

KONSEP DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI MANTAN PENGGUNA NAPZA

Novendawati Wahyu Sitasari

Absrak

Phenomenon of NAPZA Abuse have to immediately overcome because problems of NAPZA abuse represent very potential danger to be ruined of nation foundation , others cure of NAPZA abuse is difficult. Generally the former consumer of NAPZA find difficulties to adaptation in socialize environment because former consumer have concept of lower self. To able to adapt to goodness, hence the former consumer of NAPZA have to have good self concept. Subjek of Research amount to 11 former patient of consumer of NAPZA determined by purposive non random sampling. Pursuant to research result qualitative with data interview intake obtained result that subjek having high self concept will show self adjustment nicely. Every subjek have the way of to grow self concept so they were to able to live with society. Their way for example altering appearance become nattier, consuming nutritious food, avoiding the prejudicial friend, athletic, and others. The way of that's capable to improve subjek, and to able to adaptaion in society. Result of this research was inferential that if self concept owned the former high or good consumer NAPZA, hence the good self adjustment also high or, on the contrary if self concept owned lower, hence they tend to to have low self adjustment also.

Keyword : self concept, self adjustment, ex-drugs user

PENDAHULUAN

Berita-berita kriminalitas yang semarak di berbagai media, baik cetak maupun elektronik sering menunjukkan adanya kasus penyalahgunaan NAPZA. NAPZA adalah narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lain, yang populer dengan istilah narkoba. NAPZA ini telah menjadi momok yang sangat menakutkan bagi masyarakat.

Penyalahgunaan NAPZA menurut Joewana (2005) sangat memprihatinkan, terutama menimpa generasi muda sehingga merugikan pembangunan bangsa. Menurut laparan Rumah Sakit Ketergantungan Obat di Jakarta pada tahun 2005, dari penderita yang umumnya berusia 15-24 tahun, banyak yang masih aktif di SMP, SMA, dan perguruan tinggi. Umumnya penggunaan pertama NAPZA diawali pada anak usia sekolah dasar atau SMP. Hal ini terjadi biasanya karena penawaran, bujukan, atau tekanan seseorang atau sekelompok orang kepadanya, misal oleh kawan sebayanya. Didorong rasa ingin tahu, ingin mencoba, atau ingin memakai, anak mau menerima tawaran itu. Selanjutnya, tidak sulit baginya untuk menerima tawaran berikut. Mantan pengguna NAPZA yang memiliki konsep diri yang baik akan mampu menyesuaikan diri dalam lingkungannya. Dia akan menunjukkan kepada masyarakat bahwa dirinya

mampu berkompetisi dan berhubungan dengan masyarakat, sehingga memudahkan mantan pengguna NAPZA untuk bergaul dengan masyarakat kembali. Tetapi bila mantan pengguna NAPZA tersebut mempunyai konsep diri yang kurang, maka dia akan kesulitan dalam menyesuaikan diri dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Di pusat terapi dan rehabilitasi inilah pengguna NAPZA akan diobati, diterapi dan disembuhkan. Tujuannya adalah untuk memudahkan yang telah sembuh nantinya untuk memasuki masyarakat kembali dengan suatu penyesuaian diri yang baik (Yatim, 1991). Mantan pengguna NAPZA yang memiliki konsep diri yang baik akan mampu menyesuaikan diri dalam lingkungannya. Dia akan menunjukkan kepada masyarakat bahwa dirinya mampu berkompetisi dan berhubungan dengan masyarakat, sehingga memudahkan mantan pengguna NAPZA untuk bergaul dengan masyarakat kembali. Tetapi bila mantan pengguna NAPZA tersebut mempunyai konsep diri yang kurang, maka dia akan kesulitan dalam menyesuaikan diri dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran konsep diri dalam penyesuaian diri mantan pengguna NAPZA, untuk mengetahui bentuk konsep diri yang dimiliki mantan pengguna NAPZA, untuk mengetahui bentuk penyesuaian diri mantan pengguna NAPZA dalam masyarakat.

Penyesuaian diri sangat diperlukan dimanapun manusia berada. Pada lingkungan yang berbeda, penyesuaian diri seseorang berbeda pula. Seseorang menyesuaikan diri sesuai dengan lingkungan dimana ia berada dan sesuai dengan kebutuhan yang dituntut dari lingkungan tersebut, agar proses pencapaian keharmonisan dalam mengadakan hubungan yang memuaskan bersama orang lain dan lingkungannya tercapai (Krisnawati, 2005). Hal tersebut juga sependapat dengan Mu'tadin (2002) yang mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk membentuk hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungan.

Schneider (dalam Krisnawati, 2005) mengatakan bahwa aspek-aspek penyesuaian diri meliputi : Keharmonisan diri pribadi, yaitu kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya. Kemampuan mengatasi ketegangan konflik dan frustrasi, yaitu kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan dirinya tanpa tekanan emosi yang berarti. Keharmonisan dengan lingkungan, yaitu kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Brooks (dalam Rakhmat, 2002) mendefinisikan bahwa konsep diri merupakan pandangan dan perasaan kita tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologis, sosial, dan fisis. Dengan demikian konsep diri bukan saja gambaran deskriptif tentang diri kita, namun juga penilaian atas diri kita secara fisik, psikis dan sosial.

Menurut Rogers (dalam Purwanti dkk, 2000) konsep diri adalah sebuah struktur mental yang merupakan suatu totalitas dari persepsi realistis, pengharapan, dan penilaian seseorang terhadap fisik, kemampuan kognitif, emosi, moral etika, keluarga, sosial, seksualitas, dan dirinya secara keseluruhan. Struktur tersebut terbentuk berdasarkan proses belajar tentang nilai, sikap, peran, dan identitas dalam hubungan interaksi simbolis antara diri dengan berbagai kelompok lingkungan asuh selama hidupnya.

Menurut Berzonsky (dalam Yuniarti, 2005) ada empat aspek konsep diri yaitu : Aspek fisik, yaitu penilaian seseorang terhadap sesuatu yang dimilikinya. Aspek psikis, yaitu meliputi pikiran, perasaan dan sikap terhadap dirinya. Aspek sosial, yaitu peranan sosial yang dimainkan individu dan penilaian orang tersebut terhadap perannya. Aspek moral, yaitu meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan seseorang.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian berjumlah 11 orang yang terdiri dari 10 laki-laki dan 1 wanita mantan pasien Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang dilengkapi dengan wawancara, dengan mengambil subjek dengan kriteria tertentu yang digunakan sebagai pembandingan data dan sebagai data pendamping.

Metode yang digunakan dalam mengambil sampel dalam penelitian ini adalah *purposive non random sampling*, artinya tidak semua individu dalam populasi diberi peluang yang sama untuk dijadikan sampel (Hadi, 1996). Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh data individu dengan ciri-ciri yang sesuai dengan kriteria yang telah diterapkan.

Cara pengambilan sampel dengan mencari data pada arsip Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Hanya subjek yang memenuhi kriteria dari populasi yang akan

diambil untuk subjek penelitian. Selanjutnya peneliti memberikan skala kepada subjek yang sesuai dengan ketentuan dalam penelitian. Skala yang diberikan adalah skala konsep diri dan skala penyesuaian diri. Setelah diskoring kemudian diambil 5 subjek yang sesuai criteria dan diwawancarai.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data yang yang digunakan adalah analisis deskriptif, yaitu berupa paparan, uraian, dan gambaran dari data

HASIL PENELITIAN

Dari 11 subjek, 5 orang berstatus sebagai mahasiswa dan mereka bersedia saat peneliti minta izin untuk mengadakan penelitian tentang NAPZA. Saat melakukan penelitian dengan mahasiswa ini, peneliti disuruh datang ke tempat kos mereka, sehingga kami dapat berbicara dengan leluasa. Rata-rata mereka bersikap kooperatif dan antusias untuk membantu penelitian. Penelitian dilakukan dengan pengisian skala terlebih dahulu. Setelah subjek mengisi skala, kemudian diadakan penskoringan untuk menentukan kriteria dari subjek penelitian ini. Adapun kriterianya subjek yang diwawancarai adalah 1) Subjek yang mempunyai konsep diri tinggi, 2) Subjek yang mempunyai konsep diri rendah, 3) Subjek yang mempunyai penyesuaian diri tinggi, 4) Subjek yang mempunyai penyesuaian diri rendah. Adapun subjek penelitian yang melakukan pengisian skala adalah sebagai berikut :

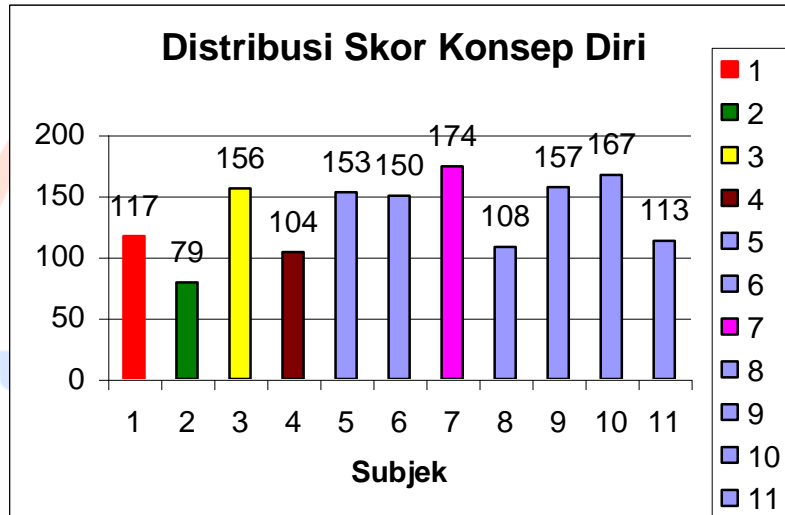
Tabel 1

Skor dan Kategori Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Subjek Penelitian

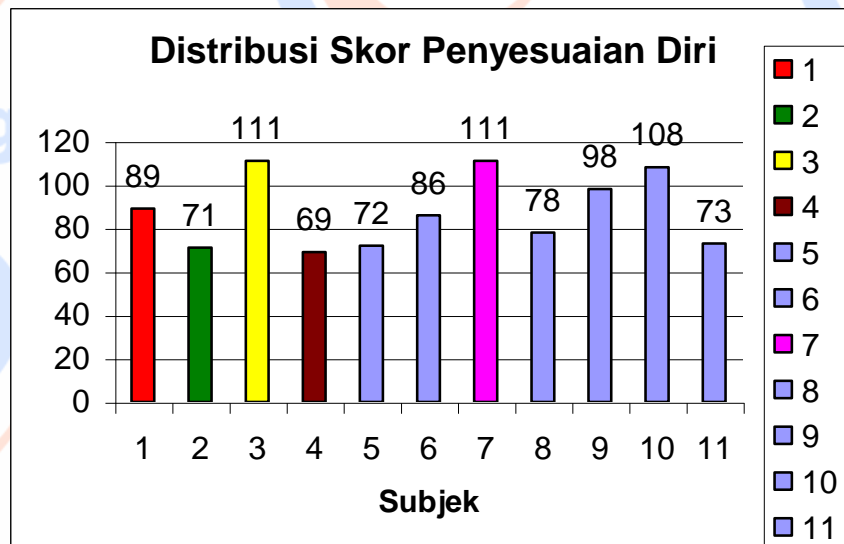
No.	Konsep Diri		Penyesuaian Diri	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1.	117	Sedang	89	Sedang
2.	79	Sangat rendah	71	Rendah
3.	156	Tinggi	111	Tinggi
4.	104	Rendah	69	Rendah
5.	153	Tinggi	72	Rendah
6.	150	Tinggi	86	Rendah
7.	174	Tinggi	111	Tinggi
8.	108	Rendah	78	Rendah
9.	157	Tinggi	98	Sedang
10.	167	Tinggi	108	Tinggi
11.	113	Rendah	73	Rendah

Lebih jelasnya skor dan kategori konsep diri dan penyesuaian diri pada subjek penelitian dapat dilihat pada grafik 1 dan 2.

Grafik 1
Distribusi Skor Konsep Diri pada Subjek Penelitian



Grafik 2
Distribusi Skor Penyesuaian Diri pada Subjek Penelitian



Keterangan: ■ = subjek wanita ■ = subjek dengan konsep diri tinggi
■ = subjek dengan konsep diri ■ = subjek dengan penyesuaian diri tinggi
■ = subjek dengan penyesuaian diri rendah

Berdasarkan perhitungan skor dan kategori yang dilakukan dan telah diketahui masing-masing kondisi konsep diri dan penyesuaian diri, maka selanjutnya dapat dibuat kategori, frekuensi dan prosentase masing-masing subjek penelitian. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2
Kategori, Frekuensi, dan Prosentase Variabel Konsep Diri

Skor	Kategori	Frekuensi (ΣN)	Prosentase (%)
$52 \leq X < 83,2$	Sangat rendah	1	9,09
$83,2 \leq X < 114,4$	Rendah	3	27,27
$114,4 \leq X < 145,6$	Sedang	1	9,09
$145,6 \leq X < 176,8$	Tinggi	6	54,54
$176,8 \leq X \leq 208$	Sangat Tinggi		
Jumlah		11	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi ΣN adalah 11, kemudian untuk mencari median dari konsep diri adalah $\frac{\Sigma N}{2} = \frac{11}{2} = 5,5$. Sehingga dari tabel di atas dapat dilihat bahwa letak median berada pada kategori tinggi.

Tabel 3
Kategori, Frekuensi, dan Prosentase Variabel Penyesuaian Diri

Skor	Kategori	Frekuensi (ΣN)	Prosentase (%)
$37 \leq X < 59,2$	Sangat Rendah		
$59,2 \leq X < 81,4$	Rendah	4	36,36%
$81,4 \leq X < 103,6$	Sedang	3	27,27%
$103,6 \leq X < 125,8$	Tinggi	4	36,36%
$125,8 \leq X \leq 148$	Sangat tinggi		
Jumlah		11	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa frekuensi ΣN adalah 11, kemudian untuk mencari median dari konsep diri adalah $\frac{\Sigma N}{2} = \frac{11}{2} = 5,5$. Sehingga dari tabel di atas dapat dilihat bahwa letak median berada pada kategori sedang.

Setelah dilaksanakan pengisian skala dan penskorangan kemudian peneliti memilih subjek yang sesuai kriteria untuk diwawancarai. Fungsi dari kriteria ini adalah untuk membandingkan antara data yang diperoleh dari skala dengan data yang diperoleh dari wawancara. Adapun subjek yang diwawancarai adalah sebagai berikut

Nama (Inisial)	Kriteria
T.Y	Konsep diri rendah.
N.H	Penyesuaian diri tinggi.
A.F	Penyesuaian diri rendah.
T	Satu-satunya wanita diantara 11 subjek yang mayoritas laki-laki.
I.R.K	Konsep diri tinggi.

Pada saat wawancara peneliti berusaha menempatkan subjek pada kedudukan yang sama selayaknya individu pada umumnya dengan cara membangun kepercayaan, keakraban, dan kerjasama dengan subjek yang diteliti di samping tetap kritis dan analitis. Hal ini agar data yang diambil benar-benar mencerminkan kondisi subjek yang sebenarnya, karena sebagai sumber data, manusia memiliki keragaman kedudukan dan peran yang dapat berakibat pada berhasil atau tidaknya akses informasi yang diperoleh peneliti. Selanjutnya setelah data terkumpul, kemudian melakukan pembahasan penelitian.

Berdasarkan hasil perhitungan secara kuantitatif yang mencakup kategori, frekuensi, prosentase dan nilai rata-rata yang diperoleh subjek penelitian, selanjutnya hasil tersebut dapat di *crosscheck* lagi dengan hasil wawancara yang telah dilakukan.:

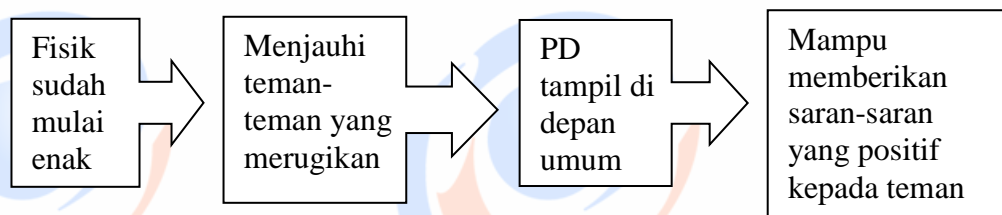
Setelah selesai melakukan penelitian selama dua minggu peneliti kembali ke RS Jiwa Daerah Surakarta, untuk memberitahukan bahwa peneliti sudah selesai melakukan penelitian, kemudian RS Jiwa Daerah Surakarta memberikan surat bukti bahwa peneliti sudah melakukan penelitian dan pengambilan data di RS tersebut.

Hasil penelitian menyatakan bahwa subjek memiliki konsep diri rendah (79) dan penyesuaian diri rendah (71). Hasil kesimpulan tersebut dapat digunakan untuk melihat dinamika psikologis TY. Setelah sembuh, secara fisik TY merasa bahwa tubuhnya sekarang lebih enteng dan enak sehingga untuk tampil di depan umum TY sekarang lebih PD. Keberhasilan TY untuk bertahan tidak menggunakan NAPZA lagi karena TY

sekarang menghindari teman-teman yang tidak baik, yang mungkin menyebabkan TY akan kembali lagi mengkonsumsi NAPZA. Walaupun TY menghindari teman-teman yang tidak baik, tetapi TY tidak pernah memilih teman. Secara moral TY mampu memberi nilai yang berarti kepada orang lain, TY sering memberikan saran-saran yang positif kepada teman-teman. Setiap orang mempunyai sifat yang berbeda, hal ini seperti yang terjadi pada TY. TY mempunyai teman yang banyak dan ada yang iri dengan TY, mungkin karena keberhasilan TY sembuh dari jerat narkoba. Rasa iri tersebut membuat TY sakit hati dan membuat TY sulit untuk memaafkan orang yang membuat kesalahan tersebut.

Ya minta maaf seh tapi kan nggak waktu dia minta maaf kan kita nggak mungkin langsung maafkan itu kan paling baru beberapa hari baru bisa memaafkan gitu kan. (w.192)

Dari uraian di atas dapat dibuat gambaran proses TY menjadi percaya diri sebagai berikut :



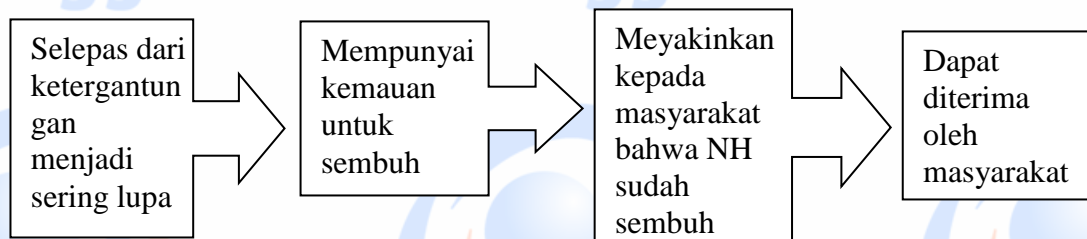
Menurut data kuantitatif TY mempunyai konsep diri yang rendah dan penyesuaian diri yang rendah pula, tapi menurut hasil wawancara TY mampu untuk tampil di depan umum dan berinteraksi dengan teman-temannya, walaupun TY mempunyai masalah dengan temannya tersebut. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Kartono (1989) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah tingkat religiusitas dan kebudayaan. Tingkat religiusitas dan kebudayaan mempengaruhi kelancaran proses penyesuaian diri individu, sebab tingkat religiusitas merupakan faktor yang akan memberikan suasana psikologik yang dapat digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lainnya, sedangkan kebudayaan suatu masyarakat merupakan faktor yang membentuk watak dan tingkah laku individu yang dapat membentuk individu mampu menyesuaikan diri dengan baik atau justru membentuk individu yang sulit menyesuaikan diri.

NH mempunyai konsep diri yang tinggi (156) dan penyesuaian diri yang tinggi (111). Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa secara fisik, setelah sembuh dari ketergantungan NAPZA NH sekarang merasa sering lupa. Tetapi untuk tampil di

depan umum umum NH merasa PD dengan kondisi tubuhnya. Dalam aspek sosial NH berusaha untuk bisa meyakinkan kepada masyarakat bahwa dirinya sudah sembuh dari ketergantungan NAPZA, selain itu NH juga mempunyai prinsip bahwa dirinya mempunyai kemauan untuk benar-benar sembuh dari ketergantungan NAPZA. Hal ini dilakukan supaya NH bisa diterima kembali dan bisa menyesuaikan diri dengan semua orang. Secara psikis NH pernah merasa kecewa kepada seseorang tetapi NH tidak langsung marah karena NH mampu mengontrol emosinya.

Saya, kalau mudah marah tergantung situasinya mbak, ya kalau ada hal yang nggak mengenakan ya mungkin ya marah sih, tapi ya saya apa ramah sih, tergantung sama orangnya dulu, saya kenal itu ramah apa nggak gitu.(w.203)

Dari uraian di atas dapat dibuat gambaran tentang keadaan NH



Berdasarkan data kuantitatif NH mempunyai konsep diri yang tinggi dan penyesuaian diri yang tinggi, hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang menyatakan bahwa NH PD untuk meyakinkan kepada masyarakat bahwa dirinya sudah sembuh dari ketergantungan NAPZA. Hal ini sesuai dengan aspek penyesuaian diri yang diungkapkan oleh Krisnawati (2005), yang menyatakan bahwa kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitar. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, dongkol, kecewa atau tidak percaya pada kondisi dirinya. Kehidupan kejiwaan ditandai dengan tidak adanya kegoncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang, dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya.

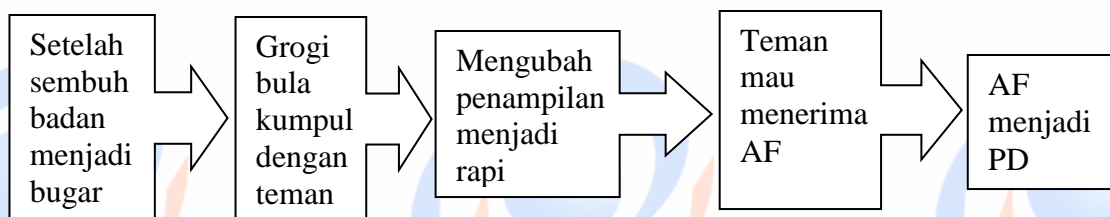
AF mempunyai konsep diri rendah (104) dan penyesuaian diri rendah (69). Setelah sembuh AF merasa dirinya sekarang lebih sehat dan lebih buger. Dalam aspek

sosial, supaya AF dapat diterima di masyarakat kembali AF berusaha untuk selalu berperilaku sopan. Dalam hidup AF merasa bahwa dirinya tidak dapat hidup tanpa adanya teman, walaupun tidak bisa hidup tanpa teman tetapi AF tidak suka mecampuri urusan orang lain. Selama ini, bila AF mempunyai masalah selain curhat dengan teman, AF juga sering curhat dengan pacarnya. Secara psikis AF mempunyai masalah dengan rasa kurang percaya diri dan merasa grogi bila berkumpul dengan temannya. Tetapi hal tersebut ditutupi dengan penampilannya yang rapi dan berperilaku sopan.

Ya..agak kondisi tubuh saya dari yang dulu memakai sampai sekarang ini dah berapa tahun ya...jauh, ya saya lebih bugar, lebih efeknya lebih enak lah, lebih beda dengan dulu-dulu yang biasanya selalu lemes mau ngapa-ngapain lemes, biasanya diem di kamar terus, kalau ini badan sakit-sakitan, kalau nggak make badan kayak gimana gitu, tapi sekarang agak bugar, bugar kembali, ya sehat-sehat lah, bisa dibilang sehat, tapi nggak sehat total, karena masih dalam proses.(w.87)

Nggak, saya selalu menutupi dengan tingkah sopan, saya kalau saya ini ya..orange nggak, nggak keliatan sebagai pengguna narkoba.(w.58)
Ada, masih ada, ya saya kadang sering gimana ya...kalau nggak kurang percaya, trus kalau di muka umum itu saya agak grogi, kalau ini biasa kalau disuruh minta pendapat saya sering bingung, apa yang mau saya omongin. Jadi saya bisa dibilang nggak percaya diri. Saya mikirnya orang ini bakal...kalau aku ngutarakan ini dia bakal denger nggak, bakal percaya nggak, itu yang jadi pikiran saya.(w.123)

Dari uraian di atas dapat dibuat gambaran tentang proses AF mampu menyesuaikan diri di masyarakat.



Menurut hasil penelitian kuantitatif AF mempunyai konsep diri rendah dan penyesuaian diri rendah, hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang menyatakan bahwa AF tidak dapat hidup tanpa adanya teman dan AF merasa grogi bila berkumpul dengan temannya. Hal ini sesuai dengan penyesuaian sosial dari aspek penyesuaian diri Krisnawati (2005) yang menyatakan bahwa setiap individu hidup di dalam masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan

berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat disekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas secara umum. Dalam hal ini individu dan masyarakat sebenarnya sama-sama memberikan dampak bagi komunitas. Apa yang diserap atau dipelajari individu dalam proses interaksi dengan masyarakat masih belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik. Proses berikutnya yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan, setiap masyarakat biasanya memiliki aturan yang tersusun dengan sejumlah ketentuan dan norma atau nilai-nilai tertentu yang mengatur hubungan individu dengan kelompok. Dalam proses penyesuaian sosial individu mulai berkenalan dengan kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan tersebut lalu mematuhinya sehingga menjadi bagian dari pembentukan jiwa sosial pada dirinya dan menjadi pola tingkah laku kelompok.

T satu-satunya subjek wanita mempunyai konsep diri sedang (117) dan penyesuaian diri sedang (89). Secara fisik T merasa mudah sakit setelah sembuh dari ketergantungan narkoba, selain itu T sering merasa takut. Hal ini disebabkan karena efek dari narkoba itu sendiri. Selama masih menggunakan narkoba T sering merasa ketakutan bila nanti ketahuan polisi saat mengkonsumsi barang tersebut, hal ini mempunyai efek sampai sekarang T sudah sembuh dari ketergantungan. Berdasarkan aspek keharmonisan diri pribadi T merasa kurang percaya diri pasca sembuh dari ketergantungan narkoba, tetapi T tetap menerima dan nyaman dengan keadaan dirinya, karena T merasa bahwa itu adalah tubuhnya sendiri yang perlu dirawat dan dijaga.

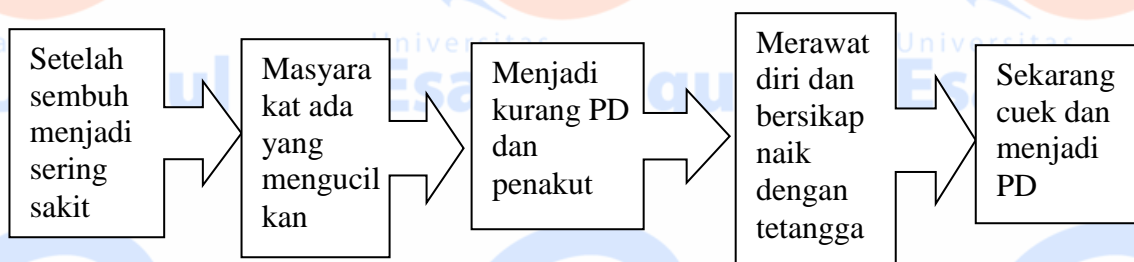
Berdasarkan data kuantitatif T mempunyai konsep diri sedang dan penyesuaian diri sedang, hal ini juga dapat dilihat dari hasil wawancara bahwa T walaupun merasa kurang percaya diri, tapi T tetap menerima dan nyaman dengan dirinya. Hal ini sesuai dengan aspek penyesuaian diri Dargela (dalam Krisnawati, 2005) bahwa T memiliki kemampuan untuk menerima diri sendiri apa adanya, kemampuan untuk menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya.

Nyaman nggak nyaman harus nyaman tho mbak, ini kan badan-badanku sendiri. aku sih pengene juga pengen kurus lagi kayak dulu tapi aku juga nggak pengen badanku nggak terlalu terawat. Dulu itu aku kurus, tapi kayak kurus kering gitu lho mbak badanku apa mukaku itu selalu pucat terus e...wajahku jelek banget kayak bulan banyak bintangnya itu tadi (w.170)

Selain itu T mempunyai pendirian untuk tetap sembuh dan jauh dari narkoba. Dalam kehidupan sosial, masyarakat ada yang mengucilkan dan ada yang menerima T, tetapi T tetap bersikap baik kepada semua orang. Secara emosi T merasa mudah marah, tetapi T membiarkan orang yang jahat kepada T.

Ya biarin ajalah, kita baik-baik aja, kalau kita ketemu ya kita sapa, kalau nggak ketemu ya nggak, kalau dia baik kita juga bisa lebih baik, aku pikiran kayak gitu. Kalau dia bisa lebih baik, aku bisa lebih baik, kalau di jahat aku bisa lebih jahat lagi gitu

Dari uraian di atas dapat dibuat gambaran tentang keadaan T

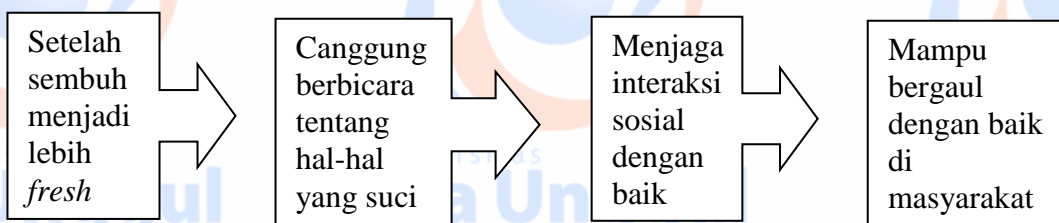


Hal ini sesuai dengan aspek penyesuaian diri Dargela (dalam Krisnawati, 2005) yang menyatakan bahwa T memiliki kemampuan untuk selalu mengadakan interaksi dengan orang lain. Kemampuan individu untuk berkomunikasi dan bergaul dengan individu lain, agar terjalin hubungan yang harmonis. Selain itu T juga memiliki kemampuan untuk dapat mengendalikan luapan emosinya sehingga tidak mudah marah, tidak mudah iri, tidak mudah mengalami ketakutan dan kecemasan serta mempunyai toleransi yang tinggi terhadap konflik.

IRK mempunyai konsep diri tinggi (174) dan penyesuaian diri tinggi (111). Secara fisik IRK merasa lebih *fresh* pasca sembuh dari ketergantungan NAPZA. Tetapi IRK merasa kurang percaya diri karena tubuhnya sekarang kelihatan gemuk. Secara psikis IRK merasa canggung bila berkumpul dengan orang lain dan membicarakan hal-hal yang dinilainya suci. Karena IRK merasa dirinya adalah seorang mantan pengguna narkoba yang tidak pantas untuk berbicara hal-hal yang suci. Berdasarkan aspek sosial IRK selalu berusaha untuk menjaga interaksi sosial dengan baik. Dalam bermasyarakat IRK mempunyai prinsip bahwa selama orang lain tidak mengganggu dirinya, maka IRK pun juga tidak akan mengganggu dan tidak akan mempermalukan diri di depan orang lain. IRK mempunyai prinsip demikian karena IRK merupakan individu yang emosinya kurang stabil.

Kalau kekurangan saya tu e...emosinya kurang stabil, ketika ada orang yang membicarakan saya, e...tentang hal-hal saya yang nggak sesuai dengan kenyataan itu saya mudah marah, marahnya tu saya itu apa ya butuh perhatian gitu. Biasanya saya akan langsung mukul dia atau apa gitu, biasanya saya. Jadi saya tidak apanya..apa namanya mungkin saya kurang bijaksana ya, tapi itu ya kurang stabil, jadi ketika ada orang yang bohong sama dia, ketika saya memperayai dia, dan dia iu membohongi saya gitu, ketika itu saya bener-bener emosi. Saya nggak bisa stabil gitu dan kelebihan saya, saya bangga jadi diri saya yang mana saya nggak munafik dengan diri saya gitu. Saya tu seperti ini dan saya tu seperti ini gitu. Jadi saya apa ya nggak membohongi orang lain tentang suatu hal yang ada dalam diri saya kayak saya tadi. Saya tu make dan saya nggak nutupin jadi sok alim atau sok apa. Saya nggak suka itu dan itu saya ngrasa itu suatu kelebihan buat saya dan orang-orang itu nggak punya kayak gitu dan saya merasa bahwa saya tu ketika saya tidak suka sama orang itu, tu langsung saya omongi gitu lho, tu saya omongi dan tujuan saya ya maksud saya dia nggak ngulangi kesalahan itu lagi. Itu kelebihan saya. Banyak orang kan ada mungkin ya nggak kebanyakan ya, ada orang yang punya kesalahan tu dia diem aja, dia nggak berani ngobrol dengan kata lain dia itu takut akan gimana, gimana, terus malu terus nanti gimana kayak gitu. Jadi saya merasa mempunyai kelebihan seperti itu.(w.353)

Berdasarkan uraian di atas dapat dibuat gambaran tentang kondisi IRK



Berdasarkan data kuantitatif IRK mempunyai konsep diri tinggi dan penyesuaian diri tinggi, tetapi dari hasil wawancara walaupun IRK cenderung acuh dengan lingkungan sekitar, tetapi IRK masih merasa canggung bila berkumpul dengan individu lain dan membicarakan hal-hal yang dinilainya suci. Hal ini sesuai dengan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yang dijelaskan oleh Kartono (1989), seperti yang diuraikan pada subjek TY.

Berdasarkan dinamika psikologis diketahui bahwa konsep diri mempunyai peran dalam penyesuaian diri, semakin tinggi atau baik konsep diri maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri. Hasil penelitian ini mendukung pendapat yang dikemukakan oleh Hardy dan Hayes (Yuniarti, 2005) dalam memandang faktor-faktor tentang konsep diri yaitu antara lain: reaksi dari orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan

seseorang, identifikasi terhadap orang lain. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif akan lebih mampu mengadakan penyesuaian diri dengan baik dibanding dengan individu yang konsep dirinya negatif. Konsep diri merupakan inti kepribadian seseorang dari pengalaman individu dalam berhubungan atau berinteraksi dengan individu lain. Dari interaksi, individu memperoleh tanggapan yang akan dijadikan cermin bagi individu tersebut untuk menilai dan memandang dirinya.

Konsep diri merupakan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari pengalaman individu, maka menurut Gunarsa (dalam Yuniarti, 2005) berpendapat bahwa konsep diri mengalami perkembangan secara bertahap dari masa bayi hingga dewasa. Sepanjang hidupnya individu akan terus menerus mengemban konsep dirinya dan bersifat tidak tetap. Oleh karena itu konsep diri akan berkembang terus sepanjang hidup manusia. Sejumlah bukti menunjukkan bahwa konsep diri seseorang berubah seiring dengan bertambahnya usia. Perkembangan konsep diri ditentukan oleh pengalaman-pengalaman dari lingkungan sosial.

Penyesuaian diri sangat diperlukan dimanapun manusia berada. Pada lingkungan yang berbeda, penyesuaian diri seseorang berbeda pula. Seseorang menyesuaikan diri sesuai dengan lingkungan dimana ia berada dan sesuai dengan kebutuhan yang dituntut dari lingkungan tersebut, agar proses pencapaian keharmonisan dalam mengadakan hubungan yang memuaskan bersama orang lain dan lingkungannya tercapai (Krisnawati, 2005).

Mantan pengguna NAPZA yang memiliki konsep diri yang baik adalah mantan pengguna yang dapat menerima dan memahami kekurangan dan kelebihan terhadap kondisi yang telah terjadi pada dirinya sehingga mantan pengguna NAPZA tersebut dapat menemukan jati dirinya. Konsep diri positif menentukan arah seseorang melihat permasalahan, keberhasilan dan berhubungan dengan orang lain. Sedangkan konsep diri negatif menentukan cara pandang seseorang yang bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti terungkap dalam keengganan untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi (Yuniarti, 2005).

Berdasarkan hasil pembahasan kuantitatif dan kualitatif dapat disimpulkan bahwa kecenderungan pemakai untuk berhenti dari kebiasaan buruknya yaitu berhenti dari mengkonsumsi narkoba harus mendapat dukungan dari keluarga. Keluarga mempunyai peranan yang sangat penting, dalam hal ini untuk menerima salah satu anggota keluarga

yang menjadi pengguna narkoba. Ada beberapa alasan kecenderungan pemakai, untuk berhenti dari mengkonsumsi narkoba antara lain: 1) adanya kesadaran diri atau gambaran diri yang lebih positif baik secara psikologis, fisik, sosial maupun moral, 2) ada pemahaman baru tentang bahaya narkoba, 3) adanya dorongan dari keluarga, 3) lingkungan yang tertutup bagi pengguna narkoba. Selain itu perlu adanya konsep diri yang baik dari mantan pengguna supaya mampu menyesuaikan diri di lingkungan masyarakat sehingga dapat tercipta hubungan yang harmonis. Hasil penelitian ini juga membuktikan adanya keterkaitan yang sangat signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian diri, namun generalisasi dari hasil-hasil penelitian ini terbatas pada populasi dimana penelitian ini dilakukan, sehingga penerapan pada lokasi lain harus didasari dengan penelitian ulang, dengan memperhatikan perbedaan karakteristik individu, maupun lingkungan sosial budaya yang ada.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan.

1. Bentuk konsep diri yang dimiliki mantan pengguna NAPZA yaitu ada yang tinggi dan ada yang rendah. Hal ini bisa dilihat secara fisik, sosial, psikis, dan moral.
2. Bentuk penyesuaian diri yang dimiliki mantan pengguna NAPZA rata-rata tinggi.
3. Peran konsep diri dalam penyesuaian diri pada mantan pengguna NAPZA yaitu apabila konsep diri yang dimiliki mantan pengguna baik atau tinggi, maka penyesuaian dirinya pun juga baik atau tinggi, sebaliknya apabila konsep diri yang dimiliki rendah, maka mereka cenderung mempunyai penyesuaian diri yang rendah pula.

DAFTAR RUJUKAN

Joewana.2005. *Pencegahan dan Penanggulangan Penyalahgunaan narkoba Berbasis Sekolah*. Jakarta: PT Balai Pustaka.

Krisnawati, I.O. 2005. Penyesuaian diri Remaja Obesitas Ditinjau dari Kematangan Emosi. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Mu'tadin, Z. 2002. *Obesitas dan Faktor Penyebab*. Diperoleh dari <http://www.e-psikologi.com>

Purwanti, Y.D., dkk. 2000. Konsep Diri Wanita Marginal. *Jurnal Psikologi*, No. 1, 48-59. Universitas Gadjah Mada.

Rakhmat, J. 2002. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Yuniarti, F.L. 2005. Konsep Diri Korban Pemerkosaan. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.