	AR	C	CT	T
Memori	3 (9,67%)	7 (22,58%)	8 (25,81%)	13(41,94%)	-
Memori Otobigrafi Positif	4 (12,91%)	6 (19,36%)	9 (29,03%)	9 (29,03%)	3 (9,67%)
Memori Otobiografi Negatif	-	13(41,94%)	9 (29,03%)	7 (22,58%)	2 (6,45%)

Keterangan :

T = Tinggi, CT = Cukup Tinggi, S = Sedang, AR = Agak Rendah, R = Rendah

Berdasarkan hasil yang terpapar pada tabel 1 dapat dikatakan bahwa remaja penyalahguna NAPZA yang mengikuti rehabilitasi memorinya tergolong cukup baik, yakni sebanyak 41,94%. Hal ini menunjukkan bahwa fungsi kognisi mereka relatif belum terkena radiasi dari NAPZA, khususnya di bagian otak. Jadi, secara fisik kondisinya relatif masih cukup baik.

Namun, terdapat juga kondisi yang menunjukkan bahwa remaja yang memakai NAPZA terkena efek negatifnya, yaitu menurunnya fungsi memori. Kondisi ini ditunjukkan oleh prosentase sebesar 22,58% yang tergolong agak rendah dan 9,67% memorinya rendah.

Hasil di atas sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Nolen (2004) yang menyatakan bahwa penggunaan NAPZA dapat menyebabkan kerusakan otak (*brain damage*). Hampir semua jenis NAPZA berpengaruh pada otak, khususnya pada *central nervous system* (CNS). Di bagian inilah hampir semua proses kognisi terjadi, termasuk memori.

Pada tabel 1 juga dapat dilihat memori otobiografi positif dan memori otobiografi negatif remaja yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA. Dari hasil ini dapat dikatakan bahwa subjek penelitian mempunyai kecenderungan untuk mengingat tentang dirinya hal-hal yang positif dan menekan pengalaman negatif. Hal ini ditunjukkan oleh persentase memori otobiografi negatif sebesar 41,94%. Kondisi ini dapat menunjukkan bahwa subjek ingin melupakan pengalaman dan perjalanan hidupnya yang kurang baik.

Berdasarkan hasil tersebut peneliti dapat mengatakan bahwa kondisi subjek merupakan modal awal yang cukup bagus untuk mengikuti seluruh program terapi yang akan dilaksanakan Panti Pamardi Putra “Mandiri” Semarang. Dengan mengingat hal-hal yang positif, seseorang akan mempunyai motivasi untuk sembuh karena subjek tidak ingin mengingat pengalaman buruknya. Kemungkinan kedua merupakan efek positif pada subjek yang sudah mengikuti program rehabilitasi. Di sebuah tempat rehabilitasi subjek mengikuti program yang telah disusun sedemikian rupa yang bertujuan untuk penyembuhan. Jadi, subjek menganggap pengalaman memakai NAPZA merupakan suatu pengalaman yang negatif dan lebih baik dihilangkan.

Tabel 2.
Hasil Pengisian Identitas Subjek

Hal yang diungkap	Kategori	Persentase
Pendidikan Terakhir	SD	25,81%
	SMP/Sederajat	48,38%
	SMU/Sederajat	25,81%
Alasan memakai NAPZA	Coba-coba	22,58%
	Ikut-ikutan teman	32,25%
	Ada masalah	25,81%
	Frustrasi	9,68%
	Stres	9,68%
Jenis NAPZA yang dikonsumsi	Miras + Rokok	35,48%
	Miras + Pil	22,58%
	Miras + Putauw	6,45%
	Miras + Ganja	12,90%
	Pil	3,23%
	Ganja	12,90%
	Campuran Banyak jenis	6,45%

Data tabel 2 menunjukkan bahwa kelompok teman sebaya mempunyai potensi yang besar sebagai lingkungan untuk berubah (32,25%). Kelompok teman sebaya dapat menjadi media awal bagi remaja dalam mengenal dan mencoba NAPZA. Berkaitan dengan pengaruh teman sebaya Odgen (2000) mengungkapkan bahwa

teman sebaya merupakan faktor sosial yang menjadikan seorang penyalahguna NAPZA mengalami kekambuhan (*relapse*).

Terjadi dilema dalam diri remaja di satu sisi ia menyadari bahaya dan daya perusak NAPZA tetapi di sisi lain ia membutuhkan penerimaan dan pengakuan kelompok. Dukungan kelompok dan proses seleksi kelompok sangat berarti terutama bagi remaja yang sangat tergantung secara emosional terhadap kelompoknya sehingga semua aturan yang berlaku dalam kelompok sangat dipatuhi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Afiatin (2001) yang menunjukkan bahwa remaja penyalahguna NAPZA sebagian besar mendapatkan NAPZA pertama kali adalah diberi oleh teman-temannya.

Secara umum alasan merupakan motivasi seseorang melakukan sesuatu, dalam hal ini memakai NAPZA. Penjelasan di atas bisa dikatakan sebagai motivasi eksternal. Selanjutnya, Odgen (2000) menjelaskan di dalam penelitiannya bahwa selain teman sebaya, yang mempunyai resiko tinggi terhadap kekambuhan adalah situasi emosi yang negatif dan konflik interpersonal. Kedua faktor terakhir ini merupakan motivasi internal. Dengan demikian, mereka pun senantiasa berada dalam situasi yang sulit untuk bisa menjauhkan diri dari NAPZA.

Berdasarkan jenis NAPZA yang dipakai rokok dan miras menjadi konsumsi yang terbesar persentasenya. Kemungkinan pertama berkaitan dengan harga. Harga menjadi alasan yang cukup dan harus diperhitungkan. Dengan harga yang terjangkau oleh kantong mereka bisa mendapatkan kesenangan, kebahagiaan, dan kenikmatan. Uang menjadi faktor utama yang mendukung keinginannya. Kondisi ini didukung oleh status pendidikan yang relatif rendah pada zaman ini. Pada usia sekolah tersebut, mereka tergolong usia remaja, yang menurut hasil survei *Substance Abuse and Mental Health Service Administration USA* (Nolen, 2004) usia 12 – 18 merupakan persentase terbesar pemakai NAPZA.

Pada usia sekolah dan hanya berbekal pendidikan yang relatif rendah apabila mereka bekerja penghasilannya pun tidak terlampau besar. Faktor kedua yang mungkin menjadi alasan mereka memakai miras adalah mudah dicari karena zat itu secara resmi ada di pasaran. Untuk mendapatkan miras bagi mereka tidak terlampau sulit. Hampir di setiap toko barang ini bisa dibeli, tidak harus toko yang besar, di warung pun banyak tersedia. Kemungkinan ketiga masyarakat masih bisa menerima. Seseorang secara tidak sadar akan memperhatikan penerimaan orang-orang di sekitarnya (*Social Learning*). Perilaku minum-minuman keras dianggap masih wajar karena sering dilakukan pada acara-acara tertentu yang sifatnya seremonial.

Lain halnya jika dibandingkan dengan zat-zat adiktif lainnya, seperti sedatif/hipnotika, ganja, pil, *putauw* atau *shabu-shabu*. Untuk mendapatkannya perlu biaya yang besar karena harganya relatif mahal, cara mendapatkannya susah, harus dilakukan dengan sembunyi-sembunyi. Kalau tidak, bisa menimbulkan masalah baru

yang berurusan dengan pihak berwajib. Selain itu, barang-barang tersebut sudah dinyatakan sebagai musuh masyarakat yang harus dibasmi sampai akar-akarnya. Dengan kata lain, penilaian masyarakat negatif dan cenderung tidak memberi toleransi pemakaian barang tersebut. Namun, ada hal lain yang dikemukakan oleh Marlatt dan Gordon (1985, dalam Odgen, 2000) bahwa miras mempunyai kemungkinan terkecil untuk sembuh atau kemungkinan kambuhnya lebih besar jika dibandingkan dengan jenis NAPZA lainnya. Dalam hal ini yang diteliti Marlatt dan Gordon adalah miras, rokok, dan heroin.

Hasil Analisis Kualitatif

Untuk memahami dinamika emosional dari pengalaman yang diingat subjek dilakukan dengan membaca hasil karya subjek yang berupa tulisan mengenai memori subjek terhadap pengalaman emosional yang pernah dirasakan, dilalui dan paling berkesan. Berdasarkan data-data yang diperoleh, dapat diambil kesimpulan seperti tertera pada tabel 3 berikut:

Tabel 3.
Memori Emosional Subjek dalam Menulis Pengalaman Emosional

Aspek	Spesifikasi	Persentase
Tokoh	Pacar	29,03%
	Teman	29,03%
	Orang tua	12,90%
	Diri sendiri	6,45%
	Orang lain	22,58%
Situasi Sosial	Berhubungan dengan pacar	29,03%
	Hiburan	12,90%
	Berhubungan dengan NAPZA	12,90%
	Perkelahian	16,13%
	Sekolah	22,58%
	Perpisahan	6,45%
Emosi	Positif	25,80%
	Negatif	74,19%
Sebab	Eksternal	67,74%
	Internal	32,26%

Berdasarkan pada proses analisis kualitatif, tokoh yang munculnya paling banyak adalah pacar dan teman sebaya. Hal ini terjadi karena remaja pada usia ini mempunyai kecenderungan untuk memisahkan diri dari lingkungan keluarga dan mulai tertarik

pada lawan jenis. Apalagi didukung karakteristik subjek yang tergolong remaja, yaitu periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Hurlock, 1996)

Tokoh yang banyak diingat oleh remaja di dalam perjalanan hidupnya dan paling berkesan adalah pacar, maka situasi sosial yang terjadi pada diri remaja juga segala sesuatu yang berhubungan dengan pacar. Hal ini terjadi karena frekuensi bertemunya tokoh pada situasi sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan tokoh lainnya. Apalagi didukung oleh budaya timur yang dianut oleh orang Indonesia, bahwa laki-laki yang sudah mempunyai pacar cenderung untuk lebih melindungi. Kondisi ini secara tidak langsung akan membentuk interaksi sosial.

Berkaitan dengan emosi yang diingat dalam pengalaman subjek sangat mencolok pada hal-hal yang negatif dan tidak menyenangkan. Hasil senada juga diperoleh Purwandari (2004) yang menemukan bahwa memori remaja yang menjalani rehabilitasi NAPZA lebih banyak pada hal-hal yang negatif. Memori emosi negatif sangat berkorelasi dengan bentuk kegagalan yang pernah dialami. Kegagalan akan mendatangkan emosi negatif, seperti cemas, frustrasi, takut, kecewa, atau sedih. Pada umumnya orang cenderung untuk menghindari atau menolak emosi negatif. Padahal sesungguhnya bila emosi negatif berhasil dikelola dengan tepat tidak selalu merugikan individu karena pada individu tertentu justru dapat merupakan daya pendorong yang kuat untuk semakin tumbuh dan berkembang lebih optimal (Prihartanti, 2003).

Di sisi lain memori emosi sangat berkaitan dengan afeksi, di mana keduanya adalah fungsi dari kognitif. Jika kognitif sangat berhubungan dengan kepuasan hidup yang merupakan penilaian menyeluruh terhadap kehidupan seseorang, maka memori emosi subjek dapat diubah dari hal-hal yang negatif atau tidak menyenangkan menjadi hal-hal yang positif dan menyenangkan. Dengan demikian, subjek dapat lebih tangguh, optimis, dan kompeten (Prihartanti, 2003). Selain itu, kondisi memori emosi menjadi variabel yang berpengaruh pada remaja untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Kemunculan emosi, baik positif maupun negatif, sangat berkaitan dengan kemampuan introspeksi apalagi emosi yang cenderung muncul pada diri subjek adalah emosi negatif. Kondisi ini diperkuat oleh sebab munculnya adalah faktor eksternal, yaitu yang berasal dari luar diri subjek. Pada kasus remaja yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA belum mampu melakukan introspeksi, di mana proses ini dilakukan sebagai usaha untuk menjernihkan pikiran, mencari sebab permasalahan, merenungkan tentang kesalahan, kelemahan, kekurangan diri, dan koreksi diri. Jadi, sangat perlu pelatihan introspeksi pada remaja yang menjalani rehabilitasi NAPZA.

Penelitian ini menyatakan bahwa memori remaja penyalahguna NAPZA yang sedang mengikuti NAPZA secara umum cukup baik. Namun, bukti juga menunjukkan bahwa di antara subjek mulai tampak menurunnya fungsi memori. Hal ini karena pemakaian NAPZA yang sudah mencapai pada *brain damage* (Nolen, 2004).

Memori otobiografi yang lebih banyak diingat adalah memori otobiografi positif daripada memori otobiografi negatif. Kondisi ini sebenarnya sangat positif karena akan sangat membantu proses penyembuhan dari penyalahgunaan NAPZA. Seperti dikemukakan oleh Williams, dkk (1996) bahwa memori otobiografi sangat menentukan masa depan seseorang.

Memori emosional yang muncul dari tulisan mengenai pengalaman emosional dapat dilihat dari empat aspek, yaitu (1) tokoh yang muncul, (2) situasi sosial, (3) emosi yang muncul, dan (4) sebab munculnya emosi. Tokoh yang diingat dalam pengalaman emosional subjek adalah pacar/kekasih dan teman sebaya, sedangkan situasi sosial yang diceritakan adalah yang berhubungan dengan pacar/kekasih. Kedua sisi ini sangat berkaitan erat dengan adanya intensitas atau frekuensi interaksi sehingga menimbulkan kedekatan secara psikologis.

Memori emosi yang banyak tertulis oleh subjek adalah memori emosi negatif, padahal pada skala memori otobiografi ditemukan bahwa persentase subjek lebih besar dalam memori otobiografi yang positif. Hasil ini mendukung penelitian Stritzke, dkk (1995) yang menunjukkan hasil yang jelas pengaruh negatif alkohol pada emosi manusia (*human emotion*).

Yang terakhir pada penelitian ini mengenai sebab munculnya emosi. Menurut sudut pandang subjek lebih banyak sebab berasal dari luar dirinya (eksternal). Jadi, subjek cenderung menyalahkan orang lain tanpa proses introspeksi. Hal ini menjadi pijakan untuk membuat program lanjutan untuk proses terapi bagi remaja yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diambil beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar subjek masih memiliki memori yang kuat, artinya pengaruh pemakaian NAPZA belum sampai taraf yang merusak memori subjek. Namun, ada juga beberapa subjek yang taraf memorinya tampak lemah.
2. Memori otobiografi positif lebih banyak diingat daripada memori otobiografi negatif. Hal ini merupakan suatu isyarat adanya kesiapan subjek untuk berubah lebih baik atau keluar dari kebiasaan pemakaian NAPZA.
3. Pada hasil penulisan menulis pengalaman emosional subjek, lebih banyak memunculkan memori emosi negatif, sumber emosi dari eksternal dengan tokoh yang dominan adalah pacar dan teman dalam situasi sosial yang berkaitan dengan pacar dan teman.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T. 2003. "Pengaruh program Kelompok AJI Dalam Peningkatan Harga Diri, Asertivitas dan Pengetahuan Mengenai NAPZA Untuk Pencegahan Penyalahgunaan NAPZA Pada Remaja". *Disertasi*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Anastasi. A & Urbina. S. 1998. *Psychological Testing*. Edisi Indonesia pada Simon & Schuster (Asia) Pte. Ltd.
- Bootzin, R.R. 1997. "Examining The Theory and Clinical Utility of Writing About Emotional Experiences". *Psychological Science*. Vol. 8, No.3 May, 167-169.
- Burke, A; Heuer, F; & Reisberg, D. 1992. "Remembering Emotional Events". *Journal Memory & Cognition*. 20 (3), 277-290.
- Danner, D.D; Snowdon, D.A & Friensen, W.V. 2001. "Position Emotion in Early Life and Longevity : Finding from Nun Study". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 8, No. 5, 804-813.
- Gruneberg, M.M & Morris, P.E. 1992. *Practical Aspect of Memory: Current Research and Issues*. London : Wiley.
- Hastjarjo, D. 1994. "Pengukuran Ingatan". *Buletin Psikologi*, Tahun II, Nomor 2 Desember. Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM, 18-25.
- Hastjarjo, D. 1992. "Ingatan Eksplisit dan Implisit pada Remaja". *Laporan Penelitian* (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM.
- Hurlock, E.B. 1996. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.
- Kuyken, W & Brewin, C.R. 1995. "Autobiographical Memory Function in Depression and Reports of Early Abuse". *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 104, No 4, 585-591.
- Lazarus, R.S. 1991. *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- McGue, Matt, Iacono, W.G & Slutske, Wendy. 1999. "Personality and Substance Use Disorder: II. Alcololism Versus Drug Use Disorder". *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 67 (3), 394-404.

- Nolen, S. 2004. *Abnormal Psychology* Third Edition. Amerika : McGraw-Hill Companies Inc.
- Odgen, J. 2000. *Health Psychology A Textbook*. Second Edition. Buckingham : Phladelphihia.
- Paez, D., Velaco, C. & Gonzalez, J.L. 1999. "Expressive Writing and the Role of Alexythimia as a Dispositional Deficit in Self-Disclosure and Psychological Health". *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 77, No. 3, 630-641.
- Pennebaker, J.W. 1997. "Writing About Emotional Experiences as A Therapeutic Process". *Psychological Science*. Vol. 8, No.3 May, 162-166.
- Prihartanti, N. 2003. "Kualitas Individu menurut Konsep Rasa Suryometaram dalam Perspektif Psikologi". *Anima : Jurnal Psikologi Indonesia*, 18 (3).
- Purwandari, E. 2004. "Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Memori Otobiografi dan Depresi Pada Remaja Yang Menjalani Rehabilitasi NAPZA". *Jurnal Psikodinamik*. Volume 6, No.1 Januari
- Salmon, Peter. 2000. *Psychology of Medicine and Surgery : A guide for Psychologists, Counsellors, Nurses and Doctors*. England : John Willey & Sons Ltd, Baffins Lane, Chichester, West Sussex PO19 1UD.
- Siswanto. 2002. "Pengaruh Menulis Pengalaman Emosional terhadap Simtom-simtom Depresi pada Mahasiswa". *Tesis*. Yogyakarta : Universitas Gajah Mada.
- Solso, R.L. 1998. *Cognitive Psychology*. Needham Heights : A Vicacom Company.
- Stenberg, Robert, J. 1999. *Cognitive Psychology*. Secon Edition. USA : Harcourt Brace & Company.
- Stewart. W. F, Freitas, T.T, McFarlin, S.K, O'Farrell, T.J, & Rutigliano, P. 2000. "The Timeline Followback Report of Psychoactive Substance Use by Drug Abusing Patients : Psycholetric Properties". *Journal of Consultating and Clinical Psychology*. Vol. 68, No. 1, 134-144.

- Stritzke, Wernwe, G.K, Patrick, Chistopher, J dan Lang, Alan, R. 1995. "Alcohol and Human Emotion: A Multidimensional Analysis Incorporating Startle-Probe Methodology". *Journal of Abnormal Psychology*. Vol.104, No. I, 114-122.
- Williams, J. Mark. G, Ellis, N.C, Tyers, C, & Healy, H . 1996. "The Specificity of Autobiographical Memory and Imageability of the Future". *Memory and Cognition*. 24 (1), 116-125.