

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan setiap manusia tidak dapat pernah terlepas dari masalah dan masalah yang dihadapi tersebut membuat manusia mengalami sebuah pengalaman kehidupan. Pengalaman bisa berupa pengalaman yang menyenangkan atau justru sebuah pengalaman yang menyakitkan. Cara setiap manusia memaknai kehidupannya berbeda-beda sesuai dengan pengalaman yang dialami dari sejak lahir hingga dewasa. Makna kehidupan yang dimiliki setiap manusia membuat manusia tersebut menemukan arti kehidupan yang diinginkan, dengan memiliki makna hidup manusia mempunyai semangat dan harapan untuk hidup yang lebih baik di masa yang akan datang.

Viktor Frankl (dalam Guttman, 2008: 29) menyatakan bahwa hidup tidak untuk menjawab pertanyaan manusia tentang makna hidupnya melainkan menempatkan makna hidup itu dalam kehidupan manusia dan membuat manusia untuk memutuskan melakukan sesuatu yang bermakna dalam hidupnya. Pernyataan inilah yang menjadi dasar utama logoterapi yang dicetuskan oleh Viktor Frankl (dalam Guttman, 2008: 30-31) bahwa masing-masing manusia memiliki visi, misi, pekerjaan yang harus dilakukan dengan nyata dan hanya bisa dilakukan oleh manusia itu sendiri, oleh karena itu manusia adalah unik dan berbeda satu dengan lainnya. Manusia harus mampu mengisi kehidupannya

dengan kegiatan yang bermakna dan terhindar dari kehidupan yang akan membuat manusia itu menderita.

Menurut Frankl (dalam Batthyany, 2016: 134) logoterapi melihat optimisme sebagai sumber kekuatan dan menanamkan pendekatan positif untuk mengatasi permasalahan hidup yang dialami. Hal ini menanamkan bahwa di setiap kesulitan atau penderitaan sekalipun, manusia tetap bisa mengambil sisi positif dan makna yang baik dari pengalaman tersebut dan bahwa masih ada harapan dalam sebuah kegagalan. Graber (2004: 100) dalam penelitiannya menyatakan bahwa logoterapi menerapkan kekuatan semangat manusia untuk mengatasi kesulitan yang terjadi setelah penderitaan manusia dalam masalah apapun. Pada gilirannya logoterapi membuat manusia memiliki kemampuan untuk secara kreatif mengubah aspek negatif yang terjadi dalam hidup menjadi aspek yang positif. Logoterapi menuntun konseli untuk mencari alternatif pada suatu masalah agar konseli dapat menerima dan mampu menyelesaikan masalahnya.

Menurut Costello (2015: 1) logoterapi membuat individu sadar untuk memiliki cita-cita dan berfokus pada realita yang terjadi sekarang bukan yang terjadi pada masa lalu. Logoterapi kurang berfokus untuk mencari penyebab masalah itu terjadi tetapi lebih berfokus mengatasi masalah konseli. Menurut Battyany (2016: 137-138) logoterapi memiliki tiga nilai dasar atau *meaning triangle* sebagai rute untuk menemukan makna, yaitu pertama: nilai kreatif, di mana konseli memberi kehidupan kembali dengan bekerja menggunakan kreativitas yang dimiliki, bakat unik sebagai pengalihan masalah dan memiliki hubungan sosial yang baik sehingga tidak terlibat dengan masalah yang sama lagi.

Kedua, adalah pengalaman di mana konseli diminta untuk menerima pengalaman dalam hidup sebagai bagian dari belajar dan proses kehidupan sekalipun itu adalah pengalaman yang menyakitkan. Ketiga, nilai sikap yang dapat memberi makna adalah cara di mana konseli bertanggungjawab dan bersikap atas kesalahan yang pernah dibuat dengan membuatnya menjadi nilai baru yang ditunjukkan melalui sikap yang lebih positif dibanding sebelumnya.

Logoterapi yang memusatkan pada penemuan makna hidup seorang konseli di tengah masalah yang dihadapi dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengatasi beberapa permasalahan kehidupan, seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Suwanphahu, Tuicomepee dan Kaemkate (2015: 275) pada 180 remaja penyalahguna narkoba dengan rentang usia dari 18-22 tahun di Pusat Rehabilitasi Thailand Selatan dengan melakukan logoterapi secara berkelompok dapat meningkatkan kesehatan remaja tersebut. Membuat remaja sadar akan tanggungjawab atas kesehatannya sendiri dan membuat remaja memahami makna hidupnya tanpa menggunakan narkoba.

Penelitian lain oleh Jahanpour, Sareghin, Hosseini dan Tekiyee (2014: 8) menemukan bahwa logoterapi efektif terhadap harga diri, kebahagiaan dan kecukupan sosial pada remaja putri di Tehranian. Penelitian ini menunjukkan logoterapi dapat digunakan untuk memperbaiki remaja kearah yang lebih positif. Logoterapi yang dilakukan dalam kelompok juga dapat mengurangi depresi dan meningkatkan harapan pada pecandu narkoba pada penelitian yang dilakukan oleh Khaledian, Yarahmadi dan Mahmoudfakhe (2016: 167). Margaret (2014: 274) juga melakukan penelitian terhadap teknik logoterapi terhadap pengobatan

terhadap stres, dan dalam penelitian ini terbukti penerapan logoterapi dalam pengobatan stres efektif digunakan untuk menangani stressor dengan baik. Fard dan Heidar (2014: 643-646) yang menemukan bahwa logoterapi memberikan efek yang signifikan terhadap penurunan depresi dan stress, dan keinginan untuk melakukan bunuh diri.

Menurut Papalia dan Olds (dalam Jahja, 2011: 220) masa remaja adalah masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang umumnya dimulai pada usia antara 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluh tahun. Masa transisi ini membuat remaja memiliki keingintahuan yang besar pada kehidupan orang dewasa disekitarnya. Menurut Santrock (2003: 45) merokok dan minuman alkohol dipandang oleh remaja sebagai lambang kedewasaan. Berawal dari rokok dan alkohol inilah remaja mengenal kehidupan dewasa yang salah, remaja yang sudah merasakan ketagihan akan terus mencoba hal lainnya yang dapat membuat remaja lebih terlihat keren di antara teman lainnya, narkoba salah satunya. Berdasarkan Papalia dan Olds (dalam Jahja, 2011: 222) narkoba sangat menarik perhatian remaja yang mencari cara untuk menghilangkan stres dari tekanan sekolah, tugas kuliah atau masalah dengan orangtua, bagi sebagian remaja menggunakan narkoba adalah salah satu upaya agar remaja dapat diterima pada kelompok tertentu.

Menurut Guindon (2010: 220) ada 4 motivasi yang dimiliki oleh remaja untuk menggunakan alkohol dan obat-obatan terlarang lainnya, yaitu pertama, alkohol dan obat-obatan dapat membantu remaja mempertahankan suasana hati yang menyenangkan dan pandangan yang positif. Kedua, aktifitas minum

alkohol dan menggunakan obat-obatan terlarang membuat aktivitas sosial lebih menyenangkan. Ketiga, meminum alkohol dan mengkonsumsi obat-obatan terlarang sebagai bagian dari penyusunan diri dari lingkungan atau adanya tekanan dari teman sebaya. Keempat, alkohol dan obat-obatan terlarang sebagai cara untuk mengatasi masalah atau mengurangi perasaan negatif seperti kecemasan, stres, tekanan, kurang percaya diri, harga diri yang rendah, perasaan ingin diterima oleh lingkungan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Hassanbeigi dkk (2013: 1333-1340) bahwa ada hubungan antara stres yang dialami individu dapat berujung pada ketergantungan pada narkoba. Senada dengan penelitian Levran (2014: 290-298) bahwa ada hubungan antara stress dan kecanduan obat-obat pada pecandu di Afrika-Amerika.

Arnett menyatakan (dalam Guindon, 2010: 221) remaja menjadi pecandu obat-obatan terlarang dan alkohol secara berlebihan dikarenakan remaja pada masa eksplorasi jati diri. Beberapa hal adalah membentuk pribadi yang sesuai dengan pergaulan agar bisa diterima oleh teman, posisi diri dalam komunitas atau pertemanan, hubungan dengan lawan jenis dan adanya kecenderungan sikap individualis merasa bisa menyelesaikan masalah sendiri tanpa bantuan orang terdekat, tidak lagi membutuhkan bantuan orangtua dan lebih percaya dengan teman.

Berdasarkan data BNN tahun 2015 (Press Release BNN, 2015) sepanjang tahun 2015 BNN telah mengungkap sebanyak 102 kasus Narkotika dan sebanyak 4.098.029 orang atau total 2,2% penduduk Indonesia pada usia 10-59 tahun adalah pemakai atau penyalahguna narkoba dan 22% dari total pemakai adalah

mahasiswa dan pelajar. Angka tersebut berdasarkan data BNN dan mengalami kenaikan setiap tahunnya dan hampir 50 orang meninggal setiap hari dikarenakan narkoba. Gambaran berita tersebut cukup menjelaskan bagaimana kondisi peredaran dan penggunaan narkoba di tengah-tengah masyarakat saat ini.

Narkoba sangat dekat dengan kehidupan remaja karena remaja adalah lapisan masyarakat yang paling rentan karena pengalaman yang tidak memadai dan kurangnya informasi tentang keterampilan yang diperlukan untuk menolak ajakan oranglain untuk melakukan pelanggaran yang bersifat kriminal. Terlepas dari energi dan bakat potensial mereka yang melimpah, mereka tidak tahu bagaimana meningkatkan dan menunjukkan kemampuan mereka untuk menghadapi masalah kehidupan. Kepala Bidang Pemberantasan Narkoba BNNP DIY AKBP Mujiyana menyatakan kepada Detik.com (16 Juli 2017) dari jumlah penduduk Yogyakarta sebesar 3,6 juta jiwa, sebanyak 2,6 persen di antaranya adalah pengguna narkoba dan jumlah pengguna tersebut paling banyak diisi oleh pelajar dan mahasiswa. Hal tersebut membuat Yogyakarta menjadi provinsi yang berada pada tingkat pertama untuk jumlah terbanyak penyalahgunaan narkoba hingga saat ini.

Tahap rehabilitasi sosial menjadi tahap penentu untuk mengetahui keberhasilan dari keseluruhan proses rehabilitasi yang dilakukan, karena pada tahap ini pecandu akan dibawa untuk menyadari kesalahan yang pecandu perbuat dan melakukan perubahan untuk hidup lebih baik tanpa narkoba. Menurut penuturan Rizka Amalia staff Pasca Rehabilitasi BNN (14 Februari 2018) kesulitan dalam rehabilitasi sosial adalah menyiapkan pecandu untuk kembali

kepada keluarga dan masyarakat, banyak pecandu yang merasa malu, takut tidak diterima keluarga, takut tidak dapat kembali sekolah, kecemasan berlebihan, stres dan mengalami harga diri rendah karena merasa sudah melakukan kejahatan dan tidak akan dipandang oleh orang lain lagi, yang paling utama adalah harga diri rendah yang membuat pecandu takut untuk keluar dari tempat rehabilitasi hal ini akan membuat pecandu tertekan secara emosional dan menjadi stres.

Faktor-faktor harga diri dan stres menjadi faktor yang berasal dari pribadi pecandu yang dapat mengakibatkan pecandu untuk kembali menggunakan narkoba setelah proses rehabilitasi selesai dilakukan. Menurut Plummer (2005: 16) harga diri rendah sangat berkaitan erat dengan kehidupan remaja dengan penyalahgunaan alkohol dan narkoba, dan ini dapat memicu masalah lainnya seperti terjadi kehamilan di luar nikah (*free sex*) yang banyak dilakukan kalangan remaja saat ini. Sedangkan Guindon (2010: 3) menyatakan harga diri rendah telah terbukti berkaitan dengan banyak fenomena negatif seperti tingkat kehamilan pada remaja semakin tinggi, penyalahgunaan alkohol dan narkoba semakin banyak dilakukan oleh kalangan remaja, kekerasan baik dengan teman sebaya atau kekerasan dalam sebuah hubungan, depresi atau stress, kecemasan sosial dan bunuh diri. Kedua pernyataan tersebut jelas menggambarkan pentingnya harga diri tinggi untuk dimiliki pecandu narkoba setelah menyelesaikan proses rehabilitasi untuk menghindari terjadinya *relapse* (kondisi pecandu kembali menggunakan narkoba setelah proses rehabilitasi selesai dilakukan).

Pendapat ini diperkuat oleh hasil penelitian Handayani (2000: 23) ditemukan bahwa remaja yang mempunyai harga diri rendah cenderung lebih

mudah mencoba menyalahgunakan obat-obatan atau NAPZA. Hal tersebut senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Afiatin (2004: 49) bahwa remaja dengan harga diri rendah merasa dirinya terasing, tertekan, dan kurang memiliki keberanian untuk berbuat sesuatu, kecemasan berlebih merasa tidak diterima oleh lingkungan, mudah depresi, pesimis akan masa depannya, dan ini membuat remaja terjerumus dalam penyalahgunaan narkoba. Orth, Trzesniewki dan Robins (2010: 645-658) yang menyatakan bahwa perempuan memiliki harga diri yang lebih rendah dari pada laki-laki. Faktor selanjutnya adalah penampilan fisik, pendidikan dan penerimaan diri memberikan kepercayaan diri kepada individu untuk melakukan interaksi dan menjalin hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya.

Sullivan (dalam Guindon, 2010: 7) menyatakan bahwa harga diri adalah kebutuhan sosial dari masing-masing individu untuk diterima dan disukai oleh lingkungan, harga diri digunakan untuk menyesuaikan diri dengan harapan sosial. Perasaan tidak diterima oleh lingkungan dan keluarga sering dialami oleh pecandu, ini membuat proses rehabilitasi sosial berlangsung lama sekitar 6 bulan. Banyak pecandu yang gagal dalam proses ini dan lebih memilih untuk tetap tinggal di tempat rehabilitasi meskipun harus mengeluarkan biaya sendiri. Penting bagi para pecandu untuk membangun harga diri sebelum kembali ke keluarga, untuk memberikan keberanian dan kekuatan kepada pecandu kembali di tengah lingkungan setelah mereka melakukan kesalahan. Proses membangun harga diri pada pecandu narkoba tidak hanya berasal dari usaha sendiri terlebih juga harus

mendapat dukungan dari orang sekitar, karena bagaimana pun faktor lingkungan sangat berpengaruh dalam perubahan yang dilakukan oleh pecandu tersebut.

Selain harga diri, pengelolaan stres juga merupakan aspek penting dalam proses rehabilitasi bagi pecandu narkoba, karena remaja yang menjalani proses rehabilitasi harus dipisahkan dari lingkungan teman sebaya, berhenti dari kegiatan belajar sekolah atau kuliah, berpisah dengan orangtua dan berada di tempat asing hal ini banyak memberikan tekanan dan membuat stres bagi remaja itu sendiri. Remaja yang tidak memiliki pengelolaan stres yang baik saat berada di tempat rehabilitasi akan sangat sulit mendapatkan bantuan, karena remaja melakukan penolakan terhadap proses pengobatan yang dilakukan tenaga medis. Hal ini juga menjadi salah satu penyebab dari gagalnya proses rehabilitasi, dari hasil wawancara yang dilakukan di BNNP Yogyakarta (14 februari 2018) mengatakan banyak sekali remaja yang stres berada dalam rehabilitasi mencoba untuk melarikan diri dari tempat tersebut, memberontak atau menolak untuk mengikuti segala kegiatan yang dilakukan di tempat rehabilitasi.

Permasalahan harga diri dan pengelolaan stres rendah pada remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin belum dapat ditangani dengan baik menggunakan beberapa terapi yang sudah dilakukan oleh Ponpes. Berdasarkan observasi pra penelitian dan wawancara dengan pengelola Ponpes yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 Agustus 2018 ada beberapa terapi yang diterapkan dalam menangani remaja pecandu narkoba. Terapi Dzikir yang dipimpin langsung oleh Ketua Pengasuh Ponpes biasa dilakukan mulai pukul 03.30 sampai adzhan subuh dan dilanjutkan dengan solat subuh berjamaah,

dilanjutkan kembali dengan dzikir sampai pukul 08.00 pagi. Tujuan dari terapi dzikir tersebut untuk lebih mendekatkan remaja pecandu narkoba kepada Tuhan, meminta ampunan atas kesalahan dan dosa yang diperbuat dan membantu remaja pecandu narkoba untuk lebih berserah diri kepada Tuhan. Namun, dalam pelaksanaannya saat terapi dzikir berlangsung masih banyak remaja pecandu narkoba yang tertidur selama terapi berlangsung, beberapa diantara remaja pecandu narkoba kesulitan berkonsentrasi karena rasa kantuk sehingga terapi dzikir yang dilakukan kurang maksimal dan remaja pecandu narkoba masih merasa terpaksa melakukan terapi dzikir tersebut, sebagian melakukannya untuk menghindari hukuman bersih-bersih lingkungan Ponpes sehingga kesadaran atau keinginan untuk lepas dari jerat narkoba masih kecil.

Terapi lain yang dilakukan adalah Terapi Air Dingin tujuan utama dari terapi ini adalah untuk menghilangkan toksin atau racun-racun dari hasil pemakaian narkoba dan membuat pecandu merasa rileks dengan berendam air dingin. Para pecandu akan berendam selama kurang lebih 90 menit, selama terapi air dingin ini para pembina tidak ada yang ikut langsung dan tidak memberikan intruksi kepada pecandu narkoba sehingga para pecandu biasanya menggunakan waktu terapi ini hanya untuk saling bercanda sehingga remaja pecandu tidak mengerti tujuan dari terapi yang dilakukan dan mengalami kebingungan ketika harus melakukan apa saat proses terapi air dingin.

Bentuk terapi yang lain adalah melakukan konseling individu kepada pecandu narkoba, namun dalam pelaksanaannya konseling dilakukan untuk mengklarifikasi atau menginterogasi pecandu narkoba yang terlibat masalah di

dalam rehabilitasi saja. Kurangnya rasa nyaman dan kepercayaan pada diri pecandu kepada pembina yang melakukan konseling membuat pecandu tertutup dengan masalah yang terjadi pada dirinya. Tidak adanya konselor yang berasal dari lulusan bimbingan dan konseling membuat proses bimbingan dan konseling yang terjadi di Ponpes Bidayatussalikin tidak dapat berjalan maksimal dan belum dapat menggunakan teknik atau terapi dalam bimbingan dan konseling salah satunya adalah logoterapi belum digunakan untuk membantu mengatasi masalah pecandu narkoba. Hal ini membuat permasalahan pribadi yang dialami pecandu tidak dapat diselesaikan dengan baik, sehingga banyak muncul masalah harga diri rendah dan pengelolaan stres rendah pada remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin.

Berdasarkan dari hasil-hasil penelitian dan pemaparan di atas peneliti ingin menguji logoterapi efektif terhadap harga diri dan pengelolaan stres pada remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta. Pentingnya penelitian ini adalah untuk membantu para konselor di Pondok Pesantren Bidayatussalikin untuk menggunakan logoterapi sebagai salah satu alternatif dalam terapinya untuk membantu mengatasi permasalahan pecandu yang terkait dengan harga diri dan pengelolaan stres sehingga pecandu tidak lagi mengalami *relapse*. Hasil penelitian ini akan membantu banyak remaja terlepas dari kecanduan narkoba dan dapat kembali menyusun dan mencapai cita-cita yang diharapkan. Berdasarkan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan dan adanya keraguan dari peneliti maka perlu diadakan penelitian dengan judul, “Efektivitas

logoterapi terhadap harga diri dan pengelolaan stres pada pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan adalah sebagai berikut:

1. Beberapa remaja mengatasi dan menghindari masalah dengan menggunakan narkoba.
2. Harga diri rendah menjadi salah satu penyebab remaja menggunakan narkoba.
3. Kondisi stres yang dialami remaja dan ketidakmampuan remaja untuk melakukan pengelolaan stres mengakibatkan banyak remaja mengalami kecanduan narkoba sebagai cara menghilangkan stres.
4. Remaja pecandu narkoba di Ponpes Bidayatussalikin berusaha melarikan diri dari tempat rehabilitasi.
5. Terapi dzikir yang dilakukan belum efektif karena banyak remaja pecandu narkoba yang kelelahan dan mengantuk saat mengikuti terapi dzikir.
6. Terapi air dingin belum dapat efektif karena kurangnya pengarahan dari pembina rehabilitasi.
7. Konseling individu yang dilakukan belum efektif karena tidak dilakukan oleh tenaga ahli.
8. Logoterapi belum digunakan sebagai salah satu cara untuk membantu remaja pecandu narkoba mengatasi masalah.

C. Batasan Masalah

Agar pembahasan masalah menjadi terarah, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah metode yang digunakan belum efektif untuk mengatasi masalah harga diri dan pengelolaan stres pada remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Seberapa efektif logoterapi terhadap harga diri remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta?
2. Seberapa efektif logoterapi terhadap pengelolaan stres remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta?

E. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Logoterapi efektif terhadap harga diri pada remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta.
2. Logoterapi efektif terhadap pengelolaan stres pada remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Sleman Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat memberi kontribusi terhadap kajian ilmu bimbingan dan konseling khususnya pada bidang pribadi, terutama dalam pengembangan logoterapi, harga diri dan pengelolaan stres. Selain sebagai sumbangan dalam khasanah keilmuan, dapat juga dijadikan referensi dalam mengatasi permasalahan harga diri dan pengelolaan stres pada remaja pecandu narkoba.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

- 1) Peneliti dapat mengembangkan kemampuan dalam bidang penelitian
- 2) Peneliti lebih memahami mengenai logoterapi

b. Bagi konselor

Manfaat bagi konselor sebagai referensi dalam logoterapi, harga diri dan pengelolaan stres guna meningkatkan kualitas dalam memberikan layanan pribadi kepada konseli khususnya bagi para pecandu narkoba.

c. Bagi pecandu narkoba

Pecandu narkoba dapat mengatasi permasalahan terkait harga diri dan pengelolaan stres melalui logoterapi. Hal ini berguna untuk pecandu agar tidak lagi menjadi pecandu narkoba.