

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan merupakan suatu hal yang umum dialami manusia dalam kehidupan. Kecemasan sendiri merupakan bentuk perasaan tidak nyaman yang dirasakan pada diri individu yang diasosiasikan dengan keadaan yang tidak pasti. Berdasarkan *Diagnostic and statistical Manual of mental Disorder* (DSM IV-TR; *American Psiciatric Assosiation*), terdapat tujuh macam kecemasan yang berbeda dan satu diantaranya adalah kecemasan sosial.¹

Kecemasan sosial dapat di definisikan sebagai sekumpulan perilaku yang berkaitan dengan ketakutan pada kondisi sosial dan juga performa sosial yang dianggap akan memalukan dan mencakup beberapa situasi seperti berbicara didepan umum, figure otoritas atau menarik diri dari berbagai interaksi Bersama orang yang tidak dikenal, makan dan minum didepan banyak orang, serta menunjukkan perilaku asertif dengan individu yang berbeda.

Clark dan Wills mengatakan bahwa kecemasan sosial merupakan ketakutan akan evaluasi negatif eksposur dan pengindaran sosial (bersembunyi). Kecemasan sosial diyakini akan membuat individu beranggapan bahwa orang lain sedang melihat, menilai dirinya dan mengamati secara buruk atau negatif pada dirinya ataupun hal – hal yang sedang ia lakukan. Dengan kata lain yakni

¹ Nanik Kholifah, "PERAN TEMAN SEBAYA DAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA," *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 3, no. 2 (2 September 2016): 60.

kecemasan sosial adalah ketakutan seseorang akan evaluasi negatif dari orang lain yang dapat menimbulkan efek rasa malu, tidak mampu, depresi dan penghinaan.²

Penyalahgunaan dan peredaran narkoba di Indonesia sendiri merupakan salah satu ancaman serius bagi kelangsungan hidup generasi muda, bahkan untuk bangsa dan negara. Oleh sebab itu, Presiden Republik Indonesia beserta Kepala Kepolisian Republik Indonesia telah membentuk badan khusus untuk menangani permasalahan tersebut, yakni Badan Narkoba Nasional (BNN).

Berdasarkan keterangan yang di publish oleh BNN dan Polri mengungkapkan sebanyak 43.099 kasus tindak pidana penyalahgunaan narkoba pada 2022. Dari jumlah itu, ditemukan 50.721 tersangka laki – laki dan 4.731 tersangka perempuan. Dan diungkapkan pula 32.734 kasus diantaranya merupakan kasus penyalahgunaan narkoba jenis sabu – sabu. Dari kasus ini sedikitnya 40.593 tersangka terlibat dalam kasus tindak pidana tersebut dengan barang bukti berupa narkoba jenis sabu dengan total jumlah sebanyak 8,5 ton.

Hawari menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan penyalahgunaan Napza adalah penggunaan Napza yang dilakukan di luar medis, yakni tanpa petunjuk dan juga resep dari dokter. Sedangkan yang dimaksud dengan ketergantungan Napza adalah penyalahgunaan Napza yang disertai dengan adanya toleransi dan gejala putus zat (*withdrawal symptom*). Zat yang sering disalahgunakan ini memiliki efek kecanduan atau ketergantungan pada penyalahgunanya dan menimbulkan kendala dalam fungsi sosial. Termasuk dalam kategori zat yang

² Novia Ayu Puspita Rachmat dan Diana Rusmawati, “HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA TARUNA AKADEMI KEPOLISIAN SEMARANG,” *Jurnal EMPATI* 7, no. 3 (27 Juni 2020): 154, <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21844>.

sering disalahgunakan adalah narkotika (ganja, kokain, opium); psikotropika (zat penenang, halusinogenika, psikostimulant) dan zat adiktif lainnya.

Masalah Napza ini menarik untuk diteliti karena memiliki efek pengaruh yang sangat besar bagi penggunanya. Tidak hanya untuk dirinya sendiri, akan tetapi juga keluarga dan masyarakat secara keseluruhan, karena pada gilirannya dapat mengganggu ketertiban dan juga keamanan lingkungan hidup.

Yurliani menjelaskan akibat dari penyalahgunaan narkoba meliputi aspek fisik, psikologis (mental emosional) dan sosial. Secara kumulatif gangguan pada tiga aspek ini akan membawa perubahan perilaku yang terinfestasi dalam berbagai bentuk seperti misalnya sindrom amotivasional, depresi dan kecemasan sosial.

Gunarsa mengemukakan bahwa “kecemasan sebagai perasaan yang tidak menentu, ketakutan yang tidak jelas, dan tidak terikat pada suatu ancaman bisa menyebabkan individu menjauhkan diri, menghindari dari lingkungan ataupun tempat – tempat dan keadaan tertentu”. Pendapat tersebut merujuk kecemasan sosial pada faktor internal individu tentang bagaimana cara pandang (perspektif) terhadap lingkungan sosial. Dengan kata lain, dapat dikatakan bahwa kecemasan sosial lahir dari subjektivitas individu.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di Yayasan Al – Hijrah (Pusat Rehabilitasi Mental dan Napza Banjarmasin) menemukan berbagai permasalahan yang dapat menimbulkan kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi. Peneliti mengamati Yayasan al – Hijrah mendapati beberapa pasiennya mengalami kecemasan sosial yang diakibatkan oleh evaluasi negative dari lingkungan masyarakatnya, pasien yang kerap kali mengalami kecemasan sosial disini merupakan remaja hingga dewasa akhir dengan rentang usia 16 – 50 tahun.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan salah satu pengurus yang mendampingi para pasien rehabilitasi di Yayasan Al – Hijrah peneliti menemukan hasil bahwa, beberapa pasien rehabilitasi mengalami kecemasan sosial sebab takut mendapat evaluasi negatif dari orang lain ketika melakukan suatu kegiatan. Dari hal tersebut para pasien rehabilitasi akan mudah mengalami kecemasan sosial saat berinteraksi dengan banyak orang, merasa gerak – geriknya diamati, mendapatkan evaluasi negatif, dan terkadang merasa dipermalukan didepan umum oleh orang lain.³

Berangkat dari latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian permasalahan kecemasan sosial yang dialami para pasien rehabilitasi di Yayasan Al – Hijrah di Banjarmasin dengan judul penelitian **”GAMBARAN KECEMASAN SOSIAL PADA PASIEN REHABILITASI NARKOBA DI YAYASAN AL-HIJRAH BANJARMASIN”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, maka rumusan masalah yang di dapat antara lain :

1. Bagaimana bentuk kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi narkoba di Yayasan Al-Hijrah ?
2. Apa saja penyebab kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi narkoba di Yayasan di Al-Hijrah ?

³ Hasil Wawancara dengan Salah Satu pengurus yang mendampingi para pasien rehabilitasi di Yayasan Al – Hijrah.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini antara lain

1. Mendeskripsikan bentuk kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi narkoba di Yayasan Al-Hijrah.
2. Mendeskripsikan penyebab kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi narkoba di Yayasan Al-Hijrah.

D. Signifikansi Penelitian

Tujuan dari penelitian ini sendiri adalah mengetahui gambaran individu sebagai pasien rehabilitasi narkoba yang memiliki kecemasan sosial terkait pandangan masyarakat serta lingkungan terhadap dirinya.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi wawasan atau kajian dalam bidang keilmuan psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial mengenai kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi narkoba di Yayasan Al Hijrah Banjarmasin. Serta juga sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai variabel terkait.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi tambahan terkait dengan gambaran kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi narkoba, selain itu juga diharapkan dapat membawa dampak positif terhadap dirinya dan juga lingkungan sekitarnya.

- 1). Untuk subjek penelitian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana guna mengetahui gambaran kecemasan sosial dan cara – cara mengatasinya.
- 2). Untuk instansi dan keluarga subjek, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk proses pendekatan dan metode dalam penyelesaian permasalahan terkait pasien khususnya terkait dengan bidang psikologi terkait permasalahan kecemasan sosial.
- 3). Untuk penulis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengalaman yang berharga dalam upaya meningkatkan kemampuan penulis guna mengembangkan ilmu dan juga dapat memberikan wawasan terkait gambaran kecemasan sosial pada pasien rehabilitasi yang berupa hasil penelitian.

E. Definisi Operasional

Agar pemahaman terkait dengan penelitian tidak ambigu dan bias. Maka peneliti memberikan definisi operasional terkait variable yang dirumuskan dalam karakteristik variable yang dapat diamati.⁴ Definisi operasional dari penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Kecemasan sosial

Kecemasan sosial merupakan istilah yang menggambarkan keadaan gelisah, khawatir, takut, tidak tenang dan lain sebagainya yang di sertai dengan berbagai keluhan fisik. Hal ini dikemukakan pula oleh Maramis yang mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu ketegangan, kekhawatiran, rasa tidak aman yang timbul karena dirasakan akan mengalami kejadian tidak

⁴ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998), 75.

menyenangkan. Sampai pada batas tertentu perasaan cemas dapat dikatakan normal sebagai tanda ataupun isyarat untuk lebih waspada bahwa ada suatu bahaya yang mengancam.⁵

Kecemasan sosial merupakan salah satu bentuk dari kecemasan. *American Psychiatric Association* juga mengatakan bahwa kecemasan sosial merupakan gangguan yang terjadi terus menerus, rasa khawatir yang tidak rasional, dan keinginan yang memaksa untuk menghindari situasi dimana seseorang dapat menunjukkan dirinya yang memungkinkan orang lain dapat memperhatikannya.⁶

Kecemasan sosial pada penelitian ini menggunakan teori yang di kemukakan oleh La Greca dan Lopez. Aspek-aspek kecemasan sosial menurut La Greca dan Lopez adalah sebagai berikut :⁷

a. Ketakutan terhadap evaluasi yang negatif (*Fear of negative evaluation*)

Merupakan pernyataan bahwa individu akan merasa khawatir atau takut pada penilaian buruk yang diberikan oleh orang lain seperti mengejek dan mengkritik.

b. Penghindaran sosial dan tertekan secara umum (*social avoidance and distress in general*)

Merupakan pernyataan bahwa individu akan cenderung menghindar dari tempat – tempat umum atau dari situasi sosial yang

⁵ Robert M. Arkin, Alan J. Appelman, dan Jerry M. Burger, “Social anxiety, self-presentation, and the self-serving bias in causal attribution,” *Journal of Personality and Social Psychology* 38, no. 1 (1980): 23–35, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.1.23>.

⁶ Edelman J.R, “*Sosial Anxiety and Sosial Phobia*”. *Anxiety: Theory Research and Intervention in Clinical and Healt Psychology* (UK: University of Surrey, 1992).

⁷ Annette M. La Greca dan Nadja Lopez, “Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships,” *Journal of Abnormal Child Psychology* 26, no. 2 (1998): 83–94, <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>.

akan membuat dirinya merasa tidak nyaman dan akan merasa jauh lebih nyaman dan tenang saat sendiri.

- c. Penghindaran sosial dan tertekan terhadap lingkungan sosial yang baru (*sosial avoidance specific to new situation*)

Merupakan pernyataan bahwa individu akan lebih menghindari situasi baru termasuk saat bertemu dengan orang baru atau asing bagi individu.

Maka dapat dipahami bahwasanya kecemasan sosial merupakan bentuk perasaan tidak nyaman yang memunculkan kekhawatiran, rasa takut akan penilaian negatif pada diri seseorang oleh lingkungan di sekitarnya.

2. Pasien Rehabilitasi Narkoba

Kamus besar Bahasa Indonesia mendefinisikan rehabilitasi sebagai pemulihan kepada kedudukan (keadaan, nama baik) yang dahulu semula; perbaikan anggota tubuh yang cacat dan sebagainya atas individu (misalnya pasien rumah sakit, korban bencana) supaya menjadi manusia yang berguna dan memiliki tempat di masyarakat.⁸

Menurut kamus kedokteran Dorland edisi ke 29, definisi rehabilitasi adalah pemulihan ke bentuk atau fungsi yang normal setelah terjadi luka atau sakit, atau pemulihan pasien yang sakit, atau cedera pada tingkat fungsional optimal di rumah dan masyarakat, dalam hubungan dengan aktifitas fisik, psikososial, kejuruan dan rekreasi. Jika seseorang mengalami luka, sakit atau cedera maka tahap yang harus dilewati adalah penyembuhan terlebih dahulu.

⁸ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Cet. II (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011).

Setelah penyembuhan atau pengobatan dijalani maka masuk ke tahap pemulihan. Tahap pemulihan inilah yang disebut dengan rehabilitasi.⁹

Sedangkan dalam pengertian lain dengan objek yang lebih spesifik lagi yaitu bagi korban napza dikatakan bahwa rehabilitasi adalah usaha untuk memulihkan dan menjadikan pecandu narkotika hidup sehat jasmaniah dan rohaniah sehingga dapat menyesuaikan dan meningkatkan kembali keterampilan, pengetahuan, serta kepandaiannya dalam lingkungan hidup.¹⁰

Berdasarkan pengertian - pengertian di atas dapat dipahami bahwa rehabilitasi adalah proses pemulihan yang dilakukan setelah adanya pengobatan. Atas dasar pemahaman tersebut maka tidak tepat jika menyamakan pengobatan dengan rehabilitasi. Dan dapat disimpulkan bahwa pasien rehabilitasi Narkoba adalah sebutan untuk orang yang tengah menjalani serangkaian proses dalam upaya perbaikan nama baiknya di lingkungan masyarakat, serta pemulihan dirinya secara jasmani dan rohaniah dari sifat kecanduan atau ketergantungan terhadap zat – zat terlarang.

F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Togiaratua Nainggolan dalam jurnal Sosiokonsepsia, Vol.16 No.02, Tahun 2011 dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan diri dengan kecemasan Sosial Pada Pengguna Napza”. Metode yang digunakan adalah Teknik sampling sensus. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negative secara statistic antara kepercayaan diri dan

⁹ Newman Dorland, *Kamus Kedokteran Dorland*, Edisi 29 (Jakarta: EGC, 2002).

¹⁰ Sudarsono, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja* (Jakarta: Rineka Cipta, 1990), 87.

kecemasan sosial diantara para pecandu NAPZA dari golongan generasi muda. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terkait dengan kecemasan sosial dan juga subjek yang merupakan para pengguna narkoba yang tengah menjalani masa rehabilitasi / pemulihan. Sementara perbedaannya terdapat pada metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif, sementara pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode penelitian kualitatif.

2. Penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Zahra Nur Yudianfi, dalam jurnal Rosyada : Islamic guidance and Counseling Vol 3. No.1 2022, dengan judul : “Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Desa Selur Ngrayun ponorogo”. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini ditemukan adanya bentuk – bentuk kecemasan sosial yang dialami oleh remaja akhir desa selur meliputi : cemas menghadapi situasi sosial, kesulitan berinteraksi dengan orang lain dan tidak percaya diri. Penyebab kecemasan sosial yang dialami remaja akhir desa selur meliputi : cara berpikir, kurang fokus perhatian dan konsteks evaluasi. Dalam mengatasi kecemasan sosial yang remaja lakukan adalah relaksasi, meminta nasehat orangtua dan teman sebaya, dan mengandalkan pada diri sendiri serta mempercayakan pada Allah SWT. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terkait pembahasan kecemasan sosial dan juga metode yang digunakan yakni penelitian kualitatif. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian

yang akan dilakukan yakni terkait dengan subjeknya. Dalam penelitian terdahulu subjek yang digunakan adalah remaja di daerah setempat. Sementara pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, subjek yang digunakan merupakan pasien rehabilitasi narkoba yang tengah menjalani masa rehabilitasi di suatu Yayasan.

3. Penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Regina Aldiyus dan Free Dirga Dwatra, dalam jurnal Pendidikan Tambusai halaman 305-310 Vol.5 No.1 Tahun 2021 dengan judul “Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial Penyalahgunaan Narkoba Pada Masa Rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat”. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif melalui Teknik sampling random. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yang negative antara self esteem dan kecemasan sosial dengan nilai koefisien $r = -.482$ dengan signifikansi $(p) = 0,007 < 0,05$. Jadi semakin tinggi harga diri maka semakin rendah pula kecemasan sosial pada penyalahguna narkoba pada masa rehabilitasi. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terkait dengan kecemasan sosial dan juga subjek yang digunakan yang merupakan para pengguna napza yang tengah menjalani rehabilitasi. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat pada lokasi pelaksanaannya. Dipenelitian sebelumnya dilakukan di BNNP Sumatera Barat sementara penelitian yang akan dilakukan nantinya dilaksanakan di Yayasan Al – hijrah Banjarmasin.
4. Penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Fitria Rachmawaty dalam Jurnal Psikologi Tabularasa Vol. 10, No.1, April 2015: 31-42 dengan judul

“Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja. Metode yang digunakan adalah survey menggunakan *Parental Authoritarian Questionnaire (PAQ)* untuk menentukan klasifikasi dari jenis pola asuh yang digunakan. Hasil menunjukkan bahwa kecemasan sosial remaja dapat dipengaruhi langsung oleh pola asuh otoriter. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terkait dengan kecemasan sosial. Sementara perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek yang digunakan pada penelitian terdahulu terdiri dari 230 remaja dengan pola asuh otoriter, sementara penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek pasien rehabilitasi narkoba.

5. Penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Bram Kristian Santoso, IGAA Noviekayati, Amherstia Pasca Rina, dalam jurnal *Inner: Journal of Psychological Research* Vol. 2, No.3 November 2022 dengan Judul “Kecemasan Sosial pada remaja akhir : Bagaimana Peranan Adiksi Media Sosial?”. Metode yang digunakan adalah Kuantitatif dengan bentuk korelasional. Teknik sampling menggunakan Teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi positif antara variabel adiksi media sosial dan variabel kecemasan sosial. Semakin tinggi adiksi media sosial remaja akhir, maka semakin tinggi pula kecemasan sosial yang dimiliki remaja tersebut dan begitupula sebaliknya. Untuk mencegah dampak buruk kecemasan sosial, disarankan agar tiap orang dapat mengatur waktu penggunaan media sosialnya. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pembahasan

terkait dengan kecemasan sosial. Sementara untuk perbedaan pada penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan berupa pembahasan mengenai media sosial pada penelitian terdahulu. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan membahas terkait seputar kehidupan pasien rehabilitasi narkoba dengan lingkungannya. Perbedaan lainnya juga didapatkan pada metode penelitian yang digunakan.

G. Sistematika Pembahasan

1. Bab I yaitu pendahuluan, berisi pemaparan latar belakang masalah dengan alasan penelitian mengangkat penelitian ini, kemudian dilanjutkan dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi istilah, penelitian terdahulu dan sistematika penulisan.
2. Bab II yaitu kajian teoritik dan kerangka pikir, serta landasan teori yang membahas tentang kecemasan sosial : Pengertian kecemasan sosial, Gejala kecemasan sosial, Aspek – aspek kecemasan sosial, Bentuk – bentuk kecemasan sosial, Faktor penyebab kecemasan sosial, Dampak Negatif Kecemasan Sosial, Term Kecemasan dalam Al – qur’an dan Cara mengatasi kecemasan sosial. Serta terkait pasien rehabilitasi narkoba, tujuan rehabilitasi, Narkoba, Penyalahgunaan Narkotika dalam hukum Islam.
3. Bab III yaitu jenis dan pendekatan penelitian, lokasi penelitian, Subjek dan Objek Penelitian, data dan sumber data, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data.

4. Bab IV yaitu pembahasan serta penyajian data, berisi pemaparan mengenai laporan hasil penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, pelaksanaan penelitian, mekanisme triangulasi data, hubungan peneliti dengan subjek, identitas dan deskripsi subjek, analisis data penelitian dan pembahasan mengenai masalah dalam penelitian serta keterbatasan dalam penelitian.
5. Bab V yaitu penutup, berisi kesimpulan penelitian dan saran dari peneliti untuk menutup pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian ini.