

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan penyalahgunaan narkoba merupakan kasus yang dapat mengancam kehidupan bangsa. Narkoba adalah bahan atau zat yang dapat menyebabkan ketergantungan fisik, psikologi, dan mempengaruhi kondisi kejiwaan seseorang (Trijono, 2016). Prevalensi penyalahgunaan narkoba semakin meningkat, dilihat dari survei oleh BNN (Badan Narkotika Nasional) dan Puslitkes (Pusat Penelitian Kesehatan) pada tahun 2008 mencapai 1,9%, dan pada tahun 2011 mencapai hingga 2,2%, atau kurang lebih empat juta masyarakat Indonesia berusia sepuluh hingga enam puluh tahun menjadi penyalahguna narkoba. Data pada tahun 2020 juga melaporkan bahwa penggunaan narkoba secara global meningkat, sekitar 269 juta jumlah pengguna narkoba di dunia (Humas BNN, 2020). Menurut data BNN (Badan Legislasi, 2017) setiap harinya ada kurang lebih dari lima puluh orang yang meninggal karena narkoba, jumlah pengguna mencapai lima sampai enam juta pada tahun 2017, rata-rata kematian mencapai tiga puluh hingga empat puluh orang per hari, dan jaringan narkoba mulai memasuki lingkungan masyarakat.

Penyalahgunaan narkoba khususnya di Kalimantan Barat juga masih menjadi masalah penting, hal ini didukung Brigjen Pol Suyatmo sebagai Kepala BNN (Badan Narkotika Nasional) Provinsi Kalimantan Barat mengatakan bahwa kasus narkoba menyebabkan kerusakan sumber daya manusia (Kusnadi, 2020).

Menurut Widura (2018) Provinsi Kalimantan Barat menduduki urutan kedua nasional dalam penyalahgunaan narkoba dan obat-obat terlarang. Kapolresta Pontianak Kombes (Pol) mengatakan dari bulan Januari hingga Juli 2019 ada 66 kasus tindak pidana peredaran jenis-jenis narkoba (Andilala & Ardiansyah, 2019). Dari kumpulan berita tersebut, disimpulkan bahwa masalah penyalahgunaan narkoba masih banyak ditemui di Kalimantan Barat.

Kepala Humas BNN (dalam Ihsanuddin, 2014) mengatakan sebanyak tujuh puluh persen pengguna narkoba di Indonesia adalah masyarakat yang bekerja di usia produktif, sisanya 22% merupakan para pelajar. Puslitdatin (2019) menyebutkan bahwa kumpulan remaja pengguna narkoba lebih rentan sebagai pengguna jangka panjang. UNODC (2018) menyebutkan 5,6% dari penduduk di dunia dari usia 15 hingga 64 tahun pernah melakukan penyalahgunaan narkoba. Menurut BNN (2019) menunjukkan rentang usia 15-35 tahun adalah masyarakat yang rawan terkena penyalahgunaan narkoba. Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan penyalahgunaan narkoba sering ditemui di kalangan remaja hingga orang tua.

Menurut Dariyo (2003) golongan dewasa muda yaitu individu yang berusia dua puluh hingga empat puluh tahun. Dewasa muda atau awal merupakan masa perubahan dari remaja menjadi dewasa. Orang dewasa memiliki tugas dan tanggung jawab yang bertambah besar dan penting. Adapun tugas perkembangan yang perlu diselesaikan seperti memiliki pekerjaan, mengasuh anak, mempunyai teman hidup, mengurus rumah tangga, dan lain-lain agar kehidupan individu tidak mengalami masalah (Hurlock, 2009).

Individu yang memiliki masalah penyalahgunaan narkoba akan menghambat dirinya untuk memenuhi tugas-tugas perkembangan. Pada penelitian Hasni (2018) menyebutkan akibat dari mengonsumsi narkoba pada remaja di Desa Dongi terbagi menjadi 3 jenis, fisik (sakit kepala, mual-mual, sesak nafas), psikis (susah tidur, selalu tertawa, gelisah, merasa hidupnya terancam), lingkungan (mendapat hinaan dari masyarakat, merasa was-was, sulit bergaul dengan orang lain). Penelitian Gray & Squeglia (2017) mengatakan bahwa otak mengalami perkembangan saraf yang signifikan antara masa kanak-kanak dan dewasa muda, dengan pematangan berlanjut sampai sekitar usia 25 tahun. Perkembangan otak yang berubah karena paparan neurotoksi selama masa remaja terutama penggunaan narkoba dapat berdampak pada masalah kognitif hingga dewasa serta memberikan konsekuensi fungsional sepanjang hidup.

Salah satu upaya yang dapat mengurangi tingkat penyalahgunaan narkotika yaitu dengan rehabilitasi, yang bertujuan untuk membuat pemakai tidak kembali mengonsumsi narkoba, dan mengembalikan keberfungsian sosial pecandu serta korban penyalahgunaan narkotika di masyarakat (BNN, 2019). Berdasarkan hasil penelitian oleh Bakri dan Barmawi (2017) setelah menjalani rehabilitasi melalui terapi islami di BNN Banda Aceh, individu dapat berpikir dengan logika, termotivasi untuk sembuh, dapat mempelajari cara berhubungan yang baik dengan masyarakat, dan mampu beraktivitas kembali seperti biasa di masyarakat. Rehabilitasi berguna untuk memulihkan dan mengembalikan kondisi para pengguna narkoba menjadi sehat secara fisik, psikologis, sosial, dan spiritual/agama (Zubaidah, 2011).

Rehabilitasi akan membantu individu dalam manajemen emosi yang akan disupervisi oleh seorang konselor/psikolog dalam proses pemulihan (Humas BNN, 2019). Penelitian Murni (2019) bahwa subjek dari korban penyalahgunaan narkoba pasca rehabilitasi memiliki keberfungsian sosial yang tinggi. Gambaran hasil tersebut seperti membuat subjek mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari, mandiri, mampu memanfaatkan waktu luang, mampu menghadapi masalah yang dihadapi, dapat mengambil keputusan. Selain itu, Mardiyah, Dupai, dan Prasetya (2018) mengatakan mantan pecandu narkoba yang menjalani rawat jalan, juga merasa perasaan negatif seperti perasaan malu, menyesal, dan harapan kuat yang dapat mengembalikan keinginan untuk mengonsumsi narkoba. Perasaan negatif yang muncul itu dapat mempengaruhi kualitas hidup mantan pengguna narkoba selama beraktivitas sosial sehari-hari.

Penelitian Puspita (2018) mengatakan sebanyak 70% dari jumlah pemakai narkoba yang telah direhabilitasi dari BNN kembali mengonsumsi narkoba dan tergolong cukup tinggi. Selain itu, dampak dari stigma pada mantan pengguna narkoba sangat berpengaruh bagi individu karena, dapat mempersulit pemulihan dan untuk mendapatkan pekerjaan, yang mana penting sebagai reintegrasi serta partisipasi dalam lingkungan masyarakat (Asisah, 2015). Penelitian Lloyd (2010) mengatakan bahwa perusahaan tidak akan mempekerjakan mantan pengguna karena, riwayat individu mengonsumsi narkoba yang telah diketahui. Beberapa mantan pecandu merasa dipandang rendah dan selalu diawasi dengan kecurigaan. Masyarakat melihat mantan pengguna narkoba sesuai dengan stereotip seperti jahat,

pencuri, kotor, berbahaya, dan menerapkan label tersebut seumur hidup yang berpengaruh pemulihan bagi seorang pecandu (UKDPC, 2010).

Individu merasa terancam ketika orang lain memiliki stereotip negatif yang menghubungkan dengan reaksi emosional (Levin dan Laar, 2006). Individu yang kehilangan dirinya dalam reaktivitas emosional, yang mana rasa tidak nyaman mempersempit persepsi disebut dengan *Overidentification* atau identifikasi secara berlebihan. Sedangkan, individu yang mampu untuk menenangkan perasaannya akan memberikan kebaikan pada diri sendiri dan menyadari bahwa identifikasi berlebihan tidak sulit jika individu merasa diperhatikan dan terhubung (Neff, 2018).

Self compassion adalah bagaimana cara seseorang memperlakukan dirinya untuk lebih peka dan sadar saat mengalami masalah yang sulit dengan tidak menolak hal itu terjadi dalam dirinya. *Self compassion* berkaitan dengan bagaimana individu berhenti dan mengenali penderitaan yang dialaminya. Ketika individu melakukan *self compassion*, pengetahuan yang kuat tentang penilaian diri yang negatif mulai menghilang, digantikan dengan perasaan yang damai dan juga penerimaan diri (Neff, 2011). *Self compassion* mencakup bersikap positif dan peduli terhadap diri individu ketika gagal, memahami penderitaan diri sebagai bagian dari pengalaman manusia seutuhnya, menahan perasaan dan pikiran yang menyakitkan dalam kesadaran penuh (Barnard & Curry, 2011). Sehingga, dengan individu memiliki *self compassion* yang baik diharapkan dapat menurunkan tingkat *relapse* pada mantan pengguna narkoba.

Aspek-aspek *self compassion* terdiri dari kebaikan terhadap diri sendiri (*self kindness*), sifat manusiawi (*common humanity*), dan kesadaran penuh (*mindfulness*)

(Neff & Germer, 2018). Aspek kebaikan terhadap diri sendiri (*self kindness*) menuntut individu untuk memahami kelemahan dan kegagalan dirinya, melihat dirinya sendiri sebagai manusia berharga yang layak dirawat, merasa aman saat mengalami pengalaman yang menyedihkan, serta mampu mencapai impian dengan keyakinan yang diperlukan untuk berhasil. Aspek sifat manusiawi berguna untuk meningkatkan kemampuan individu untuk lebih peduli dan menciptakan siklus positif yang dapat memperkuat diri. Selanjutnya, aspek kesadaran penuh mengacu pada bagaimana individu menghadapi kenyataan dan melihat situasi dengan perspektif luas dan sebagaimana apa adanya (Neff, 2011).

Penelitian oleh Febrinabilah dan Listiyandini (2016) mengatakan semakin individu memahami dirinya dan berpikiran positif terhadap diri sendiri atau memiliki *self compassion* yang baik, semakin besar tingkat individu tersebut untuk bertahan dan tidak kembali ketergantungan terhadap narkoba. Penelitian Ramadhani dan Nurdibyanandaru (2014) menjelaskan *self compassion* dapat dialami oleh individu secara nyaman dalam aktivitas sehari-hari dan mampu menerima dirinya, mengembangkan kecerdasan emosi dan meningkatkan kebijaksanaan. Penelitian oleh Yuningsih dan Primanita (2020) mengatakan ada hubungan antara *self compassion* dengan *meaning in life* atau makna hidup, yang berarti ketika seseorang memiliki *self compassion* yang tinggi maka *meaning in life* atau makna hidup akan tinggi juga. Semakin tinggi tingkat individu merasa nyaman, semakin terbuka dan fleksibel individu dalam menanggapi lingkungannya (Neff & Germer, 2018).

Hasil wawancara yang dilakukan dengan Ketua Komunitas Rain yaitu suatu kumpulan para mantan pengguna narkoba yang menjalani *aftercare* atau pelayanan kesehatan pasca rehabilitasi di Pontianak, Kalimantan Barat menyebutkan permasalahan yang dialami seperti membenci diri sendiri, tekanan hidup yang berat, dan stigma sosial yang melihat mantan pengguna narkoba sebagai penjahat dan berdampak bagi dirinya untuk pulih. Hal itu dapat menyebabkan individu sulit untuk beraktivitas secara normal, mendapat pekerjaan yang layak. Selain itu, masalah pada diri individu misalnya saat mengalami kegagalan, individu sangat sensitif jika dihadapi dengan suatu konflik, individu cenderung menghindari dari masalah. Subjek berharap bahwa mantan pecandu harus lebih waspada terhadap pemicu (manusia, lingkungan, benda) dan menerima dukungan yang baik serta kasih sayang dari diri sendiri maupun keluarga. Penelitian Syukri (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna narkoba adalah pemakai jangka panjang, memiliki harga diri yang rendah dan resiliensi yang tidak begitu tinggi. Penelitian Nugrahaeni (2019) juga menemukan hasil bahwa individu merasakan perasaan bersalah, tidak dapat mengatur emosi dengan baik, muncul perasaan takut, merasa tertekan dan cemas pasca rehabilitasi. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa mantan pengguna narkoba memiliki *self compassion* yang kurang baik.

Neff (2011) menyebutkan salah satu faktor yang mempengaruhi *self compassion* yaitu kepribadian (*personality*). Kepribadian individu dilihat dari kemampuannya mendapatkan reaksi-reaksi yang baik dari orang-orang di sekelilingnya dalam berbagai keadaan (Hall & Lindzey, 1993). Kepribadian juga merupakan kekuatan yang ada dalam diri individu, memberi aturan dan

keharmonisan terhadap berbagai tingkah laku yang dilakukan oleh individu secara berbeda-beda (Feist, Feist, & Roberts, 2017).

Setiap orang memiliki kekhasan atau karakteristik kepribadian unik yang membedakannya dengan orang lain juga menentukan seseorang dalam bertingkah laku (Ghufron & Risnawita, 2012). Karakteristik kepribadian merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres pada mantan pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi (Sari & Nawangsih, 2016). Suatu karakteristik individu yang menunjukkan perilaku, pemikiran dan perasaan yang sudah menjadi kebiasaan disebut *trait* (Wade & Tavris, 2008). *Trait* kepribadian utama yaitu *Big Five Theory Personality* yaitu *extraversion*, *neuroticism*, *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* (Feist & Feist, 2008).

Menurut Timothy (dalam Ghufron & Risnawita, 2012) Kepribadian *neuroticism* bersifat kebalikan dari hal yang mencakup kestabilan emosi dan berkaitan dengan berbagai macam emosi negatif seperti kecemasan, sedih, tegang, dan gugup. Pada individu yang reaktif akan terlihat sikap dan perilaku yang mudah marah, putus asa, dan pemalu. Ketika individu reaktif memiliki motivasi terhadap sesuatu, individu lebih tergoda dan susah menyesuaikan diri terhadap keadaan yang membuatnya luka (Ghufron & Risnawita, 2012).

Neurotisme adalah kecenderungan untuk mengalami emosi negatif untuk menjadi sensitif terhadap ancaman (Feist, Feist, & Roberts, 2017). Penyebab individu menjadi pengguna narkoba bisa dari diri pribadi misalnya tidak memiliki kepribadian yang mantap dan mudah dipengaruhi oleh teman-teman serta lingkungan (Adam, 2012). Mastuti (2005) menyebutkan subfaktor *neuroticism*

yaitu kecemasan (*anxiety*), kemarahan (*anger*), depresi (*depression*), dan kesadaran diri (*Self-consciousness*). Wade dan Tavris (2008) mengatakan bahwa *neuroticism* menjelaskan bagaimana tingkat kecemasan seseorang, individu tidak dapat menahan dorongannya, dan cenderung mengalami emosi yang buruk seperti kemarahan, rasa bersalah, kebencian, dan penolakan. Individu yang memiliki kepribadian jenis neurotik sering mengeluh, khawatir, dan pembangkang, bahkan jika individu tersebut tidak memiliki masalah hidup, individu mudah melihat sisi negatif dari kehidupan dan tidak mampu merasakan hal-hal yang menyenangkan.

Kepribadian *neuroticism* ditandai dengan individu mengalami perasaan yang menyedihkan, tidak aman, dan mengancam (Weed, 2007). Wade dan Tavris (2008) menyebutkan bahwa kepribadian *neuroticism* yaitu kepribadian yang menggambarkan tingkat kecemasan individu, ketidakmampuan dalam mengatasi dorongan, cenderung merasa berbagai macam emosi negatif seperti rasa bersalah, kebencian, khawatir. Hal tersebut bertentangan dengan aspek dari *self compassion* yaitu *self kindness* dan *mindfulness* (Neff, 2003). Hasil penelitian Neff dkk. (2007) menemukan adanya hubungan negatif antara kepribadian *neuroticism* dengan *self compassion*. Namun, neurotisme bukan merupakan fokus dari penelitian, jadi penting untuk diteliti lebih lanjut.

Berdasarkan pemaparan di atas maka, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepribadian *neuroticism* dengan *self compassion* pada mantan pengguna narkoba?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kepribadian *neuroticism* dengan *self compassion* pada mantan pengguna narkoba.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu menambah informasi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian yang linier dengan permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini. Peneliti juga berharap dapat memberikan sumbangsih terhadap kajian-kajian psikologi terutama dalam ranah psikologi klinis, dan psikologi kepribadian.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai kepribadian *neuroticism*. Peneliti juga berharap dapat memberikan bagaimana cara meminimaisir kepribadian *neuroticism* agar memiliki *self compassion* yang baik.