

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sumatera Barat merupakan salah satu daerah yang menjadi jalur distribusi narkoba (Elfisha, 2023). Maka dari itu, kasus penyalahgunaan dan peredaran narkoba di Sumatera Barat termasuk tinggi. Menurut data Badan Pusat Statistik (2018) persentase penyalahgunaan dan peredaran narkoba di Sumatera Barat sempat menjadi yang paling tinggi pada tahun ini, yaitu sebesar 37,73%. Lalu, sepanjang tahun 2022, Kapolda Sumatera Barat Suharyono telah mengungkapkan bahwa kasus penyalahgunaan narkoba naik sebanyak 104 kasus atau 10,2 persen dibandingkan dengan tahun 2021 (Elfisha, 2023). Suharyono juga menyebutkan bahwa jumlah kasus peredaran dan penyalahgunaan narkoba di Sumatera Barat sebenarnya masih bersifat naik-turun, namun selalu memiliki generasi baru yang menjadi pengguna barang tersebut (Setiawan, 2023).

Penyalahgunaan narkoba menimbulkan banyak dampak negatif. Penyalahgunaan narkoba menimbulkan kerugian besar, seperti hilangnya nyawa, menciptakan kejahatan, perceraian, hingga resiko penyakit menular (Tavakoli, dkk, 2016). Individu yang menyalahgunakan narkoba ini umumnya juga diasingkan oleh keluarga, teman, dan orang tersayang karena dampak langsung dari gangguan kecanduan terhadap hubungan mereka (Hanna, 2012). Harwood, dkk (1998) pada penelitiannya menyebutkan bahwa penyalahgunaan narkoba diasosiasikan dengan tingginya tingkat pengangguran dan hilangnya

produktivitas. Meningkatnya ketergantungan terhadap narkoba juga dapat menghambat pemenuhan peran sosial, spiritual, dan emosional penggunanya, sehingga juga dapat memunculkan permasalahan bagi masyarakat dan juga keluarga (Scorzelli & Caudhry, 2009). Hal ini didukung oleh hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap seorang mantan pecandu narkoba, dari hasil wawancara peneliti mendapatkan informasi sebagai berikut:

*abang kira-kira awalnya tu mulai tahun 2009 kalau ga salah, bener-bener berhentinya sejak 2019 sampe sekarang gak ada lagi. Awalnya kan cuma buat kerja biar gak ngantuk, kuat gak capek. Eh keterusan lah beragam abang coba, dapat enakunya. Kacau kali waktu itu, ada duit, langsung beli, gak ada pikir-pikir panjangnya. Selagi make waktu itu, dijauhin abang, sama keluarga, kenalan, teman -teman. Berteman sama orang yang sama aja lagi. Berubah semuanya. Abang make karena alasan awalnya kerja aja, malah kacau pula kerjaan jadinya kan, dikeluarkan abang. Gak ada kerja lagi, pengangguran. Benar-benar bentuk ndak ada tujuan ni lah, hidup cuma buat gitu-gituan. Rasa-rasa udah terlanjur pake, kayak orang stres, mau keluar tapi ya susah, gak tau pula caranya (Komunikasi personal, 21 Oktober 2023).*

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa penyalahgunaan bermula dari kebutuhan untuk pekerjaan. Setelah mencoba menggunakan narkoba, terdapat keinginan lebih untuk mencoba jenis narkoba lainnya. Ketika sudah berubah menjadi kecanduan, pecandu narkoba menerima dampak seperti hilangnya hubungan yang positif dengan orang lain, tidak adanya produktivitas, hingga kebingungan dalam mencari tujuan hidup.

Rehabilitasi merupakan salah satu cara untuk melepaskan pecandu narkoba dari efek ketergantungan. Di Indonesia, hal ini diatur dalam pasal 54 UU No. 35 tahun 2009 tentang Narkotika, disebutkan bahwa pecandu dan korban penyalahguna narkoba wajib untuk mengikuti rehabilitasi. Rehabilitasi tersebut melibatkan aspek medis dan sosial, dimana proses ini bertujuan untuk

membebaskan pecandu dari ketergantungan, serta dapat mengembalikan fungsi sosial mantan pecandu ketika kembali dalam kehidupan bermasyarakat. Namun, bagi mantan pecandu narkoba bebas dari kecanduan bukan jaminan bahwa mereka bisa bebas dari narkoba selamanya (Mahfud dkk, 2019). Meskipun telah melakukan rehabilitasi, sekitar 40% hingga 60% pecandu masih kesulitan untuk mempertahankan kondisi pulihnya dan jatuh pada kondisi *relapse* (National Institute on Drug Abuse, 2022).

Istilah *relapse* yang digunakan dalam konteks perawatan dan pemulihan penyalahgunaan zat merujuk kepada kembalinya seorang pecandu menggunakan dan melakukan penyalahgunaan zat setelah menahan diri atau disebut juga periode *abstinence* (DeWitt, 2003). *Relapse* merupakan kondisi dimana pola lama penyalahgunaan pemakaian narkoba berlangsung kembali secara rutin (Humas BNN, 2013). Carich & Stone (2000) menyebutkan bahwa *relapse* dapat disebabkan oleh faktor internal, faktor sosial, serta kejadian yang menjadi *trigger* dalam adiksi terkait. *Relapse* termasuk tantangan yang sulit dan tidak dapat dipisahkan dalam proses pemulihan kecanduan.

Di sisi lain, masih banyak tantangan yang dihadapi oleh mantan pecandu narkoba untuk dapat kembali kepada kehidupan bermasyarakat. Penyalahguna dan mantan pengguna narkoba menghadapi stigma negatif dari masyarakat (Wogen & Restrepo, 2020). Penelitian menunjukkan bahwa individu yang menyalahgunakan narkoba sering menghadapi stigma dan diskriminasi dikarenakan orang lain tidak memahami bagaimana individu tersebut dapat diobati secara efektif (NIDA, 2022). Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian oleh Lloyd (2013), di mana

ditemukan bahwa publik memberikan stigma lebih buruk kepada individu yang bermasalah dalam narkoba karena dianggap berasal dari latar belakang yang buruk.

Banyak orang menganggap adiksi sebagai kegagalan moral pribadi, sehingga menyebabkan orang lain merasa takut dan marah kepada orang yang menyalahgunakan narkoba (Tuan, dkk, 2021). Selain itu, stigma negatif yang diberikan masyarakat terhadap mantan pecandu narkoba juga memberikan dampak kepada keluarga atau orang terdekat, sehingga menyebabkan keluarga sulit untuk menerima mantan pecandu narkoba kembali ke dalam keluarga (Earnshaw & Copenhaver, 2013). Hal tersebut menyebabkan individu yang telah menyalahgunakan narkoba sulit untuk kembali pulih. Stigma negatif membuat lingkungan menolak individu yang berdampak terhadap terhambatnya rasa percaya diri individu untuk mampu memperbaiki kesalahannya. Penyalahgunaan narkoba tidak hanya menimbulkan permasalahan sosial dan keluarga, namun juga berpengaruh terhadap *psychological well-being* individu (Bano dkk, 2019). Permasalahan tersebut digambarkan oleh salah seorang narasumber:

*abang dulu malas, takut kali rehab ni, takut ditangkap sama polisi, malu juga sama teman-teman. Benar aja sih, keluar dari rehab juga bagi yang tau abang pernah make ya tetap dijauhinya abang. Ada juga lah takut-takutnya, cemasnya walaupun udah rehab, masih banyak yang gak nerima diri abang gitu-gitu. Jujur sempat lah ada pesimis gitu sama hidup ni. Rasa-rasa gak bakal ada yang berubah di hidup bang meskipun udah pernah rehab. Tapi sejak rehab tu abang beneran gak ada lagi make dah komitmen lah istilahnya. Bang pikir sayang aja ni usahanya, rehab udah susah-susah, masa mau balik lagi. Balik rehab tu bang hapus lah tu kontak teman-teman jaman kacau kacauan tu dulu. Fokus lagi buat cari kerja, sampai ya alhamdulillah lah udah lima tahunan sejak gak pake lagi udah dapat kerja yang bagus, punya usaha sampingan, bahagia juga sama anak-isteri (Komunikasi personal, 21 Oktober 2023).*

Berdasarkan hasil wawancara terhadap salah satu mantan pecandu narkoba tersebut, dapat diketahui bahwa meskipun sudah melakukan rehabilitasi, mantan pecandu narkoba tersebut masih kesulitan untuk diterima kembali oleh lingkungannya hingga menimbulkan perasaan pesimis. Namun, mantan pecandu tersebut menyebutkan bahwa ia sudah berkomitmen untuk tidak kembali menggunakan narkoba dan memutuskan kontak dengan lingkungan yang berpotensi membuatnya menggunakan kembali narkoba, serta berfokus kepada upaya untuk kembali produktif.

Beberapa penelitian menunjukkan bagaimana penyalahgunaan narkoba berpengaruh buruk terhadap *psychological well-being*. Individu yang merupakan pecandu narkoba memiliki level *psychological well-being* yang rendah (Tuicomepee & Romano, 2005). Penelitian oleh Ahlgren & Norem (1979) menemukan bahwa pecandu narkoba yang belum atau sedang menjalani rehabilitasi memiliki level yang rendah dalam penerimaan diri dan tidak bahagia terhadap diri mereka sendiri. Selanjutnya, Wills (1992) juga menemukan bahwa penyalahgunaan narkoba memiliki pengaruh negatif dan membuat tingkat kompetensi menjadi rendah.

*Psychological well-being* yang bagus berarti individu berada di dalam keadaan yang baik dan dapat berfungsi secara efektif, dimana ia mampu untuk mengontrol hidupnya, melihat potensi diri sendiri, dan mengejar keinginannya (Hupper, 2009). Individu yang memiliki *psychological well-being* yang bagus memiliki kemampuan untuk mengatur perasaan negatif yang ia rasakan (Sabri & Jencius, 2020). Ketika memiliki *psychological well-being* yang baik, individu

memiliki kompetensi, kebahagiaan, puas terhadap hidup, serta dapat menjalani kehidupan yang lebih sehat (Morin, 2020). Individu yang memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi juga mampu untuk memenuhi tuntutan dan tekanan dari lingkungan (Baron, 1998). Hal-hal tersebut tentunya diperlukan oleh mantan pecandu narkoba untuk tidak terpengaruh terhadap faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan *relapse*.

Salah satu kemampuan yang krusial untuk mencapai *psychological well-being* adalah dengan melakukan *self-forgiveness* (Compton & Hoffman, 2013). *Self-forgiveness* bukan hanya sekadar melupakan masa lalu, namun menerima apa yang telah terjadi dan tetap menerima diri sendiri dengan tulus (Zhang, dkk, 2020). Menurut Woodyatt, dkk (2017), *self-forgiveness* merupakan suatu pengalaman dimana individu menyalahkan diri sendiri atas kesalahan yang dilakukan, lalu kemudian melepaskan diri dari emosi dan kognisi negatif tersebut, disertai dengan niat untuk memperbaiki kerusakan spiritual, sosial, dan psikologis yang didapat dari kesalahan tersebut. Kemampuan individu untuk menerima kesalahan yang diterimanya dan bertanggung jawab atas hal tersebut dapat berdampak kepada timbulnya perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Individu yang melakukan *self-forgiveness* melakukan pencarian solusi berdasarkan pengalaman dan berkembang sebagai individu (Conversano, dkk, 2010).

Sebagai seorang mantan pecandu narkoba, individu harus mampu untuk memaafkan dirinya sendiri karena telah melakukan kesalahan. Memiliki kemampuan *self-forgiveness* artinya adalah ketika individu mampu mengakui

kesalahan secara pribadi dan memiliki perasaan bertanggung jawab untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih positif (Webb dkk, 2017). Dengan melakukan pemaafan terhadap diri sendiri, individu dapat melepaskan emosi negatif terhadap diri sendiri dan menggantinya dengan emosi positif seperti empati, kasih sayang, kelembutan, dan cinta pada diri sendiri (Enright, 1996). Sejalan dengan hal tersebut, pemaafan ini juga diketahui dapat meningkatkan *psychological well-being* individu (Enright & The Human Development Study Group, 1991)

Tingginya tingkat *forgiveness* individu berkorelasi positif dengan tingkat *psychological well-being* (Juwita & Kustanti, 2020). Dengan memaafkan diri sendiri (*self-forgiveness*), orang lain, dan keadaan, seorang individu dapat lebih menerima dan menghargai diri sendiri, kondisi, serta dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain (Astuti & Maretih, 2018). Penelitian dari Cornish, dkk (2018) juga telah menemukan manfaat yang didapat dari sikap *self-forgiveness* dan hubungan positifnya dengan *well-being* pelaku.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti ingin mengetahui sejauh mana *self-forgiveness* dapat berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada mantan pecandu narkoba. Peneliti juga menemukan penelitian yang menunjukkan hubungan antara *self-forgiveness* dan *psychological well-being* kepada subjek yang berbeda, diantaranya adalah kepada eks seminaris oleh Silalahi (2016) dan kepada remaja obesitas oleh Frastika (2023). Selain itu, penelitian mengenai pengaruh *self-forgiveness* terhadap *psychological well-being*, khususnya pada mantan pecandu narkoba masih minim ditemukan. Oleh karena itu, peneliti

menganggap topik ini penting untuk dikaji lebih mendalam dengan judul “Pengaruh *Self-forgiveness* Terhadap *Psychological Well-being* Pada Mantan Pecandu Narkoba”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian fenomena yang telah dijabarkan pada latar belakang, dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh *self-forgiveness* terhadap *psychological well-being* mantan pecandu narkoba?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *self-forgiveness* terhadap *psychological well-being* pada mantan pecandu narkoba.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi sosial. Penjabaran mengenai pengaruh *self-forgiveness* terhadap *psychological well-being* pada mantan pecandu narkoba dalam penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi atau gambaran dalam penelitian serupa selanjutnya.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi mantan pecandu narkoba, agar dapat menjadi sumber informasi mengenai pengaruh *self-forgiveness* terhadap *psychological well-being*,

sehingga dapat menjadi panduan agar mampu melaksanakan rehabilitasi dan pemulihan diri dengan baik.

- b) Bagi keluarga, sebagai referensi dalam memberikan dukungan terhadap proses pemulihan anggota keluarga yang terjerat dalam kecanduan narkoba.
- c) Bagi masyarakat, menjadi sumber pandangan yang baru agar lebih terbuka dan menghindari sikap-sikap negatif seperti perilaku diskriminasi terhadap mantan pecandu narkoba.
- d) Bagi pemerintah atau lembaga terkait, sebagai bentuk gambaran yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun program rehabilitasi dan lanjutan yang tepat dalam kasus-kasus pemulihan kecanduan narkoba.

