

“Religiousness Islami” dan “Self Regulation” Para Pengguna Narkoba

AGUS SOFYANDI KAHFI ¹, DEWI ROSIANA ²

^{1,2} Fakultas Psikologi Unisba, Jl. Tamansari No.1 Bandung
email: ¹agussofyandikahfi@yahoo.co.id; ²dewirosiana@yahoo.com

Abstract. This article aims to get empirical datas about corelation between religiousness Islami and self regulation in drug users who have relapse tendencies. Mooreover, this research aims to comprehend the influence of Islamic religiousness and its many dimensions to self-regulation, self-regulation and the influence of individuals who have tendency to drugs relapse. Subjects in this research are 30 people, that is resident in an intensive rehabilitation program. Instrument used was questionnaires of Islamic religiousness and self-regulation which compiled based on Zimmermann theory. It was concluded that the Islamic Religiousness which consists of religious believe, religious and religious practic has significant effect and very close relationship (.782) with self regulation.

Keywords: religiousness Islami, self regulation, residen, drug relaps

Abstrak. Artikel ini bertujuan untuk memperoleh gambaran empirik tentang seberapa besar hubungan antara *religiousness Islami dan self regulation*, sehingga para pengguna narkoba atau yang disebut residen memiliki kecenderungan drugs relaps dan sekaligus memperoleh gambaran empirik tentang besarnya pengaruh dari *religiousness Islami* beserta dimensi-dimensinya terhadap *self regulation*, serta besarnya pengaruh *self regulation* individu yang memiliki kecenderungan drugs relaps. Subjek pada penelitian ini sebanyak 30 orang, yaitu residen yang secara intensif mengikuti program rehabilitasi. Alat ukur yang digunakan adalah angket *religiousness Islami* yang disusun peneliti, serta alat ukur self regulation yang disusun peneliti berdasarkan teori Zimmermann. Berdasarkan hasil pengolahan data, disimpulkan bahwa *Religiousness Islami* yang terdiri dari *religious believe, religious practic dan religious effect* memiliki hubungan signifikan yang sangat erat (0,782) dengan *self regulation*.

Kata kunci: religiousness Islami, self regulation, residen, drug relaps

Pendahuluan

Panti rehabilitasi merupakan salah satu tempat bagi para pecandu narkoba yang ingin pulih dari kecanduannya, praktek rehabilitasinya itu sendiri meliputi baik terapi tingkah laku, terapi medis, terapi keagamaan, atau kombinasi dari semua terapi tersebut. Tingkat keberhasilan dari setiap terapi yang diberikan tidak selalu memberikan hasil yang sama bagi setiap orang, karena itu setiap proses rehabilitasi harus selalu dievaluasi dan dikaji kembali keefektifitasannya. Seperti penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya oleh Kahfi, dkk (2012), dari sekian banyak metode yang digunakan dalam setiap panti rehabilitasi terdapat salah satu metode yakni Terapi Komunitas yang khususnya digunakan di Rumah Cemara, dan metode pemulihan yang

digunakan adalah penggabungan antara Terapi Komunitas dengan 12 langkah *Narcotics Anonymous*. Terapi keagamaan dengan program NA Residen dapat mengembangkan hubungan baik dengan Tuhan, memiliki kendali norma yang baik pada diri, sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, hal tersebut merupakan wujud dari aspek identitas moral etik, aspek peniaian moral etik dan aspek penilaian sosial. Individu yang pulih memiliki *Self-Concept* yang positif seperti lebih memperhatikan norma atau aturan yang berlaku sehingga dapat berperilaku sesuai dengan aturan yang ada, lebih mampu mengendalikan diri dan berpikir terlebih dahulu sebelum berbuat sesuatu jika menghadapi masalah, lebih memahami keluarga dan teman-temannya, mampu bersosialisasi dengan orang yang baru dikenalnya karena merasa bahwa

dirinya tidak berbeda dengan orang lain (Kahfi, Hatta, Purnamasari, Rosiana, 2012).

Di dalam pandangan Agama narkoba adalah barang yang merusak akal pikiran, ingatan, hati, jiwa, mental dan kesehatan fisik seperti halnya khomar. Islam mengajarkan kepada manusia bahwa khamar (minuman keras dan narkoba) merupakan sesuatu hal yang sangat negatif atau termasuk perbuatan syetan. Maka Allah memerintahkan kepada manusia untuk menjauhi perbuatan penyalahgunaan khamar agar manusia selamat dan bahagia (QS. al-Maidah: 90). Allah juga menjelaskan bahwa dalam khamar terdapat sedikit manfaat yang dapat diperoleh bagi kehidupan manusia, namun ternyata bahaya dan akibat buruk yang ditimbulkan jauh lebih besar dibanding manfaatnya (QS. al-Baqarah: 219). Sebagian akibat buruk yang disebabkan oleh khamar/ narkoba adalah timbulnya sifat permusuhan (emosional dan agresifitas) serta berakibat menghalangi manusia dari mengingat Allah dan Shalat. Oleh karena itu, Allah meminta manusia untuk berhenti mengkonsumsi khamar/ narkoba (QS. al-Maidah: 91).

Artikel ini mengenai nilai keagamaan yang dihubungkan dengan aspek kepribadian individu sudah pernah diteliti. Seperti penelitian yang pernah dilakukan oleh Kusdiyanti, dkk, (2012), bahwa dengan menetapkan dzikir sebagai aktivitas yang dilakukan setelah shalat akan timbul rasa penghayatan dirinya dekat dengan Allah SWT sehingga hatinya menjadi tenang dan ketika menghadapi permasalahan tidak mudah mencari jalan pintas. Dzikir dapat pula meningkatkan keimanan, juga mendekatkan diri kepada Allah SWT. Dzikirpun bisa dilakukan tidak hanya sesudah shalat saja tetapi kapan saja bahkan bisa melakukannya dengan cara melafalkannya dalam hati dimana saja (ditempat yang layak). Dzikir merupakan salah satu alternatif yang bisa digunakan untuk menghindari melakukan jalan pintas yang cenderung tidak berpikir terlebih dahulu sebelum berbuat sesuatu jika menghadapi masalah. Dalam hal ini misalnya individu yang menggunakan narkoba karena putus asa terhadap masalah yang dihadapinya atau individu yang cenderung akan menggunakan kembali narkoba setelah pulih/relapse. Maka akan dengan mudah menghindari atau tidak mengulangi perbuatan itu lagi, karena individu tersebut sadar akan hal yang dilakukannya itu akan berdampak buruk baginya dan merupakan hal yang dilarang oleh agama, sehingga dengan menjauhi larangan-Nya termasuk untuk tidak menggunakan dan tidak menggunakan kembali narkoba akan selalu tertanam dalam dirinya, karena sesungguhnya yang dilakukannya hanyalah perbuatan yang sisa-sisa yang menampilkan kesenangan sesaat didunia tanpa memerhatikan dampak dari yang dilakukannya,

baik di dunia (bagi dirinya sendiri, baik itu dari segi kesehatan dirinya, hubungan yang tidak baik dengan Tuhan atau jauh dari Tuhan, dan *Self-Concept* yang negatif) maupun akhirat.

Individu cenderung melakukan penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukannya, hanya saja hasilnya tergantung juga dari kontrol diri individu tersebut, jika dapat mengatasi masalah untuk tidak menggunakan kembali narkoba, berarti individu tersebut memiliki kontrol diri yang baik, maka dari itu kontrol diri yang baik sangat diperlukan.

Hawari (1990), yang menyatakan bahwa mekanisme terjadinya penyalahgunaan napza, disebabkan karena adanya interaksi antara faktor-faktor predisposisi (faktor internal kepribadian), faktor kondisi keluarga dan faktor pencetus yang meliputi tingkat kecemasan yang dihayati individu, pengaruh teman kelompok sebaya dan ketersediaan zatnya itu sendiri.

Dinamika setelah terjadinya penyalahgunaan napza yang akan menyebabkan sulitnya penanganan terhadap para penyalahgunaan napza dan residen, digambarkan Seevers (1986) sebagai berikut: Setiap pengalaman yang menyenangkan ketika memakai napza, akan berfungsi sebagai *continued positive reinforcement*. Dapat ditundanya (untuk sementara waktu) kecemasan yang mereka alami dari tidak terpenuhinya kebutuhan, tatkala memakai napza, akan membuat mereka merasa sejahtera (*optimal state of well being*). Akibatnya, ketergantungan psikologis terhadap *reward* yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman menyenangkan selama memakai napza, akan menjadi pola tingkah laku terbiasa (*a conditioned pattern of behavior*).

Dinamika di atas ditunjukkan dengan banyaknya usaha yang telah dilakukan baik oleh pihak rumah sakit ketergantungan obat maupun oleh aparat kepolisian serta banyak terapi dan rehabilitasi bagi pengguna napza, mulai dari program rawat inap, rawat jalan, panti rehabilitasi, dan rumah pendampingan. Untuk menangani para pengguna napza yang mau menghentikan kebiasannya, tetapi dalam kenyataannya para pengguna yang sudah mendapatkan penanganan atau rehabilitasi masih banyak yang kembali menjadi pengguna (kambuh/ relapse); padahal kambuh lagi, baik bagi para pengguna ataupun lingkungan sekitarnya, merupakan masalah besar yang menjadikan semua upaya menjadi tidak memiliki arti sama sekali.

Para residen di Rumah Cemara, beberapa pengguna napza yang berusaha untuk menghentikan kebiasannya, diantara mereka ada yang bisa menghentikan kebiasannya dan tidak menunjukkan kecenderungan untuk mengalami kambuh kembali; tetapi kebanyakan dari mereka mengalami kesulitan untuk menghentikannya

bahkan banyak dari mereka yang sudah bisa berhenti tetapi sangat mudah untuk kambuh kembali. Sejauh penulisan penulis, faktor yang memungkinkan seseorang kambuh dan tidak, akan terkait dengan aspek internal dan eksternal individu.

Faktor internal bisa berhubungan dengan *self concept* dan *self regulation* yang memungkinkan munculnya strategi coping tertentu ketika individu mengalami kecemasan dan keinginan mengkonsumsi kembali napza. Sedangkan yang berkaitan dengan faktor eksternal individu, berhubungan dengan kondisi keluarga, lingkungan pekerjaan dan teman individu serta pergaulan yang selalu mengajak dan mempengaruhi mereka, profesi yang digeluti oleh seseorang yang menuntut untuk selalu berdekatan dengan napza serta tarikan yang menyenangkan dari mengkonsumsi napza itu sendiri.

Kambuh kembali (*relapse*) menunjukkan bahwa mantan pengguna narkoba yang sudah sempat "bersih" namun kembali mengkonsumsi narkoba atau merupakan kondisi dimana pola lama penyalahgunaan terjadi kembali dan pemakaian napza berlangsung rutin kembali (Kamus BNN). Proses terjadinya kambuh menurut Gorski dan Miller (dalam buku BNN, 106: 2007) disebabkan karena adanya perilaku lepas kendali, dalam hal mana si pengguna merasa puas dengan memakai kembali napza pada situasi atau kebiasaan sosial, tanpa merasa bahwa ia tengah memiliki masalah yang berat. Perilaku lepas kendali dalam Psikologi, populer dengan sebutan *self control*.

Self control ini adanya di lapisan otak luar (supragramular layer) manusia, yang berfungsi mengatur kekuatan dorongan dan keinginan dalam diri yang menjadi inti dari kemampuan untuk menentukan kesanggupan, keyakinan, keberanian, perasaan dan emosi dalam diri. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Robert M Liebert (dalam Badan Narkotika Nasional, 2007), bahwa *self control* mengandung arti kecakapan menghambat impuls-impuls secara konsisten yang dilakukan oleh individu dalam berbagai situasi, kapanpun dan dimanapun terlepas dari kehadiran atau ketidakhadiran orang lain. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa penyebab utama perilaku penyalahgunaan narkoba termasuk perilaku relaps, disebabkan oleh ketidakmampuan untuk melakukan kontrol diri, sehingga individu menjadi rentan terhadap hal-hal negatif, dalam hal ini sangat rentan dipengaruhi lingkungan untuk menyalahgunakan atau menggunakan kembali napza.

Dari kajian literatur, ditemukan bahwa *self control* yang rendah, ada kaitannya dengan fungsi dari *self regulation* yang rendah (Neil G. Ribner, 2002: 108). Hal ini sejalan dengan Gillion et.al

(2002) (dalam McCullough, 2009) yang menyatakan bahwa *self regulation* memainkan peranan penting dalam mengembangkan *self control*. *Self Regulation* dalam konteks ini merupakan bagian diri yang berfungsi sebagai salah satu pengendali perilaku, khususnya dalam upaya pemenuhan kebutuhan-kebutuhan, motif-motif dan nilai-nilai yang melekat di dalamnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Baumeister (1997) yang menyatakan bahwa kemampuan *self regulation* yang efektif, akan meningkatkan kapasitas individu untuk mencapai sebuah kesuksesan bahkan akan mengurangi tingkah laku yang akan merusak dirinya (*self destruction*). Bandura (1986) yang menyatakan bahwa *self regulation* merupakan kemampuan individu untuk mempertahankan komitmennya terhadap suatu tujuan selama periode tertentu, khususnya pada saat tidak ada insentif yang berasal dari luar (*external rewards*). Juga Papalia et.al. (2004) yang menyatakan bahwa *self regulation* merupakan kemampuan individu untuk menahan dorongan-dorongan dan kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah lakunya pada saat tidak ada kontrol dari lingkungan. Dalam sudut pandang yang lain, Zimmerman (2000) menyatakan bahwa *self regulasi* merupakan usaha-usaha sistematis untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan, terhadap pencapaian tujuan.

Mengenai urgensi memahami *self regulation* dari para residen, baik yang memiliki kecenderungan drugs relaps ataupun yang tidak memiliki kecenderungan *drugs relaps* adalah sebagai salah satu upaya untuk memahami perkembangan dan dinamika terjadinya drugs relaps bahkan jika memungkinkan bisa meningkatkan pemahaman adanya psychopathologi dalam pribadi residen. Hal ini sejalan dengan Posner dan Rothbart (2000: 427) yang berpendapat bahwa upaya memahami *self regulasi* merupakan salah satu tujuan penting untuk meningkatkan pemahaman mengenai perkembangan dan Psychopathology.

Carver & Scheier (1981) dalam (Baumeister, 1977) menyatakan bahwa terdapat dua kegagalan dari *self regulasi*, yaitu *underregulation & misregulation*. *Underregulation* terjadi ketika *self* gagal untuk merubah respon-responnya menuju ke arah hasil yang baik. *Underregulation* ini dapat dilihat dengan adanya *procrastination* (tingkah laku penundaan), *violence*, dan pola-pola tingkah laku yang tidak bertujuan (*binge pattern*). *Misregulation* meliputi usaha-usaha yang tidak membawa hasil pada kemajuan, mungkin disebabkan oleh kurangnya pemahaman. *Misregulation* ini dapat memberikan kontribusi terhadap penyalahgunaan obat dan minuman, keterhambatan oleh karena adanya tekanan (*choking under pressure*) dan *maladaptive goal setting*.

Singer dan Bashir (1999), menyatakan bahwa *self regulation* merupakan suatu set dari tingkah laku yang digunakan secara fleksibel untuk mengarahkan, memonitor dan menuju ke arah suksesnya performance seseorang. Oleh karena itu, *self regulation* bisa dikatakan sebagai hasil dari proses personal, lingkungan dan tingkah laku individu. Perspektif kognisi sosial berpandangan bahwa *self regulation* merupakan hasil dari adanya suatu interaksi dari faktor-faktor pribadi, tingkah laku dan lingkungan (Bandura, 1989; dalam Boekaerts, 2000:13).

Pada penelitian ini peneliti menganalisis secara lebih rinci tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kepribadian islami, *self concept*, dan *self regulation* dari residen, sehingga dapat ditemukan karakteristik yang khas dari ketiga faktor di atas pada para residen. Selanjutnya, jika telah diketahui kekhasan dari faktor-faktor tersebut, diharapkan bisa ditemukan hubungan kausal antara faktor-faktor tersebut, sehingga dapat ditemukan seberapa besar pengaruh satu faktor terhadap faktor lainnya dan faktor mana yang dominan mempengaruhi terjadinya perilaku relaps pada residen. Selanjutnya, diharapkan bisa disusun suatu intervensi yang tepat bagi mereka agar bisa berhenti secara total dan tidak ada kecenderungan relaps. Berdasarkan uraian diatas, rancangan yang digunakan adalah *Causal Comparative Modeling Technique* (Skinner, 1982; S. Issac & W.B. Michel, 1982). Populasi atau subjek penelitiannya adalah 30 orang Residen yang terdaftar sebagai anggota di LSM Rumah Cemara Bandung dan ada pada usia dewasa awal serta masih memiliki kecenderungan yang kuat untuk relaps.

“Self Regulation”

Self regulation digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk melakukan penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan. Proses *self regulatory* dan disertai adanya beliefs menurut Zimmerman, dibagi ke dalam tiga siklus. Yaitu *fase forethought*, *performance* atau *volitional control*, dan proses-proses *self-reflection*.

Forethought merupakan suatu proses yang terjadi sebelum adanya usaha-usaha untuk bertindak dan berpengaruh terhadap usaha-usaha tersebut dengan melakukan persiapan pelaksanaan tindakan tersebut. Ada dua sub proses dari *fase forethought* yaitu *task analysis* yang terdiri dari *goal setting* dan *strategic planning* serta *self motivation beliefs* yang terdiri dari *self efficacy*, *outcome expectations*, *intrinsic interest/value*, dan *goal orientation*.

Performance or volitional control melibatkan proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung

dan pengaruhnya terhadap persiapan yang telah dibuat dan tindakan yang dilakukan. Pada fase ini terdapat dua tipe, yaitu *self control* yang meliputi proses *self instruction*, *imagery*, *attention focus*, dan *task strategies* serta *self observation* yang meliputi proses *self recording* dan *self experimentation*.

Self reflection melibatkan proses yang terjadi setelah adanya usaha-usaha pada *fase performance* dan memengaruhi reaksi individu terhadap pengalamannya tersebut. *Self reflection* juga akan memengaruhi *forethought* dalam hal menentukan usaha-usaha berikutnya sehingga dengan demikian melengkapi siklus sebuah *self regulatory*. Ada dua proses pada *self reflection* yang berhubungan erat dengan *self observation*, yaitu *self judgement* yang meliputi proses *self evaluating* terhadap *performance* seseorang dan *causal attributions*. serta *self reaction* yang terdiri dari proses *self satisfaction* dan *adaptive inferences*. Selanjutnya (dalam Widawati, 2008), bila dikaitkan dengan tahap perkembangan regulasi diri yang dikemukakan oleh Schunk & Zimmerman (1997), maka pencapaian keterampilan regulasi diri yang optimal akan dipercepat bila didukung oleh kapasitas personal yang dimiliki individu.

Pengaruh Religiousness terhadap “Self Regulation”

Sedangkan pengaruh *religiousness* terhadap *self regulation*, Michael E. Mc. Cullough and Brian L.B. Willoughby (2009) menemukan bahwa *religiousness* akan memengaruhi pada: (a) tujuan hidup individu, terutama pada proses pemilihan tujuan, meningkatkan beberapa tujuan penting yang ditentukan sendiri, mengurangi konflik antar tujuan dan memengaruhi bagaimana tujuan tersebut diinternalisasikan; (b) mendorong adanya monitoring diri, terutama dalam menjadikan ajaran agama, ajaran moral, komunitas agama dan ritual keagamaan sebagai sarana memonitor diri; (c) meningkatkan kekuatan regulasi diri, terutama ketika terlibat dalam komunitas keagamaan dan menjalankan ajaran ritual; (d) meningkatkan kemampuan *mastery* (pengujian terhadap keberhasilan performance yang sesuai harapan)

Glock & Stark, (1969 :19-21), mengartikan *religiousness* sebagai derajat komitmen keberagamaan individu yang terdiri dari lima dimensi, yaitu dimensi ideologis (*Ideological* atau *Religious belief*), dimensi peribadahan (*Ritualistic* atau *Religious Practic*), dimensi pengamal (*Consequential* atau *Religious Effect*), dimensi pengetahuan (*Intellectual* atau *Religious Knowledge*), dan dimensi penghayatan (*Experiential* atau *Religious Feeling*).

Dimensi ideologis merupakan dimensi yang

berisi tentang harapan-harapan bahwa seorang yang beragama akan berpegang teguh pada doktrin keyakinan tertentu, dan mengakui kebenaran dari doktrin-doktrin tersebut. Dimensi ritualistik merupakan dimensi yang mencakup praktek-praktek keagamaan yang spesifik dan diharapkan para pemeluknya dapat melaksanakannya dengan patuh. Dimensi konsekuensial merupakan dimensi yang berbeda dengan dimensi-dimensi lainnya. Dalam dimensi ini tercakup akibat-akibat (konsekuensi) dari adanya keyakinan-keyakinan beragama, praktek-praktek keagamaan, pengalaman-pengalaman dan pengetahuan tentang agama terhadap kehidupan duniawi individu. Dalam dimensi ini tercakup petunjuk-petunjuk spesifik dari setiap agama tentang apa yang sebaiknya dilakukan individu dan bagaimana sikap yang baik dalam menghadapi konsekuensi-konsekuensi dari agama yang dianutnya.

Dimensi intelektual merupakan dimensi yang mengacu pada harapan-harapan bahwa seorang yang beragama akan berusaha untuk mendapatkan informasi dan memahami tentang prinsip-prinsip dasar agamanya, kitab sucinya, ritus-ritus dan tradisi-tradisi dalam agamanya. Dimensi ini sangat erat hubungannya dengan dimensi ideologis, ritualistik dan konsekuensial, sebab pengetahuan atau pemahaman tentang ketiga dimensi ini, merupakan prasyarat untuk menerima dan melakukannya. Dimensi eksperiensial merupakan dimensi yang memperhatikan harapan-harapan tertentu bagi setiap pemeluk dari setiap agama. Harapan-harapan ini bisa berhubungan dengan pencapaian pemahaman tentang kenyataan hari akhir atau pencapaian penghayatan subjektif tentang agama yang dianutnya.

Oleh karena itu, dimensi ini berhubungan dengan perasaan, persepsi dan sensasi yang telah dialami secara subjektif (pribadi) atau yang ditentukan oleh kelompok keagamaan dimana ia terlibat melakukan komunikasi. Perlu diperhatikan bahwa setiap agama menentukan suatu nilai bagi pengalaman subjektif dari keyakinan, praktik dan konsekuensi beragama individu, yang bisa dijadikan ciri dari tingkat keberagamaan individu.

Memerhatikan uraian Glock & Stark tentang posisi dimensi intelektual dan eksperiensial, maka dalam penelitian ini penulis akan menjadikan dimensi intelektual dan dimensi eksperiensial sebagai rujukan dalam menelusuri lebih jauh dari dimensi ideologis, ritualistik dan konsekuensial, hingga yang akan menjadi dimensi *religiousness* dalam penelitian ini hanya tiga dimensi yaitu dimensi ideologis, ritualistik dan konsekuensial.

Dimensi ideologis dalam penelitian ini, akan dihubungkan dengan konsep iman dalam agama

Islam.

Dimensi ideologis merupakan gambaran dari pemahaman dan pengetahuan, (intelektual) perasaan dan penghayatan (eksperiens) serta kesediaan individu untuk berpegang teguh pada doktrin-doktrin keyakinan dalam ajaran Islam dan kesediaan individu untuk mengakui kebenaran dari doktrin tersebut serta menggambarkan usaha individu untuk mendapatkan informasi dan memahami prinsip-prinsip dasar keyakinan dan tradisi-tradisi dari agamanya. Lingkup dari dimensi ini meliputi kesediaan individu untuk berpegang teguh dan mengakui kebenaran serta kesediaan individu untuk memperoleh informasi dalam upaya memahami dan menghayati doktrin tentang Tuhan (Allah), Malaikat, Qur'an, Rasul, Hari akhirat dan Taqdir.

Dimensi ritualistik akan dihubungkan dengan konsep Islam. Oleh karena itu dimensi ritualistik merupakan gambaran dari pemahaman dan pengetahuan, (intelektual) perasaan dan penghayatan (eksperiens) serta kesediaan individu untuk berpegang teguh pada doktrin-doktrin ritual dalam ajaran Islam dan kesediaan untuk mengakui kebenaran dari doktrin tersebut serta menggambarkan usaha individu untuk melakukan prinsip-prinsip dasar dari praktik agamanya. Lingkup dari dimensi ini meliputi nilai-nilai keberagamaan individu yang tercermin dalam sikap, sifat dan perilaku sehari-hari setelah ia menyatakan syahadat, mendirikan shalat, menunaikan zakat, melakukan shaum dan ibadah haji.

Dimensi konsekuensial akan dihubungkan dengan konsep Ihsan. Oleh karena itu, dimensi konsekuensial, merupakan gambaran pemahaman dan pengetahuan, (intelektual) perasaan dan penghayatan (eksperiens) serta kesediaan individu untuk menerima dan menjalani konsekuensi dari adanya pemahaman dan penghayatan akan doktrin keyakinan dalam beragama dan praktik-praktik keagamaan yang biasa ia jalani, terhadap kehidupan duniawi individu. Lingkup dari dimensi ini meliputi pemahaman, penghayatan dan kesediaan individu untuk melaksanakan secara baik petunjuk-petunjuk spesifik tentang apa yang sebaiknya dilakukan dan bagaimana sikap yang baik dalam menghadapi konsekuensi dari agama yang dianutnya. Dalam hal ini, kesediaan individu untuk menunjukkan sikap dan perilaku yang *zhuhud, wara, qona'ah, muru'ah, shabir, shaleh* dan *shadiq*.

Pengukuran 'Religiousness Islami' dan 'Self Regulation'

Bentuk alat ukur yang digunakan untuk mengukur *religiousness* Islami para residen ini, berupa skala Likert yang dirancang berdasarkan definisi operasional dari konsep teori yang akan

digunakan. Model skala Likert dalam penelitian ini terdiri atas sejumlah pernyataan dengan respon berjenjang empat (Selalu, Sering, Jarang, dan Tidak Pernah). Skala Likert merupakan skala yang asalnya memiliki lima tingkat jawaban mengenai kesetujuan responden terhadap pernyataan yang dikemukakan melalui pilihan jawaban yang disediakan (Sevilla, 1993 dan Ray & Ravizza, 1984).

Penskoran pada setiap respon atas pernyataan *favorable* (sesuai indikator) dan pernyataan *unfavorable* (tidak sesuai indikator) dilakukan secara berbeda. Pernyataan *favorable* dengan pilihan respon SL (selalu), SR (sering), JR (jarang), dan TP (tidak pernah) secara berturut-turut diberi skor 4, 3, 2, dan 1. Sebaliknya untuk pernyataan *unfavorable* dengan pilihan respon SL (selalu), SR (sering), JR (jarang), dan TP (tidak pernah) secara berturut-turut diskor 1, 2, 3, dan 4. Dengan demikian, pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang bersifat positif dan mendukung indikator, sedangkan pernyataan *unfavorable* sebaliknya. Bentuk alat ukur ini akan digunakan pula pada pengukuran self regulation.

Selain Menggunakan kuesioner, pengukuran juga dilakukan melalui wawancara yang dilakukan diarahkan pada penggalian riwayat hidup (*life history*) subjek penelitian atau sering disebut dengan Anamnesa yang merupakan proses perkembangan dalam jangka panjang yang terjadi dalam kurun kehidupan (*life span*) seorang residen. Bentuk anamnesa yang akan digunakan berdasarkan pendekatan Keniston dan Sunberg (1963), yaitu anamnesa yang akan menelusuri tema kehidupan residen (*search of themes*). Dalam hal ini, segala kejadian dalam kehidupan individu, terutama tekanan-tekanan yg berkaitan dengan kebutuhan-kebutuhan diri; yang bisa menimbulkan perasaan puas atau tidak puas. Serta menelusuri sebab-sebab terjadinya sifat-sifat tertentu, gangguan-gangguan psikis, atau keluhan-keluhan (*search of etiology*). Dalam hal ini termasuk kejadian-kejadian yang bisa menjadi faktor percentus gangguan atau keluhan.

Adapun aspek-aspek yang akan digali dalam Anamnesa ini, meliputi: (1) Posisi dalam Keluarga; (2) Latar belakang keluarga meliputi: a) Ayah berhubungan dengan sikap (di rumah atau di lingkungan lain), cara komunikasi, pengawasan, dll. b) Ibu berhubungan dg sikap (di rumah, lingkungan, situasi khusus, atau lingkungan sosial), c) Kegiatan-kegiatan ibu (bekerja, mengapa bekerja dan bagaimana aktivitas di organisasi lain), d) Relasi antara ayah dengan ibu, e) Relasi antara orang tua dengan anak, f) Relasi dengan saudara sekandung/serumah; (3) Latar Belakang pendidikan; (4) Aspek-aspek dorongan; (5) Sifat dan watak pribadi; (6) Relasi Sosial.

Hubungan antara Religiousness Islami dengan Self Regulation pada Residen di Rumah Cemara

Hasil pengolahan data tentang hubungan antara *religiousness Islami* dengan *self regulation* menunjukkan adanya hubungan sebesar 0.782 dengan koefisien determinasi (R²) atau kontribusi *religiousness Islami* terhadap variabilitas *self regulatin* sebesar 62,1% dengan kata lain, ada pengaruh variabel lain ($\hat{\alpha}$) sebesar 37,9 %. Sedangkan aspek *religiousness Islami* yang paling besar memberikan kontribusi terhadap variabilitas *self regulation* adalah dimensi *religious consequential*, yaitu sebesar 27,5% yang diikuti oleh dimensi *religious practic* sebesar 25.4% dan yang paling kecil adalah dimensi *religious believe* sebesar 9.2 %.

Nilai korelasi sebesar 0,782 menunjukkan bahwa adanya hubungan yang tinggi antara *religiousness Islami* dengan *self regulation* atau bisa dikatakan bahwa jika *religiousness Islami* individu yang mengalami drugs relaps tinggi maka *self regulationnya* akan tinggi dan sebaliknya. Sedangkan kontribusi variable *religiousness Islami* terhadap *self regulation* sebesar 62.1% menunjukkan bahwa terjadinya variabilitas *self regulation* residen yang memiliki kecenderungan drugs relaps ditentukan oleh *religiousness Islami* sebesar 62,1%, yang berarti bahwa variable-variabel lain yang dapat menentukan seorang residen memiliki kecenderungan untuk mengalami drugs relaps hanya 37,9%, dan besaran kontribusi 62,1% ini, secara berurut dipengaruhi oleh dimeni *religious consequential* sebesar 27,5%, yang diikuti oleh dimensi *religious practic* sebesar 25.4% dan yang paling kecil adalah dimensi *religious believe* sebesar 9.2 %.

Uraian di atas menunjukkan bahwa kondisi self regulation individu yang mengandung usaha-usaha sistematis untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan, terhadap pencapaian tujuan, akan berhubungan kuat dan atau dipengaruhi secara kuat oleh derajat keberagamaan yang mengandung unsur tata nilai yang dijadikan dasar keyakinan dan pedoman hidup individu, bagaimana ia menjalankan tata nilai tersebut dalam bentuk peribadahan serta bagaimana ia menjadikan tata nilai tersebut sebagai pewarna dan hiasan sikap dan perilakunya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Michael E. Mc. Cullough and Brian L.B. Willough by (2009) yang menemukan bahwa keberagamaan (*religiousness*) akan memengaruhi pada a) tujuan hidup individu, terutama pada proses pemilihan tujuan, meningkatkan beberapa tujuan penting yang ditentukan sendiri, mengurangi konflik antar tujuan dan memengaruhi bagaimana tujuan tersebut diinternalisakan; b) mendorong adanya

monitoring diri, terutama dalam menjadikan ajaran agama, ajaran moral, komunitas agama dan ritual keagamaan sebagai sarana memonitor diri c.) meningkatkan kekuatan regulasi diri, terutama ketika terlibat dalam komunitas keagamaan dan menjalankan ajaran ritual, d) meningkatkan kemampuan mastery (pengujian terhadap keberhasilan performance yang sesuai harapan).

Mengenai kontribusi religiousness Islami yang 62,1%, menunjukkan bahwa para residen memahami dan mengerti agama, mau menjalankan peribadahan dalam kehidupan sehari-hari secara konsekwen serta mau menerima dan mengamalkan segala konsekwen ajaran agamanya dalam kehidupan mereka, akan memiliki self regulation yang tinggi. Artinya ia akan mampu mengarahkan usaha-usaha sistematis untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan, terhadap pencapaian tujuannya yaitu pulih dari pengaruh Napza dan ia akan mampu mengarahkan diri dan mengontrol dirinya dari pengaruh buruk lingkungan dan teman sebaya serta tidak mudah dipengaruhi oleh stigma masyarakat terhadap mereka yang buruk sebagai alasan untuk kambuh kembali. Hal ini sejalan dengan Gillion et.al (2002) yang menyatakan bahwa *self regulation* memainkan peranan penting dalam mengembangkan self control, karena *self regulation* merupakan bagian diri yang berfungsi sebagai salah satu pengendali perilaku, khususnya dalam upaya pemenuhan kebutuhan-kebutuhan, motif-motif dan nilai-nilai yang melekat di dalamnya. Selain itu Baumeister (1997) menyatakan bahwa kemampuan *self regulation* yang efektif, akan meningkatkan kapasitas individu untuk mencapai sebuah kesuksesan bahkan akan mengurangi tingkah laku yang akan merusak dirinya (*self Destruction*). Sedangkan Bandura (1986) menyatakan bahwa *self regulation* yang kuat/tinggi akan menyebabkan individu memiliki kemampuan untuk mempertahankan komitmennya terhadap suatu tujuan selama periode tertentu, khususnya pada saat tidak ada insentif yang berasal dari luar (*external rewards*). Sejalan dengan pendapat di atas, Papalia et.al. (2004) yang menyatakan bahwa self regulation yang kuat atau positif, akan menghantarkan individu mampu untuk menahan dorongan-dorongan dan mengendalikan tingkah lakunya pada saat tidak ada kontrol dari lingkungan.

Berbeda dengan uraian di atas, Carver & Scheier (1981) menyatakan bahwa terdapat dua kegagalan dari self regulasi, yaitu *underregulation* dan *misregulation*. *Underregulation* terjadi ketika self gagal untuk merubah respon-responnya menuju ke arah hasil yang baik. *Underregulation* ini dapat dilihat dengan adanya *procrastination* (tingkah laku penundaan), *violence*, dan pola-pola tingkah laku yang tidak bertujuan (*binge pattern*).

Misregulation meliputi usaha-usaha yang tidak membawa hasil pada kemajuan, mungkin disebabkan oleh kurangnya pemahaman. *Misregulation* ini dapat memberikan kontribusi terhadap penyalahgunaan obat dan minuman, keterhambatan oleh karena adanya tekanan (*choking under pressure*) dan *maladaptive goal setting* (Baumeister, 1977).

Mengenai dimensi *religious consequential* (27,5%) yang lebih besar memberikan kontribusi terhadap *self regulatin* diikuti, *religious practic* yang besaran koefisien kontribusinya hampir sama (25,4%), dimungkinkan karena self regulation merupakan tatanan perilaku pada individu, sehingga mudah dipahami bila dimensi *consequensial* memiliki kontribusi yang lebih besar. Seperti diuraikan di latar belakang dan landasan teori, dimensi konsekuensi dalam penelitian ini dihubungkan dengan konsep Ihsan atau kesediaan individu untuk tetap konsisten, teguh dan tekun dalam menjalankan konsekuensi dari seorang yang memiliki agama atau beragama. Selain itu, dimensi konsekuensi, merupakan gambaran kesediaan individu untuk menerima dan menjalani konsekuensi dari adanya pemahaman dan penghayatan akan doktrin keyakinan dalam beragama dan praktik-praktik keagamaan yang biasa ia jalani, terhadap kehidupan duniawi individu. Lingkup dari dimensi ini meliputi pemahaman, penghayatan dan kesediaan individu untuk melaksanakan secara baik petunjuk-petunjuk spesifik tentang apa yang sebaiknya dilakukan dan bagaimana sikap yang baik dalam menghadapi konsekuensi dari agama yang dianutnya.

Dalam hal ini, kesediaan individu untuk menunjukkan sikap dan perilaku yang *zhuhud, wara, qona'ah, muru'ah, shabir, shaleh* dan *shadiq*. Dengan kata, bila individu memiliki sikap dan perilaku hati-hati (wara), memiliki sikap dan perilaku yang menerima diri apa adanya (qana'ah) serta individu yang memiliki sikap dan perilaku tabah, teguh dan tekun dalam menjalankan agamanya, diharapkan akan memiliki kemampuan meregulasi diri, terutama dalam mengarahkan dan mengontrol perilakunya dalam mencapai tujuan, dalam hal ini pulih dari pengaruh napza.

Adapun dimensi *religious practic* yang cukup besar pula pengaruhnya, menunjukkan adanya kesamaan sifat antara dimensi konsekuensi dengan dimensi praktek yaitu mengandung unsur dan tatanan perilaku, sehingga tidak mengherankan jika pengaruh keduanya hampir sama. Dalam hal ini, bila individu rajin menjalankan tuntutan beribadah yang sesuai dengan syariat agamanya, ia akan memiliki kemampuan untuk mengatur perilakunya secara disiplin melakukan usaha yang teratur agar ia bisa pulih dari pengaruh napza. Adapun uraian di atas dimungkinkan karena dimensi praktik dalam

penelitian ini dihubungkan dengan konsep Islam.

Dalam hal ini, kesediaan individu untuk berpegang teguh pada pada doktrin-doktrin ritual dalam ajaran Islam dan kesediaan untuk mengakui kebenaran dari doktrin tersebut serta menggambarkan usaha individu untuk melakukan prinsip-prinsip dasar dari praktik agamanya. Lingkup dari dimensi ini meliputi nilai-nilai keberagamaan individu yang tercermin dalam sikap, sifat dan perilaku sehari-hari setelah ia menyatakan syahadat, mendirikan shalat, menunaikan zakat, melakukan shaum dan ibadah haji.

Simpulan dan Saran

Religiousness Islami yang terdiri dari *religious believe*, *religious practic* dan *religious consequential* memiliki hubungan yang sangat erat dengan *self regulation*. Pengaruh bersama-sama *religious believe*, *religious practic* dan *religious effect (religiousness Islami)* terhadap *self regulation* adalah 62.1%.

Saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini adalah bagi lembaga-lembaga rehabilitasi para pecandu, konselor yang biasa menangani para residen, disarankan agar dalam upaya memulihkan dan memelihara kepulihannya residen, perlu dipikirkan teknik pengembangan *self regulation* yang mengandung usaha-usaha sistematis untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan, terhadap pencapaian tujuan, melalui peningkatan derajat keberagamaan mereka, terutama yang berhubungan dengan kesediaan mereka untuk konsisten menjalankan peribadahan serta bagaimana ia siap menjadikan nilai-nilai yang terkandung dalam peribadahan sebagai pewarna dan hiasan sikap dan perilakunya, misalnya melalui konsep *shabar*, *ta’affuf* dan *qana’ah*.

Daftar Pustaka

Bandura, A. (1988). *Self Regulation of Motivation and Action Through Goal Systems*. In V. Hamilton, G.H Bower, & N.H Frijda (Eds.), *Cognitive Perspective on Emotion and Motivation*. Dordrecht: Martinus Nijhoff.

Baumeister, R.F., & Sommer, K.L. (1997). What do men want? Gender differences and two spheres of belongingness: Comment on Cross and Madson (1997). *Psychological Bulletin*, 122, 38-44.

Boekaerts, M., Pintrich, P. R., & Zeidner, M. (2000). *Handbook of self regulation*. New York: Academic press.

Badan Narkotika Nasional (2007) “Buku Pedoman Penanggulangan Narkoba”, Jakarta: Penerbitan BNN.

Glock & Stark. (1969). Religion and Society In Ten-

sion. USA: Rand Mc. Nally & Company.

Haque, Amber & Mohamed, Y. (editor). (2009). “*Psychology of Personality – Islamic Perspectives*”, Canada: Nelson Education Ltd.

Hatta, I. (2009), *Pengaruh Konseling Kelompok Bagi Peningkatan Self Regulation Pada Video jurnalis Residen Napza* (Thesis). Bandung: Program Pasca Sarjana Profesi Psikologi Unisba.

Hawari, D. (1990). *Penyalahgunaan dan Ketergantungan NAZA (Narkotika, Alkohol, dan Zat Adiktif)*. Jakarta: FK UI.

Kahfi, A.K., Hatta M.I., Purnamasari, Rosiana, D. (2012). *Pengaruh Terapi Komunitas Terhadap Self-Concept Pada Residen di LSM Rumah Cemara Bandung*. Unisba-Bandung.

Keputusan Presiden No.22 Tahun (2007). Tentang Badan Narkotika Nasional. Indonesia.

Kusdiyati, S. (2012). Hubungan antara Intensitas Dzikir dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Mimbar*, Vol. XXVIII, No. 1 (Juni, 2012): 31-38. P2U Unisba-Bandung.

McCullough M. E, Willoughby, B. L. B. (2009), *Religion, Self Regulation, and Self Control: Association, Explanation and Implications*. *Psychological Bulletin* 135 (1): 69-63. Miami: University of Miami.

Neil G. Ribner. (2002). *California School of Professional Psychology Handbook of Juvenile Forensic Psychology*. San Diego.

Papalia, E. D., Sally Wendkos Olds, dan Ruth Duskin Feldman. (2004). *Human Development*. McGraw-Hill Education.

Ruhiath, Yayat. (2008). Narkoba dan Efeknya. (<http://broy-32.myflexiland.com/cat/30512>) diakses pada 26 April 2013

Singer, B. D. And A.S Bashlrs. (1999). “What are executive functions and self-regulation and what do they have to do with language-learning disorders?” *Language, Speech, and Hearing in School*, 30: 265-273.

Sevilla, C. G. (1993). *Pengantar Metode Penelitian*. UI Press Jakarta

Skinner, I. and Michel, W.B. (1982). *Causal Comparative Modeling Technique*.

Widawati, L. (2008). Hubungan Otonomi dengan Regulasi Diri pada Bidang Akademik Siswa SMU Terpadu. *Jurnal Mimbar*, Vol. XXV, No. 1 (Juli - Desember 2008): 185-198. P2U Unisba-Bandung.

Zimmerman, B.J. (2000). *Attainment of Self-Regulation; A Social Cognitive Perspective*. In M. Boekaerts, P.R. Pintrich, & M. Zeider (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp.13-39). San Diego, CA: Academic Press.