

Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial Penyalahgunaan Narkoba pada Masa Rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat

Regina Aldiyus^{1✉}, Free Dirga Dwatra²
Psikologi, Universitas Negeri Padang
Email: raldiyus@gmail.com

Abstark

Narkoba dipandang sangat negatif oleh masyarakat maka dari itu akan menimbulkan kebutuhan mencari identitas dan ingin merasa dihargai dilingkungkannya serta mereka yang menggunakan narkoba tersebut cenderung mengalami kekhawatiran dan merasa kecemasan bersosialisasi dilingkungan sosialnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara self esteem dan kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. Penelitian ini telah dilaksanakan di BNN Provinsi Sumatera Barat dengan pendekatan kuantitatif melibatkan responden sebanyak 30 orang melalui teknik sampling random. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang negatif antara self esteem dan kecemasan sosial dengan nilai koefisien $r = -0.482$ dengan signifikansi ($p = 0,007 < 0,05$). Jadi semakin tinggi harga diri maka semakin rendah pula kecemasan sosial pada penyalahguna narkoba pada masa rehabilitasi.

Kata Kunci: *Harga diri, kecemasan sosial*

Abstract

Because drugs are viewed so negatively by society, they create a need to identify and want to feel appreciated in their environment, and those who use them tend to indulge in social anxiety and anxiety. The purpose of this study is to find out the relationship between self esteem and the social anxiety of drug abuse during rehabilitation at BNNP Sumatera in the west. The study has been carried out in the BNN west sumatran province with a quantitative approach involving the responsiveness of 30 people through sampling random techniques. Research shows that there is a significant negative connection between self esteem and social anxiety and the coefficient value $r = -0.482$ with significance ($p = 0.007 < 0.05$). So the higher self esteem, the lower social anxiety for drug abusers during rehabilitation.

Keyword: self esteem, social anxiety

PENDAHULUAN

Pada saat sekarang ini Indonesia bahkan dunia sedang mengalami adanya wabah virus corona (Covid-19), selain itu tidak bisa dipungkiri semua orang harus bekerja dan belajar dari rumah. Sudah hampir 8 bulan Covid-19 ini melanda, pastinya yang melakukan aktifitas dirumah menjadi bosan lama – kelamaan. Saat ini tidak bisa dilupakan juga bahwa ada individu yang melepaskan kebosannya melalui hal-hal terlarang seperti narkoba.

Menurut publikasi BNN (2020) ancaman narkoba di tengah pandemi ini perlu diperhatikan juga. Dalam beberapa bulan terakhir Badan Narkotika Nasional bersama Bea Cukai berhasil menggagalkan peredaran narkoba jenis shabu (BNN, 2020). Karena pada situasi pandemi Covid-19 ini banyak kegiatan dan aktifitas yang terhentikan, namun masalah peredaran dan penyalahgunaan narkoba tidak pernah berhenti di negara kita. Meskipun demikian, dalam upaya penanggulangan narkoba, masyarakat perlu dan harus diingatkan mengenai ancaman narkoba sudah ada sebelum adanya serangan virus corona (BNN, 2020). Data dari World Drugs Reports 2018 yang diterbitkan United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC) menyatakan bahwa 275 juta penduduk dunia atau 5,6% dari penduduk dunia usia 15-64 tahun pernah mengonsumsi narkoba.

Dalam pandangan masyarakat sering muncul pemikiran negatif terhadap pengguna narkoba. Maka mereka yang menggunakan narkoba ini akan mengalami kecemasan sosial di lingkungannya. Sebabnya pandangan negatif sudah ada didalam pikiran masyarakat itu. Sementara, interaksi dilingkungan sosialnya tetap harus berjalan dengan baik. Tapi disisi lain ia merasakan kecemasan terhadap penerimaan dirinya dilingkungan tersebut. Hasil wawancara dengan AS (16 thn) dengan salah seorang pengguna yang menjalani rehabilitasi ia menyatakan bahwa dilingkungan masyarakatnya ia merasa di jauhi dan dipandang buruk oleh teman bahkan keluarganya. Ia menjelaskan bahwa terkadang ia merasa ada rasa cemas dalam dirinya akibat penilaian orang lain terhadap dirinya yang membuat ia merasa tidak dihargai, perlakuan seperti melihat dengan muka sinis membuat ia mengalami penurunan terhadap harga dirinya.

Merasakan cemas itu hal wajar pada setiap individu. Kecemasan merupakan perasaan tidak menentu, tidak bisa dijelaskan, dan tidak terikat pada suatu ancaman yang membuat individu menghindari dari lingkungan sosial tersebut (Nainggolan, 2011). Schlenker & Leary mendefinisikan kecemasan sosial sebagai pengalaman kognitif dan afektif agar dapat menimbulkan evaluasi oleh orang lain (Putra & Adli, 2019). Kecemasan sosial meningkat apabila tingkat kecemasan yang dialami semakin irasional dan mengganggu efektivitas kegiatan, justifikasi terhadap kecemasan berlebihan, dan konsekuensi dari kecemasan tersebut dapat membawa dampak negatif dalam hidup individu (Swasti dan Martani, 2013).

Dalam penelitian Nainggolan (2011) dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada pengguna NAPZA. Hasilnya semakin tinggi kepercayaan diri individu tersebut maka kecemasan sosialnya semakin rendah, begitu pun sebaliknya. Didukung juga dari penelitian Pramitasari & Ariana (2014) mengenai kecemasan sosial dan dari penelitiannya tersebut disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri fisik dan kecenderungan kecemasan sosial. Artinya semakin positif nilai variabel konsep diri fisik maka semakin rendah nilai variabel kecemasannya, begitu juga sebaliknya.

Kecemasan sosial menyebabkan seseorang merasakan perbedaan dengan orang lain, selalu berpikir negatif dan merasa dirinya lebih buruk dibandingkan orang lain (Mustofa, 2018). Kecemasan sosial memiliki pengaruh dan fungsi dalam kualitas hidup seseorang (Nevid, 2005). Rasa cemas menjadikan individu beda dengan orang lain dan selalu berpikir negatif. Hal ini dapat seiring dengan adanya harga diri yang terdapat dalam diri individu tersebut.

Coopersmith mengatakan bahwa harga diri merupakan penilaian diri yang dilakukan individu berkaitan dengan dirinya sendiri, mencerminkan sikap penerimaan dan penolakan, dan menunjukkan seberapa jauh kepercayaan individu terhadap kemampuan dirinya (Mustofa, 2018). Seseorang yang memiliki self esteem yang tinggi akan merasa baik dalam kemampuan yang bernilai dan perasaan dukungan dan penerimaan mereka dilingkungan sosialnya (Nurhidayati & Nurdibyanandaru, 2014). Seseorang yang menilai dirinya sendiri berkaitan dengan tinggih rendahnya harga diri individu tersebut (Ma'rifah & Budiani, 2012). Faktanya harga diri tidak hanya besar pengaruhnya atas kemampuan untuk pulih dari narkoba, tetapi juga mempengaruhi seseorang untuk menggunakannya (Arfiana, Akrim, & Sri, 2018).

Hasil penelitian dari (Ma'rifah & Budiani, 2012) menyatakan harga diri memiliki hubungan langsung dengan kecemasan sosial, sementara attachment style memiliki hubungan langsung dan tidak langsung dengan kecemasan sosial. Attachment style dan harga diri dapat memprediksi kecemasan sosial individu. Munculnya kecemasan ketika seseorang merasa tidak memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan sosial. Hal ini dapat mempengaruhi kepercayaan diri, konsep diri, dan harga diri individu tersebut. Penghargaan dirinya biasanya ada karena pemikiran mereka mengenai penilaian orang lain kepadanya.

Berdasarkan uraian mengenai kecemasan sosial dan harga diri pada penyalahguna narkoba, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai "Hubungan harga diri dengan kecemasan sosial penyalahguna narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat"

Harga diri pada umumnya menjadi faktor utama dalam menentukan perilaku dan harga diri itu sulit di evaluasi, karena istilah itu sendiri tidak jelas dan memiliki penafsiran yang beragam (Coopersmith, 1959). Rosenberg mendefinisikan harga diri merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri dan juga bagaimana seseorang memandang dirinya. Seseorang dengan harga diri tinggi dapat dikatakan mampu mengalami tekanan yang tinggi dengan memiliki kemampuan untuk bangkit kembali dengan cara mengatasi tekanan yang dialaminya tersebut (Srisayekti & Setiady, 2015). Sejalan dengan defenisi, menurut Chaplin harga diri adalah penilaian diri yang dipengaruhi oleh sikap interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap dirinya (Muslimah & Wahdah, 2013).

Aspek menurut Coopersmith mengenai harga diri yaitu 1). Perasaan berharga, merupakan perasaan dimana individu merasa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain, 2). Perasaan mampu, merupakan perasaan dimana individu mampu mencapai suatu hasil yang diinginkannya, 3). Perasaan diterima, yaitu perasaan individu merasa dihargai dan diterima sebagai dirinya sendiri (Mustofa, 2018). Harga diri erat kaitannya dengan kecemasan sosial.

Menurut Schancler & Leary kecemasan sosial merupakan kecemasan yang kemungkinan evaluasi interpersonal yang nyata maupun sistuasi sosial (Mustofa, 2018). Kecemasan sosial juga dikenal sebagai fobial sosial yakni salah satu gangguan kejiwaan dengan tingkat penyebarannya seumur hidup dengan 12%. Penyebaran dengan rasa takut atau sikap menghindari terhadap situasi-situasi sosial yang terjadi disekitarnya (Schneier, 2006)). Aspek kecemasan sosial menurut Leary sebagai berikut: 1). Ketakutan akan evaluasi negatif, individu merasa kecemasan sosial dan juga menganggap dirinya berada dalam posisi rendah sehingga menimbulkan persepsi orang lain meremehka dan juga merasa orang lain tidak menyukainya. 2). Keyakinan yang tidak rasional, persepsi diri terhadap orang lain seolah-olah menyatakan orang tersebut tidak menyukai dirinya dan memiliki kecenderungan untuk menghindari situasi sosial. 3). Standar yang terlalu tinggi, keadan individu yang merasa bahwa dirinya tidak dapat memenuhi harapan serta tidak membuat orang lain berkesan (Putra & Adli, 2019).

METODE PENELITIAN

Pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional digunakan penelitian ini untuk menguji hubungan antara variabel independen yaitu harga diri dengan variabel dependen yaitu kecemasan sosial.

Populasi dalam penelitian ini adalah pengguna napza yang menjalankan rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. Dengan menggunakan teknik sampel random, jadi siapa saja yang menjadi anggota populasi mempunyai kesempatan untuk menjadi sampel (Winarsunu, 2009). Maka dari itu peneliti menggunakan 30 orang subjek yang masih melakukan rehabilitas di BNNP Sumatera Barat.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu harga diri sebagai variabel bebas dan kecemasan sosial sebagai variabel terikat. Harga diri dan kecemasan sosial diukur menggunakan skala yang diadaptasi dari Mustofa (2018) dan harga diri disusun berdasarkan teori coopersmith. Skala yang digunakan untuk variabel kecemasan sosial yaitu dengan mengadaptasi dari skala yang disusun oleh Mustofa (2018). Skala pengukuran dalam penelitian menggunakan aitem yang valid. Intrumen penelitian ini menggunakan dua jenis pernyataan yaitu favorabel dan unfavotabel, serta berbentuk skala Likert.

Proses analisa data menggunakan software perhitungan statistik SPSS for windows versi 26 dengan menggunakan korelasi product moment karena untuk menggambarkan hubungan dua variabel dan menguji signifikan atau tidaknya hubungan kedua variabel tersebut.

HASIL PENELITIAN

Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan teknik Shapiro-Wilk. Adapun hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk Statistic	df	Sig.
Harga diri	.963	30	.363
Kecemasan sosial	.933	30	.061

Berdasarkan tabel 1, maka diperoleh nilai signifikan pada variabel self esteem 0,363 dan variabel kecemasan sosial 0,61. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya harga diri dan kecemasan sosial terdistribusi secara normal.

Uji linearitas dengan menggunakan teknik Test for Linearity. Adapun hasil uji linearity dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Taraf Signifikan
Harga diri	.268	.993
Kecemasan sosial		

Berdasarkan tabel 2, diperoleh $F = 0,268$ dengan signifikan sebesar $p = 0,993$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$ maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel harga diri dan kecemasan sosial.

Hipotesis pada penelitian diuji dengan menggunakan teknik korelasi product moment, pengujian hipotesis ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan variabel independen dengan variabel dependen. Berikut hasilnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

	N	Korelasi Pearson	Sig.
Harga diri dan kecemasan sosial	30	-.482**	.007

Berdasarkan tabel 3, maka diperoleh koefisien korelasi antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial yaitu sebesar $-0,482$ dengan taraf signifikan $p = 0,007$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi yang berarah negatif antara kedua variabel tersebut. Artinya adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dan kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba pada masa rehabilitasi.

Pembahasan

Dari hasil uji statistik diperoleh koefisien korelasi sebesar $-0,482$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif. Dengan demikian hipotesis yang mengatakan bahwa ada hubungan antara harga diri dan kecemasan sosial pada penyalahguna narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat diterima.

Kecemasan sosial merupakan ketakutan dihakimi dan dievaluasi secara negatif dari orang lain, mereka yang mengalami kecemasan sosial mendorong mereka kearah merasa kekurangan dan tertekan dengan lingkungannya. Hal tersebut dapat menunjukkan orang yang mengalami kecemasan sosial tidak dapat menemukan dirinya dalam situasi sosial.

Harga diri merupakan suatu penilai diri sendiri dan orang lain yang menjadi penyebab bagaimana kita dapat berinteraksi dilingkungan sosial agar tidak adanya kesalah pahaman antar individu. Seseorang yang memiliki harga diri yang rendah kebanyakan individu yang mengalami kecemasan yang tinggi. Evaluasi diri yang negatif menimbulkan perasaan yang sensitif, merasa sedih, dan ketakutan.

Sehubungan dengan temuan itu pada penelitian Sariyani, Ekawati, Duarsa, & Ariyanti (2019) mendapatkan hasil wawancara mendalam tersebut menemukan bahwa harga diri

antara orang-orang yang rehabilitasi penyalahgunaan narkoba tergantung pada berbagai faktor seperti dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, pengalaman hidup, keterampilan dan sifat, kerohanian, kebijakan, pengasuhan, lingkungan fisik, dan sosial.

Harga diri yang rendah pada individu yang menggunakan narkoba dapat memicu timbulnya kecemasan sosial dilingkungannya dengan menunjukkan sikap yang tidak nyaman saat berada dilingkungan itu sendiri. Kecemasan sosial suatu keadaan yang membuat individu merasa tidak nyaman dilingkungannya. Hal ini sejalan dengan harga diri mereka yang tidak dihargai sehingga individu sebagai pengguna narkoba ini akan merasa tidak tenang dilingkungan dan kurang baiknya penilaian orang-orang. Tetapi jika individu yang mampu mengendalikan harga dirinya, maka kecemasan bersosialisasinya akan menurun.

SIMPULAN

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan terdapat hubungan dengan arah negatif antara harga diri dan kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. Hasil koefisien korelasi dengan arah negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri maka kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba semakin rendah, begitu pula sebaliknya semakin rendah self esteem maka kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba semakin tinggi

DAFTAR PUSTAKA

- Arfiana, F. A., Akrim, W., & Sri, W. (2018). The correlation between self-esteem with resilience in drug abusers in the correctional institution in special region of yogyakarta. *Asian Academic Society International Conference (AASIC)* , 111-118.
- Aydin, Y., Evrensel, A., & Ceylan, M. E. (2018). Body image, self esteem and social anxiety levels in individuals with alcohol and substance abuse. *Medicine science international medical journal* , 15,16, 1-5, doi: 10.5455/medscience.2017.06.8740.
- Badan Narkotika Nasional. (2020). Narkoba marak saat pandemi, BNN gencar lakukan operasi. Retrieved November 25, 2020 from <https://bnn.go.id/narkoba-marak-saat-pandemi-bnn-gencar-lakukan-operasi/>
- Coopersmith, S. (1959). A method for determining types of self esteem. *The journal of abnormal and social psychology* , 59 (1), 87-94, doi.org/10.1037/h0048001.
- Ma'rifah, N. L., & Budiani, M. S. (2012). Hubungan antara attachment style dan self esteem dengan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal psikologi: Teori & Terapan* , 3 (1), 17-27.
- Muslimah, A. I., & Wahdah, N. (2013). Hubungan antara attachment dan self esteem dengan need for achievement pada siswa madrasah aliyah negeri 8 cakung jakarta timur. *Jurnal soul* , 6 (1), 43-56.
- Mustofa, D. A. (2018). Pengaruh self-esteem terhadap kecemasan sosial pada remaja mantan pengguna narkoba (Skripsi). Retrieved from <http://eprints.umm.ac.id>
- Nainggolan, T. (2011). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada pengguna napza: penelitian di balai kasih sayang parmadi siwi. *Sosiokonsepia* , 16 (2), 161-174.
- Nevid, J. S. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jilid 1. Terjemahan oleh Tim Psikologi UI. Jakarta: Erlangga.
- Nurhidayati, N., & Nurdibyanandaru, D. (2014). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan self esteem pada penyalahguna narkoba di rehabilitasi. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental* , 3 (3), 52-59.
- Pramitasari, S., & Ariana, A. D. (2014). Hubungan antara konsep diri fisik dan kecenderungan kecemasan sosial pada remaja awal. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental* , 3 (1), 48-53.
- Putra, R. A., & Adli, P. F. (2019). Hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada narapidana pria kasus narkoba di lembaga permasyarakatan kelas II A Padang. *Jurnal PSYCHE* , 12 (1), 87-92, ISSN : 2088-5326, e-ISSN : 2502-8766.

- Sariyani, M. D., Ekawati, N. K., Duarsa, D. P., & Ariyanti, K. S. (2019). Self esteem formation among people who are in rehabilitation for drug abuse in Bangli Mental Health Hospital, Bali, Indonesia. *Intisari sains medis* , 10 (93), 477-481, P-ISSN: 2503-3638, E-ISSN: 2089-9084.
- Schneier, F. R. (2006). Social anxiety disorder. *The new england journal of medicine* , 355, 1029-1036.
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga diri (Self esteem) terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal psikologi* , 42 (2), 141-156.
- Swasti, Idei Khurnia & Wisjnu Martani. 2013. Menurunkan Kecemasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup. *Jurnal Psikologi* Volume 40, No. 1, Juni 2013: 39 – 58.
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press