

BAB I

PENDAHULUAN

A. Permasalahan

1. Latar Belakang Masalah

Di dunia yang terglobalisasi saat ini, penyalahgunaan narkoba sedang meningkat, termasuk di Indonesia. Prevalensi penyalahgunaan narkoba terus meningkat setiap tahunnya. Termasuk persoalan terkait penyalahgunaan narkoba di kalangan pecandu, kurir, dan pengedar. Selain itu, ada banyak tantangan seputar kekambuhan di kalangan mantan pecandu narkoba. Indonesia saat ini sedang menghadapi krisis narkoba, dengan Jawa Timur menduduki peringkat tertinggi dalam kasus penyalahgunaan narkoba pada tahun 2019. Individu atas semua umur, yakni kategori anak sampai dewasa telah menjadi korban penyalahgunaan narkoba di Jawa Timur.

Kantor PBB untuk Narkoba dan Kejahatan (UNODC), mengemukakan prevalensi penyalahgunaan narkoba secara global meningkat dari tahun 2006 hingga 2013 (Infodatin, 2017). Menurut data Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia (BNN RI) (Armaghani, 2018), Indonesia mencatat 4.022.228 pengguna narkoba pada tahun 2014, meningkat di tahun 2015 dan 2016 menjadi 4.098.029. Di Indonesia banyaknya pengguna narkoba sekitar 4,1 jt orang atau 2,1% atas keseluruhan penduduknya.

Berdasarkan kasus terbaru, Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia (BNN RI) sukses menguak 5 perkara penyebaran macam-macam narkoba dalam hal ini diperbuat oleh 17 pelaku di beberapa kawasan di Indonesia pada tahun 2022, sehingga totalnya mencapai 1.147 kasus. Pada tahun 2022, Surabaya ribuan kasus narkoba terjadi, dengan total 894 terdeteksi. Sementara jumlah barang bukti yang disita pada tahun 2022 meningkat 100% dibandingkan tahun 2021. Pada tahun 2021, jumlah laporan terbanyak sebanyak 848 kasus, selesai 853 kasus, dan terungkap 848 kasus. Kemudian, dari data yang diperoleh peneliti dari pusat pengobatan narkoba, pengguna narkoba terus meningkat dimulai sejak tahun 2019 sekitar 165 jiwa, tahun 2020 sekitar 198 jiwa, tahun 2021 sekitar 201 jiwa, dan tahun 2022 sekitar 210 jiwa. Data terakhir pada bulan Agustus pada tahun 2023, ada 200 pecandu narkoba.

Sementara itu, untuk memastikan fenomena di atas, peneliti melakukan studi pendahuluan dan mewawancarai 15 pengguna narkoba di pusat rehabilitasi narkoba di Surabaya pada bulan Juni 2023. Dari wawancara tersebut, peneliti menemukan bahwa subjek tersebut awalnya menggunakan narkoba lantaran bujukan rekannya, faktor wilayah, rasa ingin tahu, atau incip-incip. Namun, terdapat beberapa faktor lain yang berkontribusi terhadap penggunaan narkoba

pada subjek, yaitu problem keluarga maupun masalah kisah cinta, yang menyebabkan subjek condong suka mengonsumsi narkoba demi menghapus tekanan. Selain hasil wawancara di atas, beberapa subjek juga menunjukkan perilaku yang menunjukkan rendahnya *psychological well being* subjek, hal ini ditunjukkan dengan hasil survei yang telah dilakukan kepada 15 subjek dan diperoleh hasil bahwa subjek mempunyai tingkat *psychological well being* yang rendah. Hal ini ditunjukkan dari hasil survei menurut enam dimensi *psychological well being* dari Ryff. Pada dimensi penerimaan diri sebesar 16%, dimensi hubungan positif dengan orang lain sebesar 15%, dimensi otonomi sebesar 18%, dimensi penguasaan lingkungan sebesar 21%, dimensi tujuan hidup sebesar 13%, dan dimensi pertumbuhan pribadi sebesar 16%. Dapat disimpulkan bahwa subjek kurang mampu pada dimensi penguasaan lingkungan yang memiliki nilai sebesar 21%.

Berdasarkan fenomena tersebut, kesimpulan yang dikemukakan peneliti atas pecandu narkoba berpotensi *psychological well being* yang cenderung turun sehingga menimbulkan stres atas pengaruh salah satu dimensi psikologis pecandu narkoba. Oleh sebab itu, berhubungan pada faktor *psychological well being*, termasuk 6 dimensi yang wajib dilengkapi pengguna. Aspek tersebut mengacu pada terpenuhinya kriteria keberfungsian psikologis positif seseorang (*positive psychology functioning*). Fungsi psikologis positif artinya enam dimensi psikologis untuk wajib dilengkapi, yaitu: penerimaan diri, jalinan baik kepada orang lain, kemandirian/otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan personal (Karyono, K., Dewi, K.S., &TA, L, 2009).

Ketika *psychological well being* individu meningkat, mereka akan merasakan emosi menyenangkan serta hanya sedikit merasakan emosi yang tidak menyenangkan, banyak kejadian yang menyenangkan dan sedikit kesedihan dialami pada saat mereka puas terhadap hidup yang dijalankannya. Jika *psychological well being* individu rendah, hal tersebut bisa berpengaruh pada kepuasan hidup mereka dan sering merasakan emosi yang tidak menyenangkan serta merasa sedih. Hal tersebut menunjukkan bahwa *psychological well being* sangat penting dimiliki oleh setiap individu supaya individu bisa menghadapi masalah pada saat keadaan serta kondisi apapun dan bisa menjalani hidupnya dengan baik.

Psychological well being adalah bagaimana psikologis tersebut dapat difungsikan dengan baik dan positif (Ryff, 2014). *Psychological well being* merupakan konsep yang sangat kompleks karena merupakan keadaan psikologis yang cukup dipengaruhi atas *quality* interaksi individu di keluarga maupun lingkungan sekitar (Ryff, 2014). *Psychological well being* menekankan bagaimana individu hidup secara aktif, termasuk penilaian kognitif dan respons emosional. Bagian ini mencakup penelitian tentang berbagai dimensi, termasuk kepuasan, moral, kebahagiaan, dan emosi positif (Diener, 2009). Menerima dan memahami bahwa kesehatan mental merupakan kebutuhan dasar setiap individu yang sehat dan keberhasilan pembangunan serta kesejahteraan merupakan tujuan akhir bangsa dan setiap individu. Orang yang puas dengan kehidupannya

mempunyai keadaan emosi yang positif, kemampuan untuk bertahan dari pengalaman tidak menyenangkan yang dapat menimbulkan emosi negatif, memelihara jalinan baik terhadap semua orang, kesanggupan menentukan nasibnya sendiri dengan mandiri dan tidak menyusahkan semua orang, dan kesanggupan untuk mengendalikan dirinya. Seseorang yang mempunyai lingkungan sekitar yang baik, pasti memiliki arah hidup, dan dapat mengubah dirinya adalah orang yang mempunyai *psychological well being* paling tinggi.

Psychological well being adalah merujuk atas hati yang personal bahwa mereka beraktivitas atas emosi positif dan bahwa individu bisa jauh lebih berarti dan berubah dengan caranya (Huppert et al., 2005). Dierendock et al (Anjani, Vienna, 2019) berpendapat bahwa hal ini penting karena derajat *psychological well being* tertinggi akan mendukung kesembuhan terbaik dan angka harapan hidup menggambarkan kualitas hidup yang dapat memperpanjang umur dan fungsi manusia, yang merupakan tujuan dari *psychological well being*. Ryff (2014), terdapat enam perspektif *psychological well being*, antara lain penerimaan diri, jalinan baik kepada orang lain, kemandirian/otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan personal.

Sutejo (2017) menyatakan bahwa orang yang menyalahgunakan narkoba percaya bahwa dengan menggunakan narkoba akan menyelesaikan permasalahannya. Alasan pecandu narkoba antara lain menggunakan narkoba adalah untuk mencapai kesejahteraan, menghilangkan rasa sakit, dan memperoleh kesenangan. Hal ini juga disebabkan karena pecandu tidak mengetahui banyak tentang kebahagiaan sejati, dan aspek yang membawa pengaruh *psychological well being* yakni kurangnya sikap memaafkan diri sendiri (*self forgiveness*).

Denton dan Martin (Mistler, 2010) meyakini bahwa sikap memaafkan (*forgiveness*) merupakan suatu proses batin yang memungkinkan seseorang melepaskan emosi negatif dan berhenti mencari hal-hal yang dapat menimbulkan sakit hati. Hal ini tentu membuat seseorang, termasuk pecandu narkoba, menjadi lebih baik dan lebih mudah dalam melangkah ke depan. Pengampunan memiliki arti yang lebih dalam dari sekadar mengucapkan kata "Saya minta maaf". Proses memaafkan diri sendiri ini dapat menurunkan motivasi subjek untuk menghukum dirinya sendiri, menghindari rangsangan yang berhubungan dengan kesalahan yang telah terjadi, dan meningkatkan motivasinya untuk lebih menerima dirinya sendiri. Proses memaafkan dapat mencegah individu terkena penyakit fisik kronis (Hall & Fincham, 2005).

Anderson (Paramitasari dan Alfian, 2012) menyatakan bahwa menurut hasil penelitian, orang yang mampu memaafkan dirinya sendiri akan merasakan minimnya tingkat emosi, kekhawatiran, dan linglung secara komprehensif, menggantikan emosi negatif yang ada dengan emosi positif. Individu akan menyadari bahwa mereka lebih berharga, lebih percaya diri dan kurang bersedia mengingat kembali kesalahan masa lalu. Penelitian pendukung lainnya yang dilakukan Mauger (Terzino, 2010) menunjukkan adanya korelasi positif antara kurangnya pengampunan diri dengan kecemasan atau depresi.

Memaafkan juga ditemukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan psikologis. Diantaranya, penelitian Juwita dan Kustanti (2020) menunjukkan melalui analisis regresi sederhana bahwa terdapat korelasi positif antara sikap memaafkan dan kesehatan mental. Semakin tinggi tingkat pengampunan, semakin tinggi pula kesehatan mentalnya. Kontribusi efektif sikap memaafkan terhadap kesehatan mental sebesar 22%. Penelitian Raudatussalamah dan Susanti (2014) menemukan bahwa sikap memaafkan memberikan kontribusi sebesar 15% terhadap kesehatan mental narapidana wanita, hal ini menunjukkan adanya hubungan antara sikap memaafkan dengan kesehatan mental. Pengampunan dikaitkan dengan kebahagiaan dengan memperbaiki pemikiran, tantrum, dan tindakan negatif berubah respons *positive*.

McCullough (2000) mengartikan sikap memaafkan (*forgiveness*) sebagai pergantian berbagai tindakan, seperti menghapus keinginan demi melupakan kebencian, meninggalkan atau menghindari perilaku, dan meningkatkan keinginan untuk berdamai dengan penggunanya. Enright mencatat sebenarnya pasca pengampunan, orang bakal sadar bahwa amarah yang meluap dan kedengkian tentu memperburuk situasi (Abdat, 2016). Ketika seseorang telah mencapai pengampunan diri, dia akan mempertimbangkan makna hidup (*meaning in life*) dan tujuan hidupnya.

Steger & Dik (2009) mengartikan makna hidup (*meaning in life*) dipandang atas makna penjelasan yaitu segala sesuatu, yaitu makna hidup mencakup hal-hal yang diakui dan vital di tiap hidupnya individu. Makna hidup (*meaning in life*) berkaitan dengan *quality* hidup, kepuasan hidup, kebahagiaan, serta kesejahteraan (Steger & Samman, 2012). Orang yang hidupnya bermakna adalah orang yang merasakan hidup dan bila menyangkut sesuatu dapat diperjuangkannya (Fridayanti, 2013). Individu yang menjalani kehidupan bermakna ditandai dengan berkurangnya dorongan psikologis, patologi, *depression*, pemakaian narkoba (Steger dalam Lambert et al., 2010), keraguan, resesi (Steger et al., (2006)), kekosongan dan stres (Steger dkk., (2008)). Orang yang tidak memiliki arti dari "kekosongan eksistensial" merasa bosan, hampa, apatis, dan merasa hidup tidak ada artinya. (Frankl, 1984). Pelaku kekerasan yang tidak berhasil pulih seringkali menganggap hidupnya tak terarah.

Sutejo (2017) menemukan dalam studinya, masalah psikologis yang mempengaruhi makna hidup termasuk harga diri yang rendah, kurangnya motivasi, perasaan tidak berdaya, putus asa, dan bahkan kemungkinan bunuh diri. Temuan studi menggambarkan bahwa pengguna narkoba melaporkan tingkat kesejahteraan yang lebih rendah (Nicholson et al., 1994). Studi milik Aryanata, Pangkahila, dan Damayana (2017) menemukan kalau pemakai narkoba melaksanakan percobaan *commit suicide* ketika merasakan keterpurukan.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang sudah dipaparkan, selanjutnya studi ini penulis berfokus pada hubungan *self forgiveness* dan *meaning in life* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba. Dikarenakan *psychological well being* erat hubungannya pada *meaning in life* seorang pecandu dan pengampunan diri. *Psychological well being* sangat penting bagi setiap orang

untuk menentukan arah tujuan hidup. Orang di tahap *psychological well being* tertinggi bakal berpandangan hidup positif. Walaupun *meaning in life* sangat mempengaruhi konsep makna hidup (*meaning in life*) setiap orang, namun orang yang memahami konsep makna hidup akan sering berhati-hati dalam menentukan pilihan. Lebih lanjut, juga terkait dengan *self forgiveness*, karena individu harus mampu memahami konsep makna hidup. Maksud dari memaafkan diri sendiri adalah untuk meningkatkan kebahagiaan hidup dan berdamai dengan kehidupan masa lalu.

Ketika subjek menjadi pecandu muncul dinamika psikologis terkait dengan perilakunya sehingga terjadi perubahan pada perilakunya sebagai dampak menggunakan narkotika. Kemudian melalui proses yang cukup panjang, subjek berusaha untuk lepas dari ketergantungan narkotika. Memaafkan diri sendiri berkaitan dengan kebermaknaan hidup pengguna. Ini adalah langkah pertama menuju peningkatan kesejahteraan pengguna. Dengan mulai memaafkan diri sendiri atas tindakan di masa lalu, individu perlahan-lahan mulai memahami makna dan tujuan hidup mereka. Pemaafan memegang peranan penting dalam makna hidup seseorang. Orang yang mampu memaafkan dirinya sendiri dan berdamai dengan keadaannya saat ini akan mulai menata hidupnya dan menyadari maknanya. Setiap individu harus memiliki makna hidup agar dapat menentukan arah tujuan hidup, mengubah kehidupan kedepannya, serta individu menjadi lebih bermanfaat dari sebelumnya.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

- a. Apakah terdapat hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba?
- b. Apakah terdapat hubungan antara *meaning in life* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba?

B. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini yaitu :

- a. Untuk mengetahui hubungan antara *self forgiveness* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba.
- b. Untuk mengetahui hubungan antara *meaning in life* dengan *psychological well being* pada pecandu narkoba

2. Manfaat Penelitian

Berikut ini adalah beberapa manfaat dari penelitian ini manfaat teoritis dan manfaat praktis :

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi khususnya psikologi perkembangan, psikologi positif dan nantinya dapat menjadi rujukan bagi para peneliti selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk meningkatkan *psychological well being* pembaca terutama para pengguna, maka peneliti menyarankan untuk meningkatkan *psychological well being* dengan *self forgiveness* dan *meaning in life*.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau acuan bagi peneliti selanjutnya dalam bidang psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi positif yang berkaitan dengan *self forgiveness*, *meaning in life* dan *psychological well being*.

C. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian bertujuan untuk menguji temuan mengenai pertanyaan penelitian. Salah satu arah dari keaslian penelitian ini adalah untuk membedakan penelitian ini dari penelitian sebelumnya yang memiliki topik yang sama dan untuk menumpukan perhatian pada masalah yang dibahas.. Setelah dilakukan penelusuran, peneliti menemukan bahwa hasil penelitian yang bersinggungan dengan judul karya penelitian ilmiah ini antara lain:

1. Penelitian pertama oleh Desrianti, Ane Putri dan Primanita, Rida Yanna (2022) meneliti hubungan antara *forgiveness* dengan pada pengguna narkoba di Provinsi Sumatera Barat. Penelitian ini menyajikan hasil dengan menggunakan *Meaning of Life Questions Scale (MLQ)* yang dikembangkan oleh Steger (2006) dan *Heartland Forgiveness Scale (HFS)*, yaitu skala memaafkan yang diperbaharui oleh Thomson (2005). Pengolahan data memakai korelasi *product moment*. Hasil uji hipotesis $r = 0,518$, $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara sikap memaafkan dan kebermaknaan hidup pada pengguna narkoba di Sumatera Barat.
2. Penelitian kedua Saputri, Syelawati Saputri (2021), meneliti hubungan antara *Self Forgiveness* dengan *Meaning in Life* pada orang dewasa awal yang melakukan *self-harm (non-suicide self-injury)*. Penelitian ini menyajikan hasil menggunakan pengampunan diri dan makna dalam skala kehidupan. Skala Pengampunan Diri dikembangkan berdasarkan teori Woodyatt et al. (2017), dan Skala Makna dalam Kehidupan diadaptasi dari Skala *Meaning of*

Life Questions Scale (MLQ) asli Steger et al. (2006). Data dianalisis menggunakan analisis korelasi *product moment Pearson*. Hasil pengujian hipotesis penelitian dengan menggunakan *product moment Pearson* menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,00 lt 0,05 (nilai Sig. kurang dari 0,05) yang berarti terdapat hubungan antara variabel self-forgiveness dengan variabel kebermaknaan hidup. Terdapat korelasi positif antara variabel *self forgiveness* dengan variabel *meaning in life*, artinya jika variabel *self forgiveness* meningkat maka akan diiringi dengan peningkatan pada variabel *meaning in life*.

3. Penelitian ketiga yang dilakukan oleh Raudatussalamah dan Susanti, Reni (2014) meneliti tentang sikap *Self Forgiveness* dengan *Psychological Well Being* pada narapidana perempuan. Penelitian ini menyajikan hasil penggunaan Skala Forgiveness dan Kesehatan Mental, dengan hasil uji validitas skala memaafkan berkisar antara 0,271 hingga 0,763. Sedangkan hasil uji validitas skala kesehatan jiwa berkisar antara 0,261 hingga 0,674. Berdasarkan uji reliabilitas, koefisien reliabilitas skala memaafkan sebesar 0,289 dan koefisien reliabilitas skala *psychological well being* sebesar 0,817. Data menunjukkan distribusi linier normal dengan koefisien korelasi $r = 0,387$ dan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,001$). Pengampunan menyumbang 15% terhadap *psychological well being*. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan mengenai adanya hubungan antara sikap pemaaf dan *psychological well being* pada narapidana wanita diterima. Pengampunan dikaitkan dengan kebahagiaan dengan mengubah pikiran, emosi, dan perilaku negatif menjadi respons positif.
4. Penelitian keempat oleh Lapiana (2022) meneliti tentang *forgiveness* dan kebermaknaan hidup dengan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Penelitian ini menyajikan hasil penggunaan teknik analisis data yang digunakan untuk memahami hubungan antara *forgiveness* dan kebermaknaan hidup dengan kebahagiaan melalui uji korelasi *Spearman Brown* menggunakan *SPSS 23.0 for Windows*. Berdasarkan hasil penelitian, untuk (a) variabel sikap memaafkan dan kebahagiaan remaja yang tinggal di Panti Asuhan Pondok Kasih dihitung korelasinya sebesar $r = 0,647$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan dalam variabel *forgiveness* dan kebahagiaan memiliki hubungannya positif signifikan. Pada variabel (b) kebahagiaan dan kebermaknaan hidup sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,728 maka dapat dikatakan terdapat korelasi positif yang signifikan antara kebermaknaan hidup dengan kebahagiaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat sikap memaafkan pada remaja, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya, begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat sikap memaafkan pada remaja, maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya, dan terdapat pula hubungan positif antara tingkat pengampunan di kalangan remaja dan tingkat kebahagiaan mereka. Semakin besar makna dalam kehidupan remaja, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya, dan sebaliknya, semakin sedikit

makna dalam kehidupan remaja maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya.

5. Penelitian kelima dilakukan oleh Handayani, Ninuk. D. P (2021) Tentang Hubungan *Self Forgiveness* Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana Wanita Lapas Kategori IIA Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data model skala Likert untuk menunjukkan hasil, skala kesejahteraan psikologis memiliki 84 item dan reliabilitas $\alpha=0,826$, dan skala memaafkan diri sendiri memiliki 11 item dan reliabilitas $\alpha=0,677$. Data dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi *rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self forgiveness* dengan kesejahteraan psikologis narapidana wanita, dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,313 dan tingkat signifikansi sebesar 0,002 ($p<0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self forgiveness* dengan kesejahteraan psikologis pada narapidana wanita Kelas IIA Kota Semarang yang berarti hipotesis penelitian ini diterima.
6. Penelitian keenam oleh Angela, M., Felicia & Cipta, F (2021) hubungan *Forgiveness* dan *Psychological Well Being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Penelitian ini menyajikan hasil dengan menggunakan teknik analisis data (teknik korelasi *Pearson product moment*). Hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan positif antara sikap memaafkan dengan kesehatan mental korban kekerasan dalam rumah tangga, dengan nilai korelasi Pearson $r = 0,524$ dan signifikansi $p = 0,000$ ($p<0,005$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *forgiveness* memberikan dampak sebesar 27,4% terhadap *psychological well being*. Kesimpulannya hipotesis penelitian ini terbukti diterima lantaran memuat hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well being* jadi hasil penelitiannya.

Berdasarkan keaslian penelitian di atas, maka penelitian yang akan dikerjakan memuat perbedaan pada penelitian sebelumnya. Penelitian ini berbeda dalam subjek penelitian dan lokasi dilakukannya. Pecandu narkoba yang sedang menjalani perawatan rehabilitasi dijadikan subjek dalam penelitian, dan lokasi penelitian adalah tempat rehabilitasi.