

## Studi Deskriptif Mengenai *Psychological Well-Being* Pada Penyalahguna NAPZA di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya

*Descriptive Study of Psychological Well-Being On Inabah 20 Putra Drugs Abuse in Pesantren Suryalaya Regency Tasikmalaya*

<sup>1</sup>Maretha Astriana, <sup>2</sup>Agus Budiman, <sup>3</sup>Dinda Dwarawati

<sup>1,2,3</sup>Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,  
Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email: <sup>1</sup>marethaastriana@gmail.com, <sup>2</sup>agusbudiman495@yahoo.co.id <sup>3</sup>dinda.dwarawati@gmail.com

**Abstract.** One of the human resources that cannot achieve in maximum capacity is a drug abuse problem. The increasing number of drug user provides a variety of physical, psychological and social impacts. One of the rehabilitation sites for drug users is Inabah 20. The methods used at Inabah prioritize in spiritual healing. The method refers to individual change to be productive again and able to expend their potential based on the experience of their life. The change refers to the psychological well-being direction that includes self-acceptance, positive relationships with others, autonomy, environmental control, life goals, and personal development. The purpose of this research was to obtain a description of psychological well-being on Inabah 20 Putra drug users in Pesantren Suryalaya regency Tasikmalaya. The method used was descriptive method with the number of samples of 25 people. The sample technique used was purposive sampling. Data collection using questionnaire based on psychological well-being theory from Carol D. Ryff. The measuring device has 66 valid items based on Cronbach's Alpha norm. The result of the research was based on data processing using descriptive analysis with percentage statistic and frequency distribution, it was found that 72% (18 people) had high psychological well-being, 16% (4 people) had medium psychological well-being and 12% ) Have low psychological well-being. Based on the calculation of the mean, the highest dimension is a positive relationship with others and the lowest dimension is self-acceptance.

**Keywords :** Psychological Well-Being, Drugs Users, Inabah 20 Putra

**Abstrak.** Salah satu sumber daya manusia yang tidak dapat tampil dalam kapasitas yang maksimal adalah masalah penyalahgunaan NAPZA. Meningkatnya jumlah penggunaan NAPZA memberikan berbagai macam dampak meliputi fisik, psikis maupun sosial. Salah satu tempat rehabilitasi yang diperuntukkan bagi pengguna NAPZA adalah Inabah 20. Metode yang dilakukan di Inabah mengutamakan penyembuhan secara spiritual. Metode tersebut mengacu pada perubahan individu untuk dapat produktif kembali dan mampu mengeluarkan potensi-potensi yang dimilikinya berdasarkan dari pengalaman hidupnya. Perubahan tersebut mengacu pada arah *psychological well-being* yang meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan pribadi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai *psychological well-being* pada penyalahguna NAPZA di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya. Metode yang digunakan yaitu metode deskriptif dengan jumlah sampel sebanyak 25 orang. Teknik sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur kuisioner berdasarkan teori *psychological well-being* dari Carol D. Ryff. Alat ukur memiliki 66 item valid berdasarkan norma *Cronbach's Alpha*. Hasil penelitian berdasarkan pengolahan data menggunakan analisis deskriptif dengan statistik presentase dan distribusi frekuensi, diperoleh data bahwa 72% (18 orang) memiliki *psychological well-being* tinggi, 16% (4 orang) memiliki *psychological well-being* sedang, dan 12% (3 orang) memiliki *psychological well-being* rendah. Berdasarkan perhitungan *mean*, dimensi tertinggi adalah hubungan positif dengan orang lain dan dimensi terendah adalah penerimaan diri.

**Kata Kunci:** *Psychological Well-Being*, Pengguna NAPZA, Inabah 20 Putra.

### A. Pendahuluan

Salah satu masalah sosial yang terkait dengan manusia itu sendiri adalah penyalahgunaan NAPZA. Dampak dari penggunaan NAPZA itu sendiri meliputi dampak fisik, psikis, maupun sosial. Salah satu tempat rehabilitasi bagi pengguna

NAPZA adalah Inabah, dimana merupakan tempat penyadaran dan pembinaan bagi korban penyalahguna NAPZA untuk kembali ke jalan yang diridhoi oleh Allah SWT, lebih mendekatkan diri, menumbuhkan kembali moral anak bina yang tadinya berkehidupan bebas dan kurang terkoordinasi menjadi lebih teratur kehidupannya dan sesuai dengan kehendak Allah SWT.

Dengan berbagai macam dampak yang dirasakan oleh anak bina, terdapat sebuah metode yang digunakan di Inabah dalam menyembuhkan orang yang dari ketergantungan NAPZA yang merujuk pada konsep metode penyadaran diri. Adapun metode pembinaan itu terdiri dari mandi taubat, sholat, dan dzikir yang dilaksanakan secara berkelanjutan sehari semalam, serta amalan penunjang lainnya yaitu puasa.

Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan bahwa dengan pemberian metode yang diberikan di Inabah membuat mereka secara perlahan mampu untuk menerima keadaan dirinya sebagai orang yang menggunakan NAPZA, selain itu membuat anak bina mencoba untuk berelasi dengan individu di luar komunitas seperti masyarakat di lingkungan sekitar, anak bina juga menjadi sadar dan berjanji untuk dapat menolak hal-hal yang negatif dari teman-temannya apabila bertentangan dengan dirinya, disamping itu anak bina pun dapat mengendalikan situasi atau mengontrol lingkungan sekitar sesuai dengan kebutuhannya, selain itu anak bina pun mampu menunjukkan tujuan hidup yang hendak dicapai kelak artinya ada rencana yang telah dibuat oleh anak bina untuk menjadi individu yang lebih baik lagi, serta anak bina pun merasa lebih terbuka terhadap pengalaman baru dan mencoba untuk berkembang dan memaksimalkan potensi diri yang dimilikinya.

Hal ini berkaitan dengan *psychological well-being*. Bagi seorang pengguna NAPZA, *psychological well-being* mempunyai peranan yang cukup berpengaruh, sebab untuk dapat menjadi individu yang baru setelah melalui pengalaman yang kelam, maka penting adanya persepsi positif dari individu tersebut untuk dirinya, karena dengan begitu persepsi mengenai masa lalunya dapat dijadikan sebagai evaluasi hidupnya kedepan untuk menjadi orang yang baru serta menerima apa yang terjadi di masa lalunya. Menjadi salah satu cara yang efektif bagi mereka untuk dapat kembali bangkit dari keterpurukan, serta kembali menata psikologisnya dan mengasah kembali potensinya yang sempat terhambat sehingga menjadi produktif kembali. Hal tersebut juga akan menjadi satu kekuatan tersendiri bagi pengguna NAPZA untuk menghadapi tantangan-tantangan hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada penyalahguna NAPZA di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya?”. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran *psychological well-being* pada penyalahguna NAPZA di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya.

## B. Landasan Teori

Teori *psychological well-being* dikembangkan oleh Carol D. Ryff yang mendefinisikannya sebagai hasil penilaian atau evaluasi seseorang terhadap dirinya yang merupakan evaluasi atas pengalaman-pengalaman hidupnya. *Psychological well-being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktifitas hidup sehari-hari. Segala aktifitas yang dilakukan oleh individu yang berlangsung setiap hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi pikiran dan perasaan yang dimulai dari kondisi mental negatif sampai pada mental positif, misalnya dari trauma sampai penerimaan hidup.

Ryff (1989) menyatakan ada enam dimensi yang membentuk *psychological well-being* yaitu :

1. Penerimaan diri : mengupayakan diri kita mengerti akan tindakan, motivasi, serta perasaan sendiri secara akurat. Kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalani.
2. Hubungan positif dengan orang lain : menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain. Menekankan adanya kemampuan yang merupakan salah satu komponen kesehatan mental, yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain, perasaan empati dan afeksi kepada orang lain serta kemampuan untuk membina hubungan yang mendalam dan identifikasi orang lain.
3. Otonomi: kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Mampu untuk menolak tekanan sosial untuk berpikir, dan bertingkah laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain.
4. Penguasaan lingkungan : kemampuan individu mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, menciptakan, dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan.
5. Tujuan hidup : kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Membentuk makna dan arah dalam hidup.
6. Perkembangan pribadi : perasaan mengenai perkembangan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dan terus menerus berkembang.

Menurut Ryff terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* seseorang, yaitu :

1. Makna hidup : pemberian arti terhadap pengalaman hidup memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap tercapainya *psychological well-being*.
2. Usia : perbedaan tingkat *psychological well-being* pada orang dari berbagai kelompok usia.
3. *Gender*
4. Status sosial ekonomi : perbedaan status sosial ekonomi dalam *psychological well-being* berkaitan erat dengan kesejahteraan fisik maupun mental seseorang.
5. Pendidikan : semakin tinggi pendidikan maka individu tersebut akan lebih mudah mencari solusi atas permasalahan yang dihadapinya dibanding individu berpendidikan rendah.
6. Budaya : sistem nilai individualisme atau kolektivisme memberi dampak terhadap *psychological well-being* yang dimiliki suatu masyarakat.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan



**Diagram 1.** Diagram persentase *Psychological Well-Being* pada Penyalahguna NAPZA di Inabah 20 Putra

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh hasil bahwa subjek yang memiliki *psychological well-being* dalam kategori tinggi sebanyak 18 orang atau 72%, subjek yang memiliki *psychological well-being* dalam kategori sedang sebanyak 4 orang atau 16%, dan subjek yang memiliki *psychological well-being* dalam kategori rendah sebanyak 3 orang atau 12%.

**Tabel 1.** Tabel Rank Mean dimensi *Psychological Well-Being*

Variabel	Dimensi	Data	
		Mean	Rank Mean
<i>Psychological Well-Being</i>	Hubungan Positif dengan Orang Lain	81,75	1
	Penguasaan Lingkungan	81,27	2
	Perkembangan Pribadi	79,45	3
	Tujuan Hidup	79,22	4
	Otonomi	78,21	5

	Penerimaan Diri	78,11	6
--	-----------------	-------	---

Variabel yang diangkat dalam penelitian ini adalah *psychological well-being*. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah anak bina yang mengkonsumsi NAPZA yang berada di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya yang telah mengikuti program rahabilitasi minimal 120 hari dimana tujuan dari program tersebut adalah anak bina yang berada dalam pembinaan dapat lepas dari ketergantungan untuk menggunakan NAPZA, sehingga dengan adanya proses adaptasi dalam kurun waktu minimal 120 hari anak bina pada akhirnya dapat sadar secara perlahan untuk belajar dari pengalamannya di masa lalu sehingga menjadi orang yang hidupnya lebih terarah ke jalan yang diridhoi oleh Allah, sesuai dengan metode pembinaan Inabah yang terdiri dari mandi taubat, shalat fardhu dan sunah, dzikir jahar dan khofi, serta melaksanakan puasa. Selain itu dilihat dari rentan usia dimulai dari 25 tahun sampai dengan usia 64 tahun. Hal ini dikarenakan berdasarkan dari teori *psychological well-being* itu sendiri salah satu faktor yang memengaruhi munculnya tingkah laku yang menggambarkan *psychological well-being* dilihat dari tingkat usia.

Berdasarkan hasil yang didapat, sebanyak 72% atau 18 orang memiliki *psychological well-being* yang tinggi, 16% atau 4 orang memiliki *psychological well-being* yang sedang, dan 12% atau 3 orang memiliki *psychological well-being* yang rendah. Terdapat faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* pada penyalahguna NAPZA di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya, diantaranya yaitu makna hidup yang dirasakan selama anak bina menggunakan NAPZA, pendidikan yang ditempuh oleh anak bina pun berpengaruh terhadap sejauh mana *psychological well-being* dapat berkembang, *genre* dan usia pun berpengaruh dalam proses pengembangan *psychological well-being*, status sosial ekonomi yang berbeda juga mempengaruhi sejauh mana anak bina menghayati kehidupannya, serta budaya yang terdapat di lingkungan tempat tinggal mereka sangatlah berpengaruh terhadap perkembangan dirinya.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Seluruh anak bina yang berada di Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya memiliki *psychological well-being* yang tinggi dengan presentase 72% yaitu sebanyak 18 orang, sedang dengan presentase 16% yaitu sebanyak 4 orang, dan rendah dengan presentase 12% yaitu sebanyak 3 orang.
2. Berdasarkan perhitungan *mean* yang dilakukan dalam penelitian ini didapatkan *reank mean* dari keenam dimensi-dimensi *psychological well-being*. Urutan dimensi *psychological well-being* secara keseluruhan tersebut adalah hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, perkembangan pribadi, tujuan hidup, otonomi, dan penerimaan diri.

#### E. Saran

Berdasarkan hasil yang didapat dalam penelitian ini, peneliti dapat memberikan beberapa saran yang diharapkan berguna bagi penelitian selanjutnya dan juga bermanfaat bagi Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi Inabah 20 Putra Pondok Pesantren Suryalaya Kabupaten Tasikmalaya :  
Meningingat dari keenam dimensi yang ada pada teori *psychological well-being*, indikator penerimaan diri berada dalam urutan terakhir. Maka diharapkan anak bina dapat lebih mampu menerima kondisi dirinya baik itu pada masa lalu maupun masa kini. Anak bina juga diharapkan dapat bersikap positif terhadap dirinya dan kehidupan yang dijalaninya.
2. Bagi Peneliti Lain :  
Dapat lebih memperdalam lagi faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi bahwa seseorang itu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang tinggi, seperti didapatkan dari fenomena bahwa faktor dukungan sosial yang meliputi teman-teman, isteri, anak-anak, maupun orang tua sangatlah berpengaruh dalam proses penyembuhan dari ketergantungan NAPZA.

### Daftar Pustaka

- Al-Qur'an al-Karim dan Terjemahnya, Depag, Jakarta
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2002). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Data 4PGN. (2013). *Jurnal Data Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba*. Hal.3.
- K. H. Syah, Anang. (2000). *Inabah Metode Penyadaran Korban Penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Psicotropika, dan Zat Adiktif) di Inabah 1 Pondok Pesantren Suryalaya*. Tasikmalaya Jawa Barat.
- Noor, Hasanuddin, 2009. *Psikometri Aplikasi Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Ryff, Carol D., Radler, T. Barry & Friedman, M. Elliot. 2015. *Persistent psychological well-being predicts improved self-rated health over 9-10 years : Longitudinal evidence from MIDUS*.
- Suryabrata, Sumadi. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. RajaDrafindoPersada
- Sugiyono. (2009). *Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta.
- Dampak Penggunaan Narkoba. (2012). <http://belajarpsikologi.com/dampak-penyalahgunaan-narkoba/>. (Diakses pada tanggal 18 Januari 2017 pukul 01.58 WIB).
- Profil Pesantren. Sejarah Pondok Pesantren Suryalaya Abah Anom. <https://sabatasi.wordpress.com/pon-tren/profil-pesantren/>. (Diakses pada tanggal 22 Desember 2016 pukul 23.00 WIB).
- Putu, L. S. (2008). *Penanggulangan Bahaya Narkoba dalam Perspektif Pendidikan*. Hal. 04. (Diakses pada tanggal 24 Maret 2017 pukul 00.56 WIB).
- Republika. Co. Id. (2015). Bandung. <http://www.republika.co.id/berita/nasional/daerah/15/11/25/nyd59q384-800-ribu-warga-jabar-jadi-pengguna-narkoba>. (Diakses pada tanggal 28 November 2016 pukul 23.00 WIB).
- Riadi, Muchlisin. (2013). *Pengertian dan Jenis-jenis NAPZA*. <http://www.kajianpustaka.com/2013/08/pengertian-dan-jenis-jenis-napza.html>. (Diakses pada tanggal 18 Januari 2017 pukul 02.03 WIB).
- Santri, TQN. (2012). *Inabah sebagai Metode Terapi*. <http://www.dokumenpemudatqn.com/2012/10/inabah-sebagai-metode-terapi.html>. (Diakses pada tanggal 16 April 2017 pukul 19.13 WIB).