

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini permasalahan obat terlarang (narkoba) di Indonesia sudah menjadi masalah serius. Hal ini dibuktikan dengan jumlah kasus narkoba yang meningkat setiap tahunnya. Laju peredaran narkoba akhir-akhir ini semakin marak dan menjamur, tidak hanya di perkotaan saja tetapi telah merambah di pedesaan (Sinar BNN, 2015).

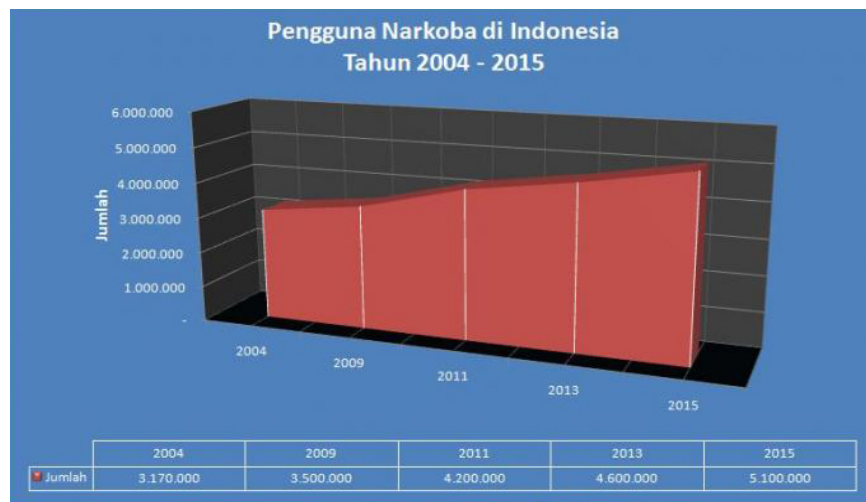
Penggunaan berbagai macam jenis obat dan zat adiktif atau yang biasa disebut narkoba cukup meningkat terutama di kalangan generasi muda. Morfin dan obat-obat sejenis yang semula dipergunakan sebagai obat penawar rasa sakit, sejak lama sudah mulai disalahgunakan. Banyak kalangan mengakui maraknya peredaran dan penyalahgunaan narkotika dan obat-obatan terlarang menjadi ancaman yang berbahaya bagi bangsa Indonesia (Budiarta 2000).

Penyalahgunaan atau ketergantungan narkoba bagaikan fenomena gunung es. Kasus narkoba yang tampak di permukaan lebih kecil dibandingkan dengan kasus yang tidak tampak (Hawari, 2009). Data Markas Besar Kepolisian Republik Indonesia (Mabes POLRI, dalam Badan Narkotika Nasional, 2015) menunjukkan peningkatan jumlah kasus narkoba yang terjadi di Indonesia. Berdasarkan riset BNN bekerja sama dengan Universitas Indonesia, angka prevalensi pengguna usia 10-59 tahun mencapai 2,32% pada tahun 2012. Angka itu dari tahun ke tahun meningkat bahkan pada 2015

diperkirakan jumlah pengguna narkoba di Indonesia mencapai 5,8 juta jiwa.

Peningkatan kasus narkoba tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Gambar 1. Data Kasus Narkoba di Indonesia



Sumber : BNN dan Puslitkes Universitas Indonesia, 2015.

Data yang diperoleh dari survei Badan Narkotika Nasional (BNN) dan Pusat Penelitian Kesehatan UI tahun 2008 mengungkapkan, angka prevalensi pengguna narkoba sekitar 1,9% dari seluruh penduduk Indonesia, dengan kisaran usia 10 sampai 60 tahun. Hanya dalam tiga tahun kemudian, angka prevalensi meningkat menjadi 2,2%, yang berarti sekitar 4 juta penduduk Indonesia tercatat sebagai penyalahguna narkoba.

Kasus narkoba di wilayah Yogyakarta bulan Januari sampai dengan Juli 2014 mencapai angka 271 ungkap kasus (BNNP DIY, 2014). Masih berdasarkan data di Yogyakarta selama tahun 2014, pemakai narkoba 171 orang hasil ungkap kasus dan 100 pengedar hasil ungkap kasus (BNNP, 2014).

Beberapa jenis zat yang sering disalahgunakan yaitu narkotika, stimulan, halusinogen, depresan dan pemakaian zat-zat yang tergolong zat aditif ini akan menimbulkan ketagihan dan pada akhirnya mengalami ketergantungan. Individu dalam kondisi ketergantungan tidak hanya mengalami ketergantungan secara fisik akan tetapi ketergantungan psikologis (Indrawan, 2001).

DSM IV mendefinisikan *substance abuse* sebagai suatu pola *maladaptive* dari penggunaan zat yang dapat menyebabkan gangguan klinis yang signifikan, atau dapat menyebabkan seseorang menjadi menderita. Menurut Wade (2007), gejala-gejala dari gangguan tersebut meliputi ketidakmampuan untuk mempertahankan pekerjaan, mengasuh anak, atau ketidakmampuan untuk menyelesaikan pekerjaan sekolah. Penggunaan obat-obatan pada situasi yang berbahaya dan cukup sering mengalami konflik dengan orang lain mengenai penggunaan obat-obatan, atau mengalami konflik yang disebabkan penggunaan obat-obatan.

Penyalahgunaan narkoba menyebabkan ketergantungan bagi pemakainya. Hal ini terjadi karena zat-zat tersebut memberikan sesuatu yang dapat memberikan rasa kenikmatan, kenyamanan, kesenangan dan ketenangan, walaupun hal tersebut sebenarnya hanya dirasakan secara semu. Penyalahgunaan narkoba secara umum dapat

dibagi menjadi tiga golongan besar yaitu pertama, ketergantungan primer yang ditandai dengan adanya kecemasan dan depresi. Hal ini biasanya terjadi pada individu yang kepribadiannya tidak stabil. Kedua, ketergantungan simtomatis yaitu penyalahgunaan narkoba sebagai salah satu gejala dari tipe kepribadian yang mendasarinya. Pada umumnya terjadi pada individu yang anti sosial. Ketiga, ketergantungan reaktif yaitu terutama terjadi pada remaja karena dorongan rasa ingin tahu, pengaruh lingkungan dan tekanan kelompok sebayanya sehingga menyebabkan menjadi pengguna narkoba (Safaria, 2008).

Penelitian yang dilakukan Hawari (dalam Safaria 1998:69) menemukan bahwa ada tiga faktor utama yang mempengaruhi apakah seseorang akan terlibat penyalahgunaan narkoba ini yaitu faktor predisposisi, faktor kontribusi, dan faktor pencetus. Variabel-variabel yang masuk di dalam faktor predisposisi ini diantaranya kepribadian individu seperti kecemasan, depresi, atau adanya gangguan kepribadian antisosial. Variabel-variabel yang masuk dalam faktor kontribusi diantaranya adalah kondisi keluarga, keutuhan keluarga, kesibukan orang tua dan hubungan interpersonal di dalam keluarga itu sendiri. Variabel-variabel yang masuk di dalam faktor pencetus diantaranya pengaruh teman sebaya, *peer group* dan kemudahan memperoleh napza itu sendiri.

Self esteem memainkan peran penting dalam proses pembentukan kepribadian. Keyakinan individu tentang diri sendiri mempengaruhi bagaimana individu tersebut bertindak dalam situasi tertentu, menentukan tujuan hidup, merasakan peristiwa kehidupan, menjalin hubungan, serta menentukan cara mengatasi dan beradaptasi

dengan lingkungan baru (Robins et al, 2001:465). Menurut Santrock (1995:356) harga diri atau *self esteem* merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya. Penilaian tersebut terlihat dari penghargaan mereka terhadap keberadaan dan keberartian diri.

Harga diri secara signifikan berhubungan dengan kepuasan pribadi (*personal satisfaction*) dan pemfungsian diri yang efektif. Seseorang dengan harga diri rendah kurang mampu menahan tekanan dan kurang mampu mempersepsi stimulus yang mengancam (Marieta, 2000). Sementara itu, seseorang dengan harga diri tinggi mampu mempertahankan *image* dari kemampuan dan keunikannya sebagai seorang individu. Jika seseorang dapat melihat secara positif terhadap dirinya, maka orang tersebut dikatakan memiliki harga diri yang tinggi, begitupun sebaliknya, seseorang akan menyadari dan menghargai dirinya jika ia mampu menerima diri pribadinya. Harga diri merupakan evaluasi yang dibuat dan dipertahankan oleh individu, yang diperoleh dari interaksi individu dengan lingkungan, serta penerimaan penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap individu tersebut (Ghufron, 2010).

Penelitian yang dilakukan Prasetya (2002:9) menjelaskan bahwa *self esteem* terbukti memiliki hubungan negatif dengan intensitas penyalahgunaan narkoba. Individu yang memiliki *self esteem* yang rendah tidak yakin akan kemampuan diri, ia akan mudah berubah karena pengaruh lingkungan serta seringkali takut untuk mengeluarkan pendapat yang bertentangan sebagai upaya untuk mengejar penerimaan

dalam lingkungan. Ketidakmampuan menghargai diri sendiri dan hanya mengejar penerimaan dari orang lain membuat tidak kritis dalam menerima informasi termasuk bujukan untuk menggunakan narkoba. Sebaliknya orang yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan mampu menolak dengan tegas bujukan yang merusak diri karena mereka cenderung memandang bahwa kepercayaan, sikap dan perilakunya sendiri sudah tepat.

Rosenberg dan Kaplan (dalam Prasetya 2002:5) menambahkan bahwa individu yang memiliki *self esteem* rendah lari kepada pemakaian obat (narkoba) untuk mengatasi perasaan yang tak tertahankan dari perasaan tidak penting atau benci pada diri sendiri. Penyalahgunaan obat dilakukan sebagai kompensasi orang yang memiliki *self esteem* rendah untuk mendapatkan persetujuan, penerimaan dan penghargaan diri dari orang-orang yang memiliki aktivitas sama.

Pada tanggal 20 Juli 2017 wawancara dilakukan terhadap 12 residen Rehabilitasi “X” di Yogyakarta yang mengalami masa pemulihan, muncul beberapa perilaku seperti tidak yakin akan kemampuan dirinya, mudah berubah karena pengaruh lingkungan, takut untuk mengeluarkan pendapat yang bertentangan, ketidakmampuan menghargai diri sendiri, dan hanya mengejar penerimaan dari orang lain membuatnya tidak kritis dalam menerima informasi termasuk bujukan untuk menggunakan narkoba. Wawancara yang lebih mendalam mendapatkan informasi dari para residen sebagian besar hal tersebut di atas muncul sebelum mereka mengenal dan mengonsumsi narkoba.

Hasil observasi terhadap 12 residen Rehabilitasi “X” Yogyakarta diantaranya PD, JT, AP, MG, SD, AR, EI, DT, ST, TE, W dan RG memperlihatkan beberapa perilaku tampak seperti, adanya penurunan produktivitas kerja, penarikan diri terhadap orang baru, mudah tersinggung, destruktif kepada orang lain, menghindari pekerjaan dan menghindari kontak mata saat berkomunikasi. Beberapa perilaku yang muncul dari hasil pengamatan di atas menunjukkan adanya tingkat harga diri yang rendah pada residen. Pemulihan kondisi psikologis terhadap remaja pengguna dapat dilihat ketika berkunjung ke pusat-pusat rehabilitasi. Menurut mantan pengguna obat-obatan terlarang yang kini menjadi salah seorang konselor adiksi, *self esteem* remaja yang mengalami penyalahgunaan zat terbilang rendah ketika pertama kali memasuki program rehabilitasi. Dikatakan rendah, karena remaja-remaja tersebut cenderung berperilaku senang menyendiri, susah membaur dengan orang-orang baru, merasa ragu-ragu dan takut untuk menyelesaikan suatu tugas yang diberikan. Hal ini sesuai dengan karakteristik pribadi dengan *self esteem* rendah yang diuraikan dalam National Association for Self Esteem (2000).

Duffy dan Atwater, (2002) menyatakan bahwa *self esteem* bukanlah sesuatu yang sudah ada sejak lahir dalam diri seseorang. *Self esteem* justru merupakan sebuah potensi yang dapat ditingkatkan dan dikembangkan. Proses perubahan perilaku individu harus melalui sebuah proses pembelajaran atau *learning*.

Proses belajar atau *learning* sebagai proses perubahan permanen sebuah perilaku yang dapat diamati melalui pengalaman langsung dengan lingkungannya, (Barker,

1999). Sasaran belajar yang efektif dapat meliputi tiga elemen perilaku yang akan diubah, yaitu sasaran kognitif, afektif dan psikomotor.

Menurut Coopersmith (1967), beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang diantaranya adalah penerimaan atau penghinaan terhadap diri, kepemimpinan dan popularitas, keluarga dan orangtua, serta keterbukaan dan kecemasan.

Dari empat faktor yang mempunyai keterkaitan langsung dengan penelitian ini adalah penerimaan dan penghinaan terhadap diri. Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian diri yang positif dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami hal tersebut. Individu yang baik akan mampu menghargai diri sendiri, menerima diri, tidak menganggap diri rendah, melainkan mengenali keterbatasan diri sendiri dan mempunyai harapan untuk maju dan memahami potensi yang dimilikinya. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah umumnya akan menghindar dari persahabatan, cenderung menyendiri, tidak puas akan diri sendiri, walaupun sesungguhnya orang yang memiliki harga diri yang rendah memerlukan dukungan.

Ada dua faktor yang mempengaruhi harga diri menurut Santrock (1998) yaitu: (1) Budaya, (2) Perbandingan sosial. Selain itu menurut Harter (Santrock, 1998) ada beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri, yaitu : (1) Dukungan emosional, (2) Persetujuan sosial dalam bentuk persetujuan dari orang lain juga sangat mempengaruhi harga diri (Harter, dalam Santrock, 1998), (3) Prestasi (Bednar, Wels, & Peterson, dalam Santrock, 1998), (4) Harga diri juga meningkat bila individu mengalami suatu

masalah dan mencoba menghadapi masalah, bukan menghindari masalah (Lazarus dalam Santrock, 1998), (5) Berpikir positif.

Menurut Williams (2004), pola pikir semacam ini mempunyai pengertian “Kecenderungan manusiawi yang dinamis, sehingga dapat berpengaruh terhadap kehidupan”. Pola pikir seseorang dapat membantu dalam menyelesaikan masalahnya, dapat pula merugikannya. Pola pikir yang dimaksud terbagi menjadi dua macam, yaitu pola pikir positif dan pola pikir negatif.

Menurut Williams (2004), pola pikir positif yaitu kecenderungan individu untuk memandang segala sesuatu dari segi positifnya dan selalu berpikir optimis terhadap lingkungan serta dirinya sendiri. Pola pikir inilah yang dapat membantu individu mengatasi masalahnya. Pola pikir negatif yaitu kecenderungan individu untuk memandang segala sesuatu dari segi negatif. Individu dengan pola pikir negatif selalu menilai bahwa dirinya tidak mampu, terus-menerus mengingat hal-hal yang menakutkan. Pola pikir negatif lebih memberikan dampak yang merugikan bagi kehidupan individu.

Menurut Rahayu (2004), individu yang berpikir positif akan mengarahkan pikiran-pikirannya pada hal-hal positif, individu tersebut akan bersikap positif dalam menghadapi permasalahan lebih berbicara tentang kesuksesan dari pada kegagalan, cinta kasih dari pada ketakutan, kepuasan dari pada kekecewaan.

Berpikir positif merupakan suatu cara berpikir yang lebih menekankan pada hal-hal yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi. Setiap pemikir positif akan melihat setiap kesulitan dengan cara yang gamblang dan polos serta tidak mudah terpengaruh sehingga menjadi putus asa oleh berbagai tantangan ataupun hambatan yang dihadapi. Individu yang berpikir positif selalu didasarkan fakta bahwa setiap masalah pasti ada pemecahan dan suatu pemecahan yang tepat selalu melalui proses intelektual yang sehat (Peale, 2009).

Proses berpikir berkaitan erat dengan konsentrasi, perasaan, sikap, dan perilaku. Berpikir positif dapat dideskripsikan sebagai suatu cara berpikir yang lebih menekankan pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi. Saat seseorang berpikir, informasi yang dipikirkannya akan dimaknai dan pada akhirnya memanifestasikan perasaan tertentu. Oleh sebab itu, berpikir positif pada hakikatnya juga berkaitan erat dengan emosi (Elfiky, 2008).

Individu yang berpikir positif adalah individu yang mempunyai harapan dan cita-cita yang positif, memahami dan dapat memanfaatkan kelebihan dan kekurangan yang dimiliki dan menilai positif segala permasalahan. Albrecht (1980) berpendapat bahwa

individu yang berpikir positif akan mengarahkan pikiran-pikirannya ke hal-hal yang positif, akan berbicara tentang kesuksesan daripada kegagalan, cinta kasih daripada kebencian, kebahagiaan daripada kesedihan, keyakinan daripada ketakutan, kepuasan daripada kekecewaan sehingga individu akan bersikap positif dalam menghadapi permasalahan. Menurut Peale (2009) dengan berpikir positif, individu dapat menemukan kebahagiaan dalam hal-hal kecil di sekitarnya.

Membentuk sikap positif terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan akan membuat seseorang melihat keadaan tersebut secara rasional, tidak mudah putus asa ataupun menghindar dari keadaan tersebut, tetapi justru akan mencari jalan keluarnya (Peale, 2009). Menurut Albrecht (1980) berpikir positif berkaitan dengan perhatian positif (*positive attention*) dan juga perkataan yang positif (*positive verbalization*). Perhatian positif berarti pemusatan perhatian pada hal-hal dan pengalaman-pengalaman yang positif, sedangkan perkataan yang positif adalah penggunaan kata-kata ataupun kalimat-kalimat yang positif untuk mengekspresikan isi pikirannya, hal ini pada akhirnya akan menghasilkan kesan yang positif pada pikiran dan perasaan.

Berikut ini akan dikemukakan efek berpikir positif bagi seseorang berdasarkan pendapat dan penelitian ilmiah yang telah dilakukan. Penelitian Goodhart (1985) terhadap 173 mahasiswa menemukan bahwa berpikir positif mempunyai hubungan signifikan dengan kondisi psikologis yang positif, tetapi tidak berhubungan dengan adanya afek negatif dan simptom psikologis. Orang yang berpikir positif tinggi

menunjukkan tingkat kondisi psikologis yang lebih positif, antara lain dilihat dari afek, harga diri, kepuasan umum dan kepuasan yang bersifat khusus.

Kemampuan untuk dapat berpikir positif ini cukup penting bagi seseorang residen NAPZA. Residen NAPZA akan mendapat kesulitan tersendiri dalam menjalani kehidupan sosial jika dibandingkan sesamanya yang bukan residen NAPZA, sehingga akan timbul perasaan tidak mampu, putus asa, serta merasa rendah diri, dengan mengembangkan kemampuan berpikir positif, salah satunya dengan pelatihan, maka residen NAPZA diharapkan dapat memandang secara lebih baik terhadap diri dan lingkungannya.

Berdasarkan beberapa penjelasan yang dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa berpikir positif berdampak terhadap kondisi psikologis, antara lain dilihat dari afek, harga diri, kepuasan yang bersifat umum dan khusus.

Dengan adanya pengalaman negatif, residen akan memiliki kepercayaan atau pandangan dari pengalaman tersebut serta perasaan atau perilaku apa yang akan muncul setelah peristiwa yang dialami kemudian, mereka akan membuat argumen atas kepercayaan yang telah dibuat dengan mengalihkan pikiran pada hal yang lain, mencari bukti-bukti bahwa apa yang diyakini tidak tepat, atau berpikir apapun yang terjadi tidak selalu mempunyai implikasi negatif. Dari pernyataan atau argumen yang dibuat akan memiliki akibat emosi dan perilaku terhadap diri para residen. Pelatihan berpikir positif diharapkan akan mengubah pikiran-pikiran negatif yang mengakibatkan harga diri rendah pada residen akan memiliki pikiran yang positif.

Faridah (2004), menyatakan bahwa disaat individu berpikir positif tentang dirinya maka akan membuat harga diri individu tersebut tinggi. Ini berarti individu akan merasa dirinya kuat dan dapat berpikir tenang. Karena itu seseorang akan berusaha untuk menyelesaikan semua pekerjaan dengan baik sehingga menimbulkan rasa berharga di dalam diri.

Santrock (2003), menyatakan bahwa ketika individu mampu berpikir positif tentang dirinya dan tidak merendahkan diri serta mencela dirinya sendiri maka akan membuat harga diri individu tersebut menjadi tinggi. Sehingga meningkatkan kemampuan berpikir positif dengan metode pelatihan dalam penelitian ini diharapkan menjadi usaha intervensi kognitif yang bertujuan untuk menghilangkan distorsi kognitif, yaitu pikiran-pikiran irasional terhadap diri maupun lingkungan, dan mengubahnya menjadi pola pikir yang rasional serta mampu merekonstruksi pikiran dari yang sebelumnya negatif menjadi positif.

Pelatihan berpikir positif peneliti ajukan sebagai salah satu cara meningkatkan harga diri pada residen NAPZA.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Penelitian ini bertujuan mengetahui efektifitas pelatihan berpikir positif untuk peningkatan harga diri residen NAPZA di rehabilitasi “X” Yogyakarta.

2. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Secara Teoritis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu, terutama ilmu psikologi klinis, psikologi kesehatan dan lembaga pendidikan di Indonesia pada umumnya tentang cara meningkatkan harga diri dengan pelatihan berpikir positif.

b. Secara Praktis

Jika hipotesis penelitian terbukti, maka dapat dijadikan untuk meningkatkan harga diri bagi residen di Rehabilitasi “X” Yogyakarta.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang harga diri memang sudah banyak dilakukan, demikian juga mengenai berpikir positif. Namun penelitian yang menguji efektifitas pelatihan berpikir positif untuk meningkatkan harga diri khususnya pada residen pecandu

narkoba di Rehabilitasi “X” Yogyakarta sepanjang pengetahuan penulis belum pernah dilakukan.

Penelitian-penelitian sebelumnya yang terkait dengan harga diri yaitu Hafidz (2013), tentang teknik bermain peran pada layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self esteem*. Terdapat perbedaan *self esteem* siswa kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah mendapat perlakuan bimbingan kelompok dengan metode *role playing*. Pada kelompok eksperimen, siswa yang sebelumnya berada pada kategori sedang sebanyak 0%, pada hasil posttest, *self esteem* nya menjadi 60% (6 orang). Sedangkan siswa yang sebelumnya berada pada tingkat rendah sebanyak 40% (4 orang), pada hasil *posttest self esteem* nya turun menjadi 10% (3 orang), dan yang sebelumnya berada pada tingkat sangat rendah 60% (6 orang), pada hasil *posttest self esteem* nya turun menjadi 10% (1 orang).

Larasati (2012), dalam penelitiannya yang berjudul meningkatkan *self esteem* melalui metode *self instruction*. Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa intervensi menggunakan metode *self instruction* dapat meningkatkan *self esteem* remaja. Efektivitas metode *self instruction* pada kasus J terlihat dari tercapainya seluruh tujuan penelitian dan indikator keberhasilan tiap sesi, peningkatan skor Rosenberg's *self esteem scale*, perubahan sikap yang tergambar berdasarkan wawancara dengan subjek dan pengamatan peneliti terhadap subjek pada tiap sesi serta tahap aplikasi. Selain itu dapat disimpulkan juga bahwa bentuk intervensi menggunakan metode *self instruction* yang disusun dalam penelitian ini tepat untuk

digunakan sebagai intervensi untuk meningkatkan *self esteem*. Bentuk intervensi yang disusun adalah program yang terdiri dari tahap inisiasi, tahap pelaksanaan yang terdiri dari enam sesi, tahap aplikasi dan evaluasi. Meskipun metode yang digunakan di dalam intervensi ini efektif dalam meningkatkan *self esteem*, belum dapat disimpulkan mengenai berapa lama perubahan *self esteem* dapat bertahan.

Ahmad (2013), meneliti tentang berpikir positif pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh. Hasil uji hipotesis *independent sample t-test* menunjukkan peningkatan skor sebesar 17,62 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Pada kelompok kontrol terlihat tidak ada perbedaan skor yang signifikan ($p > 0,05$). Uji *independent sample t-test* menunjukkan bahwa perbedaan skor *pretest* antara kelompok eksperimen dan kontrol adalah tidak signifikan ($p > 0,05$). Perbedaan terlihat setelah perlakuan yang ditunjukkan adanya peningkatan skor yang signifikan pada kelompok eksperimen ($t_e = 11,325 > t_{tabel} = 2,086$, $p < 0,05$) dan subjek kontrol tidak menunjukkan perbedaan skor yang signifikan ($t_e = 1,713 \leq t_{tabel} = 2,074$, $p > 0,05$). Dari beberapa penelitian di atas, penelitian yang peneliti akan lakukan mempunyai kesamaan pada *dependent variable* yaitu *self esteem*.

Dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti bermaksud menguji efektivitas pelatihan berpikir positif untuk meningkatkan harga diri residen NAPZA di Rehabilitasi “X” Yogyakarta. Dari beberapa contoh penelitian yang telah disebutkan di atas, penelitian ini memiliki perbedaan diantaranya:

1. Karakteristik subjek

Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah residen NAPZA yang sedang menjalani masa rehabilitasi minimal satu minggu berjalan dan telah diberikan skala harga diri dari Coopersmith yang menghasilkan skor tingkat harga diri yang rendah sampai sedang.

2. Teknik intervensi

Pelatihan berpikir positif dalam penelitian ini tidak hanya memusatkan diri pada selalu berpikir positif. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya akan bahaya berpikir positif yang berlebihan, maka diperlukan pemahaman diri terhadap tujuan dan harapan yang realistis.

3. Pengukuran

Dalam penelitian, pengukuran variabel harga diri akan dilakukan dengan menggunakan skala harga diri dari Coopersmith, sementara pada penelitian terdahulu pengukuran harga diri dilakukan berdasarkan teori Rosenberg (Larasati, 2012).