

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permasalahan penyalahgunaan narkoba saat ini menjadi momok yang menakutkan. Secara universal penyalahgunaan narkoba dapat mengancam dan merusak masa depan penggunanya, bahkan dapat menimbulkan kejahatan-kejahatan lainnya sebagai akibat sindroma ketergantungan terhadap zat kimia dari narkoba atau obat-obatan terlarang. Penyalahgunaan narkoba terhadap masyarakat berawal dari penawaran dari pengedar narkoba. Mula-mula mereka diberi beberapa kali dan setelah mereka merasa ketergantungan terhadap narkoba itu, maka pengedar mulai menjualnya. Setelah mereka saling membeli narkoba, mereka disuruh menjadi pengedar untuk mengajak orang lain untuk mencoba obat-obatan terlarang tersebut (Febrinabilah, 2016).

Amstrong (Hidayati, 2015) mengemukakan bahwa *self compassion* sebagai karakteristik kepribadian dimana individu menempatkan diri pada posisi individu lain, dan dalam posisi tersebut individu lain seolah-olah merupakan pengalaman dari dirinya sendiri. Seseorang yang mempunyai *self compassion* cenderung mempunyai sikap yang peduli apabila melihat orang lain menderita dan kebaikan hati terhadap orang lain, ikut memahami serta berusaha merasakan apa yang orang lain rasakan itu merupakan pengalaman individu itu sendiri.

Mantan pecandu narkoba merupakan mereka yang telah berhasil melalui proses yang tidak mudah. Mantan pecandu narkoba harus mampu untuk melepaskan dirinya dari ketergantungan terhadap narkoba dan beradaptasi untuk kembali masuk ke tengah-tengah masyarakat untuk menjalankan kehidupannya seperti sediakala (Febrinabilah, 2016).

Berdasarkan hasil survei BNN (Badan Narkotika Nasional) yang bekerja sama dengan Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia pada tahun 2016, bahwa angka prevalensi penyalahguna narkoba menurut lokasi studi di tingkat kabupaten/kota sejak tahun 2009 sampai 2016 cenderung lebih tinggi di kota dibandingkan di kabupaten sekitar 1,6% dari penduduk Indonesia, dan adanya kecenderungan dari semakin tingginya tingkat pendidikan maka semakin tinggi angka prevalensi (Febrinabilah, 2016).

Menurut Neff (2011) *self compassion* adalah memberikan pemahaman dan kebaikan kepada diri sendiri ketika mengalami kegagalan ataupun membuat kesalahan, namun tidak menghakimi dengan keras dan tidak mengkritik diri sendiri dengan berlebihan atas ketidak sempurnaan, kelemahan dan kegagalan yang dialami diri sendiri. Dalam membentuk *self compassion*, diperlukan tiga komponen dasar yang saling berinteraksi yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness* (Neff, 2003). Makna adalah upaya untuk memberikan maksud atau esensi akan sesuatu yang pada akhirnya akan melahirkan sebetuk konsep tersendiri. Pemaknaan *self compassion* adalah upaya untuk memberikan arti atau maksud tentang *self compassion* pada diri sendiri.

Dengan memiliki pemaknaan *self compassion*, individu akan lebih mampu memahami kemanusiaan yang dimiliki sehingga membantu mengurangi rasa takut pada diri sendiri dari penolakan sosial. Faktor-faktor yang membantu para mantan pecandu narkoba untuk bisa mempertahankan kepuhannya seperti memiliki harapan hidup, perasaan berharga, dan mampu menarik pelajaran dari kesulitan merupakan sesuatu yang berkaitan dengan *self compassion*.

Hasil penelitian Aztri dan Milla (2013) (dalam Febrinabilah, 2016) menunjukkan bahwa mantan pecandu narkoba yang berhasil pulih dari ketergantungannya adalah mereka yang memiliki perasaan berharga karena adanya dukungan sosial dan mereka yang mampu memaknai kehidupan dan kesulitan yang dijalani sebagai sesuatu yang dihadapi secara positif. Hal ini berkaitan dengan adanya *self compassion*. Neff (2010) menyatakan bahwa *self compassion* dapat berkontribusi meningkatkan penghayatan positif mengenai diri sendiri, menghilangkan emosi negatif, dan meningkatkan rasa keterhubungan dengan orang lain

Dari hasil studi pendahuluan pada Sabtu, 9 Desember 2017 dengan metode wawancara pada subjek A, A masih senang menyendiri dikamar, nonton tv, dan berburu. A melakukan aktivitas biasa seperti menyapu, makan, bersih-bersih, menjaga toko dan kumpul bersama keluarga. Terkadang dalam melaksanakan aktivitas, A harus disuruh kedua orang tuanya terlebih dahulu dan kumpul dengan keluarga hanya ketika jam makan saja. A merasa senang berdiam diri dirumah karena A diterima dan dicintai oleh keluarga dan orang-orang sekitarnya. Hal ini terbukti dari kepedulian yang ditunjukkan oleh keluarga dan

orang-orang di sekitar A. Apabila mereka marah pada A, A menganggap itu merupakan bentuk kasih sayang dari mereka.

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek K, K suka dalam melakukan aktivitas seperti membantu orang tua berjualan dipasar, lari maraton, dan berkumpul bersama teman-temannya namun dalam melaksanakan aktivitas tersebut subjek K masih tergantung pada keinginannya.

K kurang percaya diri dan juga masih meminum minuman keras pada saat sedang tertimpa masalah, dan sedikit emosi ketika ada temannya bercanda terlalu berlebihan. Namun K memiliki sifat atau karakter yang suka bekerja sama, berunding, dan membantu teman-temannya yang sedang kesusahan sehingga dipercaya oleh teman-temannya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Informan sekunder DN selaku Orang tua dari subjek A. Kondisi psikologi dari A saat ini, A tidak mempunyai sikap egois dan sering mengalah bahkan mengutamakan kepentingan temannya. A sudah mulai berubah terbukti dari sikap A yang sudah mulai mematuhi perkataan orang tua dan sudah menjauhi hal-hal yang buruk. Namun demikian masih ada beberapa hal yang masih kurang dari A, A masih mempunyai sikap labil seperti masih mudah terbawa lingkungan yang tidak baik dan masih mempunyai rasa dendam ketika mempunyai masalah dengan orang lain, akan tetapi A masih bisa menahan diri dan bersabar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informasn sekunder BK selaku teman dari KL. Kondisi psikologi K saat ini tidak egois dan baik hati. K sudah mulai berubah dan berusaha menjauhi hal-hal yang negatif seperti sudah tidak

mengonsumsi ganja, namun terkadang keinginannya itu dipengaruhi oleh hal-hal yang membuat K kembali ke hal yang negatif, ketika K tertimpa masalah K masih belum bisa melepas kebiasaannya minum minuman keras.

Pada penelitian ini akan difokuskan pada mantan pecandu narkoba usia dewasa awal, dengan alasan karena *self compassion* sangat diperlukan pada masa dewasa awal terkait dengan tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi pada masa tersebut. *Self compassion* sangat relevan pada kehidupan atau pengalaman pada masa dewasa karena ketika individu tidak menyukai aspek-aspek dalam dirinya dan menghakimi dirinya sendiri, maka *self compassion* memiliki peran untuk mengurangi dan menghilangkan kecenderungan dalam memandang dirinya sendiri secara negatif. Hurlock (dalam Febrinabilah, 2016) mengatakan bahwa masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 40 tahun. Selain itu, ditemukan bahwa sebagian besar pemakai atau pecandu narkoba berada pada klasifikasi usia produktif, yaitu pada rentang usia 20 - 45 tahun (Chamdi dalam Salmi, 2008). Dengan demikian pada penelitian ini, subjek akan dikhususkan pada mantan pecandu narkoba yang berada pada masa dewasa awal, yaitu dengan rentang usia 20-40 tahun.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti ingin meneliti “Pemaknaan *Self Compassion* pada mantan pecandu narkoba dewasa awal (studi kasus di desa Pakusamben Kecamatan Babakan Kabupaten Cirebon)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yaitu: Bagaimana Pemaknaan *Self Compassion* Pada Mantan Pecandu Narkoba Dalam Usia Dewasa Awal (Studi Kasus Di Desa Pakusamben Kecamatan Babakan Kabupaten Cirebon).

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji Pemaknaan *Self Compassion* Pada Mantan Pecandu Narkoba Dalam Usia Dewasa Awal (Studi Kasus Di Desa Pakusamben Kecamatan Babakan Kabupaten Cirebon).

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini antara lain adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini menambah wawasan terhadap bidang psikologi, khususnya psikologi klinis yang berkaitan dengan Pemaknaan *Self Compassion* pada mantan pecandu narkoba.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mantan pecandu narkoba diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang pentingnya memperbaiki pemaknaan *self compassion*.

- b. Bagi keluarga mantan pecandu narkoba diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan kesadaran untuk senantiasa memberi dukungan sebagai upaya mempertahankan pemaknaan *self compassion* pada diri subjek mantan pecandu narkoba mantan pecandu narkoba.

