

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kasus penggunaan narkoba pada remaja sudah sering dijumpai di berbagai media. Maraknya remaja yang terlibat dalam masalah ini menunjukkan bahwa pada fase ini remaja sedang berada dalam masa yang sangat rentan akibat kurangnya pengawasan, pengalaman serta pemahaman pengetahuan yang diberikan tentang bahaya narkoba itu sendiri. Dan sudah semestinya masalah ini harus segera diselesaikan dengan penanganan yang cepat dan tepat serta dibutuhkan kerja sama antara orang tua, masyarakat, serta pihak atau lembaga terkait untuk penanganannya.

Narkoba adalah zat kimia yang dapat mengubah keadaan psikologi seperti perasaan, pikiran, suasana hati serta perilaku jika masuk ke dalam tubuh manusia baik dengan cara dimakan, diminum, dihirup, suntik, dan lain sebagainya (Kurniawan dalam Anggreni, 2015). Beberapa jenis zat yang sering disalahgunakan yaitu narkotika, stimulan, halusinogen dan depresan dan pemakaian zat-zat yang tergolong zat adiktif ini akan menimbulkan ketagihan dan pada akhirnya mengalami ketergantungan. Individu yang dalam ketergantungan tidak hanya mengalami ketergantungan secara fisik akan tetapi juga secara mental.

Menurut Sheafor (dalam Kristanto, 2004) penyalahgunaan obat kimia atau narkoba ini merupakan faktor timbulnya banyak masalah, seperti, konflik orangtua dan anak, kekerasan dalam rumah tangga, kekerasan dan penelantaran pada anak, bunuh diri, pembunuhan, masalah keuangan, kejahatan, dan kecelakaan lalu lintas. Orang merasa tertarik kepada obat-obatan terlarang karena

obat-obatan tersebut membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah. Merokok, minum-minuman keras, dan mengkonsumsi obat terlarang dapat mengurangi ketegangan dan frustrasi, menghilangkan kebosanan dan rasa lelah, dan dalam beberapa kasus juga dapat membantu remaja melarikan diri dari kenyataan hidup yang keras. Obat terlarang memberikan kesenangan dengan cara memberikan kedamaian di dalam dirinya, kegembiraan, relaksasi, persepsi yang berubah-ubah dengan cepat, kesenangan yang muncul secara tiba-tiba, dan sensasi yang kuat. Obat terlarang dapat membantu beberapa remaja untuk bisa menyesuaikan diri lebih baik dengan lingkungannya (Santrock, 2003).

Menurut data BNN sepanjang tahun 2014 diperkirakan jumlah penyalahguna narkoba sebanyak 3,8 juta sampai 4,1 juta orang atau sekitar (2,10%) sampai (2,25%) dari total seluruh penduduk Indonesia yang berisiko terpapar narkoba dengan rentang usia 10-59 tahun. Jika dibandingkan studi tahun 2011, angka prevalensi tersebut relatif stabil (2,2%) tetapi terjadi kenaikan bila dibandingkan hasil studi tahun 2008 (1,9%). Sebagian besar penyalahguna narkoba adalah laki-laki (91%). Untuk kelompok penyalahguna narkoba dengan pendidikan SMA/MA sederajat total sebanyak (60%), perguruan tinggi sebanyak (10,5%), dan tidak sekolah, SD, SMP sebanyak (28,7%) pengguna narkoba.

Jenis narkoba yang paling banyak disalahgunakan adalah ganja, *shabu* dan ekstasi. Semua jenis narkoba tersebut amat populer dikalangan pelajar/mahasiswa, pekerja, dan rumah tangga. Di dalam setiap kelompok tersebut ada sedikit perbedaan pola pakai, selain ganja dan *shabu*. Pada kelompok pelajar/mahasiswa

cenderung masih tahap belajar pakai dan adanya keterbatasan finansial. Oleh sebab itu, jenis pil koplo/ekstasi juga banyak dikonsumsi setelah *shabu* dan ganja.

Maraknya penggunaan narkoba merupakan tindak kenakalan remaja yang buruk. Penggunaan zat terlarang atau narkoba merupakan bentuk tindakan negatif yang dapat membuat perkembangan anak di masa remaja menjadi ke arah yang menyimpang, penggunaan zat narkoba tersebut juga dapat menghambat perkembangan anak tersebut, tidak terkecuali perkembangan fisik dan psikis.

Remaja menjadi sangat rentan terhadap perasaan cemas dan malu, rentan terhadap gejolak emosional, serta individu sering mengalami perubahan *mood* yang sangat drastis. Pada masa remaja setiap individu biasanya banyak mengalami emosi yang ekstrim seperti timbulnya rasa sedih dan marah. Adanya emosi yang berlebihan pada remaja perlu diimbangi dengan kemampuan mengelola dan mengontrol emosi, terutama bagi remaja yang sedang mengalami konflik yang beragam. Kemampuan mengelola emosi ini disebut dengan regulasi emosi.

Peneliti menemukan fenomena yang terjadi berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Lingkungan XII Kelurahan Teladan Barat, peneliti melihat ada beberapa remaja pengguna narkoba di lingkungan tersebut yang tidak dapat melakukan regulasi emosi dengan tepat, dan mereka tidak dapat menguasai emosi mereka dengan baik. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, remaja-remaja tersebut sulit mengendalikan emosi. Ini terlihat dari beberapa perilaku yang sering muncul, seperti perkelahian antar saudara kandung, perkelahian antar teman, berkata-kata kasar kepada orang tua yang menunjukkan sikap membangkang, mencuri, seringnya melakukan aktivitas yang kurang bermanfaat seperti bermain

gitar sampai larut malam bahkan sampai keesokan pagi masih melakukan kegiatan yang sama, dan mengkonsumsi narkoba (ganja) secara bersama-sama.

Berdasarkan observasi di atas terlihat bahwa beberapa remaja di lingkungan tersebut belum dapat melakukan regulasi emosi dengan baik, peneliti menilai subjek belum dapat mengelola, mengatur, dan mengontrol emosi-emosi negatifnya dengan baik pada saat menghadapi suatu permasalahan atau konflik, sehingga hal-hal yang tidak diharapkanpun dialami oleh subjek, yang akhirnya merugikan subjek sendiri dan orang lain. Bila subjek dapat melakukan regulasi emosi dengan baik, ia tidak akan merusak dirinya dengan menggunakan narkoba, membangkang kepada orang tua, serta berkelahi untuk menyelesaikan permasalahan, serta melakukan hal-hal yang kurang bermanfaat untuk dirinya.

Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk mempengaruhi emosi yang dimiliki, kapan emosi dirasakan, dan bagaimana individu mengalami serta mengekspresikan emosinya (Gross, 2014). Beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam mengekspresikan emosi baik verbal maupun ekspresi wajah. Perempuan menunjukkan sifat feminimnya dengan mengekspresikan emosi sedih, takut, cemas dan menghindari mengekspresikan emosi marah dan bangga yang menunjukkan sifat maskulin. Perbedaan *gender* dalam pengekspresian emosi dihubungkan dengan perbedaan dalam tujuan laki-laki dan perempuan mengontrol emosinya. Perempuan lebih mengekspresikan emosi untuk menjaga hubungan interpersonal serta membuat mereka tampak lemah dan tidak berdaya. Sedangkan laki-laki lebih mengekspresikan atau memunculkan emosi seperti marah dan bangga untuk mempertahankan serta

menunjukkan dominasi. Dapat disimpulkan bahwa wanita lebih dapat melakukan regulasi terhadap emosi marah dan bangga, sedangkan laki-laki memunculkan emosi takut, sedih dan cemas (Krause dalam Nisfiannoor dan Kartika, 2004).

Regulasi emosi memiliki hubungan antara anak dengan lingkungannya contohnya dengan keluarga. Kombinasi dari kelekatan yang tidak kuat dan perilaku-perilaku pola asuh orangtua dapat menyebabkan anak mengalami ketidakmampuan meregulasi emosi serta terlibat dalam perilaku-perilaku mengganggu, pada akhirnya mendorong strategi pola asuh yang salah dimana hal ini memperburuk perilaku pada anak (Kostiuk & Gregory dalam Mutia, 2010). Hubungan positif dengan orang tua menjadi hal penting bagi perkembangan individu. Hal tersebut juga didukung dengan adanya penelitian yang menemukan bahwa dukungan sosial keluarga (berupa hubungan yang baik dengan orang tua, saudara, dan orang dewasa) yang diterima selama masa remaja dapat mengurangi penyalahgunaan obat-obatan (Newcomb & Bentler dalam Santrock, 2003).

Dukungan sosial bisa didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (contoh: keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (contoh: pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz dkk dalam Nuni & Duta, 2014). Perbedaan anggota lingkungan dapat menyediakan jumlah dan tipe yang berbeda dari dukungan. Selain itu, keefektifan dukungan yang dibutuhkan juga bergantung dari sumber dukungan. Melihat fungsi keluarga yang sangat penting terhadap perkembangan bagi setiap anggota keluarga, khususnya untuk para orang tua diwajibkan mengetahui serta memberikan penanaman positif kepada anggota keluarga khususnya kepada

remaja mereka yang sedang melalui tahap pencarian jati diri. Pentingnya penanaman karakter ini dimaksudkan adalah untuk memberikan bekal kepada anggota keluarga khususnya para remaja untuk mencegah remaja tersebut terlibat dalam masalah khususnya masalah mengenai penggunaan zat adiktif (narkoba).

Individu membutuhkan dukungan sosial terutama dukungan dari keluarga sebagai orang terdekat untuk remaja dapat meregulasi emosi dalam diri sehingga bisa mengontrol perasaan emosi yang muncul akibat suasana hati atau *mood swing* yang buruk dan sulit dikendalikan sehingga remaja tidak terjerumus dalam penyalahgunaan zat adiktif/narkoba (Hughes, dkk dalam Nuni & Duta, 2014).

Dalam penelitian ini, dukungan yang digunakan adalah dukungan keluarga. Dikarenakan seorang penyalahguna narkoba membutuhkan dukungan sosial dalam waktu yang panjang. Dorongan untuk membentuk pengelolaan emosi kebanyakan disediakan oleh anggota keluarga sedangkan dukungan dari tetangga atau masyarakat dan teman biasanya menyediakan *support* yang sangat kurang. (McLeroy, Gottlieb, dan Heaney, dalam Nuni & Duta, 2014).

Alasan peneliti memilih judul ini karena pada tahap ini remaja berada pada titik dimana mereka beralih dari masa kanak-kanak menuju ke fase dewasa, dimana pada titik tersebut remaja masih dalam proses pencarian jati diri dan sangat rentan terlibat terhadap berbagai penyimpangan yang sering terjadi belakangan ini. Berdasarkan data dan sejumlah kasus di atas menunjukkan bahwa permasalahan narkoba sudah semestinya harus diselesaikan dan diperlukan penanganan yang cepat dan tepat. Oleh karena itu ketika remaja terlibat masalah penggunaan narkoba, peneliti menganggap bahwa dukungan keluarga terhadap

remaja pengguna narkoba menjadi sangat penting untuk membentuk regulasi emosi yang baik sehingga remaja tersebut dapat mengontrol emosi negatifnya.

Dari uraian fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan regulasi emosi pada remaja penyalahguna narkoba di Lingkungan XII Kelurahan Teladan Barat.

B. Identifikasi Masalah

Salah satu masalah yang dihadapi pada masa remaja adanya masa transisi yang menjadikan emosi remaja menjadi kurang stabil dimana mereka beralih dari masa kanak-kanak menuju ke fase dewasa. Pada masa ini remaja masih dalam proses pencarian jati diri dan sangat rentan terlibat terhadap berbagai penyimpangan yang sering terjadi. Masa ini sering disebut sebagai masa topan dan badai yaitu masa yang penuh dengan gejolak akibat pertentangan nilai-nilai. Remaja harus memiliki kontrol emosi yang baik untuk dapat melewati tahap perkembangan ini. Regulasi emosi adalah salah satu cara untuk mengelolah, mengatur, dan mengungkapkan emosinya dengan benar. Proses pembentukan regulasi emosi yang baik dapat ditentukan berdasarkan beberapa faktor penyebab, dan dukungan keluarga adalah salah satu faktor yang ingin peneliti gunakan untuk melihat apakah faktor dukungan keluarga memiliki hubungan dengan regulasi emosi seseorang. Oleh sebab itu, peneliti ingin meneliti hubungan antara dukungan keluarga dengan regulasi emosi pada remaja penyalahguna narkoba.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah hanya dengan menjelaskan tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan regulasi emosi pada remaja penyalahguna narkoba.

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan, meliputi semua kesadaran dan ketidaksadaran strategi yang digunakan untuk menaikkan, memelihara, mengontrol dan menurunkan emosi sehingga berpengaruh pada perasaan, perilaku, dan respon fisiologis.

Dukungan keluarga adalah bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang tertentu dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan terdekat/intim yang membuat individu merasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan dengan baik.

Jadi dalam penelitian ini peneliti membatasi masalah hanya pada keterkaitan antara dukungan keluarga dengan regulasi emosi pada remaja penyalahguna narkoba di Lingkungan XII Kelurahan Teladan Barat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah adalah apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan regulasi emosi pada remaja penyalahguna narkoba ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan regulasi emosi pada remaja penyalahguna narkoba.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi perkembangan ilmu Psikologi khususnya Psikologi Perkembangan yaitu memperkaya teori tentang dukungan keluarga dan regulasi emosi.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja terkait peranan regulasi emosi dalam menghadapi tugas-tugas perkembangan yang mereka emban, sehingga remaja dapat menghindari penyalahgunaan narkoba.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak-pihak terkait seperti orang tua, pendidik, psikolog dan masyarakat sebagai upaya-upaya membantu remaja memiliki keterampilan regulasi emosi sehingga terhindar dari penyalahgunaan narkoba. Selain itu dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menangani kasus penyalahgunaan narkoba.