

Meningkatkan Kepercayaan Diri pecandu Napza Pada Peserta Panti Rehabilitasi Narkoba Kamal Sibolangit

Increasing self-confidence of drug addicts in participants at the Kamal Sibolangit Narcotics Rehabilitation Center

Fenty Zahara Nasution¹, Santa Regina Aritonang²

^aDosen Psikologi, Universitas Potensi Utamat, Medan 20222, Indonesia

^b Mahasiswa Psikologi, Universitas Potensi Utama, Medan, 20222, Indonesia

fentynasution19@gmail.com¹, santareginaaritonang@gmail.com²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan mengenai (1) Pelaksanaan pengarahannya untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Pecandu NAPZA dipanti rehabilitasi Narkoba Kamal Sibolangit, dan (2) Faktor Pendukung dan Penghambat dalam meningkatkan kepercayaan diri. Pendekatan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Pendekatan Kualitatif. Tempat penelitian ini berada Panti Rehabilitasi Narkoba Kamal Brastagi dengan peserta yang ada 20 orang. Informan kunci dari penelitian ini adalah: (1) Kepala Badan Narkoba Medan (2) Petugas yang bertanggung jawab pada Panti Rehabilitasi Narkoba kamal Brastagi dan (3) Para rehabilitasi yang saat ini sedang di rehabilitasi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data yang terkumpul dianalisa kembali. Setelah itu diminta kembali pernyataan setelah di beri pengarahannya. Hasil penelitian ini antara lain: Pertama, kegiatan memberi pengarahannya peningkatan kepercayaan diri menjadikan peserta lebih bisa percaya diri dengan orang baru dan mengajaknya berkomunikasi. Yang dulunya mereka pasif dengan orang yang baru dikenal, sekarang mereka mulai bisa akrab dengan orang yang baru mereka kenal. Kedua, meningkatnya kepercayaan diri pada pecandu NAPZA membuat mereka bisa diterima kembali oleh masyarakat dan tidak minder lagi. Ketiga, faktor pendukung dan penghambat yang didapat dari bimbingan sosial adalah antusiasme klien pada saat bimbingan sosial dan adanya bimbingan dari para ahli agama baik muslim maupun Nasrani serta budha dari luar yang menguasai materi sebagai faktor pendukung, sedangkan penghambatnya yaitu klien Pecandu NAPZA ada yang kurang dalam hal Pendidikan meski ada juga yang dating dari kalangan berpendidikan. Keempat setelah diberi pengarahannya maka sore hari diminta feedback dari hasil pengarahannya yang diberikan. Maka dari fihak mana pun hendaknya lebih membiasakan klien untuk gemar bertanya dan sharing dihadapan klien lain. Intinya adalah agar mereka diberi kesempatan untuk emmbangun kemabli kepercayaan diri setelah merasa terpuruk oleh NAPZA, tidak diterima lingkungan, keluarga bahkan saudara dan sahabat. Mmeberi pengarahannya dan meminta feedback kembali Sehingga dapat membuat kepercayaan diri lebih meningkat dibandingkan sebelumnya..

Kata kunci—Meningkatkan Kepercayaan Diri, Pecandu NAPZA

Abstract

This study aims to describe (1) the implementation of directives to increase self-confidence in drug addicts at the Kamal Sibolangit drug rehabilitation center, and (2) Supporting and Inhibiting Factors in increasing self-confidence. The approach in this research is to use a qualitative approach. The place of this research is the Kamal Brastagi Narcotics Rehabilitation Home. . Data collection techniques in this study used interview, observation, and

documentation techniques. The collected data is re-analyzed. After that, they were asked to return a statement after being briefed. The results of this study include: First, the activity of providing guidance to increase self-confidence makes clients more confident with new people and invites them to communicate. They used to be passive with people they just met, now they are starting to get to know people they just met. Second, increasing self-confidence in drug addicts makes them acceptable to society and not inferior anymore. Third, the supporting and inhibiting factors obtained from social guidance are the enthusiasm of the client during social guidance and the guidance from religious experts both Muslims and Christians and Buddhists from outside who master the material as a supporting factor, while the obstacle is that there are drug addicts clients who are lacking in in terms of education although there are also those who come from educated circles. Fourth, after being briefed, in the afternoon asked for feedback from the results of the briefing given. So from any side, the client should be more familiar with asking questions and sharing in front of other clients. The point is that they are given the opportunity to rebuild their self-confidence after feeling down by drugs, not being accepted by their environment, family and even relatives and friends. Give direction and ask for feedback so that it can increase self-confidence compared to before.

Keywords—Increase Confidence, Drug Addict

1. PENDAHULUAN

Pecandu narkoba atau NAPZA merupakan masalah yang cukup serius yang dialami oleh individu, keluarga, masyarakat maupun bagi negara. NAPZA adalah kepanjangan dari narkotika, psikotropika dan bahan adiktif lainnya yang merupakan sekelompok obat, yang berpengaruh pada kerja tubuh, terutama otak. NAPZA merupakan salah satu bentuk obat, namun jika dikonsumsi tanpa indikasi pemakaian dan melebihi dosis, maka dapat menimbulkan kematian. Semua zat yang terkandung didalam NAPZA merupakan suatu zat yang dapat menimbulkan adiksi (ketagihan) dan dapat menyebabkan ketergantungan. Hal ini akan terjadi bila tidak digunakan dengan baik dan benar. Penggunaan narkoba dapat memberikan efek halusinogen, stimulant, depresan dan adiktif (ketagihan). Namun narkoba juga bukanlah suatu kecelakaan dalam awal mengenal narkoba. Seseorang pastilah mempunyai keinginan yang kuat dan rasa ingin tahu yang tinggi tentang narkoba. Kondisi inilah yang dapat memicu para generasi muda saat ini untuk merasakan narkoba. Ketidaktahuan tentang narkoba merupakan awal dari dampak negatif yang berakibatkan fatal.

Banyak pecandu NAPZA tidak mengetahui bahwa yang mereka pakai adalah suatu obat atau zat terlarang yang dapat menimbulkan ketergantungan dan bahkan berujung pada kematian. Pedagang, pengedar dan bandar narkoba memiliki strategi yang jitu dalam memasarkan produknya tanpa masyarakat mengetahui bahwa sesungguhnya produk tersebut adalah narkoba. Oleh karena itu dengan memiliki predikat sebagai Pecandu NAPZA bukanlah menjadi sebuah halangan melainkan sebagai acuan bagi para pecandu NAPZA untuk menunjukkan kesuksesannya dan nantinya mereka mempunyai sikap tanggung jawab terhadap apa yang telah diperbuatnya, maka mereka perlu mendapatkan pengarahannya, bimbingan dan pengetahuan yang seluas – luasnya untuk dapat berkembang secara optimal. Baik secara pengetahuan, fisik, mental dan sosial, serta mendapat perlindungan dan hak yang sama untuk kesejahteraan hidupnya.

Hakikat Pendidikan Non Formal adalah salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan dan kemampuan yang memungkinkan masyarakat dapat hidup mandiri. Undang - undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 mengenai sistem pendidikan

nasional pada pasal 26 ayat 3 pendidikan non formal meliputi pendidikan kecakapan hidup, pendidikan anak usia dini, pendidikan kepemudaan atau karang taruna pendidikan keterampilan dan kecakapan kerja, pendidikan kesetaraan, bimbingan sosial, serta pendidikan lain yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik. Jenis - jenis pendidikan tersebut diatas dapat diselenggarakan melalui satuan - satuan pendidikan non formal seperti lembaga kursus, lembaga pelatihan, kelompok belajar, Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (PKBM), majelis ta'lim dan satuan pendidikan sejenis.

Salah satu bentuk pendidikan dalam dunia pendidikan luar sekolah juga dapat berbentuk berupa bimbingan sosial. Bimbingan sosial bertujuan memberikan bantuan secara psikis dan mental kepada para klien yang bermasalah pada saat bersosialisasi dengan masyarakat atau karena klien mengalami masalah - masalah pribadi yang membutuhkan bimbingan agar klien tersebut dapat memecahkan masalahnya. Bimbingan sosial dapat berupa bimbingan kelompok dan bimbingan pribadi. Bimbingan sosial ditujukan untuk mengatasi permasalahan emosi pada masa remaja sangat menarik sebab emosi merupakan suatu fenomena yang dimiliki oleh setiap manusia dan pengaruhnya sangat besar terhadap aspek – aspek kehidupan lain seperti sikap, perilaku, penyesuaian pribadi dan sosial yang dilakukan. Munculnya masalah emosi pada masalah klien, diakibatkan juga karena mereka memiliki sifat - sifat idealis, romantis, aspiratif, dan ambisi yang kuat. Mereka juga cenderung memandang kehidupannya menurut apa yang diinginkan dan dicita - citakan, sehingga mereka tidak melihat dirinya sebagaimana adanya. Tidak semua aspirasi dan ambisi dapat tercapai sebab sering mereka gagal, sehingga semakin tidak tercapai keinginan dan cita - citanya, maka semakin mudah remaja mengalami masalah emosi, seperti marah, kecewa, dan emosi negatif lainnya.

Dalam hal ini pemerintah telah mengupayakan untuk mengurangi dampak buruk akibat penyalahgunaan NAPZA, yaitu dengan cara memberikan pengabdian masyarakat dalam bentuk pengarahan tentang kepercayaan diri kepada para pecandu NAPZA di Panti Rehabilitasi Kamal Sibolangit Centre Menyadari bahwa penyalahguna narkoba bukanlah penjahat melainkan korban. Tidaklah tepat kalau kita memperlakukan mereka seperti penjahat. Mereka adalah orang-orang yang perlu diselamatkan dan diberi pendidikan khusus. Perawatan terhadap pecandu narkoba dapat dilakukan di lembaga rehabilitasi, dimana pada lembaga ini dapat dilakukan pengobatan baik fisik maupun mental. Salah satu rehabilitasi yang ada di Sumatera Utara adalah Panti Rehabilitasi Al-Kamal Sibolangit Centre yang didirikan pada tanggal 5 Februari 2001 oleh H.M Kamaluddin Lubis, SH. Ada beberapa dasar pemikiran yang melatarbelakangi dibangunnya Panti Rehabilitasi Al-Kamal Sibolangit Centre ini yaitu: 1. Adanya keprihatinan terhadap jumlah penyalahguna narkoba, dimana diperlukan suatu sistem yang mencakup seluruh aspek, baik fisik maupun mental. 2. Diperlukan upaya untuk mencegah bertambahnya jumlah penyalahgunaan narkoba dan upaya merawat orang-orang yang terlibat penyalahgunaan narkoba. 3. Keprihatinan terhadap bangsa Indonesia yang begitu besar jumlah penderita narkoba yang sebagian besar adalah remaja merupakan suatu lembaga yang menangani permasalahan Pecandu NAPZA dengan memberikan rehabilitasi dalam bentuk pengarahan tentang kepercayaan diri yang diberikan yaitu berupa optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin atas kemampuan diri, serta rasional dan realistis. Dalam memberikan bimbingan sosial seorang peserta harus dilibatkan dalam penentuan masalahnya serta upaya menanggulangnya. Pengarahan ini ditujukan agar klien bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan mempunyai kepercayaan diri untuk menghadapi masalah – masalah yang lain dalam kehidupannya. Professor Murray G. Ross(dalam stesya 2017) mengemukakan bahwa Bimbingan Sosial masyarakat merupakan suatu proses dimana suatu masyarakat berusaha untuk menentukan kebutuhan – kebutuhan atau tujuan – tujuannya mengatur (atau menyusun) kebutuhan – kebutuhan ini, mengembangkan kepercayaan dan hasrat untuk menggarap kebutuhan – kebutuhan dan tujuan – tujuan ini, menemukan sumber – sumber (dari dalam dan atau dari luar

masyarakat) untuk menggarap kebutuhan – kebutuhan dan tujuan – tujuan ini, mengambil tindakan yang diperlukan sehubungan dengan hal – hal ini dan dalam pelaksanaan keseluruhannya ini memperluas dan mengembangkan sikap – sikap dan praktek kooperatif dan kolaboratif didalam masyarakat. Sikap peserta yang ditunjukkan sebelum memasuki ruangan adalah memiliki rasa tidak percaya diri, malu bergaul, tidak mempunyai teman dan mudah cepat putus asa, namun selama berada di ruangan Bersama dengan panneliti dan tim mulai terasa keakraban, klien diberikan bimbingan, pengarahan serta pengetahuan sosial tentang bagaimana meningkatkan kepercayaan diri pada peserta. Sebab kurangnya kepercayaan diri para peserta diakibatkan karena mereka merasa tidak dihargai oleh masyarakat, dianggap orang yang tidak berguna dan orang lain takut dengan perilaku yang diberikan oleh klien.

Dikarenakan Banyaknya pecandu yang menggunakan NAPZA sehingga membutuhkan bantuan negara dan pemerintah setempat, hingga akhirnya berdirilah panti Rehabilitasi Kamal di Sibolangit untuk menjawab permintaan masyarakat dan keluhan para pecandu agar mereka bisa ditempatkan sebagai pasien bukan penjahat, maka panneliti juga ingin bergerak dari sisi membantu masyarakat untuk melakukan pengarahan dengan materi kepercayaan diri agar para pecandu NAPZA bisa bangkit dair keterpurukan dengan sekian banyak problem yang diakibat oleh NAPZA dan berharap bisa diterima masyarakat dan melanjutkan kembali kehidupan normal seperti biasanya. Target penelti adalah untuk emmbangun ekabli kepercyaaa diri yang hilang karena pengaruh obat-obata serta bisa berdaya guna kembali dalam masyakat dan berharap peserta bukan Cuma percaya diri akan tetapi mampu menghilangkan kebiasaan memakai NAPZA.

2. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan jenis kualitatif menurut Sugiyono, 2017 : 14 adalah metode yang dilakukan secara natural dan alami, dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan observasi serta wawancara yaitu dikarenakan permasalahan yang dibahas dalam penelitian tidak berkenaan dengan angka – angka, tetapi mendiskripsikan secara jelas dan terperinci serta memperoleh data yang mendalam. Peneliti dalam penelitian ini akan memperhatikan dan mendalami fenomena – fenomena yang terjadi di lapangan kemudian ditafsirkan dan diberi makna sehingga mampu menjawab tujuan utama dalam penelitian ini, yaitu untuk mendiskripsikan dan menganalisis pelaksanaan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan kepercayaan diri pada pecandu NAPZA serta faktor pendukung dan penghambat. Oleh karena itu, metode yang dipakai penulis dalam skripsi ini adalah menggunakan metode deskriptif. Metode kualitatif digunakan untuk kepentingan bila maslaah belum jelas sehingga butuh eksplorasi terhadap suatu subyek, untuk memahamiii penenlitan ini maka penenliti melakukan dengan ikut berpean serta mewawancara secara mendalam sehingga ditemukan pola-pola hubungan yang jelas (Sugiyono2017 : 33) Menurut Moleong (2010:132) mendiskripsikan subyek penelitian sebagai informan, yang artinya orang pada latar penelitian yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian. Maka subjek penelitian ini yaitu para klien yang saat ini sedang direhabilitasi, Pecandu NAPZA. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah , wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Proses analisis data dimulai dengan menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber. Adapun proses atau langkah-langkah yang harus ditempuh dalam analisis data kualitatif dalam penelitian ini adalah reduksi data, display data, serta verifikasi dan simpulan. Setelah itu diuji nilai kebenarannya dengan hasil feedback. Pelaksanaan dilakukan pada tangan 30 novemver 2019 hari sabtu dari jam 10 pagi sampai jam 12 untuk pengarahan kepercayaan diri lalu berlanjut dari jam 15 sampai 17 untk feed back hasil, ada 30 peserta yang masih bisa diajak

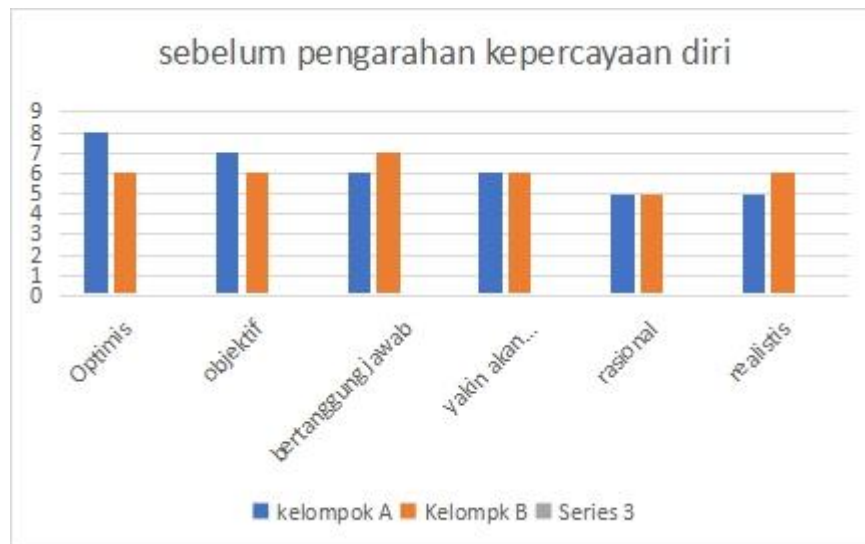
kooperatif, semua berjenis kelamin pria, peserta dibagi 2 kelompok dengan masing-masing berdasarkan kriteria kelompok A ada 17 orang dan B 13 orang, gunanya untuk lebih ringkas dan efisien, tiap kelompok dibagi berdasarkan lama pemakaian NAPZA lama menjadi peserta Panti Rehabilitas, seluruh kegiatan dilakukan oleh peneliti dan beberapa peserta dosen dengan dibantu para mahasiswa, lalu hasilnya di crosscek berdasarkan nama peserta.

kelompok	Lama pemakaian	Lama di panti rehabilitas
A 11 orang	<3 tahun	> 3 tahun
B 9 orang	<3 tahun	> 3 tahun
Total 20 orang		

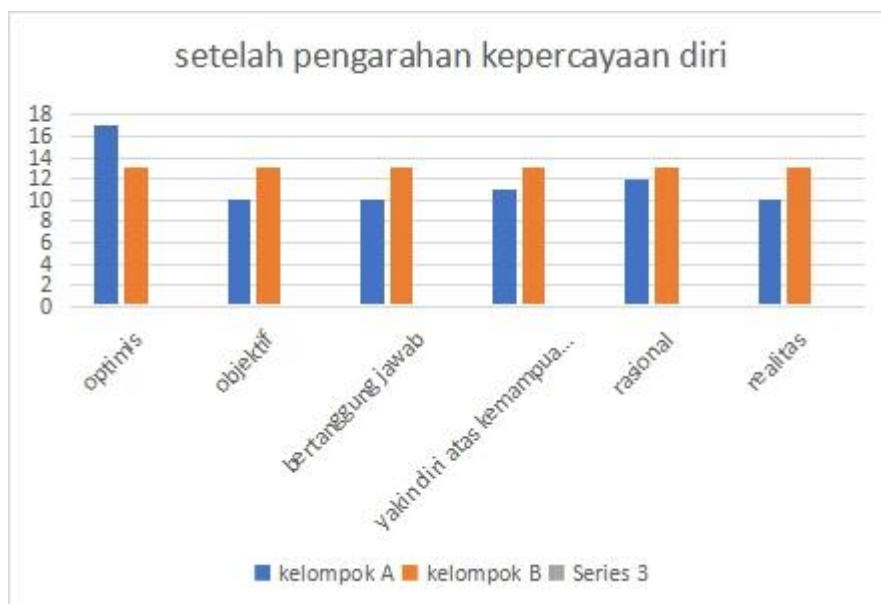
Gambar 1. Pengelompokan

Gambar table aspek-aspek kepercayaan diri yaitu optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin atas kemampuan diri, serta rasional dan realistis Menurut Lauster (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010)

Perlakuan diberi sebelum pengarahan dan sesudah pengarahan



Gambar 2. Sebelum di beri arahan



Gambar 3. Setelah diberi pengarahan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kepercayaan diri

Pengertian kepercayaan diri adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam melakukan tindakan tidak terlalu sering merasa cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan, dan memiliki tanggung jawab atas keputusan dan tindakan yang dilakukan. Kepercayaan diri juga bisa diartikan sebagai suatu sikap disertai penilaian atas kemampuan diri sendiri yang didasari dari pencapaian yang telah berhasil dilakukan sehingga memiliki kemampuan lebih dalam menilai kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Orang yang percaya diri mampu mendorong dirinya sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi setiap harinya. Percaya diri (self confidence) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk melakukan sesuatu atau menunjukkan penampilan tertentu dalam Tanjung (2017) Thursan Hakim. 2005 mengatakan hal Senada dengan hal itu Rasa percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Definisi ini didukung dengan pendapat Peter Lauter dalam Tanjung (2017) Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira. Berdasarkan uraian di atas, percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri baik itu tingkah laku, emosi, dan kerohanian yang bersumber dari hati nurani untuk mampu melakukan segala sesuatu sesuai dengan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan hidup agar hidup lebih. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong siswa dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar siswa dalam interaksinya dengan lingkungan dalam Tanjung (2017) Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Agustiani (2006: 138) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang dia peroleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri juga berarti kumpulan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri yang terorganisasi. Konsep diri merupakan pemahaman individu terhadap diri sendiri meliputi diri fisik, diri pribadi, diri keluarga, diri sosial, dan diri moral etik, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai. Siswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan secara formal. Siswa merupakan penerus estafet bangsa seharusnya memiliki kepercayaan diri, Agar berani menyampaikan aspirasi dan keinginannya. Menurut John M. Ortiz (2002: 114) "Percaya diri adalah percaya akan kemampuan sendiri dan mampu mengandalkan diri sendiri". Senada dengan hal itu Jalaluddin Rahkmat (2000: 109) "Percaya diri yaitu kepercayaan kepada kemampuan sendiri". Percaya diri adalah percaya akan kemampuan 1sendiri dan mampu mengandalkan diri sendiri". Senada dengan hal itu Jalaluddin Rahkmat (2000: 109) "Percaya diri yaitu kepercayaan kepada kemampuan sendiri". a dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar siswa dalam interaksinya dengan lingkungan (Andayani & Afiatin, 1996; Fitri, Zola, & Ifdil, 2018; Ifdil, Denich, & Ilyas, 2017) Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Agustiani (2006: 138) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang dia peroleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri juga berarti kumpulan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri yang terorganisasi. Konsep diri merupakan pemahaman individu terhadap diri sendiri meliputi diri fisik, diri pribadi, diri keluarga, diri sosial, dan diri moral etik, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai

Ciri-ciri Percaya Diri

Menurut Thursan Hakim (2005:5) ciri-ciri orang yang percaya diri antara lain:

- a. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing.
- h. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- i. Memiliki latar belakang pendidikan yang baik. 10. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
- j. Selalu bereaksi positif didalam menghadapi berbagai masalah, misalnya tetapp tegar, sabar, dan tabah menghadapi persoalan hidup.

Jenis-jenis Percaya Diri

Kepercayaan diri juga memiliki jenis-jenis, Angelis (2000: 58) menyatakan bahwa ada tiga jenis percaya diri yang perlu dikembangkan yaitu tingkah laku, emosi, dan kerohanian(spiritual). Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa Thursan Hakim (2005; 12) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu: 1. Bentuk Fisik Bentuk tubuh yang bagus dan profesional tentu akan membuat seseorang merasa lebih percaya diri karena terlihat baik oleh orang lain. 2. Bentuk wajah. Daya tarik setiap orang tergantung ppada banyak hal, salah satunya adalah wajah. Wajah yang rupawan atau good looking, membuat kepercayaan diri seseorang menjaddi jauh lebih tinggi. 3. Status Ekonomi Status ekonomi yang menengah atau lemah bisa mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. 4. Pendidikan dan kemampuan Pendapat Syaikh Akram Mishbah Ustman (2006: 23) “pendidikan yang baik akan memberikan kepercayaan diri pada seseorang” 5. Penyesuaian diri Kemampuan seseorang yang kurang supel atau tidak fleksibel dalam bergaul berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang. 6. Kebiasaan gugup dan gagap Kebiasaan gugup dan gagap yang dipupuk sejak kecil akan membuat seseorang menjadi tidak percaya diri. 7. Keluarga Anak yang kurang merasa terbuang dan tersingkir dari keluarga, akan merasa kurang percaya diri.

Mengembangkan Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu (Jahja, 2011). Menurut Lindenfield (1997: 14-15) ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam meningkatkan kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

- a. Cinta Individu perlu dicintai tanpa syarat . Untuk perkembangan harga diri yang sehat dan langgeng, mereka harus merasa bahwa dirinya dihargai karena keadaan yang sesungguhnya, bukan yang seharusnya atau seperti yang diinginkan orang lain.
- b. Rasa aman Bila individu merasa aman, mereka akan mencoba mengembangkan kemampuannya dengan menjawab tantangan serta berani mengambil resiko yang menarik.
- c. Model peran Mengajar lewat contoh adalah cara yang paling efektif agar anak mengembangkan sikap dan keterampilan sosial untuk percaya diri . Dalam hal ini peran orang lain sangat dibutuhkan untuk dijadikan contoh bagi individu untuk dapat mengembangkan rasa percaya .

- d. Aku berpengetahuan luas Setiap orang pasti memiliki kelebihan atau keunggulan. Untuk perlu menemukan kelebihan atau keunggulan pada diri kita dan kemudian mengembangkan dengan sungguh-sungguh. Jika berhasil akan meningkatkan kepercayaan diri
- e. Hubungan Untuk mengembangkan rasa percaya diri terhadap segala hal individu perlu jelas mengalami dan bereksperimen dengan beraneka hubungan diri yang dekat dan akrab di rumah ataupun teman sebaya
- f. Kesehatan Untuk bisa menggunakan sebaik-baiknya kekuatan dan bakat membutuhkan energi yang cukup . Mempunyai kesehatan jasmani dan rohani yang baik . Dalam masyarakat bisa dipastikan bahwa individu yang tampak sehat biasanya mendapatkan lebih banyak pujian, perhatian, dorongan moral dan bahkan kesempatan
- g. Sumber daya Sumber daya memberikan dorongan yang kuat karena dengan perkembangan kemampuan anak memungkinkan mereka memakai kekuatan tersebut untuk menutupi kelemahan yang mereka miliki
- h. Dukungan Individu membutuhkan dorongan dan pembinaan bagaimana menggunakan sumber daya yang mereka miliki. Dukungan juga merupakan faktor utama dalam membantu individu sembuh dari pukulan rasa percaya diri yang disebabkan karena oleh trauma, luka dan kekecewaan .
- i. Upah dan hadiah Upah dan hadiah juga merupakan proses mengembangkan rasa percaya diri agar menyenangkan dari usaha yang telah dilakukan ..

Aspek-aspek kepercayaan diri

Menurut Lauster (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010) aspek-aspek kepercayaan diri yaitu optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin atas kemampuan diri, serta rasional dan realistis. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa aspek-aspek kepercayaan diri terdiri dari sikap optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin terhadap kemampuan diri yang dimiliki, serta rasional dan realistis. Aspek-aspek tersebut akan menunjukkan indikator-indikator perilaku yang muncul dari mahasiswa yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki rasa percaya diri. Beberapa ahli mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri. Lauster (2012) menjelaskan bahwa kepercayaan diri terbentuk melalui kondisi fisik, cita-cita, sikap hati-hati, dan pengalaman hidup. Sedangkan menurut Santrock (2003) faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri yaitu penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya.

Setelah melakukan penelitian, langkah selanjutnya yakni melakukan analisis data. Analisis data dilakukan dari pengumpulan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dalam penelitian ini peneliti mendiskripsikan pelaksanaan pengarahan tentang Kepercayaan Diri pada Pecandu NAPZA. Sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pecandu NAPZA sebagai bentuk pengarahan untuk meningkatkan kepercayaan diri yang dilakukan di Panti rehabilitasi Kamal Brastagi, sehingga klien pecandu NAPZA dapat menjalankan fungsi sosialnya di masyarakat dan dapat diterima kembali oleh masyarakat.

Pelaksanaan program kegiatan pengarahan di Panti Rehabilitasi Kamal Brastagi meliputi arti kepercayaan diri mengapa harus percaya diri, menurut Lauster dalam Surya (2007) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain .Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan

bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang, hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok.

Lauster dalam surya 2007 mendefinisikan bahwa kepercayaan diri di peroleh dari pengalaman hidup, yang memiliki aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.

Maslow (dalam kartini 2000; 202) menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualis diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya, percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Dapat di simpulkan bahwa percaya diri dapat diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang menandai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat di manfaatkan secara tepat.

Lalu bagaimana cara membangun kepercayaan diri setelah mereka menjadi korban NAPZA yang harus di rehabilitasi dan dijauhkan masyarakat, Hal tersebut tujuannya ialah mengembalikan fungsi sosial dan kepercayaan diri mereka dengan cara membina agar memiliki kemampuan dan usaha, rasa optimis, kemandirian, tidak mudah menyerah, mampu menyesuaikan diri, memiliki dan memanfaatkan kelebihan, memiliki mental dan fisik yang menunjang dalam lingkungan dengan etika yang berlaku. Dimana program bimbingan sosial disini pada dasarnya konselor memberikan motivasi dan dorongan pada klien supaya mereka nantinya mampu menjalani hidup sesuai dengan norma dan nilai maupun sikap di masyarakat. Begitu pula dengan bimbingan yang ada di Rehabilitasi Kamal Brastagi. kegiatan pengarahan dilaksanakan secara intensif dari pagi hingga sore. Dalam penelitian ini menggunakan aspek kepercayaan diri

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pemeriksaan pada 30 orang peserta panti dimana kelompok dibagi 2 berdasarkan lama pemakaian dan lama menginap di Panti maka hasil sebelum pengarahan kepercayaan diri didapatkan kelompok A dibanding kelompok B dengan aspek optimis, objektif, bertanggung jawab, yakin atas kemampuan diri, serta rasional dan realistis menjawab lebih banyak tidak optimis, kurang bertanggung jawab, kurang yakin atas kemampuan diri serta masih tidak rasional dan belum realistis. Kemudian untuk hasil setelah diberikan pengarahan maka kelompok B jauh lebih optimis, lebih objektif, lebih bertanggung jawab. Yakin akan kemampuan diri serta lebih rasional dan realistic disbanding kelompok A, hal ini disebabkan factor usia dan factor sudah meraskan lebih lama di dalam panti sehingga mereka di kelompok ingin mampu menjadi percaya diri, terutama mampu bertanggung jawab dikarenakan usia 40 tahun keatas dikategorikan matang secara kepribadian, meski mereka masih saja terperosok oleh pemakaian yang salah terhadap NAPZA, kelompok B sebenarnya sadar bahwa diusia dewasa ini mharus punya tanggung jawab pada keluarga tidak lagi emmentingkan diri sendiri. berdasarkan obesrvasi kecanduan para kelompok B dikarenakan pusing terhadap problem kehidupan sementara di kelompok A lebih karena gaya hidup, salah memilih teman, salah pergaulan, masih ego mengedepankan diri sendiri, adanya hasutan teman-teman sebaya dan rasa ingin tau yang terlalu besar sehingga keinginan mencoba-coba menjadi lebih dominan, Dengan

adanya upaya ppengarahan tentang kepercayaan diri minimal membuka konsep pemikiran mereka untk bisa bangkit dan berjuang untuk bisa percaya diri saat keluar dan berhadapan dengan keluarga dan masyarakat.

5. SARAN

Saran-saran untuk untuk penelitian lebih lanjut untuk menutup kekurangan penelitian. Tidak memuat saran-saran diluar untuk penelitian lanjut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada penelitian ini ingin menyampaikan terimakasih yang sangat tulus kepada bapak Zulkarnain Nasution selaku ketua di BNN juga sebagai pengerak di panti Rehabilitasi Kamal Sibolangit, juga sebagai dosen tamu di Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama untuk mata kuliah psikologi adiktif dan kosneling adiktif.juga kepada para pengurus Panti, kepada para peserta yang berada di Panti yang telah memberi kesempatan untuk melakukan pengarahan kepercayaan diri pada peserta di Panti.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. B. D. Angelis, "Percaya diri sumber sukses dan kemandirian," Jakarta: Gramedia, 2000.
- [2]. B. Andayani and T. Afiatin, "Konsep diri, harga diri, dan kepercayaan diri remaja," *Jurnal Psikologi*, vol. 23, no. 2, pp. 23-30, 1996.
- [3]. H. Surya, "Percaya Diri itu Penting," Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2007, pp. 261-264.
- [4]. I. Ifdil, A. U. Denich, and A. Ilyas, "Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri," *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, vol. 2, no. 3, pp. 107-113, 2017.
- [5]. E. Fitri, N. Zola, and I. Ifdil, "Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang," 2018.
- [6]. V. Stesya, "Hubungan Antara Layanan Bimbingan Sosial Terhadap Sikap Sosial Para Penderita Napza Di Unit Pelaksana Teknis (Upt) Rehabilitasi Sosial (Rehsos) Anak Nakal Korban Napza (ANKN) Surabaya," *J+ PLUS UNESA*, vol. 4, no. 1, 2015.
- [7]. L. J. Moleong, "Metodologi penelitian kualitatif edisi revisi," 2007.
- [8]. T. Hakim, "Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri," Jakarta: Puspa Swara, 2005.
- [9]. J. Rakhmat, "Psikologi Komunikasi," reved. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000.
- [10]. Z. Tanjung and S. Amelia, "Menumbuhkan kepercayaan diri siswa," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, vol. 2, no. 2, 2017.
- [11]. S. R. Marsidi, "Psikoedukasi: Membangun Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi Interpersonal," in *Seminar Nasional & Call Of Papers Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, vol. 1, no. 01, March 2021.
- [12]. R. Risnawita and M. N. Ghufroon, "Teori-teori psikologi," Yogyakarta: ArRuzz, 2010.
- [13]. J. M. Ortiz, "Menumbuhkan anak-anak yang bahagia cerdas dan percaya diri degan musik," Jakarta: Gramedia, 2002.
- [14]. JPPI (*Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*), vol. 4, no. 1, pp. 1-5.
- [15]. D. Sugiyono, "Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D," 2017.