

THERAPEUTIC COMMUNITY (TC)
LAPAS KLAS IIA NARKOTIKA JAKARTA

By : Winanti, S.Psi, Psi.

A.PENDAHULUAN

Metode *treatment* yang diberikan di Lapas Narkotika Jakarta adalah metode *Therapeutic Community* (TC), yaitu suatu metode rehabilitasi sosial yang ditujukan kepada korban penyalahguna NAPZA, yang merupakan sebuah “keluarga” terdiri atas orang-orang yang mempunyai masalah yang sama dan memiliki tujuan yang sama, yaitu menolong diri sendiri dan sesama yang oleh seseorang dari mereka, sehingga terjadi perubahan tingkah laku dari yang negatif ke arah tingkah laku yang positif.

Teori yang mendasari metode TC adalah pendekatan behavioral dimana berlaku sistem *reward* (penghargaan/penguatan) dan *punishment* (hukuman) dalam mengubah suatu perilaku. Selain itu digunakan juga pendekatan kelompok, dimana sebuah kelompok dijadikan suatu media untuk mengubah suatu perilaku.

TC adalah sekelompok orang dengan masalah yang sama, mereka berkumpul untuk saling bantu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Dengan kata lain, *man helping man to help himself*, yaitu seseorang menolong orang lain untuk menolong dirinya. Dalam program TC kesembuhan diciptakan lewat perubahan persepsi/pandangan alam (*the renewal of worldview*) dan penemuan diri (*self discovery*) yang mendorong pertumbuhan dan perubahan (*growth and change*).



Konsep TC yaitu menolong diri sendiri, dapat dilakukan dengan adanya keyakinan bahwa:

1. Setiap orang bisa berubah
2. Kelompok bisa mendukung untuk berubah
3. Setiap individu harus bertanggung jawab
4. Program terstruktur dapat menyediakan lingkungan aman dan kondusif bagi perubahan
5. Adanya partisipasi aktif

TC merupakan suatu wujud kehidupan nyata dalam bentuk simulasi. Di dalam TC ada berbagai norma-norma dan falsafah yang dianut untuk membentuk perilaku yang lebih baik. Norma-norma dan falsafah yang ditanamkan dalam TC tersebut kemudian berkembang menjadi suatu budaya TC, yang didalamnya mencakup:

1. The Creed (Philosophy)

Merupakan filosofi atau falsafah yang dianut dalam TC. Falsafah ini merupakan kerangka dasar berpikir dalam program TC yang harus dipahami dan dihayati oleh seluruh residen.

2. Unwritten Philosophy

Merupakan nilai-nilai dasar yang tidak tertulis, tetapi harus dipahami oleh seluruh residen. Karena, inilah nilai-nilai atau norma-norma yang hendak dicapai dalam program. Dengan mengikuti program TC ini, residen dapat membentuk perilaku baru yang sesuai dengan *unwritten philosophy*.

3. Cardinal Rules

Cardinal Rules merupakan peraturan utama yang harus dipahami dan ditaati dalam program TC, yaitu:

- *No drugs* (tidak diperkenankan menggunakan narkoba)



- *No sex* (tidak diperkenankan melakukan hubungan seksual dalam bentuk apapun)
- *No violence* (tidak diperkenankan melakukan kekerasan fisik)

4. Four Structure Five Pillars

(1) 4 Kategori struktur program :

a. ***Behaviour management shaping*** (Pembentukan tingkah laku)

Perubahan perilaku yang diarahkan pada kemampuan untuk mengelola kehidupannya sehingga terbentuk perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai, norma-norma kehidupan masyarakat.

b. ***Emotional and psychological*** (Pengendalian emosi dan psikologi)

Perubahan perilaku yang diarahkan pada peningkatan kemampuan penyesuaian diri secara emosional dan psikologis.

c. ***Intellectual and spiritual*** (Pengembangan pemikiran dan kerohanian)

Perubahan perilaku yang diarahkan pada peningkatan aspek pengetahuan, nilai-nilai spiritual, moral dan etika, sehingga mampu menghadapi dan mengatasi tugas-tugas kehidupannya maupun permasalahan yang belum terselesaikan

d. ***Vocational and survival*** (Keterampilan kerja dan keterampilan bersosial serta bertahan hidup)

Perubahan perilaku yang diarahkan pada peningkatan kemampuan dan keterampilan residen yang dapat diterapkan untuk menyelesaikan tugas-tugas sehari-hari maupun masalah dalam kehidupannya.

(2) 5 Pillars (5 tonggak dalam program)

a. ***Family milieu concept*** (Konsep kekeluargaan)

Untuk menyamakan persamaan di kalangan komunitas supaya bersama menjadi bagian dari sebuah keluarga.



- b. **Peer pressure** (Tekanan rekan sebaya)
Proses dimana kelompok menekankan contoh seorang residen dengan menggunakan teknik yang ada dalam “TC”
- c. **Therapeutic session** (Sesi terapi)
Berbagai kerja kelompok untuk meningkatkan harga diri dan perkembangan pribadi dalam rangka membantu proses kepulihan .
- d. **Religious session** (Sesi agama)
Proses untuk meningkatkan nilai-nilai dan pemahaman agama.
- e. **Role modelling** (Keteladanan)
Proses pembelajaran dimana seorang residen belajar dan mengajar mengikuti mereka yang sudah sukses.

5. Tools of The House

Tool's of The House merupakan alat-alat atau instrumen yang ada dalam TC yang digunakan untuk membentuk perilaku. Penerapan *Tool's of The House* yang benar diharapkan dapat membawa perubahan perilaku yang lebih baik.

6. Struktur (Hirarki) Fungsi Kerja

Di dalam TC dikenal adanya kelompok-kelompok kerja yang terbagi dalam departemen (divisi), dimana residen yang berada dalam departemen tersebut akan menjalankan tugasnya setiap hari sesuai dengan fungsi kerjanya (*job function*) masing-masing. Hal ini diperlukan untuk menjaga kelangsungan operasional kegiatan sehari-hari serta sebagai latihan keterampilan dan meningkatkan tanggung jawab residen terhadap komunitasnya. Di dalam *job function* tersebut dikenal adanya sistem status (hirarki) yang menentukan tingkatan tanggung jawab dari residen. Sistem Status (hierarki berdasarkan status) tersebut adalah :

- a. *C.O.D.* (Coordinator of Department)
- b. *Chief*
- c. *Shingle/H.O.D.* (Head of Department)



- d. *Ramrod*
- e. *Crew*

7. Tahapan Program

1) *Induction*

Tahap ini berlangsung pada sekitar 30 hari pertama saat residen mulai masuk. Tahap ini merupakan masa persiapan bagi residen untuk memasuki tahapan *Primary*.

2) *Primary*

Tahap ini ditujukan bagi perkembangan sosial dan psikologis residen. Dalam tahap ini residen diharapkan melakukan sosialisasi, mengalami pengembangan diri, serta meningkatkan kepekaan psikologis dengan melakukan berbagai aktivitas dan sesi terapeutik yang telah ditetapkan. Dilaksanakan selama kurang lebih 3 sampai dengan 6 bulan. *Primary* terbagi dalam beberapa tahap, yaitu:

- *Younger member*
- *Middle Peer*
- *Older member*

3) *Re-entry*

Re-entry merupakan program lanjutan setelah *Primary*. Program *Re-entry* memiliki tujuan untuk memfasilitasi residen agar dapat bersosialisasi dengan kehidupan luar setelah menjalani perawatan di *Primary*. Tahap ini dilaksanakan selama 3 sampai dengan 6 bulan.

4) *Aftercare*

Program yang ditujukan bagi eks-residen/alumni. Program ini dilaksanakan di luar panti dan diikuti oleh semua angkatan di bawah supervisi dari staf *re-entry*. Tempat pelaksanaan disepakati bersama.



Dengan budaya TC seperti di atas, maka diharapkan pelaksanaan program benar-benar dijalankan oleh residen. Residen sebagai objek dan subjek yang menjalankan *treatment*. Program disusun untuk membuat residen terlibat secara penuh dalam setiap kegiatan, sesuai dengan *job function*-nya masing-masing. Kedudukan petugas hanya sebagai pengawas, yang mengawasi jalannya program.

B. IMPLEMENTASI THERAPEUTIC COMMUNITY

Program TC yang dilaksanakan di Lapas Klas IIA Narkotika Jakarta ini diadaptasi dari pelaksanaan TC pada panti-panti rehabilitasi narkoba yang ada di Indonesia, yang mengacu pada pedoman pelaksanaan rehabilitasi narkoba yang ditetapkan oleh Departemen Sosial (Depsos) dan Badan Narkotika Nasional (BNN). Meskipun demikian, tidak semua kegiatan dalam program TC tersebut dapat dilaksanakan secara murni di dalam lapas. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan kondisi dan fungsi dari lapas dan panti rehabilitasi.

Jadwal pelaksanaan kegiatan reguler ini dilakukan setiap hari Senin sampai Jumat dari jam 09.30-12.00 WIB dan kemudian dilanjutkan jam 14.00-16.00 WIB. Sampai saat ini program yang telah dijalankan adalah program Primary.

Selain kegiatan reguler di dalam program TC juga memberikan pelatihan khusus selama kurang lebih 1 bulan untuk calon 'Peer Counselor'. Para pesertanya merupakan anggota family yang telah selesai mengikuti kegiatan reguler TC dan berhasil lolos dari proses seleksi penilaian. Sampai saat ini telah ada 15 Peer Counselor yang membantu proses kegiatan TC sehari-hari. Adapun untuk menjadi Peer Counselor harus memiliki syarat-syarat seperti berikut:

- Telah selesai mengikuti program primary
- Menunjukkan progress yang positif
- Lulus seleksi (administrasi, wawancara, psikotest)



- Aktif menjalani pelatihan PC
- Lulus ujian setelah pelatihan

Adapun kegiatan kelompok (*group therapy*) dalam TC yang telah dilaksanakan di Lapas Narkotika Jakarta adalah :

a. Morning Meeting

Yaitu kegiatan rutin setiap pagi hari pada pukul 09.00 s.d 11.00 WIB yang berupa pertemuan seluruh family untuk menyampaikan hal-hal penting yang terjadi di lingkungan blok mereka.

Tata Cara Pelaksanaan Morning Meeting adalah :

- Seluruh *family* berkumpul di suatu tempat/ruangan
- *Family* berdiri membentuk lingkaran dan bergandengan tangan untuk membaca *serenity prayer* yang dipimpin oleh salah satu residen yang diikuti oleh seluruh residen lainnya
- Setelah selesai membaca *serenity prayer*, maka seluruh residen berangkulan untuk membaca *philosophy* yang dipimpin oleh salah satu residen dan diikuti oleh residen lainnya
- *Family* duduk melingkar dengan membentuk huruf U dengan susunan *status older* berada di ujung lingkaran
- Di bagian tengah ujung lingkaran disediakan dua kursi untuk seorang *conduct (mayor on duty)* dan seorang *C.O.D. / On Chair* (C.O.D. yang bertugas hari itu)
- *Morning Meeting* dimulai dengan sesi *announcement*, dilanjutkan dengan *awareness, pull ups, interuption, issue*, dan diakhiri dengan *second half. Second half* terdiri dari *ritual up lifter, games, weather forecast, news.*
- Setelah *second half* dilanjutkan dengan pembacaan *process observer*, pembentukan *theme of the day.*



- *Morning Meeting* ditutup dengan pembacaan doa yang dipimpin oleh *Chief* dengan seluruh residen berdiri dan saling bergandeng tangan
- Sebelum meninggalkan tempat, residen saling bersalaman dan berpelukan (*hug each other*)

b. Morning Briefing

Merupakan kegiatan yang membahas berbagai hal yang menyangkut kegiatan TC selama 1 minggu dilakukan pada akhir minggu. Tujuannya untuk meningkatkan kejujuran sesama family.

c. Open House

Yaitu kegiatan pemeriksaan dan pengeledahan kamar hunian (blok) resident TC untuk melihat kondisi kamar baik dari sisi kebersihan, kerapihan maupun adanya pelanggaran yang dilakukan residen. Kegiatan ini dilakukan secara insidental (sewaktu-waktu), dipimpin oleh konselor dan dibantu oleh *status older*.

d. Encounter Group

Yaitu suatu kegiatan yang dirancang khusus untuk mengekspresikan perasaan kesal, kecewa, sedih, perhatian (concern), dan lain-lain. Kegiatan ini merupakan kegiatan dari pembentukan perilaku dan pengaturan emosi agar lebih disiplin dan terarah.

Tujuan Encounter Group :

- Menciptakan kehidupan komunitas yang sehat dan dinamis
- Menjadikan komunitas personal yang bertanggung jawab
- Menumbuhkan keberanian untuk mengungkapkan perasaan
- Membangun kedisiplinan
- Belajar mengarahkan emosi secara baik dan benar tanpa menimbulkan dendam



Tata Cara Pelaksanaan Encounter Group :

- Residen duduk membentuk lingkaran
- Di tengah barisan lingkaran diposisikan dua kursi yang saling berhadapan dengan jarak tertentu ($\pm 1,5$ m)
- Seorang *conduct* (fasilitator/salah satu mayor) memimpin doa sebelum memulai kegiatan
- Conduct memandu residen untuk menyebutkan *Rules of Encounter* satu persatu secara bergantian
- Family yang memasukkan *drop slip*/memiliki *feeling* duduk di kursi yang disediakan secara bergantian
- Family yang memiliki *feeling* tersebut melakukan *running feeling*/menyalurkan kemarahannya kepada residen yang dimaksudkan/di *drop slip*
- Setelah semua *family* yang *drop slip* melakukan *running feeling*, maka *conduct* memberikan *feed back*
- Kegiatan ditutup dengan membaca doa yang dipimpin oleh *conduct*
- Setelah selesai semuanya maka diakhiri dengan saling bersalaman dan berpelukan

e. Static Group

Merupakan suatu kegiatan dalam bentuk kelompok-kelompok kecil yang membicarakan berbagai macam persoalan kehidupan keseharian dan kehidupan yang lalu.

Dalam kegiatan Static, setiap kelompok difasilitasi oleh seorang konselor yang membangun suasana nyaman dan rasa percaya sesama residen.

Tujuan Static :

- Membangun kepercayaan antara sesama residen dan konselor
- Image breaking (membuka diri dengan membangkitkan rasa percaya pada lingkungan)



- Menumbuhkan rasa tanggung jawab moral terhadap permasalahan temannya
- Bersama mencari solusi pemecahan masalah yang tepat

Tata Cara Pelaksanaan Static Group :

- Family dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil yang dipimpin oleh seorang *static (peer counsellor)*
- Setiap kelompok duduk melingkar
- Kegiatan dimulai dengan membaca doa yang dipimpin oleh *counsellor*, dimana semua residen dalam setiap kelompok saling bergandeng tangan
- Kelompok mulai melakukan sharing permasalahan pribadi mereka, dilanjutkan dengan *confrontation (tanya jawab)* dan pemberian *feed back* oleh masing-masing anggota kelompok/*counsellor*
- Kegiatan ditutup dengan pembacaan doa dan diakhiri dengan saling bersalaman dan berpelukan

f. **P.A.G.E. Group (Peer Accountability Group Evaluation)**

Adalah suatu kegiatan yang mengajarkan residen untuk dapat memberikan penilaian positif dan negatif terhadap perilaku dan sikap residen lain dalam kehidupan sehari-hari. Dalam kegiatan ini residen dilatih untuk meningkatkan kepekaan dan kepedulian terhadap perilaku komunitas.

Tujuan PAGE Group:

- Residen mendapat masukan yang jujur terhadap sikap dan perilakunya selama menjalani TC
- Residen menyadari kekurangan dan kelebihanannya sehingga bisa melakukan introspeksi
- Membangkitkan rasa percaya diri
- Membangun komunitas yang sehat dengan saling peduli

g. **Mix Confrontation**



Adalah exploring dari suatu permasalahan yang diungkapkan oleh seorang residen. Tujuan dari kegiatan ini adalah munculnya “insight” pada diri residen dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan residen lainnya.

Aturan mix confrontation:

- Residen hanya diperbolehkan bertanya
- Tidak boleh memberikan feedback
- Pertanyaan sebaiknya sesuatu yang menimbulkan “insight”

h. Seminar

Yaitu kegiatan yang berupa pemberian materi yang berkaitan dengan TC, narkoba, maupun pengetahuan lain yang relevan. Tujuannya adalah membuka wawasan dan menumbuhkan kesadaran diri terhadap bahaya Narkoba. Kegiatan ini diikuti oleh family TC dengan pemberi materi PC (Peer Counsellor), Mayor, serta para pejabat di lingkungan Lapas Narkotika Jakarta, tim T&R Terpadu OSC Lapas Narkotika Jakarta dan pihak lain yang berkepentingan.

i. Sport and Recreation

Kegiatan ini merupakan kegiatan untuk mereduksi tingkat stress yang dialami residen selama mengikuti kegiatan. Kegiatan *Sport* berupa kegiatan senam massal, sepak bola, bola voli dan bola basket. Sementara kegiatan *recreation* berupa musik/band dan video session, yaitu nonton film bersama.

j. Pembentukan Status Older

Kegiatan ini berfungsi untuk membentuk jiwa kepemimpinan dan meningkatkan rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri dan lingkungan. Periode pergantian (*job changes*) ditentukan oleh petugas dengan memperhatikan *progress* dari masing-masing resident. *Status Older* yang



ada di Lapas Narkotika Jakarta terdiri dari *Chief, Shingle, HOD (House of Departement), dan expeditor.*

k. Function

Kegiatan *Function* merupakan kegiatan yang dilakukan dalam rangka untuk meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepedulian terhadap kebersihan lingkungan sekitar. Kegiatan ini dijadualkan setiap harinya dan dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan kelompok.

l. Religious Session

Yaitu kegiatan yang diarahkan pada pendalaman diri terhadap kehidupan spiritual dan keagamaan. Kegiatan ini dilaksanakan setiap Jumat siang.

Selain kegiatan kelompok, di dalam program juga dilakukan kegiatan pemberian sanksi. Sanksi diberikan kepada residen yang melakukan kesalahan atau melakukan hal-hal yang negatif. Kegiatan ini dilakukan berjenjang sesuai dengan kesalahan yang dilakukan. Untuk mendapatkan sanksi tersebut, residen terlebih dulu menjalani sesi teguran. Sesi yang dilakukan adalah :

1. Spoken to : Teguran halus dan nasihat secara lembut yang diberikan kepada residen atas perilakunya yang negatif. Biasanya diberikan oleh COD atau oleh PC.
2. Dealt with : Teguran yang diberikan akibat seringnya mengulangi kesalahan yang sama. Teguran ini diberikan oleh tim panelis yang dipimpin oleh fasilitator. Dari sesi ini residen hanya diberikan awareness.
3. Haircut : Teguran yang diberikan secara keras kepada seorang residen karena kesalahan yang berulang-ulang juga diberikan kepada residen yang melanggar tata tertib. Teguran ini diberikan oleh tim panelis yang dipimpin oleh fasilitator. Dari sesi ini residen dapat diberikan sanksi.
4. Family haircut : Teguran keras dari family kepada residen yang melakukan kesalahan yang berulang. Sesi ini dihadiri oleh seluruh residen dan setiap



perwakilan residen memberikan teguran dipimpin oleh fasilitator. Dari sesi ini residen diberikan LE.

5. General Meeting : Teguran keras kepada residen karena telah melanggar Cardinal Rules. Diberikan oleh semua family secara bersama-sama dipimpin oleh fasilitator.

Untuk tim panelis yang menjalankan sesi dealt with dan haircut terdiri dari:

- Fasilitator : yang memimpin sesi
- Confront : memberikan pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan fumble
- Blast : Menegur dengan keras (memberikan direction) tanpa memberikan harapan dan feedback
- Sarcastic : Memberikan teguran berupa sindiran atau teguran-teguran sinis
- Catchup : Menyampaikan pernyataan secara halus, serta memberikan harapan dan feedback

Setelah menjalani sesi, maka kepada residen diberikan outcomes. Outcomes tersebut dapat berupa awareness, task, maupun LE (learning experiences).

Learning Experience (LE)

Yaitu bentuk-bentuk sanksi yang diberikan setelah menjalani sesi teguran. Bentuk dari sanksi tersebut diarahkan pada perubahan sikap, cara berpikir, disiplin dan evaluasi diri terhadap kesalahannya. Tujuan dari LE agar residen belajar dari pengalamannya untuk dapat mengubah perilaku. Jenis-jenis LE mulai dari yang ringan sampai terberat adalah:

1. LE others
2. LE potshink
3. LE ground
4. LE sparepart
5. LE Extracurriculum / limbo



Dibawah ini saya lampirkan dokumentasi aktivitas yang telah dilaksanakan di Lapas Klas II A Narkotika Jakarta.

Foto dokumentasi

THERAPEUTIC COMMUNITY (TC) LAPAS KLAS IIA NARKOTIKA JAKARTA





which it arranged together with the social department and other stakeholders



Furthermore, the facility implement the therapic community (TC) program



which it arranged together with the social department and other stakeholders



The personality construction is a program focused on change of behavior and attitude aspects for better direction



Moreover, it is completed by a mosque church and mosque

