

**SKRIPSI**

***LIFE HISTORY: PROSES BERHENTI MANTAN PECANDU NARKOBA***

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam mencapai derajat Sarjana**

**Kesehatan Masyarakat**

**Peminatan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku**



**Oleh:**

**Zulfa Ayu Prandini Zulkarnaen**

**NIM (1800029365)**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN**

**2024**

SKRIPSI

*LIFE HISTORY* : PROSES BERHENTI MANTAN PECANDU NARKOBA

Disusun oleh

Zulfa Ayu Prandini Zulkarnaen

NIM 1800029365

Telah dipertahankan  
di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Program Studi Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Ahmad Dahlan

Yogyakarta, 14 Maret 2024

Dosen Pembimbing



Lina Handayani, S.KM., M.Kes., Ph.D

NIPM. 19770706 200306011 0896124

Mengetahui

Dean Fakultas Kesehatan Masyarakat



Rosyidah, SE., M.Kes., Ph.D

NIPM. 19770130 200508011 0965098

**SKRIPSI**

**LIFE HISTORY: PROSES BERHENTI MANTAN PECANDU NARKOBA**

Disusun oleh




**Zulfa Ayu Prandini Zulkarnaen**

**NIM 1800029365**

Telah dipertahankan di depan

Dewan Penguji Skripsi pada Program Studi Kesehatan Masyarakat  
Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta **14 Maret 2024**  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat guna memperoleh gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI**

Ketua	Lina Handayani, S.KM., M.Kes., Ph.D	
Penguji 1	Dr. Heni Trisnowati, S.KM., M.PH	
Penguji 2	Septian Emma Dwi Jatmika, S.Ked, M.Kes	

Mengetahui

**Dean Fakultas Kesehatan Masyarakat**



**Rosyidah, SE., M.Kes., Ph.D**

**NIPM. 19770130 200508011 0965098**

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya, penanda tangan dibawah ini:

Nama : Zulfa Ayu Prandini Zulkarnaen  
NIM : 1800029365  
Perninatan : Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Fakultas : Kesehatan Masyarakat  
Judul Penelitian : *Life History* : Proses Berhenti Mantan Pecandu Narkoba

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa penelitian ini adalah hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak bersifat materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain atau digunakan untuk menyelesaikan studi di perguruan tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan secara tertulis. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya

Yogyakarta, 23 Februari 2024

Yang menyatakan,



Zulfa Ayu Prandini Z

1800029365

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Zulfa Ayu Prandini Zulkarnaen

NIM : 1800029365

Email : [zulfa1800029365@webmail.uad.ac.id](mailto:zulfa1800029365@webmail.uad.ac.id)

Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Judul Tugas Akhir : *Life History* :Proses Berhenti Mantan Pecandu

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademi berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan

Yogyakarta, 23 Februari 2024

Yang menyatakan,

Zulfa Ayu Prandini Z

1800029365

## PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zulfa Ayu Prandini Zulkarnaen

NIM : 1800029365

Email : [zulfa1800029365@webmail.uad.ac.id](mailto:zulfa1800029365@webmail.uad.ac.id)

Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Judul tugas akhir : *Life History*: Proses Berhenti Mantan Pecandu Narkoba

Dengan ini saya menyerahkan hak *sepenuhnya* kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut

Saya (~~mengijinkan~~/~~tidak mengijinkan~~)\* karya tersebut diunggah ke dalam Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 25 Maret 2024

Zulfa Ayu Prandini Z

*Tanda tangan & nama terang mahasiswa*

Mengetahui,

Pembimbing

Lina Handayani S.KM., M.Kes., Ph.D

*Tanda tangan & nama pembimbing*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“*Life History: Proses Berhenti Mantan Pecandu Narkoba*”** guna memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada semua pihak. Penyelesaian Skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan serta ilmu pengetahuan dari beberapa pihak baik bantuan materi maupun moral. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Muchlas, M.T selaku Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta
2. Rosyidah, SE.,M.Kes selaku Dekan Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan
3. Ahmad Faizal Rangkuti,S.KM.,M.Kes selaku Pimpinan Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan
4. Lina Handayani, S.KM., M.Kes., Ph.D selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktunya, dengan memberikan bimbingan, motivasi, arahan dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
5. Dr. Heni Trisnowati, S.KM., M.PH selaku Dosen Penguji I yang telah banyak memberi masukan dan arahan sehingga ini menjadi lebih baik
6. Septian Emma Dwi Jatmika, S.Ked, M.Kes selaku Dosen Penguji II yang telah banyak memberikan saran, masukan dan arahan sehingga Skripsi ini menjadi lebih baik.
7. Solikhah, S.KM.,M.Kes.,Dr.PH selaku Dosen Wali yang telah memberikan dukungan dan pengarahan selama masa kuliah
8. Marsiana Wibowo, S.KM., M.PH selaku Dosen yang telah menjadi partner diskusi untuk menyelesaikan skripsi ini
9. Bapak RJ dan Ibu RT selaku subjek penelitian yang telah banyak membantu dan berkoordinasi dengan baik sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini

10. Cinta pertama dan pahlawanku. Bapak Cepi Zulkarnaen. Terimakasih telah percaya dan mengizinkan anak perempuanmu untuk menelusuri jalan sesuai dengan keinginannya. Serta cinta, doa, motivasi dan dukungan yang sangat luar biasa sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini hingga akhir
11. Surga dan duniaku, Ibunda Ratnawati. Terimakasih karena tidak pernah menuntut apapun, terimakasih atas segala pengertian, cinta, dukungan dan doa yang selalu tanpa henti diberikan. Mustahil saya mampu melewati semua permasalahan yang dialami selama ini tanpa doa dari beliau. Terimakasih ma, berkat mama teteh bisa sampai dititik ini
12. kedua kesayanganku Adik Fatih Rubia Rizqi Zulkarnaen dan Batara Krendasawa Zulkarnaen, yang selalu mendengarkan ceritaku, keluh kesahku dan selalu mendukungku dalam hal apapun. Terimakasih sudah menjadi adik sekaligus sahabatku, aku sangat bersyukur mempunyai adik yang baik seperti kalian. Semoga kalian selalu sehat dan bahagia.
13. *My human diary* sepupu tersayang Ardelia Yunisa yang selalu memberi solusi disetiap permasalahan, mendengarkan semua keluh kesah dalam hal apapun, memberikan dukungan dan doa yang tiada henti sehingga saya tetap semangat untuk bisa menyelesaikan skripsi ini
14. Teman terkasih Iin Karlina, Asri, Febriyani, Fanni, Lintang, Anisa, Nikmatuz, Savira, Mihrun, Dwi, Asti, Ajeng, Dhea, Fenny, Sonya, Risa, Lyta, Sulis dan teman-teman Kos Pink yang telah memberikan semangat, doa dan dukungannya. Terimakasih sudah menjadi pendengar terbaik
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu sehingga skripsi ini bisa terselesaikan

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik atau saran yang membangun bagi penulis. Penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi kita semua

Yogyakarta, 23 Februari 2024



Zulfa Ayu Prandin



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
A. Telaah Pustaka .....	8
1. Narkoba.....	8
2. Teori Perubahan Perilaku.....	15
B. Kerangka Teori .....	17
C. Kerangka Konsep Penelitian.....	17
D. Pertanyaan Penelitian.....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>19</b>

A. Jenis Penelitian .....	19
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	19
C. Subjek Penelitian .....	20
D. Instrumen dan Alat Penelitian .....	20
E. Teknik Pengumpulan data .....	20
F. Variabel dan Batasan Istilah .....	21
G. Pengelolaan dan Analisis Data .....	22
H. Keabsahan Data .....	24
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>25</b>
A. Profil Lokasi Penelitian .....	25
B. Hasil Penelitian .....	26
C. Pembahasan .....	38
E. Keterbatasan Penelitian .....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan .....	52
B. Saran .....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. Latar Belakang subjek penelitian.....	27
Tabel 3. Awal mula kecanduan narkoba.....	28
Tabel 4. Alasan Informan mengkonsumsi narkoba.....	28
Tabel 5. Faktor lingkungan yang mempengaruhi kecanduan narkoba.....	29
Tabel 6. Masa kecanduan narkoba.....	29
Tabel 7. Masa sudah berhenti kecanduan.....	30
Tabel 8. Motivasi untuk berhenti kecanduan narkoba.....	31
Tabel 9. Faktor pendukung yang mendorong untuk berhenti kecanduan.....	32
Tabel 10. Tahapan yang dilakukan untuk berhenti kecanduan.....	33
Tabel 11. Tantangan dan kesulitan yang dihadapi.....	34
Tabel 12. Mengatasi kejadian <i>relapse</i> saat proses berhenti kecanduan narkoba..	35
Tabel 13. Peran keluarga dalam membantu proses berhenti kecanduan.....	37
Tabel 14. Peran lingkungan sosial dalam membantu proses berhenti kecanduan	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tahapan <i>Transtheoretical Model</i> (Prochaska & Velicer, 1997).....	17
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian .....	18

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Permohonan Penelitian .....	61
Lampiran 2. Surat persetujuan Etik ( <i>Ethical Approval</i> ).....	62
Lampiran 3. Lembar <i>Informed Consent</i> .....	63
Lampiran 4. Pedoman Wawancara .....	66
Lampiran 5. Jadwal Penelitian .....	72
Lampiran 6. Transkrip Wawancara.....	73
Lampiran 7. Hasil Analisis data .....	92
Lampiran 8. Dokumentasi.....	93

## INTISARI

**Latar Belakang:** Kecanduan narkoba memberikan pengaruh yang sangat buruk khususnya bagi perilaku seseorang sehingga harus cepat dihentikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman hidup dari seorang pecandu narkoba yang berhasil berhenti ketergantungan atau kecanduan narkoba.

**Metode:** penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *quasi-Life History*. Penelitian ini akan dilakukan khususnya daerah pasarkemis kabupaten Tangerang. Subjek penelitian berjumlah 2 orang subjek utama dan subjek pendukung, dipilih dengan teknik *Purposive sampling*. Subjek utama dengan kriteria, orang yang pernah mengkonsumsi atau menjadi pecandu narkoba, sudah berhenti minimal 5 tahun dan subjek pendukung adalah orang mengetahui proses berhenti kecanduan narkoba subjek utama secara langsung. Teknik Pengumpulan data melalui kegiatan wawancara dan teknik keabsahan data yang digunakan adalah uji kredibilitas dengan triangulasi sumber orang.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman hidup dari seorang pecandu narkoba yang berhasil berhenti ketergantungan narkoba memiliki waktu yang lama. Lingkungan sosial yang kurang baik menjadi salah satu alasan pecandu narkoba tersebut terjerumus untuk mengkonsumsi narkoba. Langkah yang ditempuh agar mampu berhenti kecanduan didasarkan oleh kemauan diri sendiri untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Motivasi internal dan keinginan untuk menjaga keluarga menjadi kunci utama untuk berhenti dari kecanduan. Peran istri sebagai pendukung utama sangat penting dalam pemulihan. Mengatasi *relapse* pasca-rehabilitasi melibatkan perubahan perilaku sesuai dengan *Transtheoretical Model*, dengan pengaruh agama dan lingkungan sosial yang sehat memainkan peran kunci.

**Kesimpulan:** Dukungan keluarga, terutama dari pasangan, sangat penting dalam membantu pecandu narkoba berhenti sepenuhnya, melalui pengingat, nasihat, motivasi, dan dukungan positif, serta dengan mengingatkan tentang nilai-nilai agama untuk menghindari perilaku kecanduan.

**Kata Kunci:** *Narkoba, quasi-Life History, motivasi diri, lingkungan pertemanan dan peran keluarga*

## ABSTRACT

**Background:** Drug addiction has a severely negative impact, particularly on an individual's behavior, and must be promptly addressed. This study aims to understand the life experiences of a drug addict who has successfully overcome dependency or addiction

**Methods:** The method used in this study is quasi-Life History. This research was conducted specifically in the Pasarkemis area, Tangerang Regency. The study involved two subjects, the main and supporting subjects, who were selected using a purposive sampling technique. The main subject has the criteria of someone who has been a drug addict and has stopped for at least 5 years, and the supporting subject is someone who knows the main subject's process of quitting drug addiction directly. The data collection technique is through interviews and the data validity technique uses credibility tests with triangulation of human sources

**Results:** The study shows that the life experience of a drug addict who has successfully ceased dependency or addiction to drugs takes a long time. An unfavorable social environment is one of the reasons these drug addicts fall into substance abuse. The steps taken to stop addiction are based on the individual's own will to make a change for the better. Internal motivation and the desire to care for the family are the main keys to quitting addiction. The role of the wife as the main supporter is crucial in recovery. Overcoming relapse post-rehabilitation involves behavioral changes following the Transtheoretical Model, with the influence of religion and a healthy social environment playing a key role. **Conclusion:** Family support, especially from a partner, is significant in helping drug addicts to fully stop, through reminders, advice, motivation, and positive support, as well as by reminding them of religious values to avoid addictive behavior.

**Keywords :** Drugs, quasi-life history, self-motivation, social environment, and the role of family