

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja dikenal sebagai masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dimana masa ini sering kali menghadapkan individu kepada situasi yang membingungkan antara kanak-kanak dan terkadang harus bisa bertingkah laku seperti orang dewasa. Situasi seperti inilah yang dapat menimbulkan konflik yaitu sering menyebabkan perilaku-perilaku yang aneh, canggung dan kalau tidak dikontrol bisa menjadi kenakalan (Sarwono, 2015). Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun (Unayah dan Sabarisman, 2015)

Menurut Sarwono (2015) mengatakan kenakalan remaja sebagai perilaku menyimpang dari kebiasaan atau melanggar hukum. Sedangkan menurut Kartono (2017) kenakalan remaja adalah perilaku jahat atau kenakalan anak-anak muda, merupakan gejala sakit (patologis) secara sosial pada remaja, istilah kenakalan remaja mengacu pada suatu rentang yang luas, dari tingkah laku yang tidak dapat diterima sosial sampai pelanggaran status hingga tindak kriminal.

Menurut Sarwono (2015) kenakalan remaja terbagi empat jenis yaitu: a). Kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain: perkelahian, perkosaan, perampokan, dan pembunuhan; b). Kenakalan yang menimbulkan korban materi: perusakan, pencurian, pencopetan, dan pemerasan; c). Kenakalan sosial yang tidak

menimbulkan korban materi: perusakan, pencurian, pencopetan, dan pemerasan; c). Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain: pelacuran, penyalahgunaan obat; d). Kenakalan yang melawan status, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, mengingkari status orang tua dengan cara minggat dari rumah atau membantah perintah orang tua.

Adapun ciri-ciri kenakalan remaja menurut Kartono (2017) ialah: a). Berpesta pora sambil mabuk-mabukan; b). Melakukan hubungan seks bebas; c). Kecanduan dan ketagihan bahan narkotika, d). Tindakan-tindakan immoral secara terang-terangan, e). Perjudian dan bentuk-bentuk permainan lain dengan taruhan.

Proses sosialisasi tersebut biasanya dialami oleh remaja yang baru menginjak kehidupannya sedikit berbeda saat mereka berstatus sebagai remaja sehingga apabila mereka memiliki pengetahuan yang kurang dalam sosialisasinya akan lebih mudah membuatnya terjerumus kedalam hal-hal yang negatif salah satunya ialah narkoba. Hal ini pun didukung oleh Sarwono (2015) bahwa pelarian remaja lebih kearah narkoba dan alkohol yang sifatnya menimbulkan ketergantungan (kecanduan) pada pemakainya.

Selain dapat menjadi zat yang diperlukan untuk pengobatan, narkoba juga sering disalahgunakan dengan tidak mengikuti standar pengobatan dan disertai dengan peredaran narkoba secara gelap sehingga akan menimbulkan akibat yang sangat merugikan perorangan ataupun kelompok dan masyarakat khususnya generasi muda. Penyalahgunaan narkoba telah terjadi secara global, salah satunya di Negara Amerika Serikat, dengan angka penyalahgunaan narkoba yang meningkat (Elizabeth dalam Hendriyana, 2012).

Narkotika dan obat-obatan terlarang (selanjutnya disingkat Narkoba) merupakan problematika yang mendunia. Menurut Elizabeth (Hendriyana, 2012) narkoba selain dapat menjadi zat yang diperlukan untuk pengobatan, narkoba juga sering disalahgunakan dengan tidak mengikuti standar pengobatan dan disertai dengan peredaran narkoba secara gelap sehingga akan menimbulkan akibat yang sangat merugikan perorangan ataupun kelompok dan masyarakat khususnya generasi muda. Penyalahgunaan narkoba telah terjadi secara global, diantaranya di Negara Amerika Serikat, negara-negara besar di semua belahan dunia termasuk Negara Indonesia dengan angka penyalahgunaan narkoba yang meningkat.

Berdasarkan pusat data dari Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, menunjukkan pada tahun 2024, jumlah penduduk Indonesia terlibat penyalahgunaan narkoba (4,8 juta jiwa). Penyalahgunaan narkoba dari tahun ke tahun semakin meningkat dilakukan oleh remaja.

Mardani (2008) menyatakan bahwa individu yang paling banyak ditemui dalam kasus penyalahgunaan narkoba adalah remaja, dengan rentang usia 19-22 tahun yang tergolong dalam remaja akhir. Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI (2017) menyatakan mencermati perkembangan penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba akhir-akhir ini, telah mencapai situasi yang mengkhawatirkan, sehingga menjadi persoalan kenegaraan yang mendesak. Korban penyalahgunaan narkoba bukan hanya pada orang dewasa, maharemaja tetapi juga pelajar SMU sampai pelajar setingkat SD. Kaum Remaja menjadi salah satu kelompok yang rentan terhadap penyalahgunaan narkoba, karena selain memiliki sifat dinamis, energik, selalu ingin tahu. Mereka juga mudah putus asa dan mudah dipengaruhi oleh pengedar yang berakibat jatuh pada masalah penyalahgunaan narkoba. Penuturan Kepala BNN Provinsi Sumatra Selatan mencatat hingga

November 2017 ada 90.000 orang korban penyalahgunaan narkotika, psikotropika, zat adiktif dan obat-obatan berbahaya di provinsi tersebut. Data juga menunjukkan 20 ribu orang di antaranya remaja.

Menurut Elisabet (2022) penyebab utama penyalahgunaan narkotika yakni adanya rasa dan dorongan diri sendiri maupun dari luar, dan faktor narkotika juga mendukung dimana seluruh jenis narkotika bekerja pada bagian otak yang menjadi pusat penghayatan kenikmatan. Nevid dkk (2005) dalam DSM-IV mengolongkan gangguan yang berkaitan dengan zat menjadi dua kategori yaitu : 1. Gangguan penggunaan zat (*substance use disorder*) berarti melibatkan penggunaan maladaptif dari zat psikoaktif yang meliputi penyalahgunaan zat dan ketergantungan zat, 2. Gangguan akibat penggunaan zat (*substance-induced disorder*) merupakan gangguan yang muncul akibat penggunaan zat psikoaktif seperti intoksikasi, gejala putus zat, gangguan mood, demensia, amnesia, gangguan psikotik, gangguan kecemasan, disfungsi seksual, dan gangguan tidur

Nevid, dkk (2005) menyatakan sebelum mengalami ketergantungan individu memiliki pola umum yang menghantarnya menjadi kecanduan atau adiksi berikut adalah beberapa tahapan menuju adiksi : 1. Ekperimentasi merupakan tahap coba-coba atau menggunakan secara berkala. 2. Penggunaan rutin pada tahap ini individu mulai mengatur dirinya untuk mendapatkan dan menggunakan narkoba. 3. Adiksi / ketergantungan pada tahapan ini individu merasa tidak berdaya untuk menolak narkoba karena ingin mengalami efek narkoba atau untuk menghindari adanya gejala putus asa.

Nevid, dkk (2005) juga menjelaskan karakteristik ketergantungan yang diadaptasi dari DSM-IV-TR untuk menunjukkan diagnosis adiksi pada individu yaitu :

a). Toleransi zat, yang ditunjukkan dengan adanya kebutuhan untuk meningkatkan dosis agar mendapatkan efek yang diinginkan; b). Gejala putus zat, yaitu mengalami gejala tertentu (gejala khas) apabila tidak mengkonsumsi zat; c). Penggunaan dosis yang lebih besar untuk periode waktu yang lebih lama; d). Kurang bisa berhasil melakukan kontrol diri atau adanya keinginan untuk mengurangi atau mengendalikan penggunaan zat; e). Menghabiskan banyak waktu untuk aktifitas memperoleh zat, menggunakan zat; f). Individu mengurangi aktifitas sosial pekerjaan, sekolah atau recreational akibat dari penggunaan zat; g). Terus berlanjutnya penggunaan zat walaupun adanya masalah yang muncul akibat penggunaan zat. Terlibatnya remaja dengan narkoba diantaranya dapat menyebabkan rendahnya kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian Fitri (2018) mengungkapkan bahwa tingkat kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang dimana sebagian kecil remaja memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Selain itu terdapat hasil penelitian yang dilakukan oleh Monnalisza & S, (2018) ditinjau dari aspek kompetensi diri kepercayaan diri remaja panti asuhan aisyiyah berada pada kategori sedang, dan ditinjau dari perasaan diri terhadap orang lain berada pada kategori sedang.

Perdana (2019) mengemukakan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah atau telah kehilangan kepercayaan memiliki beberapa sikap sebagai berikut; a) tidak memiliki sesuatu keinginan, tujuan, atau target yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh; b) tidak memiliki keputusan melangkah yang *decisive* (ngambang); c) mudah frustrasi atau *give-up* ketika menghadapi masalah atau kesulitan; d) kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah; e) sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab; f) canggung dalam menghadapi orang; g) tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara

dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan; h) sering memiliki harapan yang tidak realistis; i) terlalu perfeksionis; j) terlalu sensitif (perasa).

Selanjutnya berdasarkan observasi, peneliti melihat hanya sebagian remaja saja yang berani mengemukakan pendapat, bertanya, tidak gugup saat maju ke depan kelas dan sebagian besar remaja hanya diam dan memperhatikan.

Selaras dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan salah satu konselor tempat rehabilitasi narkoba di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin.

Berdasarkan wawancara saya dengan konselor Triyono (*personal communication*, 1 Agustus 2024) Yayasan Mitra Mulia Banyuasin mereka melakukan kegiatan sama dengan orang pada umumnya sholat, mandi, bermain bola, dan siraman rohani. Untuk kegiatan sehari-hari para residen wajib bangun pukul 05.00 WIB. Untuk melakukan sholat subuh berjamaah, dilanjutkan pada di pagi hari para residen mencuci pakaian mereka masing-masing. Pukul 11.00 WIB dilanjutkan makan siang dan tidur siang sampai pukul 15.00 WIB, lalu mandi siap-siap untuk melakukan sholat asar berjamaah. Untuk masalah yang dialami residen yaitu sering ilusi, mudah marah, lambat merespon, dan tidak memiliki rasa percaya pada diri sendiri. Ada juga yang sering minta pulang dikarenakan tidak betah.

“berinisial A, kakak sudah berapa lamo direhab disini? Lebih kurang lah 2 bulan kak aku disini. Apo yang dirasoke selama disini... perasan lebih enak bae kak tapi masih ado raso kepengan untuk makek narkobab lagi dan raso bersalah samo diri dewek terus tu samo uwong kurang raso percayo diri untuk berintraksi samo uwong laen.”

Observasi yang saya lakukan pada saat residen bermain sepak bola “ada beberapa residen yang hanya berdiri saja tidak melakukan pergerakan apapun untuk melakukan sentuhan pada bola yang ada didekatnya.”

Dari observasi yang saya lihat di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin

Jadi, fakt or-fakt or yang menyebabkan remaja memiliki rasa percaya diri yang

rendah adalah lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat khususnya.

Zainuddin (2009) menyatakan bahwa terapi SEFT yang memiliki kepanjangan dari *Terapi Spritual Emotional Freedem Tehnique* ini adalah sebuah terapi emosi yang mampu membangkitkan harapan, percaya diri pada seseorang serta mampu menyelesaikan masalah psikis dan fisik yang dialami oleh seseorang.

Pada penelitian ini, peneliti memilih karakteristik remaja pengguna narkoba yang rata-rata berusia 18-25 tahun, hal ini dilakukan oleh peneliti karena menurut penelitian yang dilakukan Muhammad Idrus (2009) tampak beberapa karakteristik yang mengindikasikan betapa remaja saat ini banyak yang mengalami kurang percaya diri. Beberapa karakteristik tersebut antara lain: memiliki motivasi yang rendah untuk berkompetisi, rendahnya motivasi remaja untuk mengembangkan diri.

Dalam pandangan Islam, hilangnya percaya diri pada remaja dikarenakan remaja tergoda dengan tipu daya setan yang membisikan pada diri remaja akan kekalahan dan kegagalan. Saat mendengarkan bisikan tersebut secara tidak langsung remaja berbicara pada diri sendiri dimana dapat berpengaruh langsung pada perilaku, pikiran, fisik, dan mental. Adapun cara mengatasi hilangnya kepercayaan diri remaja diantaranya sebagai berikut. Meminta pertolongan. Allah tidak akan menyia-nyiakan pahala orang baik, memperbanyak doa-doa untuk berindung dari setan, menyibukan diri serta bersungguh-sungguh dalam belajar, meminta bantuan orang-orang saleh, baik dari kalangan guru maupun kalangan sesama remaja.

Dalam hal ini, doa memberikan sumbangsih spiritual karena semakin konsisten remaja melakukan doa dengan adab yang benar, maka akan semakin mendukung kemampuan remaja dalam melakukan aktivitas positif (Rafy, Sapuri 2009).

Perkembangan ilmu pengetahuan dalam berbagai bidang mendorong manusia untuk melakukan penelitian terhadap esensi dari doa, yang ternyata memberikan efek besar terhadap kehidupan manusia.

Semula doa dianggap milik orang-orang yang berurusan dengan agama saja, terpisah dari kelompok saintis. Doa dianggap sebagai ritual atau upacara-upacara agama, tetapi efeknya terhadap individu mendorong seseorang untuk lebih mendalami mekanisme psikis maupun fisik yang terjadi pada diri seseorang (Kardjono, 2006). Efek terapi doa dalam agama bahkan tidak dibatasi secara tegas terhadap suatu penyakit fisik atau untuk penyakit kejiwaan saja. Ini menunjukkan bahwa menurut ajaran agama doa memiliki peluang efek terapi, baik terhadap penyakit kejiwaan maupun penyakit fisik. Dengan kata lain, doa dapat berperan dalam psikoterapi bahkan terhadap somatoterapi (Zainal Arifin, 2009).

The Office of Prayer Research, satu lembaga yang didirikan *the Parliament of the World's Religions* pada bulan Juli 2004 telah mendokumentasikan dan mereview lebih dari 500 riset tentang doa sejak penelitian Francis Galton di tahun 1872. Hasilnya, terdapat banyak bukti ilmiah yang mengatakan bahwa doa dan spiritualitas memang berpengaruh terhadap kesehatan. Mengingat bukti-bukti ilmiah tentang kemampuan *energy psychology* serta doa dan spiritualitas dalam penyembuhan, Ahmad Faiz Zainuddin (2009) menggabungkan kekuatan ini menjadi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

Spiritual didalam SEFT ialah doa. Doa sangat penting karena merupakan salah satu bentuk komunikasi seorang hamba dengan Sang Pencipta. Orang jarang menyadari bahwa apapun yang dipanjatkan saat berdoa sebenarnya merupakan sugesti atau afirmasi yang ditanamkan di pikiran bawah sadar seseorang, pikiran bawah sadar inilah yang berkomunikasi dengan Sang pencipta, bukan pikiran sadar.

Sebelum berdoa seseorang perlu masuk ke kondisi mental/pikiran yang rileks, tenang, hening, atau khusyuk. Saat hening atau khusyuk, seseorang berada di gelombang pikiran bawah sadar, tepatnya kisaran gelombang alfa dan theta. (Gunawan, Adi W, 2009)

Doa berperan penting lebih jauh dari sekedar ibadah ritual, bahkan hampir mencakup semua kegiatan ibadah. Orang yang berdoa, berarti telah berusaha menghadapi segala urusan kepada Allah Swt. Doa merupakan pernyataan tentang kelemahan manusia di hadapan kekuasaan Allah Swt. Serta merupakan cara untuk mengingat-Nya. Dengan demikian, doa sangat penting bagi setiap manusia termasuk para remaja. Doa menghapus perasaan mampu pada diri dan perasaan bangga dengan jiwa. Terlepas dari perasaan angkuh, sombong, dan bangga dengan diri sendiri. Maka disitulah letak keagungan ketaatan sehingga manusia merasakan bahwa dirinya bukan apa-apa, membutuhkan ada yang menolong dan menuntun. (Rafy, Sapuri 2009).

Profil Yayasan Mitra Mulia Yayasan Mitra Mulia dibentuk untuk meningkatkan suatu peran remaja maupun dewasa karena meningkatnya penyalahgunaan narkoba dari tahun ke tahun di kalangan remaja maupun dewasa yang sangat merugikan dan mengancam masa depan. Maka dari itu perlu dibentuk suatu tempat atau pusat rehabilitasi penyalahgunaan narkoba, dengan menggunakan pelayanan rawat jalan, rawat inap, konseling, urine test. Yayasan Mitra Mulia berdiri pada tanggal 15 Juni 2006 adalah lembaga rehabilitasi bagi korban penyalahgunaan NAPZA dan Gangguan Jiwa. Yayasan Mitra Mulia bekerjasama dengan Kementerian Sosial Republik Indonesia dan Badan Narkotika Nasional, yang bergerak dibidang pendidikan non formal khususnya perubahan pola pikir, perilaku dan komunikasi. Kelancaran program rehabilitasi dikendalikan dengan terencana, seksama, dan

terpadu dengan bimbingan konselor yang terlatih, bahu membahu berkerjasama dengan berbagai tenaga ahli dibidang psikolog, psikiater, dokter, dan profesional lainnya. Yayasan Mitra Mulia Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan merupakan suatu lembaga di bawah naungan Kementerian Sosial Republik Indonesia, yang terletak di Jalan Talang Buluh, Rt.002, Kelurahan Talang Buluh, Kecamatan Talang Kelapa, Kabupaten Banyuasin, Kode Pos: 30761. Kurang lebih 10 km dari pusat perbatasan Palembang-Banyuasin, tepatnya dibelakang jalan masuk perumahan Tanah Mas. Pada bulan Agustus 2024, ada sebanyak 15 pria pasien narkoba yang ada di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin

Melihat fenomena yang terjadi di lapangan dan berdasarkan teori yang ada maka peneliti tertarik untuk meneliti Apakah ada Pengaruh Terapi SEFT (*Spiritual EmFreedomTechnique*).

Kepercayaan diri merupakan tingkatan rasa sugesti yang berkembang dalam diri seseorang yang menghasilkan keyakinan berupa tindakan sesuai kehendak sehingga bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidup. Sugesti dapat berupa rangkaian kata-kata atau kalimat-kalimat yang disampaikan dengan cara tertentu dengan maksud dan tujuan sugesti. tempat (Sobour, Alex 2010).

Hal ini didukung oleh pendapat Freud yang mengatakan, ketidaksadaran merupakan sikap-sikap, perasaan-perasaan, dan pikiran-pikiran yang tidak dapat dikontrol oleh kemauan, hanya dengan susah payah ditarik di dalam kesadaran, tidak terikat oleh hukum logika, dan tidak dibatasi oleh waktu dan tempat (Sobour, Alex 2010).

Ketidaksadaran berisi dorongan-dorongan yang sangat kuat, ketakutan-ketakutan, dan konflik-konflik yang sangat berpengaruh terhadap tingkah laku seseorang meskipun orang tersebut tidak menyadari (Sobour, Alex, 2010). Ketika

pikiran bawah sadar merespon sikap, perasaan, dan pikiran secara negatif maka teridentifikasinya gangguan mental yang berat, termasuk rasa tidak percaya diri. Hal ini terjadi karena pikiran bawah sadar banyak menyimpan pengalaman-pengalaman hidup yang direspon secara negatif (Hakim, Thursan, 2004). Jadi, emosi negatif yang muncul merupakan hasil pemaknaan seseorang terhadap berbagai kejadian atau pengalaman hidup yang orang tersebut alami.

Secara teoritis menurut teknik SEFT, beberapa ingatan (sadar maupun bawah sadar) tentang masa lalu dapat membangkitkan gangguan psikologis, tetapi proses ini tidak berjalan secara langsung, melainkan ada “proses antara” yang dinamakan “*disruption of body energy system.*” (Safaria, Triantoro, 2012). EFT jika digabungkan dengan kekuatan doa dan spiritualitas, akan memberikan kontribusi fenomenal spiritual yang sangat efektif karena berdo'a sebenarnya sugesti atau afirmasi yang ditanamkan di pikiran bawah sadar seseorang.

Ketika berdo'a secara khusyuk maka segalanya dapat terkabul karena secara langsung dapat menyentuh kekuatan yang tak terbatas, walaupun secara logika ini tidak dapat terdeteksi ini lah yang menurut Zainuddin disebut sebagai *the amplifying effect* (efek pelipatgandaan) (Safaria, 2012). Doa secara psikologis merupakan bentuk pelepasan. Masalah-masalah yang dialami dapat menyebabkan gangguan kejiwaan, stress, mematahkan semangat, dan menimbulkan komplikasi gangguan kesehatan.

Doa merupakan cara terapi yang terbaik untuk mengutarakan segala permasalahan yang mengganggu. Terapi modern membuktikan bahwa doa mampu memperkuat rohani seseorang, menumbuhkan kepercayaan, serta membunuh khayalan dengan doa, seseorang akan terbebas dari berbagai pikiran negatif dan beragam penyakit (Kardjono, Moerhari 2006).

SEFT merupakan salah satu inovasi teknik konseling. Tahapan tekniknya mendayagunakan aspek jasmani, psikis, dan spiritual manusia secara harmonis. Ketiga aspek tersebut digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan konseli. Aspek spiritual dalam SEFT selaras dengan Bimbingan dan Konseling Islam yang memasukkan unsur spiritual dan religi dalam tiap pandangan keilmuannya. Keberadaan SEFT sebagai inovasi teknik konseling mendapat peluang dan tantangan yang kuat. Peluang terbuka lebar seiring munculnya berbagai penelitian dan bukti ilmiah yang mengulas keberhasilan SEFT untuk mengatasi berbagai masalah emosional, masalah perilaku, maupun masalah kesehatan.

Secara ilmiah Larry Dossey berpendapat bahwa doa memiliki kekuatan yang sama besar dengan pemecahan segala masalah hidup (Zainuddin, Ahmad Faiz, 2006). Banyak orang mengira bahwa doa hanya bersifat ritual, sugesti bahkan dianggap sebagai *placebo* atau sebagai pelengkap aktivitas spiritual, sarana katarsis, saluran rasa frustrasi dan rasa keputusasaan.

Selanjutnya menurut Greg Branden, setelah melakukan riset mendalam terhadap berbagai kitab suci, literatur spiritual, mengunjungi tempat suci di berbagai wilayah dunia, dan mewawancarai banyak tokoh spiritual, menyatakan "*prayer, regarded by many to be root of all technology, is the union of thought, feeling, and emotion*" (doa yang dianggap oleh banyak orang sebagai akar dari semua teknologi, sebenarnya adalah penyatuan dari pikiran, perasaan, dan emosi)

Jadi, fenomena spiritual dalam SEFT ialah berdasarkan pengalaman yakni, segala sesuatu yang seseorang perbuat hendaknya menggantungkan kepada kekuasaan Allah SWT, bahwa tidak ada daya dan kekuatan kecuali datangnya dari Allah semata, seseorang boleh saja berusaha semaksimal mungkin yang pada akhirnya hasilnya yang menentukan hanya Allah SWT.

Sebagai contoh dalam melakukan pengobatan seseorang hanya berikhtiar dan berhasil tidaknya Allah-lah yang menentukan. Spiritual yang fenomena ini bisa dirasakan keberhasilannya tidak menunggu waktu yang lama (jika berhasil) tapi cukup beberapa menit sesudah melakukan tapping. *Tapping* ini adakalanya bisa sembuh dalam hitungan menit tetapi adakalanya baru sembuh setelah di-tapping beberapa kali. Tapping ini tingkat kesembuhannya hanya 20%, sedangkan yang 80% adalah berkat kedekatan diri kita kepada Allah SWT melalui *the set-up* (doa kepasrahan kepada Allah SWT) dan *tune –in* (ikhlas dan pasrah)

B. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) terhadap kepercayaan diri padaremaja pengguna narkoba di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi penelitian-penelitian yang berhubungan dengan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dan rasa percaya diri, selain itu dapat digunakan untuk menambah wawasan dan kajian ilmu pengetahuan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pendidik dan remaja, penelitian ini bisa dimanfaatkan sebagai acuan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam proses pembelajaran.
- b. Bagi peneliti selanjutnya atau pihak-pihak lainnya yang berkompeten dan berminat pada masalah yang relatif sama dengan kajian ini, hasil penelitian ini

dapat menjadi informasi dan kontribusi sehingga bisa melakukan penelitian serupa dengan variabel lain yang mempengaruhi.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian memuat hasil-hasil penelitian sebelumnya, baik yang dilakukan mahasiswa maupun masyarakat umum, diketahui bahwasanya telah ada penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan tema yang sama. Penelitian mengacu pada penelitian yang hampir sama dengan salah satu variabel yang berbeda. Penelitian tersebut adalah penelitian yang dilakukan oleh Dewi Masyitah (2013) Pengaruh Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Raden Mattaher Jambi. Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen dengan pendekatan *the one group pretest – posttest*. Hasil penelitiannya 1) Ada pengaruh terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi, 2) Ada pengaruh terhadap penurunan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi, 3) Ada pengaruh terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) terhadap tekanan darah pasien hipertensi.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Mukhamad Rajin (2012) mengenai Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Pasca Operasi di Rumah Sakit. Rancangan penelitian menggunakan *pre-test* dan *post-test control design*, besar sampel masing-masing kelompok 10 responden, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dilakukan selama 5 menit satu kali sehari, kualitas tidur pasien dievaluasi menggunakan skala *analog visual cross*. Analisis statistik menggunakan uji Anova dengan signifikansi $\leq 0,05$. Hasil uji statistik *one way Anova*

pada hari pertama nilai $p = 0.009$ dan pada hari ketiga nilai $p=0.000$. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dapat direkomendasikan sebagai tindakan perawatan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien pasca operasi sebagai bentuk layanan khusus di rumah sakit.

Selanjutnya, penelitian ini dilakukan oleh Miswan (2013) mengenai pengaruh terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam menurunkan agresivitas remaja MA Darul Ulum Ngaliyan-Semarang. Penelitian ini bersifat kuantitatif eksperimen dengan rancangan eksperimen *one group pre-test – posttest design*. Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik sampling jenuh yaitu dengan menjadikan seluruh populasi sebagai sampel. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala. Analisis data menggunakan teknik uji-t dependent. Analisis data dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Program For Social Service*) versi 16.00 for windows.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) dalam menurunkan perilaku agresif remaja MA Darul Ulum Ngaliyan Semarang. Klasifikasi data *pre-test* remaja (49%) memiliki agresivitas yang tinggi dan 43 remaja (51%) memiliki tingkat agresivitas yang sangat tinggi. Sedangkan setelah diberi treatment terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) agresivitas remaja MA Darul Ulum Ngaliyan – Semarang semakin menurun. Dengan klasifikasi data 26 remaja (30%) memiliki agresivitas sangat rendah, 45 remaja (52%) memiliki agresivitas yang rendah dan 13 remaja (15%) memiliki tingkat agresivitas cukup.

Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Idrus (2008) Hubungan Kepercayaan Diri Remaja dengan Pola Asuh Orang Tua Etnis Jawa. Subjek dalam

penelitian ini adalah remaja yang masih bersekolah di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kotamadya Yogyakarta, berusia 15-18 tahun, yang berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), dalam kesehariannya menggunakan bahasa Jawa sebagai bahasa pengantar pergaulannya. Jumlah responden sebanyak 237 orang, yang berasal dari 3 MAN yang ada di Kodya Yogyakarta.

Pemilihan responden dilakukan dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Juli hingga Agustus 2008 dengan cara langsung ke sekolah dengan membagikan kuesioner kepada responden. Data dianalisis dengan menggunakan formula *product moment* dari Pearson dengan bantuan software program *SPSS 12.00 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara pola asuh mendorong orang tua Jawa dengan tingkat kepercayaan diri remaja, dengan nilai $r = 0,419$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

Terakhir, penelitian yang dilakukan Bayu W, dkk (2010) mengenai Pengaruh Pelatihan Kepercayaan Diri Menggunakan Metode Hipnosis Terhadap Kepercayaan n Diri Remaja Kelas X Menghadapi Ujian Semester. Hasil penelitian sebagai berikut tidak ada perbedaan nilai rata-rata *pre-test* antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen, tidak ada perbedaan nilai rata-rata antara skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol atau nilai rata-rata *post-test* lebih rendah dari pada skor *pre test*, ada perbedaan nilai rata-rata *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dimana nilai rata-rata *post-test* lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata *pre-test*, ada perbedaan nilai rata-rata antara skor *post-test* kelompok eksperimen dengan skor *post-test* pada kelompok kontrol dimana nilai rata-rata *post-test* kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata *post-test* pada kelompok kontrol

Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut maka penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini mempunyai persamaan dengan penelitian terdahulu yakni mengenai terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) namun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah:

1. Subjek penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja Rehabilitasi Yayasan Mitra Mulia Banyuwangi dengan rentang usia 17-24 tahun dan memiliki rasa percaya diri yang rendah.

2. Keaslian alat ukur

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* yang disusun sendiri oleh peneliti, penyusunan alat ukur penelitian ini berdasarkan pada aspek-aspek percaya diri menurut AN. Ubaedy yakni: *decisiveness* (keputusan hidup mantap), *ego strenght* (mempunyai personal power yang kuat), *independence* (terbebas dari rasa terancam atau rasa tertekan), *strong self-concept* (jati diri), dan *willing to take responsibility* (komitmen dan tanggung jawab).

3. Keaslian Teori

Keaslian teori dalam penelitian ini terletak pada penyusunan skala percaya diri dengan menggunakan aspek-aspek percaya diri menurut AN. Ubaedy yakni: *decisiveness* (keputusan hidup yang mantap), *ego strenght* (mempunyai personal power yang kuat), *independence* (terbebas dari rasa terancam atau rasa tertekan), *strong self-concept* (jati diri), dan *willing to take responsibility* (komitmen dan tanggung jawab).

4. Keaslian Tempat Penelitian

Tempat penelitian berada di Yayasan Mitra Mulia Banyuasin

