

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Permasalahan narkoba merupakan hal yang tidak asing terdengar di telinga masyarakat Indonesia. Menurut Undang-Undang nomor 35 tahun 2009 tentang narkotika, narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan. (<http://www.bnn.go.id/>).

Menurut perkiraan BNN, saat ini ada sekitar 5,6 juta pengguna narkoba. Dampak dari kecanduan narkoba (*drugs addiction*) meliputi aspek fisik, mental, psikis dan sosial. Dampak fisik yang diakibatkan dari kecanduan narkoba adalah fisik lemah sehingga rentan terhadap berbagai macam penyakit, gangguan dan kerusakan fungsi organ vital (seperti otak, jantung dan paru-paru). Fisik yang lemah menyebabkan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah terserang penyakit, yang terparah adalah terserang virus HIV/AIDS. Penggunaan narkoba akan merusak organ tubuh lainnya, seperti sistem saraf pusat bahkan bisa menyebabkan kematian jika mengalami *over dosis* (OD).

Dampak psikis yang diakibatkan kecanduan narkoba adalah emosi yang terganggu (mudah tersinggung), paranoid, depresi, agresi, cemas, dan gangguan psikosis. Dampak lain yang timbul adalah kebiasaan-kebiasaan negatif, seperti melamun, berbohong dan mencuri. Dampak sosial dari penggunaan narkoba bisa membawa orang yang bersangkutan terjebak ke dalam pergaulan bebas (*free sex*) demi mendapatkan uang atau narkoba. Selain itu dampak jangka panjang yang

muncul adalah menurunnya kualitas sumber daya manusia, gangguan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial, dan ancaman bahaya hancurnya kehidupan keluarga. Menurunnya kualitas sumber daya ini disebabkan karena rata-rata pengguna narkoba adalah remaja atau individu dengan masa-masa produktif (19-30 tahun). (<http://www.depkes.go.id>).

Berdasarkan UU No. 35 Tahun 2009 menyatakan bahwa pecandu narkotika dan korban penyalahgunaan narkotika wajib menjalani rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial. Di Indonesia, terdapat 105 unit panti rehabilitasi ([www.nasional.tempco.co](http://www.nasional.tempco.co)) yang sebenarnya masih dinilai kurang memadai mengingat jumlah pecandu yang terus meningkat. Rehabilitasi sangat diperlukan agar pecandu narkoba tidak lagi terlibat dalam mengonsumsi narkoba yang terus menerus dapat merusak kehidupan mereka. Setelah menjalani berbagai macam terapi dari rehabilitasi, pada akhirnya pecandu narkoba akan menjadi mantan pecandu narkoba dan siap terjun untuk kembali pada kehidupan bermasyarakat.

Berdasarkan UU No. 35 Tahun 2009 Pasal 1 angka 13, menyebutkan Pecandu adalah orang yang menggunakan atau menyalahgunakan Narkotika dan dalam keadaan ketergantungan pada Narkotika, baik secara fisik maupun psikis. Sehingga mantan pecandu narkoba memiliki arti seseorang yang sudah tidak menggunakan narkoba atau tidak bergantung pada Narkotika, baik secara fisik dan psikisnya.

Bukan hanya pemerintah saja yang mendirikan panti rehabilitasi, tetapi dari berbagai elemen masyarakat juga menciptakan dan membangun komunitas mantan pecandu narkoba sebagai upaya rehabilitasi. Salah satu komunitas yang ada di kota Bandung adalah Rumah Cemara.

Rumah Cemara merupakan salah satu komunitas yang menangani orang dengan HIV dan pecandu narkoba di Kota Bandung. Pengurus Rumah Cemara

bekerja setiap harinya untuk memberikan pelayanan pencegahan dan perawatan kepada komunitas pecandu narkoba dan HIV. Rumah Cemara ini memiliki tempat rehabilitasi dan juga organisasinya tersendiri. Mantan pecandu dari Rumah Cemara ini dapat berasal dari mantan pecandu yang mendapatkan rehabilitasi di Rumah Cemara dan juga orang-orang luar yang tidak direhabilitasi di Rumah Cemara.

Rumah Cemara didirikan pada tahun 2003 oleh lima orang mantan pecandu yang dilatarbelakangi oleh kondisi sosial para pengidap HIV/AIDS dan pengguna NAPZA yang dianggap sebagai kaum marginal dalam masyarakat. Rumah Cemara didirikan dengan tujuan dapat menjadi wadah atau tempat yang aman bagi orang-orang pengguna narkoba dan pengidap HIV untuk menerima perawatan. Rumah Cemara merupakan jejaring orang dengan HIV/AIDS dan pecandu NAPZA terbesar di Jawa Barat. Komunitas ini memiliki ±45 karyawan (*staff*), 70% pria dan 30% wanita dengan rentang usia 20-35 tahun. Hampir seluruh karyawan adalah mantan pecandu dan 85% adalah HIV positif. Rumah Cemara sudah memiliki 4.317 klien dengan HIV/AIDS dan pecandu narkoba. (<http://rumahcemara.org/en/>).

Menurut salah satu karyawan di Rumah Cemara, seseorang yang sudah “sembuh” dalam arti tidak aktif menggunakan narkoba lagi bisa disebut sebagai mantan pengguna narkoba karena telah bersih. Istilah “bersih” yang dimaksud adalah sudah berhenti memakai zat adiktif. Pada kenyataannya, tidak ada istilah “mantan pecandu narkoba” karena apabila seseorang pernah menjadi pecandu maka akan selamanya menjadi pecandu narkoba, karena kecanduan adalah penyakit kronis yang bisa timbul lagi suatu saat walaupun sudah lama berhenti. Menurut salah satu pendiri, pada dasarnya Rumah Cemara didirikan dengan nilai kekeluargaan sehingga seluruh elemen masyarakat dapat bergabung tanpa memandang status sosial di masyarakat (baik pengidap HIV/AIDS dan pecandu narkoba atau tidak).

Rumah Cemara merupakan wadah penting bagi para mantan pecandu narkoba. Berbagai mantan pecandu berkumpul untuk bertukar pikiran, mendengarkan setiap keluhan, dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya seperti belajar untuk bekerja sama (*teamwork*), dan melatih kepercayaan dirinya untuk dapat berbicara di depan umum. Terdapat beberapa metode yang digunakan Rumah Cemara mengenai perawatan dan pendampingan, yaitu *Therapeutic Community* dan Pemulihan Adiksi Berbasis Masyarakat. Metode ini dilakukan dengan cara *sharing* antar karyawan dan mantan pecandu narkoba berkaitan dengan pengalaman akan kegagalan yang pernah dialami. Melalui *sharing* pengalaman ini, mantan pecandu narkoba diharapkan dapat menerima masa lalu dan mau berubah agar bermanfaat bagi orang lain.

Rumah Cemara memiliki 45 pengurus yang mau dan mampu membantu mantan pecandu untuk dapat menjalani kehidupan mereka lebih baik. Menurut salah satu dari pengurus Rumah Cemara mengatakan bahwa pada awalnya rata-rata klien memiliki sifat yang sulit untuk diubah. Mereka enggan untuk dapat terlibat aktif dalam kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan oleh Rumah Cemara. Misalkan, ada suatu acara yang akan diselenggarakan di kemudian harinya, tetapi para klien enggan untuk diajak mengikuti kegiatan tersebut. Klien di Rumah Cemara memilih untuk dapat mengobrol dengan para klien sesama mantan pecandu narkoba. Mereka menjadi acuh dengan kehidupan selanjutnya, yang terpenting adalah mereka sudah tidak menjadi pecandu narkoba. Keinginan untuk belajar seperti membaca buku dan mendengarkan seminar pun sulit untuk dilakukan oleh para klien. Tetapi terdapat beberapa klien yang mau terlibat dalam kepanitiaan kegiatan dan jumlahnya pun tidak terlalu sedikit.

Selain itu Rumah Cemara merupakan komunitas dimana para kliennya memiliki tempat tinggal sendiri, yang artinya Rumah Cemara merupakan sebuah

bangunan utuh seperti kantor, yang dimana setiap klien atau pengurus tidak bertempat tinggal di Rumah Cemara tersebut. Disetiap hari sabtu dan minggu, Rumah Cemara ini tutup. Para klien memiliki tugas dan tanggungjawabnya di luar Rumah Cemara, seperti bekerja, menjaga atau mengasuh anak-anaknya yang berada dirumah, dan membersihkan rumahnya. Setelah itu mereka biasanya datang ke Rumah Cemara untuk bersilaturahmi atau mengobrol dengan sesama klien. Terkadang juga mereka membawa teman-temannya untuk mengobrol di Rumah Cemara. Selain itu mereka juga merokok baik perempuan dan laki-laki. Apabila ada tamu yang sedang berkunjung di Rumah Cemara, para klien biasanya tidak menyapa tamunya, sehingga membuat tamu merasa takut untuk datang ke tempat tersebut. Hal ini dirasakan juga oleh mantan pecandu, bahwa para tamu terlihat takut berbicara kepada mereka.

Komunitas ini sekarang memiliki 35 klien yang aktif, yang artinya 35 klien yang sering berkunjung ke Rumah Cemara. Rumah Cemara membuat setiap kliennya merasa nyaman saat sedang berkunjung di Rumah Cemara, sehingga rata-rata klien disana jarang berbaaur dengan masyarakat atau tetangga yang berada disekitar Rumah Cemara. Kliennya lebih merasa nyaman apabila berkomunikasi dengan sesama klien atau pengurus yang sedang berada di Rumah Cemara dibandingkan masyarakat luar. Dengan budaya kolektif yang dimiliki oleh setiap klien, membuat kebersamaan adalah arti penting dari kehidupan.

Hal yang membuat para klien tidak berkomunikasi dengan masyarakat luar adalah kebencian mereka terhadap masyarakat yang memandang mereka dengan sebelah mata, yang artinya mereka dianggap rendah dan juga dikucilkan. Hal ini juga yang membuat mereka untuk tidak peduli dengan orang lain.

Setiap orang memiliki perbedaan, terutama fisik dan psikologisnya. Tidak ada orang yang memiliki kesamaan yang paling persis. Begitu juga dengan penilaian

pengalaman hidupnya. Contohnya, perbedaan kemampuan berpikir orang yang mengonsumsi narkoba berbeda dengan orang yang tidak pernah menggunakan narkoba. Selain itu juga perbedaan dari berapa lama orang mengonsumsi narkoba, begitu juga dengan pengalaman hidupnya. Orang yang tidak mengonsumsi narkoba memiliki pengalaman hidup yang berbeda dengan orang yang mengonsumsi narkoba. Pengalaman hidup pada mantan pecandu narkoba biasanya lebih memiliki pengalaman yang buruk di bandingkan dengan orang yang tidak mengonsumsi narkoba. Pengalaman hidup mereka dirasakan sia-sia dan tidak memiliki nilai yang berharga. Karena itu setiap manusia berbeda. Mantan pecandu memiliki rasa kurang percaya diri yang lebih tinggi daripada orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya beban mental dan juga diskriminasi (diasingkan) oleh masyarakat sekitar.

Mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara memiliki pengalaman hidup berbeda dengan individu pada umumnya. Sebanyak 70% (7 orang) dari 10 orang mantan pecandu yang di survey awal menilai bahwa kehidupan merupakan hal yang mengerikan, karena di dalam kehidupannya mereka merasa tidak dipedulikan, dipandang rendah, dan dijauhi oleh orang-orang disekitarnya. Sebelum bergabung di Rumah Cemara, mereka dihadapkan pada situasi-situasi sulit seperti dikucilkan sehingga mereka tidak mau berbaur dengan masyarakat. Hal ini disebabkan karena banyaknya stigmatisasi dan diskriminasi masyarakat terhadap pengguna narkoba. Sedangkan 30% (3 orang) dari 10 orang mantan pecandu yang disurvei awal menilai bahwa kehidupan penuh dengan kebahagiaan. Mereka merasa bahwa keluarga dan orang-orang terdekatnya menjadi penyemangat, selalu memotivasi hidup mereka ke depannya bahwa mereka memiliki mimpi untuk menjadi orang hebat yang sesuai dengan cita-citanya, dan menerima dirinya sebagai mantan pecandu narkoba.

Diskriminasi masyarakat terhadap mantan pecandu merupakan hal yang sering dijumpai. Menurut salah satu karyawan Rumah Cemara, diskriminasi dapat membuat mantan pecandu termotivasi untuk *relapse* yang artinya kembali mengonsumsi narkoba. Selain itu, mantan pecandu kemungkinan akan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Di sisi lain, ada anggota masyarakat yang tidak mendiskriminasi mantan pecandu narkoba dan bahkan terlibat dalam penyembuhan. Misalnya seperti keluarga, kerabat, tetangga yang mendukung mantan pecandu untuk dapat percaya diri dan termotivasi dalam menjalani hidup. Keadaan ini menyebabkan beberapa mantan pecandu untuk bangkit dari masa lalu dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-harinya dengan lebih baik. Para mantan pecandu ini menilai kehidupannya penuh dengan warna dan berbeda dengan orang lain pada umumnya. Salah satu contoh artis mantan pecandu yang bangkit dari keterpurukan adalah Alm. Ustad Jeffry Al Buchori yang menjadi Ustad terkenal di Indonesia dan menjadi panutan bagi jamaahnya.

Dari survey awal, enam mantan pecandu di Rumah Cemara merasa belum mengalami perubahan. Walaupun dirinya sudah berada di Rumah Cemara, tetapi kenangan masa lalu masih sulit dilupakan, seperti hancurnya hubungan keluarga karena narkoba. Keenamnya dijauhi oleh orang-orang terdekat termasuk keluarganya, sehingga menjadikan mantan pecandu merasa diasingkan. Proses perawatan dan pendampingan dirasakan sia-sia. Banyak orang-orang terdekat tidak percaya bahwa mereka akan menjadi lebih baik setelah bergabung di keluarga Rumah Cemara. Sedangkan, empat mantan pecandu di Rumah Cemara mengalami perubahan setelah menerima perawatan dan mengikuti beragam aktivitas di Rumah Cemara. Mantan pecandu mendapatkan banyak informasi dan pengalaman-pengalaman berkaitan

dengan penanggulangan narkoba, merasa menemukan tempat yang nyaman dan aman bergabung di Rumah Cemara.

Berbagai kesulitan yang dialami mantan pecandu narkoba pada akhirnya akan memengaruhi kesejahteraan psikologisnya (*Psychological Well-Being*). Pengalaman menjadi mantan pecandu akan dinilai berbeda-beda pada masing-masing mantan pecandu. Penilaian seseorang terhadap pengalaman-pengalaman hidupnya dinamakan *Psychological Well-Being* (Ryff & Singer, 2003). *Psychological Well-Being* terdiri atas enam dimensi, yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relation with Other*, *Autonomy*, *Enviromental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*. Keenam dimensi akan membentuk *Psychological Well-Being*. *Psychological Well-Being* tidak berdiri sendiri melainkan dipengaruhi oleh faktor usia, ciri khas budaya serta faktor dukungan sosial.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 mantan pecandu di Rumah Cemara, didapatkan tujuh mantan pecandu menilai menyalahkan dirinya karena telah melakukan banyak kesalahan di masa lalu dengan mengonsumsi narkoba. Sedangkan tiga mantan pecandu menilai dirinya kuat melewati segala kesulitan di dalam hidup. Kegagalan dianggap suatu pengalaman yang sangat berharga bagi dirinya. Mereka dapat menerima dirinya baik dalam hal positif dan negatif. Hal ini memberikan gambaran mengenai penilaian mantan pecandu terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan penerimaan diri.

Sebanyak tujuh mantan pecandu mengatakan walaupun memiliki kesibukan seperti bekerja dan mengurus anak-anak, namun mantan pecandu dapat berbaur dengan teman-teman lainnya, terutama teman-teman di Rumah Cemara. Mantan pecandu menilai bahwa mereka sering *sharing* tentang kehidupannya. Mereka mengakui bahwa teman di Rumah Cemara lebih memerhatikan dirinya dibandingkan orang lain seperti tetangga atau pun keluarganya. Sedangkan tiga mantan pecandu

mengatakan enggan untuk membuka diri dan menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain. Mereka enggan menceritakan permasalahan yang ada. Hal ini memberikan gambaran mengenai penilaian mantan pecandu terhadap kemampuan dirinya dalam menjalin relasi dengan orang lain.

Sebanyak enam mantan pecandu mengatakan bahwa mereka sulit untuk mengambil suatu keputusan secara mandiri. Biasanya mereka menanyakan kepada teman di Rumah Cemara dalam mengambil keputusan. Bagi mereka, teman-teman di Rumah Cemara lebih mengetahui sisi baik dan buruknya dalam pengambilan keputusan. Sedangkan empat mantan pecandu lainnya mengatakan bahwa mereka sudah dapat mengambil keputusan secara pribadi. Biasanya mereka hanya meminta saran kepada teman-teman di Rumah Cemara, setelah itu mereka yang memutuskan sendiri. Hal ini memberikan gambaran mengenai penilaian mantan pecandu terhadap kemampuan dirinya dalam kemandirian.

Sebanyak tujuh orang mantan pecandu mengatakan bahwa sehari-hari mereka menghabiskan waktu dalam berorganisasi di Rumah Cemara. Dalam menjalankan aktivitas sehari-hari ketujuh mantan pecandu mengalami kesulitan untuk mengatur situasi sehari-hari, seperti pembagian tugas pekerjaan, mengurus anak dan berorganisasi. Mereka lebih banyak menghabiskan waktu di Rumah Cemara dibandingkan tugas pekerjaan yang diembannya. Sedangkan tiga mantan pecandu lainnya mengatakan dapat membagi waktu antara pekerjaan, keluarga, dan organisasi. Gambaran tersebut menunjukkan penilaian mantan pecandu narkoba terhadap kemampuan dirinya dalam mengelola kehidupan sehari-hari.

Diketahui juga sebanyak enam mantan pecandu memiliki tujuan hidup yang sama, yaitu bekerja dan berkeluarga. Tetapi keenam mantan pecandu tersebut merasa pesimis dengan harapannya tersebut. Hal ini dikarenakan enggannya orang lain untuk

dapat menerima dirinya sebagai mantan pecandu. Sedangkan tiga mantan pecandu lainnya masih memiliki harapan dan tujuan hidup untuk dapat bersekolah kembali agar dapat bekerja di perusahaan yang mereka inginkan.

Selain itu, berdasarkan hasil survey awal di dapatkan bahwa empat responden aktif dalam mengikuti kegiatan diorganisasi tersebut seperti mengikuti seminar dan *public speaking* untuk pengembangan dirinya. Melalui kegiatan-kegiatan di organisasi Rumah Cemara mereka merasa semakin berkembang. Sedangkan enam mantan pecandu lainnya mengatakan enggan untuk mengembangkan dirinya seperti mengikuti seminar atau menjadi pembicara di kegiatan tertentu. Hal ini dikarenakan mereka merasa tidak nyaman dengan kegiatan-kegiatan tersebut, dan tidak berniat untuk terlalu aktif dalam mengembangkan dirinya. Hal ini menggambarkan penilaian mantan pecandu terhadap kemampuan dirinya dalam mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki.

Mantan pecandu yang menilai diri dari pengalaman yang dialaminya secara lebih positif memiliki *psychological well-being* yang tinggi sehingga dapat menjalani hidup dengan lebih baik, bisa beradaptasi dengan lingkungan, memiliki tujuan hidup dan bisa mengembangkan diri dengan mengambil kesempatan-kesempatan yang ada di lingkungan. Sedangkan mantan pecandu yang menilai diri dari pengalaman yang dialaminya secara lebih negatif maka memiliki *psychological well-being* yang rendah, sehingga memiliki kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan, tidak menjalani kehidupan dengan baik, belum memiliki tujuan hidup dan belum bisa mengembangkan diri dengan optimal.

Oleh karena itu, untuk mencapai derajat *psychological well-being* yang tinggi merupakan hal yang penting bagi mantan pecandu dewasa awal, agar mantan pecandu dapat menjalani hidup lebih baik, bisa beradaptasi dengan lingkungan, bisa

mengembangkan diri secara optimal dan melakukan berbagai aktivitas sesuai dengan tahap perkembangannya secara lebih positif.

Melihat pentingnya penilaian mantan pecandu terhadap kemampuan dirinya, maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran *Psychological Well-Being* pada mantan pecandu di Rumah Cemara Bandung

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui seperti apa gambaran *Psychological Well-Being* pada individu mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung.

## **1.3 Maksud dan Tujuan**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran *Psychological Well-Being* pada mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung.

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui derajat *Psychological Well-Being* pada mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung.

## **1.4 Kegunaan Penelitian**

### **1.4.1 Kegunaan Teoretis**

- Memberikan tambahan referensi untuk Ilmu Psikologi, khususnya pada Psikologi Sosial, Perkembangan, dan Psikologi Positif.

- Memberikan informasi kepada peneliti lainnya yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai *Psychology Well-Being*.

#### 1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi Kepala Rumah Cemara ataupun pihak-pihak yang terkait (konselor, psikolog) mengenai pentingnya *Psychological Well-Being* bagi individu mantan pecandu dan memberikan gambaran mengenai dimensi PWB sehingga dapat mengetahui dimensi mana yang perlu ditingkatkan dengan cara konseling.
- Memberikan informasi kepada individu mantan pecandu mengenai pentingnya meningkatkan *Psychological Well-Being*.

#### 1.5 Kerangka Pemikiran

Mantan pecandu di Rumah Cemara Bandung berada pada usia dewasa awal. Menurut Santrock (2002), dewasa awal berlangsung dari usia 20-35 tahun. Mantan pecandu yang berada pada masa dewasa awal mengalami perubahan dari pola pemikiran dualistik menjadi pola pemikiran beragam. Mantan pecandu mulai memahami bahwa setiap orang memiliki pandangan dan pendapat pribadi masing-masing. Mantan pecandu tidak lagi memandang dunia dalam dualisme mendasar, seperti benar/salah, kita/mereka, atau baik/buruk (William Perry, 1970 dalam Live Span Development: 92).

Mantan pecandu di Rumah Cemara Bandung dihadapkan pada tuntutan yang lebih besar dibandingkan orang lain yang tidak pernah menggunakan narkoba baik dari lingkungan sekitar dan pekerjaan. Berbagai tantangan yang dihadapi oleh mantan pecandu narkoba akan memengaruhi penilaiannya terhadap kehidupan yang dijalani. Penilaian mantan pecandu narkoba bukan hanya sebatas penilaian terhadap tuntutan

melainkan kesuksesan dan kebahagiaan dalam pengalaman hidupnya. Hal inilah yang disebut dengan *Psychological Well-Being*. *Psychological Well-Being* merupakan penilaian seseorang terhadap kehidupan yang dijalani (Ryff, 1995). Penilaian mantan pecandu narkoba akan memengaruhi keenam dimensi *Psychological Well-Being*, yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relation with Others*, *Autonomy*, *Enviromental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*.

*Self-Acceptance* merupakan penilaian mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung terhadap kemampuan dirinya dan pengalaman masa lalunya (Ryff, 1989). Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya mampu dalam dimensi ini, mampu menerima diri dan juga memiliki kepercayaan diri. Kegagalan dimasa lalu dianggap sebagai sebuah motivasi dalam hidup untuk dapat menjadi pribadi yang lebih menghargai dirinya. Kondisi sebaliknya terjadi pada mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya tidak mampu dalam dimensi ini, yang artinya kesalahan yang ada pada masa lalu dijadikan sebagai sebuah penyesalan, selain itu para mantan pecandu narkoba kurang puas terhadap dirinya dan berharap menjadi orang lain.

*Positive Relations with Others* adalah penilaian mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung terhadap kemampuan dirinya dalam menjalin hubungan yang berkualitas dengan orang lain (Ryff, 1989). Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya mampu menjalin relasi sosial dengan orang lain tidak hanya sekedar bercengkrama tetapi juga memiliki rasa empati, memahami konsep memberi dan menerima terhadap orang lain. Mantan pecandu tidak merasa sendiri di dunia ini dikarenakan memiliki permasalahan dalam hidupnya. Sebaliknya mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya tidak mampu menjalin relasi dengan orang lain akan memiliki sedikit relasi dalam hidupnya. Mereka juga sulit untuk percaya dengan

orang lain dan tidak bersikap hangat dengan orang lain. Selain itu, mantan pecandu menuntut kasih sayang dari orang-orang disekitarnya.

*Autonomy* adalah penilaian mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung terhadap kemandirian dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku (Ryff dan Singer, 1989). Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya mampu melakukan *Autonomy* berani untuk berpendapat sesuai dengan keinginannya, selain itu berani untuk menolak paksaan orang lain yang tidak sejalan dengan pemikirannya. Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya tidak mampu untuk melakukan *Autonomy* akan mengalami kesulitan dalam mengutarakan opininya dan cenderung bersikap konformis. Ia juga mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan karena bergantung pada penilaian dan pendapat orang lain.

*Environmental Mastery* mengacu pada penilaian mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung terhadap kemampuan dirinya dalam mengelola kehidupan dan lingkungan sekitar. Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya mampu akan dapat mengatur waktunya secara efisien dan membuat langkah-langkah efektif dalam mengerjakan tugas sehari-hari. Dalam hal misalnya, mantan pecandu narkoba mampu membagi waktu antara pekerjaan, berorganisasi, dan urusan rumah tangga. Mantan pecandu narkoba juga dapat melihat kesempatan dengan efektif dan menciptakan kondisi lingkungan sekitar sesuai dengan kebutuhan dirinya. Sementara mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya tidak mampu akan mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari. Hal ini membuat mantan pecandu narkoba merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalannya, baik dalam kehidupan keluarga dan relasi.

*Purpose in Life* adalah penilaian mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung terhadap kemampuan dalam menentukan dan mencapai tujuan hidup (Ryff dan Singer, 1989). Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya mampu pada

dimensi ini bukan hanya sekedar memiliki tujuan hidup namun juga merasa optimis bahwa dirinya mampu untuk mencapai apa yang menjadi tujuannya. Selain itu bukan hanya memiliki tujuan saja, tetapi memiliki tujuan hidup yang jelas. Masa lalu dianggap sebagai sebuah tantangan untuk kehidupan kedepannya dengan lebih baik. Sementara mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya tidak mampu pada dimensi ini akan merasa pesimis terhadap apa yang menjadi tujuannya. Mantan pecandu lebih banyak terpaku pada kehidupannya saat ini dan menganggap hidupnya tidak bermakna.

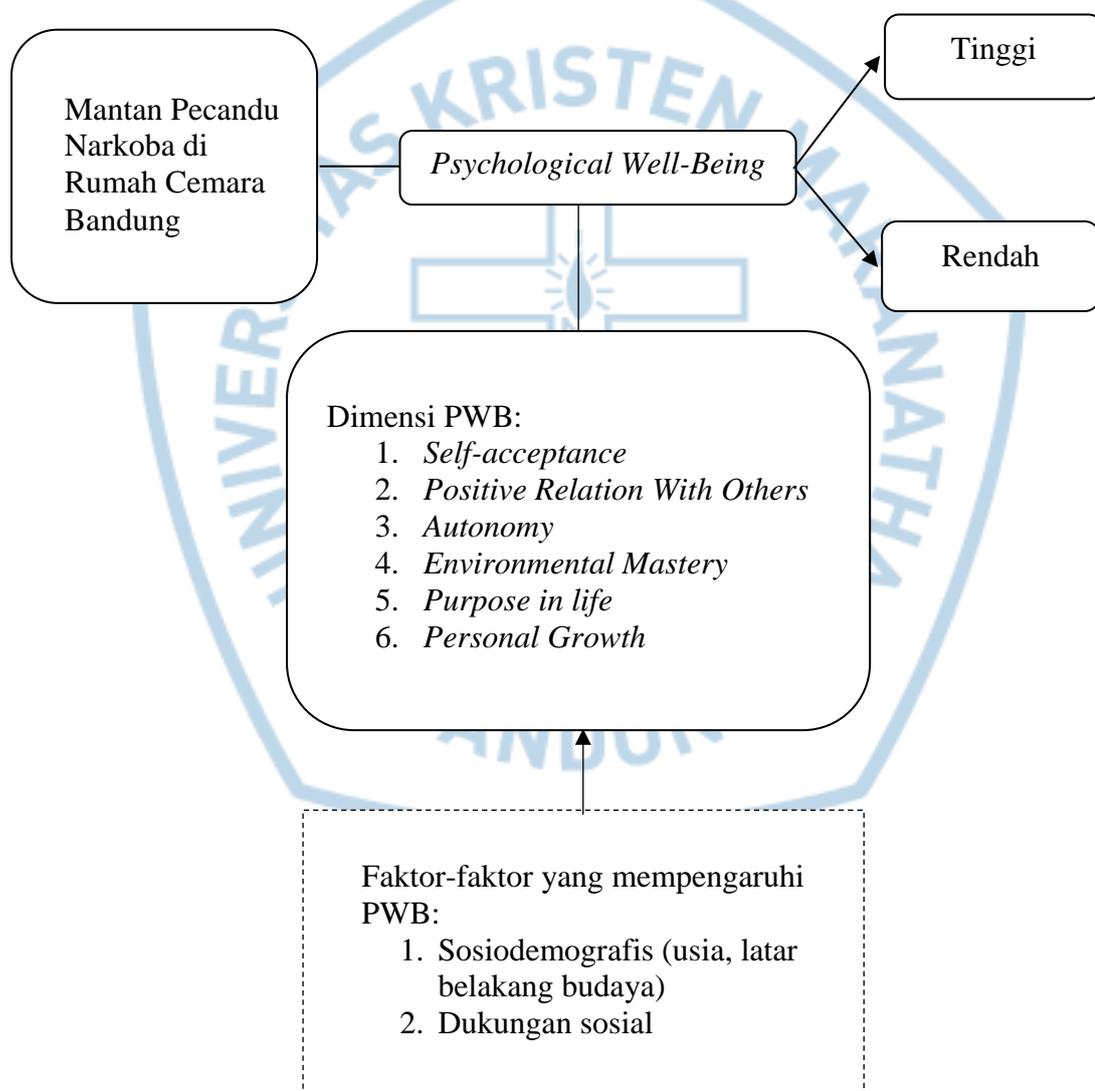
Dimensi terakhir yaitu *Personal Growth* adalah penilaian mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung terhadap kemampuan usahanya dalam mengembangkan potensi dan talenta yang dimilikinya (Ryff, 1989). Mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya mampu pada dimensi ini memiliki ketertarikan untuk mengembangkan potensi dan wawasannya. Keberadaan dirinya sebagai mantan pecandu narkoba membuat mereka sadar bahwa perlunya suatu informasi untuk mengembangkan wawasan mereka mengenai langkah-langkah efektif agar tidak mengkonsumsi narkoba kembali, seperti mengikuti seminar atau pelatihan tertentu. Mantan pecandu menyadari potensi diri dan bakatnya sehingga dapat berkembang sebagai seorang manusia dan berguna bagi dirinya dan orang lain disekitarnya. Melalui pengalaman hidupnya, mantan pecandu narkoba akan semakin mengenal dirinya. Disisi lain terdapat mantan pecandu narkoba yang menilai dirinya tidak mampu untuk melakukan perubahan dalam kehidupannya. Ia juga tidak menyadari potensi dan bakatnya dan tidak mampu mengembangkan dirinya. Ia merasa tidak nyaman apabila dihadapkan pada situasi baru yang menuntutnya untuk mengubah kebiasaan lama dalam melakukan suatu hal sehingga ia cenderung bertahan dengan cara pikir dan tingkah laku tertentu.

*Psychological Well-Being* pada mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara dipengaruhi oleh berbagai faktor yang diantaranya faktor sosiodemografis yang terdiri atas usia dan latar belakang budaya serta dukungan sosial (Ryff & Keyes, 1995,1994; Ryff & Essex, 1992; Sarafino, 1990). Menurut Ryff (1995) faktor usia mempengaruhi dimensi *Autonomy*, *Enviromental Mastery*. Bertambahnya usia pada mantan pecandu narkoba akan membuat dirinya lebih matang dan mandiri. Hal ini akan menyebabkan mantan pecandu narkoba merasa lebih yakin dengan keputusan yang dibuatnya. Selain itu, mantan pecandu narkoba belajar untuk mengembangkan kemampuan dirinya sehingga dapat lebih menguasai tuntutan kehidupan sehari-harinya (*Enviromental Mastery*).

Faktor latar belakang budaya pada mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara seperti individualistik dan kolektivistik. Budaya yang memiliki nilai individualistik berpengaruh pada dimensi seperti *Autonomy* dan *Self-Acceptance*, sedangkan kolektivistik akan berpengaruh pada dimensi *Psychological Well-Being* seperti *Positive Relations with Others* namun memiliki nilai yang rendah pada dimensi *Autonomy*. Mantan pecandu narkoba yang memiliki budaya individualistik cenderung lebih dapat mengambil keputusan dalam hidupnya (*Autonomy*) sehingga mantan pecandu narkoba lebih mudah dalam menerima dirinya sendiri (*Self-Acceptance*). Mantan pecandu narkoba yang memiliki budaya kolektivistik sangat senang berelasi dengan lingkungan sekitar (*Positive Relations with Others*). Hal ini mengakibatkan mantan pecandu narkoba sulit untuk mandiri dan melibatkan orang lain dalam pengambilan keputusan, perencanaan, maupun aktivitas yang dilakukan sehari-hari (*Autonomy*).

Faktor dukungan sosial juga turut berpengaruh terhadap dimensi *Psychological Well-Being*. Mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara bisa

mendapatkan dukungan dari keluarga, komunitas/organisasi yang diikuti, masyarakat dan lain-lain. Dukungan yang diberikan mantan pecandu narkoba akan membuat dirinya merasa dicintai, dipedulikan, dihargai, dan memiliki tempat bagi dirinya untuk bergantung ketika mengalami kesulitan. Tidak adanya dukungan dari orang-orang sekitarnya akan membuat mantan pecandu narkoba merasa sendiri di tengah permasalahan hidupnya karena merasa tidak ada yang dapat diandalkan untuk membantu dirinya.



**Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pikir**

## 1.6 Asumsi

- Dalam menghadapi tantangan hidup, setiap mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung menilai dirinya dengan cara yang berbeda-beda.
- PWB pada mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung dapat dilihat dari enam dimensinya yaitu: *Self Acceptance, Positive Relation with Others, Autonomy, Environmental Mastery, Purpose in Life, Personal Growth.*
- Faktor-faktor yang memengaruhi *Psychological Well-Being* pada mantan pecandu narkoba di Rumah Cemara Bandung berasal dari faktor sosiodemografik dan dukungan sosial.

