

HUBUNGAN *SELF-ACCEPTANCE* DENGAN *MEANING IN LIFE* PADA MANTAN PENGGUNA NAPZA DI SUMATERA BARAT

Sonia Agusti, Rida Yanna Primanita
Univeristas Negeri Padang
e-mail : soniagusti29@gmail.com

Abstract: *The relationship between self-acceptance and meaning in life in former drug users in West Sumatra. This study was conducted to determine the relationship between self-acceptance and meaning in life in former drug users in West Sumatra. This study used a correlational quantitative research design. The sampling technique used was snowball sampling with a total sample of 72 former drug users in West Sumatra. The instruments in this study used Berger's Self-Acceptance Scale and MLQ (Meaning in Life Questionnaire). Based on the data analysis, it was found that the correlation value was $r = .087$ and $p = .465$ ($p > .05$), which indicated that there was no significant relationship between self-acceptance and meaning in life among former drug users in West Sumatra. This means that self-acceptance is not related to the formation of meaning in life for former drug users in West Sumatra.*

Keywords: *Self-acceptance, meaning in life, former drug users*

Abstrak: *Hubungan self-acceptance dengan meaning in life pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat.* Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional. Teknik penarikan sampel yang digunakan yaitu *snowball sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 72 orang mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat. Instrumen pada penelitian ini menggunakan *Berger's Self-Acceptance Scale* dan *MLQ (Meaning in Life Questionnaire)*. Berdasarkan analisis data didapatkan nilai korelasi $r = .087$ dan $p = .465$ ($p > .05$), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat. Artinya *self-acceptance* tidak berhubungan dengan terbentuknya *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat.

Kata kunci : *Self-Acceptance, Meaning in Life, Mantan Pengguna NAPZA*

PENDAHULUAN

Narkoba, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA) merupakan bahan, zat, atau obat yang jika dikonsumsi akan mempengaruhi otak dan susunan saraf pusat sehingga dapat menimbulkan perubahan fungsi fisik, psikis, dan sosial. Dalam masyarakat NAPZA lebih dikenal dengan istilah narkoba. Berdasarkan data dari *World Drugs Report 2018*, menunjukkan bahwa sebanyak 76 persen kematian akibat penyalahgunaan obat dan 5,6% penduduk atau sekitar 275 juta penduduk di seluruh dunia telah melakukan penyalahgunaan NAPZA dengan rentang usia 15–64 tahun (Humas BNN, 2018 & PUSLITDATIN, 2019).

Di Indonesia sendiri, berdasarkan hasil Survey Nasional Penyalahgunaan Narkoba oleh BNN dan LIPI pada tahun 2018 didapatkan angka prevalensi penyalahgunaan NAPZA di kalangan pelajar atau mahasiswa sekitar 2.297.492 (3.2%) orang dan pada kelompok pekerja sekitar 1.514.037 (2.1%) orang (BNN, 2019). Sedangkan pada wilayah Sumatera Barat pada tahun 2018 berjumlah sekitar 66.612 orang. Sehingga kondisi tersebut membuat penyalahgunaan NAPZA di Sumatera Barat berada pada urutan ke- 13 di Indonesia (Moerti, 2018).

Dalam menangani penyalahgunaan narkoba salah satu upaya yang dilakukan pemerintah ialah mendirikan tempat

rehabilitasi. Berdasarkan data dari Indonesia *drugs report 2019*, pada tahun 2018 jumlah pasien rehabilitasi di Indonesia berjumlah 21.358 pasien yang tersebar dalam 34 provinsi di Indonesia (BNN, 2019). Menurut WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa mantan pecandu NAPZA adalah orang-orang yang sudah selama dua tahun terbebas dari obat atau abstinensi (Utami, 2014). Berdasarkan penjelasan tersebut mantan pengguna NAPZA adalah seseorang yang menyalahgunakan, memakai sehingga menjadi ketagihan/ ketergantungan dengan NAPZA dan sudah dinyatakan bersih serta bebas dari kecanduan secara fisik dan psikis.

Meskipun telah berhenti menggunakan NAPZA, rasa kecanduan yang diciptakan oleh NAPZA tersimpan dalam memori mantan pengguna sehingga ia dapat mengalami *relapse* (kekambuhan) pada saat depresi (Syarifah, 2014). Sehingga dalam proses menuju kehidupan yang bebas akan NAPZA melibatkan stress dan tantangan bagi mantan pengguna NAPZA (Laudet, Savage, dan Mahmood, 2002), dan adanya proses yang panjang untuk mampu kembali hidup normal (Putri & Satwika, 2017). Mayoritas penyalahguna NAPZA sulit menemukan *meaning in life*, mengalami kekosongan nyata dalam hidup mereka, serta memiliki tingkat *meaning in life*, tujuan hidup dan kebahagiaan yang

rendah (Eryilmaz, 2014; Nicholson et al., 1994). Oleh karena itu, mantan pengguna yang telah lepas dari ketergantungan mencoba untuk menemukan makna dalam hidupnya (*meaning in life*) (Junaiedi, 2009). Adanya *meaning in life* akan memberikan sumbangan dalam proses pemulihan dan menurunkan resiko terjadinya *relapse* (Steger, Frazier & Oishi, 2006; Laudet, Morger & White, 2006).

Selanjutnya, Steger (2012) memaparkan dengan adanya *meaning in life* akan memberikan perasaan bahwa hidup seseorang penting dan berharga sebaliknya jika seseorang tidak memiliki *meaning in life* akan membuat ia merasa hidupnya tidak berarti, tidak lengkap dan tidak adanya kebahagiaan. Selanjutnya Klinger (1977) menambahkan bahwa sebagai makhluk hidup manusia memiliki kecenderungan alami untuk menetapkan tujuan yang digunakan sebagai alasan untuk tetap hidup. Memiliki *meaning in life* dapat memberikan seseorang tujuan dan arahan dalam apa yang harus dilakukan dengan hidupnya (Emmons, 1992).

Secara teoritis, Steger, Kashdan, Sullivan, dan Lorentz (2008) menyimpulkan bahwa orang merasakan kehadiran makna (*presence of meaning*) yang lebih besar saat dapat memahami diri sendiri (*self-acceptance*), dunia sekitar mereka, dan kesesuaiannya dengan dunia. Seseorang yang dapat menerima dirinya tidak akan

melakukan kembali kesalahannya yang dapat merugikan dirinya dan orang lain (Putri & Ediati, 2019). Sebagaimana pendapat Riyanto (dalam Erlamsyah & Syahniar, 2013) menerima diri merupakan landasan untuk melakukan perubahan-perubahan dan perkembangan dalam hidup ke arah yang lebih baik. Sehingga ketika seseorang dapat menerima dirinya maka ia akan melakukan perubahan-perubahan yang positif dalam hidupnya.

Self-acceptance ditunjukkan dengan terdapatnya rasa optimis dan semangat juang dalam menghadapi kehidupan. Seseorang akan memaknai hidupnya ketika ia dapat menerima dirinya dengan baik dan sadar dengan kekurangan serta kelebihan yang dimilikinya dan memahani keadaan dirinya (Sulistyowati, 2019). Zhou & Xu (2018) mengatakan bahwa *self-acceptance* yang lebih tinggi terkait dengan lebih banyak persepsi tentang *meaning in life*, yang berkontribusi pada peningkatan kepuasan hidup dan pengurangan gejala psikologi. Hasil penelitian Cho et al., (2014), memperlihatkan adanya hubungan positif signifikan antara coping yang berfokus pada masalah dan *self-acceptance* dengan *meaning in life*. Kemudian hasil penelitian Sulistyowati (2019) juga menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan PSK di komunitas X Surakarta. Semakin tinggi *self-acceptance* maka

meaning in life akan semakin tinggi juga, sebaliknya jika *self-acceptance* rendah akan rendah juga *meaning in life* yang dimiliki mantan PSK.

METODE

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional, yaitu jenis penelitian yang melihat hubungan antar variabel (Yusuf, 2005). Variabel pada penelitian ini adalah *self-acceptance* (variabel bebas) dan *meaning in life* (variabel terikat).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *snowball sampling*, yaitu sampel yang awalnya berjumlah kecil kemudian membesar dimana subjek penelitian selanjutnya didapatkan dari informasi subjek sebelumnya (Sugiyono, 2012). Total subjek dalam penelitian ini berjumlah 72 orang mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat

Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan berupa skala *likert*. Skala adalah alat ukur psikologis yang disusun berupa pernyataan-pernyataan sikap, yang kemudian respon dari pernyataan tersebut diberi skor untuk diinterpretasikan (Azwar, 2007). Ada dua skala yang digunakan pada penelitian ini, yaitu: skala *self-acceptance* dan skala *meaning in life*. Skala *self-acceptance*

menggunakan Berger's *Self-Acceptance Scale* yang dikembangkan oleh Berger (1952). Skala *meaning in life* yang digunakan dalam penelitian menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang dikembangkan oleh Steger (2006).

Uji validitas dan reliabilitas skala dilakukan kepada masyarakat umum di Sumatera Barat. Nilai validitas alat ukur skala *self-acceptance* $r = .30$ atau lebih. dan alat ukur skala *meaning in life* $r = .25$ atau lebih. Skor reliabilitas dengan nilai *Cronbach's Alpha* dari skala *self-acceptance* sebesar $.876$ dan skala *meaning in life* sebesar $.748$.

Data yang telah diperoleh diubah menjadi data kuantitatif berupa angka-angka yang dianalisis menggunakan pendekatan statistik. Peneliti menggunakan analisis *product moment correlation coefficient* yang dikemukakan oleh Pearson untuk menguji hipotesis, melihat hubungan antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis data skala *self-acceptance* dan skala *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA menunjukkan rerata empiris lebih besar dari rerata hipotetik ($\mu_e > \mu_h$). Pada skala *self-acceptance* $\mu_e = 89.87 > \mu_h = 78$, dan skala

meaning in life $\mu_e = 54.96 > \mu_h = 36$. Artinya *self-acceptance* dan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA yang menjadi subjek penelitian lebih tinggi

daripada populasi penelitian. Skor dari skala *self-acceptance* dan *meaning in life* dikategorisasikan ke dalam tiga kelas, yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 1. Kategorisasi Skor *Self-Acceptance* dan *Meaning in Life*

Variabel	Skor	Kategorisasi	Subjek	
			F	%
<i>Self-Acceptance</i>	$95.33 \leq X$	Tinggi	29	40.28
	$60.67 \leq X < 95.33$	Sedang	39	54.17
	$X < 60.67$	Rendah	4	5.55
	Jumlah		72	100
<i>Meaning in Life</i>	$45 \leq X$	Tinggi	66	91.67
	$27 \leq X < 45$	Sedang	6	8.33
	$X < 27$	Rendah	0	0
	Jumlah		72	100

Berdasarkan tabel kategorisasi skor skala *self-acceptance* diatas terlihat bahwa 29 orang subjek (40,28%) memiliki skor *self-acceptance* tinggi, sebanyak 39 orang (54,17%) berada pada kategori sedang, dan sebanyak (5,55%) memiliki skor *self-acceptance* rendah. Sedangkan subjek yang memiliki *meaning in life* terlihat bahwa sebanyak 66 orang (91,67%) berada pada kategori tinggi, subjek yang memiliki skor sedang sebanyak 6 orang (8,33%). Selanjutnya tidak ditemukan adanya subjek

yang mendapatkan skor dan kategori rendah pada skala *meaning in life*. Hal tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan subjek memiliki skor *self-acceptance* pada kategori sedang dan skor *meaning in life* pada kategori tinggi.

Pengujian normalitas menggunakan metode *One Sample Kolmogorov Smirnov*. Sebaran data dikatakan normal apabila p atau *Asymp.Sig (2-tailed) > .05*. Hasil uji normalitas dari 2 variabel dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas *Self-Acceptance* dan *Meaning In Life*

Variabel	SD	Mean	K-SZ	Asym sig (2-tailed)	Keterangan
<i>Self-Acceptance</i>	19.288	89.88	.520	.950	Normal
<i>Meaning in Life</i>	7.410	54.96	1.312	.064	Normal

Berdasarkan data pada tabel di atas, diketahui bahwa hasil uji normalitas sebaran pada variabel *self-acceptance* adalah sebesar $K-SZ = .520$ dan nilai $p = .950$ ($p > .05$), lalu pada variabel *meaning in life* sebesar $K-SZ = 1.312$ dengan nilai $p = .064$ ($p > .05$). sehingga memperlihatkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki sebaran data yang berdistribusi secara normal.

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan yang linear antara variabel bebas dengan variabel terikat. Linearitas variabel dilihat pada *F-deviation from linearity*, jika $p > .05$ sebaran dianggap linear. Berdasarkan hasil pengolahan data, nilai linieritas dari *self-acceptance* dan *meaning in life* adalah sebesar $F = .939$ dengan nilai $p = .586$ ($p > .05$), dengan demikian dapat diartikan bahwa asumsi linier pada penelitian ini terpenuhi.

Hasil analisis koefisien korelasi antara variabel *self-acceptance* dengan *meaning in life* adalah $.087$ dengan $p = .465$ ($p > .05$). Ini menandakan bahwa H_a ditolak dan H_0 diterima. Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat.

Pembahasan

Berdasarkan analisis data didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat. Sehingga asumsi dan hipotesis awal penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat ditolak. Ditolaknya hipotesis penelitian, menunjukkan bahwa *self-acceptance* tidak dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan terbentuknya *meaning in life* mantan pengguna NAPZA.

Meaning in life merupakan sesuatu yang perlu dimiliki oleh setiap orang, dikarenakan *meaning in life* dinilai berharga, sangat berarti serta memberikan nilai khusus dan kebahagiaan (Bastaman, 1996). *Meaning in life* terdiri dari dua dimensi yaitu *search for meaning* (pencarian makna) dan *presence of meaning* (kehadiran makna). Pengukuran *meaning in life* pada penelitian ini menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang dikembangkan oleh Steger et al, (2006).

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan dapat dilihat bahwa *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat berada pada kategori tinggi. Seseorang yang memiliki *meaning in life* ditandai dengan memiliki motivasi dalam

menentukan tujuan, visi, harapan dan alasan mengapa individu harus hidup (Steger, Oishi & Kesebir 2011). Hal tersebut dapat dilihat pada masing-masing dimensi yaitu *search for meaning* dan *presence of meaning* juga berada pada kategori tinggi.

Pada dimensi pertama *search for meaning* atau pencarian makna berada pada kategori tinggi. Artinya mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat terus melakukan pencarian akan sebuah visi kehidupan, harapan dan alasan mereka untuk terus hidup. *Search for meaning* atau pencarian makna merupakan dorongan dan orientasi untuk menemukan *meaning in life* dan terus melakukan pencarian makna dalam berbagai kondisi dan segi kehidupan.

Pada dimensi kedua yaitu *presence of meaning* atau kehadiran makna berada pada kategori tinggi. Artinya mantan pecandu NAPZA di Sumatera Barat telah mampu menentukan tujuan hidup dan nilai-nilai personal yang ada pada dirinya.. *Presence of meaning* atau kehadiran makna merupakan perasaan yang subjektif mengenai *meaning in life* yang dimilikinya. *Meaning in life* yang dimiliki berbeda dengan yang dimiliki oleh orang lain dan bersifat khusus disertai dengan adanya tujuan hidup jangka panjang.

Tingginya *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pemahaman diri (*self insight*), perubahan

sikap (*changing attitude*), dan komitmen diri (*self commitment*). Pemahaman diri pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat ditandai dengan adanya kesadaran atas buruknya kondisi yang lalu dan memiliki kemauan untuk merubahnya menjadi lebih baik. Perubahan sikap ini juga terlihat dari adanya perubahan sikap menjadi lebih tepat dari yang sebelumnya bersikap negatif dan kurang tepat dalam menghadapi permasalahan dan kondisi hidup. Kemudian adanya komitmen diri terhadap tujuan hidup yang ditetapkan dan makna hidup yang telah didapatkan.

Sesuai dengan hasil penelitian Nasution (2014), bahwa mantan pengguna NAPZA merasa menemukan dirinya lebih hidup dan bermakna setelah berhenti menggunakan NAPZA. Mantan pecandu NAPZA merasa hidupnya menjadi lebih baik dan menemukan makna hidup tanpa NAPZA serta merasakan kebahagiaan karena dapat melakukan hal positif dan berguna bagi dirinya dan orang sekitar. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Mufarrohah (2012) bahwa, pada mantan pengguna NAPZA terdapat kebermaknaan hidup pada dirinya setelah ia berhenti mengkonsumsi NAPZA. Mantan pengguna NAPZA berusaha untuk menemukan makna hidupnya dan mencoba mencari arti kehidupan yang lebih bermakna yang didorong oleh berbagai kesulitan hidup yang

dihadapi karena menjadi pengguna NAPZA (Junaiedi, 2009).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan *self-acceptance* pada mantan pengguna NAPZA berada pada kategori sedang. Artinya subjek pada situasi tertentu mampu berperilaku berdasarkan nilai-nilai yang sudah diinternalisasi, yakin dalam menghadapi hidup, bertanggung jawab terhadap perbuatannya sendiri, menerima secara objektif pujian dan kritik, menerima dan tidak mengubah perasaan, segala keterbatasan serta kelebihan dirinya, menganggap dirinya sebagai orang yang berharga dan sederajat dengan yang lain, dan tidak merasa rendah diri. Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara bahwa beberapa dari mereka merasa lebih percaya diri daripada sebelumnya saat masih menggunakan, tidak merasa malu ataupun berbeda dengan yang lain, dan lebih memilih cuek dengan celaan dan stigma yang diberikan orang kepadanya.

Pada aspek pertama, perilaku didasarkan dari nilai-nilai yang sudah diinternalisasi bukan dari luar berada pada kategori tinggi. Artinya mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat secara umum memegang nilai-nilai dan standar yang dimilikinya bukan standar dari lingkungan luar dalam menjalani hidupnya. Pada aspek kedua, keyakinan dalam menjalani kehidupan berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan pada situasi tertentu subjek

yakin dengan kemampuannya dalam menjalani kehidupan dan menghadapi permasalahan. Namun pada situasi lain subjek tidak yakin bahwa dirinya mampu menghadapi setiap tantangan hidup dan mengeluh dengan keadaannya saat ini.

Pada aspek ketiga, bertanggungjawab terhadap apa yang dilakukan berada pada kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan subjek dapat menerima dan menhghadapi setiap resiko yang terjadi akibat perbuatannya. Lalu pada aspek keempat, mampu menerima kritik dan saran secara obyektif berada pada kategori tinggi. Artinya mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat secara umum menerima dan menjadikan pujian, saran atau kritikan yang diberikan sebagai suatu masukan untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

Pada aspek kelima menerima perasaan, kekurangan, bakat, atau kelebihan dalam dirinya berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan pada situasi tertentu subjek menerima semua hal yang ada pada dirinya tanpa mengecamnya, namu pada situasi lain subjek menyalahkan diri akan keterbatasannya dan mengingkari kelebihan yang dimilikinya. Pada aspek keenam menganggap dirinya sebagai orang yang berharga dan sederajat dengan yang lain berada pada kategori antara tinggi dan sedang. Artinya pada situasi tertentu subjek merasa dirinya orang yang berharga dan sederajat dengan orang lain serta pantas dan

memiliki peluang yang sama dengan yang lain.

Pada aspek selanjutnya, Tidak mengharapkan penolakan dari orang lain berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan subjek saat kondisi apapun ingin diterima oleh orang lain, meskipun terdapat berbagai alasan untuk menolak dirinya. Pada aspek kedelapan tidak menganggap diri berbeda dari yang lain, "aneh", atau abnormal berada pada kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan subjek tidak merasa berperilaku yang berbeda, aneh atau abnormal dengan orang lain. Pada aspek kesembilan tidak merasa rendah diri berada pada kategori antara tinggi dan sedang. Artinya mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat pada situasi tertentu mempunyai orientasi keluar dari dirinya, tidak malu dan canggung sehingga mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi.

Pada hasil penelitian Muliaty (2007) menunjukkan bahwa mantan pengguna memperoleh makna hidupnya dan memiliki hidup yang bahagia dikarenakan merasakan adanya perhatian, dukungan, serta semangat dari keluarga dan orang terdekat. Hal yang sama juga diungkapkan pada penelitian Susanti (2002) dan Mufarrohah (2012), bahwa mantan pengguna mencapai makna hidupnya saat mereka beribadah dan merasa lebih dekat dengan Tuhan (Junaiedi, 2009), membahagiakan keluarga serta

berguna untuk orang sekitar. Sehingga membuat mereka optimis untuk melalui dan merealisasikan rencana hidupnya kelak. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat tidak terdapat hubungan yang signifikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self-acceptance* tidak berhubungan dengan terbentuknya *meaning in life* mantan pengguna NAPZA.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sesuai dengan hasil penelitian mengenai hubungan *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. *Self-acceptance* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat berada pada kategori sedang.
2. *Meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat berada pada kategori tinggi.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-acceptance* dengan *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA di Sumatera Barat.

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, berikut adalah beberapa saran yang dapat menjadi pertimbangan bagi pihak terkait :

1. Bagi Mantan Pengguna Napza

Mantan pengguna NAPZA disarankan untuk dapat berada di lingkungan yang memberikan dukungan sehingga dapat menimbulkan perasaan akan berharga, mempunyai tujuan yang jelas dan adanya alasan untuk terus hidup. Sehingga memungkinkan untuk dapat mengurangi resiko terjadinya *relapse*.

2. Peneliti Selanjutnya

a. Menyesuaikan dengan kondisi dan situasi pada saat pengambilan data dalam keadaan pandemi, sehingga

sebagian besar dilakukan secara online. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan ketika mengambil data melakukan pendampingan untuk memastikan subjek mengisi angket secara serius sehingga hasil penelitian akan lebih akurat.

b. Disarankan untuk melakukan penelitian mengenai sumber *meaning in life* dan faktor-faktor yang memengaruhi *meaning in life* pada mantan pengguna NAPZA.

DAFTAR RUJUKAN

- Azwar, S. (2007). *Dasar-dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina.
- Berger, E. M. (1952). The relation between expressed acceptance of self and expressed acceptance of others. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(4), 778.
- BNN, Humas. (2018, 27 Juni). World drug report 2018: krisis opioid, penyalahgunaan narkoba meningkat; kokain dan opium mencatatkan rekor tinggi (UNODC). *BNN RI*. Retrieved from <https://bnn.go.id/world-drug-report-2018-krisis-opioid-penyalahgunaan-narkoba-meningkat-kokain-dan-opium-mencatatkan-rekor-tinggi-unodc/>
- BNN. (2019). *Indonesia Drugs Report Tahun 2019*. Jakarta: PUSLITDATIN BNN.
- Cho, E. H., Lee, D. G., Lee, J. H., Bae, B. H., & Jeong, S. M. (2014). Meaning in life and school adjustment: testing the mediating effects of problem-focused coping and self-acceptance. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 777-781.
- Emmons, R. A. (1992). Abstract versus concrete goals: personal striving level, physical illness, and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 292–300.
- Erlamsyah & Syahniar. 2013. Hubungan antara perlakuan orangtua dengan penerimaan diri siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol 1, No2.
- Eryilmaz, A. (2014). Meaning of life-setting life goals: comparison of substance abuser and non-abuser. *Turkish*

- Psychological Counseling & Guidance Journal*, 5(42), 235-24.
- Junaiedi. (2009). Makna hidup pada mantan pengguna NAPZA. (*Skripsi* tidak diterbitkan). Universitas Gunadarma, Depok.
- Klinger, E. (1977). *Meaning and void: inner experience and the incentives in people's lives* (Dissertation publish). University of Minnesota Press, Minnesota.
- Laudet, A. B., Morgen, K., & White, W. L. (2006). The role of social supports, spirituality, religiousness, life meaning and affiliation with 12-step fellowships in quality of life satisfaction among individuals in recovery from alcohol and drug problems. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 24(1-2), 33-37.
- Laudet, A. B., Savage, R., & Mahmood, D. (2002). Pathways to long-term recovery: a preliminary investigation. *Journal of Psychoactive Drugs*, 34(3), 305-311.
- Moerti, W. (2018, 15 Juli). Data BNNP: jumlah pengguna narkoba di sumbar capai 66.612 orang. *Merdeka.com*. Retrived from <https://www.merdeka.com/peristiwa/d-ata-bnnp-jumlah-pengguna-narkoba-di-sumbar-capai-66612-orang.html>
- Mufarrohah (2012). Kebermaknaan hidup mantan pengguna napza (*Skripsi* tidak diterbitkan). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta
- Muliaty, L. (2007). Studi kasus mengenai makna hidup mantan pengguna narkoba yang kembali ke masyarakat (*Skripsi* tidak diterbitkan). Universitas Kristen Maranatha, Bandung.
- Nasution, D. M. (2014). Kebermaknaan hidup mantan pecandu napza di banda aceh (*Skripsi* tidak diterbitkan). Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh.
- Nicholson, T., Higgins, W., Turner, P., James, S., Stickle, F., & Pruitt, T. (1994). The relation between meaning in life and the occurrence of drug abuse: a retrospective study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 8(1), 24.
- PUSLITDATIN. (2019, 12 Agustus). Penggunaan narkoba di kalangan remaja meningkat. *BNN RI*. Retrieved from <https://bnn.go.id/penggunaan-narkoba-kalangan-remaja-meningkat/>
- Putri, A., & Ediati, A. (2019). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan pada warga binaan pasyarakatan wanita kasus narkoba di kalimantan timur. *Empati*, 8(1), 173-184.
- Putri, A., M., & Satwika, Y.,W. (2017). Pengalaman mantan penyalahguna napza di usia remaja dalam mencapai resiliensi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 4(1).
- Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of spirituality, psychopathology, and well-being. *The human quest for meaning*, 2, 165-184. New York: Routledge.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and

- experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kesebir, S. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments. *The Journal of Positive Psychology*, 6(3), 173-180.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyowati, E. (2019). Hubungan antara penerimaan diri dengan makna hidup pada mantan pekerja seks komersial (PSK) di komunitas X surakarta. *Doctoral Dissertation*. Universitas Setia Budi, Surakarta.
- Susanti, I. (2002). Tahapan kesadaran menuju makna hidup pada remaja korban penyalahgunaan narkoba yang menjalani terapi pendekatan islami (*Skripsi tidak diterbitkan*). Universitas Komputer Indonesia, Bandung.
- Syarifah, F. (2014). Mantan pecandu narkoba tak bisa sembuh selamanya. *Liputan6.com*. Retrieved from <https://m.liputan6.com/health/read/2065201/mantan-pecandu-narkoba-tak-bisa-semuh-selamanya.html>
- Utami, P. (2014). Resiliensi pada mantan pengguna narkoba. *Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Sultan Sarif Kasim Riau.
- Yusuf, A. M. (2005). *Metodologi Penelitian: Dasar-dasar Penyelidikan ilmiah*. Padang: UNP Press.
- Zhou, Y. & Xu, W. (2018). Short report: the mediator effect of meaning in life in the relationship between self-acceptance and psychological wellbeing among gastrointestinal cancer patients. *Psychology, Health & Medicine*, 24(6), 725-731.