

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN
KEBERFUNGSIAN KELUARGA DENGAN HARAPAN
MANTAN PECANDU NARKOBA**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung**

**Oleh:
Nadya Afriani
1831080201**

Program Studi : Psikologi Islam

**Pembimbing 1 : Dr. Rika Damayanti, M.Kep., Ns. Sp. Kep.J.
Pembimbing 2 : Faisal Adnan Reza, M.Psi., Psikolog**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/ 2022**

ABSTRAK

Hubungan antara Kontrol Diri dan Keberfungsian Keluarga dengan Harapan Mantan Pecandu Narkoba

Oleh:
Nadya Afriani

Seseorang mantan pecandu narkoba harus memiliki harapan akan masa depan yang diperoleh dari pelajaran hidup dan keinginan untuk melakukan perubahan yang terdapat dalam diri mantan pecandu. Adanya harapan akan masa depan dalam diri mantan pecandu dapat menjadi motivasi bagi pecandu untuk memperbaiki kualitas hidup mereka dan terbebas dari narkoba. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi harapan mantan pecandu narkoba tersebut adalah kontrol diri dan keberfungsian keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.

Populasi dalam penelitian ini adalah mantan pecandu narkoba di IPWL Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity* (HOS) Bandar Lampung, Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Narkoba Wisma Ataraxis IPWL Sosial, dan Yayasan Sinar Jati Lampung. Sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 50 mantan pecandu narkoba dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi meliputi skala harapan berjumlah 30 aitem ($\alpha = 0,905$), skala kontrol diri berjumlah 36 aitem ($\alpha = 0,941$), dan skala keberfungsian keluarga berjumlah 33 aitem ($\alpha = 0,899$). Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis regresi berganda dengan bantuan *software* SPSS 26.0 *for windows*.

Data yang dianalisis menunjukkan hasil $rx_{1.2.3-y} = 0,638$ dengan $F = 16,123$ sig 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba. Kontrol diri dan keberfungsian keluarga tersebut memberikan sumbangan efektif sebesar 40,7% terhadap variabel harapan dan 59,3% dihasilkan oleh variabel lain di luar penelitian, $Rx_{1-y} = 0,460$ dengan sig 0,001 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kontrol diri dengan harapan mantan pecandu narkoba, dan $Rx_{2-y} = 0,514$ dengan sig 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.

Kata kunci : Harapan, Kontrol Diri, Keberfungsian Keluarga.

ABSTRACT

The Relationship between Self-Control and Family Functioning and Expectations of Former Drug Addicts

By:
Nadya Afriani

Someone ex-drug addicts have hope for the future that is obtained from life lessons and the desire to make changes contained in ex-addicts also plays a role in the healing process of drug addiction. The existence of hope for the future in former addicts can be a motivation for addicts to improve their quality of life and be free from drugs. Factors that can affect the expectations of ex-drug addicts are self-control and family functioning. This study aims to analyze the relationship between self-control and family functioning and the expectations of former drug addicts.

The population in this study were former drug addicts at the IPWL Rumah Rehabilitation House of Serenity (HOS) Bandar Lampung, the Mental and Drug Rehabilitation Center Wisma Ataraxis Social IPWL, and the Sinar Jati Lampung Foundation. The sample used in this study was 50 former drug addicts with a total sampling technique. The data collection technique in this study used a psychological scale including an expectation scale of 30 items ($\alpha = 0.905$), a self-control scale of 36 items ($\alpha = 0.941$), and a family functioning scale of 33 items ($\alpha = 0.899$). The analysis technique used is multiple regression analysis with the help of SPSS 26.0 software for windows.

The data analyzed showed the results of $rx1.2.3-y = 0.638$ with $F = 16.123$ sig 0.000 ($p < 0.01$) indicating that together there is a relationship between self-control and family functioning with the expectations of former drug addicts. Self-control and family functioning make an effective contribution of 40.7% to the variable expectations and 59.3% is generated by other variables outside the study, $Rx1-y = 0.460$ with sig 0.001 ($p < 0.01$) indicating that there is a relationship positive relationship between self-control and expectations of former drug addicts, and $Rx2-y = 0.514$ with sig 0.000 ($p < 0.01$) indicating that there is a positive relationship between family functioning and expectations of former drug addicts.

Keywords : Hope, Self Control, Family Functioning.

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nadya Afriani

NPM : 1831080201

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri dan Keberfungsian Keluarga dengan Harapan Mantan Pecandu Narkoba” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian Pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 30 November 2022

Yang Menyatakan,



Nadya Afriani

NPM. 1831080201



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Letkol H. Indrosuratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI
DAN KEBERFUNGSIAN KELUARGA
DENGAN HARAPAN MANTAN PECANDU
NARKOBA**
Nama : **Nadya Afriani**
NPM : **1831080201**
Program Studi : **Psikologi Islam**
Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqsyahkan dan dipertahankan dalam Sidang
Munaqsyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. Rika Damayanti, M.Kep., Ns. Sp. Kep.J.
NIP. 197303162006042002

Pembimbing II

Faisal Adnan Reza, M.Psi., Psikolog
NIP. 199209162019031019

Mengetahui
Ketua Prodi Psikologi Islam

Drs. M. Nursalim Malay, M.Si
NIP. 196301011999031001



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Letkol H. Indro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Telp.(0721)703531, 780421

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **Hubungan Antara Kontrol Diri dan Keberfungsian Keluarga Dengan Harapan Mantan Pecandu Narkoba**. Disusun oleh: **Nadya Afriani, NPM: 1831080201**, Program Studi: **Psikologi Islam**. Telah Diujikan Dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi UIN Raden Intan Lampung. Pada Hari/Tanggal: **Jum'at, 23 Desember 2022** Pukul: **13:30-15:00 WIB**.

TIM PENGUJI

Ketua : **Abdul Qohar, M.Si** (.....)

Sekretaris : **Angga Natalia, M.I.P** (.....)

Penguji Utama : **Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si** (.....)

Penguji Pendamping I : **Dr. Rika Damayanti, M.Kep., SP. Kep.J** (.....)

Penguji Pendamping II : **Faisal Adnan Reza, S.Psi., M.Psi., Psikolog** (.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

Dr. Ahmad Isnaeni, S. Ag., M. A
NIP. 197403302000031001

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

“ Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang yang beriman.”

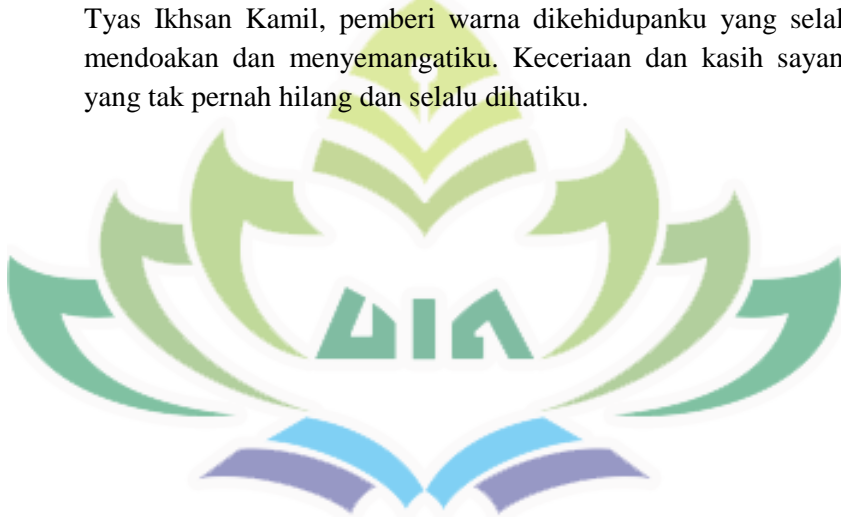
(Q.S. Ali ‘Imran : 139)



PERSEMBAHAN

Dengan penuh semangat, usaha yang keras, tidak berhentinya doa, akhirnya skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik. Atas ridho Allah SWT dan segala kerendahan hati, maka skripsi ini peneliti persembahkan kepada :

1. Ayahku tercinta Mattuase dan Ibuku tercinta Marfu'atun, penyemangat besar dalam hidupku yang selalu menyayangiku, mendukung setiap apapun yang ku lakukan, memberi perhatian dan limpahan doa yang tulus untukku. Kasih sayangmu takkan pernah lekang oleh waktu dan hilang dalam hatiku.
2. Kakakku tersayang Venny Zulmiani dan Adikku tersayang M. Tyas Ikhsan Kamil, pemberi warna dihidupanku yang selalu mendoakan dan menyemangatiku. Keceriaan dan kasih sayang yang tak pernah hilang dan selalu dihatiku.



RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Nadya Afriani, dilahirkan di Bandar Lampung pada tanggal 21 April 2000. Peneliti merupakan anak kedua dari tiga bersaudara, putri dari pasangan Ayah Mattuase dan Ibu Marfu'atun. Berikut adalah riwayat pendidikan peneliti:

1. TK Pratama Kids Bandar Lampung, lulus pada tahun 2005
2. SD Negeri 1 Sukabumi Indah Bandar Lampung, lulus pada tahun 2012
3. MTS Negeri 1 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2015
4. SMK Negeri 4 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2018

Setelah lulus dari pendidikan di Sekolah Menengah Kejuruan tepatnya pada tahun 2018, peneliti terdaftar sebagai mahasiswi Program Studi S1 Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Alhamdulillahirrabbi 'alamin, puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Adapun dalam pelaksanaan dan penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangatlah dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh sebab itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si selaku Ketua Prodi dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Sekretaris Prodi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah bersabar membantu dan menyiapkan persyaratan surat-surat serta selalu memberikan yang terbaik kepada seluruh mahasiswa Prodi Psikologi Islam serta meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan arahan dalam permasalahan perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir dengan penuh kesabaran.
3. Ibu Dr. Rika Damayanti, M.Kep., Ns. Sp. Kep.J. selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak Faisal Adnan Reza, M.Psi., Psikolog. Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi peneliti, memberi arahan, semangat dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran serta dedikasih yang luar biasa untuk peneliti.
4. Bapak dan Ibu Dosen tim penguji skripsi yang telah memberikan masukan untuk kebaikan penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah mendidik serta memberikan ilmu yang bermanfaat kepada peneliti selama perkuliahan.

6. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah membantu peneliti terkait proses administrasi dan memberikan informasi perkuliahan kepada peneliti.
7. Kepala Rumah Rehabilitas Narkoba IPWL *House of Serenity*, Kepala Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwan dan Narkoba Wisma Ataraxis IPWL Sosial, dan Kepala Yayasan Sinar Jati Lampung selaku institusi yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Teruntuk sahabatku Adila Puri, Nadzro Assyifa, Namira Hasanah, Puji Rahayu dan Tiesha Salsabilla teman setia selama perkuliahan, terimakasih atas bantuan dan motivasi hingga akhir masa perkuliahan.
9. Seluruh teman-teman Psikologi Islam angkatan 2018 khususnya kelas A yang telah berjuang bersama pada masa perkuliahan serta telah memberikan kenangan indah yang tak terlupakan kepada penulis.
10. Teman-teman SMP dan KKN ku, terimakasih selalu memberi motivasi dan semangatnya.
11. Semua teman-teman Psikologi Islam angkatan 2018, teman-teman seperbimbingan, terimakasih atas kebersamaan selama peneliti berkuliah. Semoga ada kebaikan yang dapat diambil dari pertemuan kita.
12. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti berharap kepada Allah SWT, semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasan akan menjadi pahala dan amak kebaikan serta mendapat kemudahan dari Allah SWT.

Bandar Lampung, 30 November 2022

Nadya Afriani
NPM. 1831080201

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Penelitian Terdahulu	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Harapan	9
1. Pengertian Harapan	9
2. Aspek-Aspek Harapan	10
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harapan	12
4. Harapan Dalam Perspektif Islam	13
B. Kontrol Diri	15
1. Pengertian Kontrol Diri	15
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	16
C. Keberfungsian Keluarga	17
1. Pengertian Keberfungsian Keluarga	17
2. Dimensi-dimensi Keberfungsian Keluarga	19
D. Hubungan Kontrol Diri dan Keberfungsian Keluarga Dengan Harapan	22
E. Kerangka Berfikir	26
F. Hipotesis Penelitian	28

BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel Penelitian ...	29
1. Identifikasi Variabel Penelitian	29
2. Definisi Operasional variabel Penelitian	29
a) Harapan	29
b) Kontrol Diri	29
c) Keberfungsian Keluarga	30
B. Populasi dan Subyek Penelitian	30
1. Populasi	30
2. Teknik Sampling	30
3. Sampel	31
C. Metode Pengumpulan Data	31
1. Skala Harapan	31
2. Skala Kontrol Diri	32
3. Skala Keberfungsian Keluarga	32
D. Uji Validitas dan Realibilitas	33
1. Validitas	33
2. Reliabilitas	34
E. Metode Analisis Data	34
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	35
A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian	35
1. Orientasi Kanchah	35
2. Persiapan Penelitian	36
3. Pelaksanaan <i>Try-out</i> (Uji Coba Alat Ukur)	37
4. Seleksi Aitem dan Reliabilitas Instrumen	38
5. Penyusunan Skala Penelitian	40
B. Pelaksanaan Penelitian	42
1. Penentuan Subjek Penelitian	42
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	42
3. Skoring	42
C. Analisis Data Penelitian	42
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	42
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	44
3. Uji Asumsi	47
4. Uji Hipotesis	50
5. Sumbangan Efektif Variabel Independen	53

D. Pembahasan	54
BAB V PENUTUP	63
A. Simpulan	63
B. Rekomendasi	63
DAFTAR PUSTAKA	65



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Anggota Populasi	31
Tabel 2. Blueprint Skala Harapan	32
Tabel 3. Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri	32
Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Keberfungsian Keluarga	33
Tabel 5. Distribusi Aitem Skala Harapan Setelah Uji	39
Tabel 6 Distribusi Aitem Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba	39
Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Keberfungsian Keluarga Setelah Uji Coba	40
Tabel 8. Sebaran Aitem Baik Skala Harapan (setelah uji coba)	41
Tabel 9. Sebaran Aitem Baik Skala Kontrol Diri (setelah uji coba) ..	41
Tabel 10. Sebaran Aitem Baik Skala Keberfungsian Keluarga (setelah uji coba	42
Tabel 11. Deskripsi Data Penelitian	44
Tabel 12. Kategorisasi Skor Variabel Harapan	45
Tabel 13. Kategorisasi Skor Variabel Kontrol Diri	45
Tabel 14. Kategorisasi Skor Variabel Keberfungsian Keluarga	46
Tabel 15. Hasil Uji Normalitas	47
Tabel 16. Hasil Uji Linearitas	48
Tabel 17. Hasil Uji Multikolinieritas	49
Tabel 18. Hasil Uji Hipotesis Pertama Penelitian	50
Tabel 19. Hasil Uji Hipotesis Kedua dan Ketiga Penelitian	51
Tabel 20. Persamaan Regresi Variabel X_1 , X_2 , dan Y	52
Tabel 21. Sumbangan Efektif Variabel Indenpenden Penelitian	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir Hubungan antara Kontrol Diri dan Keberfungsian Keluarga dengan Harapan Mantan Pecandu Narkoba	26
Gambar 2. Visualiasi Hasil Uji Heteroskedastisitas Residual vs Predicted	50



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rancangan Skala Penelitian	71
Lampiran 2. Distribusi Data Uji Coba	79
Lampiran 3. Seleksi Aitem dan Reliabilitas Hasil Uji Coba Skala ..	83
Lampiran 4. Skala Penelitian	89
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian	97
Lampiran 6. Hasil Uji Asumsi	99
Lampiran 7. Hasil Uji Hipotesis	103
Lampiran 8. Surat Perizinan Penelitian	107
Lampiran 9. Surat Balasan Penelitian	111
Lampiran 10. Turnitin	115



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada zaman sekarang cakupan penyalahgunaan narkoba menjadi semakin luas di seluruh dunia, begitu pula di Indonesia penanganan penyalahgunaan narkoba sebuah fenomena yang tidak kunjung usai. Menurut *survey* yang dilakukan oleh Badan Narkotika Nasional (BNN) sepanjang 2021, Petrus Reinhard Golose mengungkapkan terjadinya peningkatan pengguna narkoba sepanjang 2021 dari sebelumnya 1,80% atau 3,41 juta jiwa menjadi sebesar 0,15%, sehingga menjadi 1,95% atau 3,66 juta jiwa pada kategori setahun pakai (Yoanes, 2021).

Dampak dari penyalahgunaan narkoba adalah dapat menimbulkan ketergantungan yang sulit disembuhkan (Kholik, 2014). Menurut Partodiharjo dalam Halimah (2019) Penghentian penggunaan dan proses pemulihan ketergantungan narkoba merupakan proses yang rumit dan memerlukan waktu yang panjang sehingga tidak jarang dalam perjalanannya seorang mantan pecandu narkoba mengalami *relapse*. *Relapse* merupakan fase kembalinya seseorang untuk mengonsumsi kembali narkoba dalam jangka waktu tertentu setelah dilakukan pengobatan atau rehabilitasi (Lopez & Synder, 2009).

Seseorang yang pernah menjadi pecandu narkoba ditemukan memiliki hambatan dalam berinteraksi karena adanya stigma negatif dari masyarakat, kurangnya rasa optimis, kurang memiliki kemampuan penyelesaian masalah dan kurang memiliki keyakinan diri. Halimah (2019) juga menemukan bahwa para mantan pecandu narkoba cenderung memandang dirinya pesimis terhadap kompetensi yang dimiliki. Mantan pecandu narkoba telah berhasil melalui proses yang tidak mudah. Mantan pecandu harus mampu untuk melepaskan dirinya pada ketergantungan terhadap narkoba, beradaptasi untuk kembali masuk dan dapat diterima kembali dengan masyarakat. Harapan akan masa depan yang diperoleh dari pelajaran hidup dan keinginan untuk melakukan perubahan yang terdapat dalam diri mantan pecandu juga berperan dalam proses penyembuhan kecanduan narkoba. Adanya harapan akan masa depan dalam diri mantan

pecandu dapat menjadi motivasi bagi pecandu untuk memperbaiki kualitas hidup mereka dan terbebas dari narkoba (Aztri, 2013).

Harapan yang dikembangkan Snyder, et al. (2000) yaitu proses kognitif seseorang untuk merencanakan jalan keluar upaya mencapai tujuan walaupun masih ada beberapa rintangan dan membuahkan motivasi menjadi suatu cara untuk mencapai tujuan. Adanya harapan, individu cenderung mempunyai suasana hati positif dan mempunyai pandangan dalam tujuan positif. Harapan mendukung impian buat berakibat *output* yang positif dan menaruh perasaan baik untuk menciptakan mimpi sebagai fenomena pada kehidupan insan dan pada hal ini keluarga sanggup menjadi peran yang menyadarkan seseorang untuk mendapatkan motivasi yang menguatkan tekad untuk sembuh (Cavus & Gokcen, 2014).

Seperti yang dirincikan dalam berita *online* Asmalyah (2019) seorang mahasiswi Universitas Krisnadwipayana Bekasi berinisial M adalah seorang mantan pecandu narkoba. M menceritakan mulai mengenal barang haram tersebut sejak kelas tiga menengah atas pada tahun 2014 sampai masuk kuliah semester dua dalam 2016 akhir, M sempat menjalankan Rehabilitasi di Lido Sukabumi. M bertekad untuk berhenti, alasan M untuk berhenti adalah orang tuanya dan dirinya memiliki harapan untuk mendapatkan masa depan yang lebih baik (Asmalyah, 2019)

Contoh lain yang dilakukan wawancara oleh peneliti di Rumah Rehabilitasi Narkoba IPWL *House Of Serenity* (HOS) pada 16 maret 2022, mewawancarai beberapa mantan pecandu yang berinisial D, R, A, B, dan F. Salah satu seorang mantan pecandu berinisial D yang telah menjalankan rehabilitasi pada akhir tahun 2021, D menceritakan pengalamannya pasca rehabilitasi hingga dapat memakai barang haram tersebut. D mengakui bahwa D telah menggunakan narkoba sejak di bangku sekolah menengah ke atas, lingkungan negatif yang telah membawa D ke pergaulan bebas hingga dapat menggunakan narkoba. Saat ini D berkeinginan untuk berhenti dan menjalankan kehidupannya kembali normal. D menyatakan bahwa pasca rehabilitasi D memiliki harapan tinggi untuk masa depannya. Tujuan dari harapan D yaitu berharap tidak akan menggunakan narkoba kembali, diterima kembali oleh masyarakat dan dapat menyelesaikan

masalah dengan baik. D memiliki strategi untuk mewujudkan harapannya dengan cara meninggalkan lingkungan pertemanan negatif dan melakukan aktivitas yang lebih positif. Ketika D suatu hari dalam keadaan terpicu untuk menggunakan narkoba kembali D berharap dapat mempertahankan strateginya dan D membutuhkan peran keluarga untuk membantu menjalankan fungsi keluarganya, dan D harus memiliki kontrol diri yang baik agar tidak terjadi *relapse*.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan tentang apa yang dirasakan oleh mantan pecandu dalam berkeinginan untuk dapat berhenti dan menjalani kehidupan kembali normal serta memiliki harapan untuk tidak kembali untuk melakukan perbuatan yang merugikan diri sendiri dan berharap dirinya dapat diterima kembali oleh masyarakat serta dapat melakukan perbuatan yang lebih bermanfaat untuk kehidupan masa depannya.

Pemaparan terhadap keadaan-keadaan yang muncul di atas menunjukkan bahwa harapan yang diinginkan oleh seorang mantan pecandu narkoba merupakan kondisi yang positif karena terdapat sebuah keinginan untuk meningkatkan harapan hidupnya yang lebih baik lagi. Hal ini memerlukan adanya kemampuan untuk menghadapinya. Menurut Weil (2000) terdapat beberapa faktor yang melatar belakangi harapan yaitu kontrol. Dibutuhkan kemampuan kontrol diri yang baik pada mantan pecandu narkoba agar tidak *relapse* kembali (Diana, et al. 2020). Kontrol diri adalah unsur yang paling terpenting untuk dapat terlepas dari kecanduan tersebut. Papalia, et al. (2004) menyebutkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Sejalan dengan Borba (dalam Astuti & Muna, 2014) yang mengatakan kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga seseorang mampu bertindak dengan benar.

Averill dalam Hakim (2007) adapun aspek aspek dari kontrol diri yaitu: kontrol kognitif, kontrol perilaku dan kontrol mengambil keputusan. Mengacu pada hal tersebut, dibutuhkan kemampuan kontrol diri yang baik pada mantan pengguna narkoba agar tidak *relapse* kembali. Selain kontrol diri faktor yang dapat membantu

merealisasikan harapan mantan pecandu narkoba yaitu keluarga. Menurut BKKBN (2020) fungsi keluarga merupakan fungsi yang menjadi prasyarat, acuan, dan pola hidup setiap keluarga untuk mewujudkan keluarga sejahtera dan berkualitas. Ada delapan fungsi keluarga salah satunya yaitu fungsi perlindungan, keluarga berfungsi sebagai pelindung pertama dan paling utama dalam memberikan kebenaran dan keteladanan keluarga juga menjadi tempat pelindung bagi setiap anggotanya. Dengan adanya perlindungan keluarga dapat membantu mewujudkan harapannya, perlindungan keluarga akan membantu mantan pecandu untuk menyelesaikan masalah dan perlindungan agar mantan pecandu tidak terpengaruh dengan lingkungan negatifnya kembali.

Keberfungsian keluarga dapat dijelaskan berdasarkan teori model *Mc Master*. Teori ini melihat bahwa sistem dalam keluarga mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis anggota keluarga dikarenakan oleh proses dalam merealisasikan beragam fungsi dalam keluarga dan hal tersebut mampu mempengaruhi harapan seseorang untuk menjadi lebih baik. Menurut model keberfungsian keluarga ini, fungsi dasar keluarga adalah menyediakan lingkungan yang tepat bagi anggota keluarga untuk mengembangkan aspek fisik, psikologis, sosial, dan aspek lainnya. Berdasarkan teori ini, keberfungsian keluarga secara umum dapat dilihat dari sejauh mana keluarga dapat memenuhi enam peran dalam keluarga yakni menyelesaikan masalah, komunikasi, peran keluarga, respon afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku (Yolanda, 2012).

Berdasarkan konsep ini, maka secara umum keberfungsian keluarga dapat dibedakan dalam dua bentuk yakni keluarga yang berfungsi dengan sehat dan keluarga yang berfungsi dengan tidak sehat, bagi keluarga yang berfungsi secara sehat maka akan memberikan dukungan bagi pecandu narkoba untuk mendapatkan harapan hidup seperti sebelumnya bahkan dapat lebih baik lagi, tetapi bagi yang tidak berfungsi tidak sehat maka akan mempengaruhi psikis dari pecandu narkoba tersebut. Keberfungsian keluarga memiliki aspek aspek yaitu *goal*, *pathway thinking* dan *agency thinking*.

Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunitasari (2018) dengan hasil yang didapat menunjukkan bahwa dukungan

keluarga secara keseluruhan berpengaruh terhadap lama berhenti memakai narkoba setelah menjalani rehabilitasi. Dengan begitu, dukungan keluarga akan memberikan dampak baik bagi mantan pecandu narkoba untuk membantu meningkatnya tingkat harapan menjadi lebih baik kedepannya. Faktor yang mempengaruhi terjadinya *relapse* penyalahgunaan narkoba diantaranya kurangnya dukungan keluarga selama proses maupun pasca rehabilitasi. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan bagi mantan pecandu narkoba agar memiliki kualitas hidup yang baik, khususnya dukungan keluarga.

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, maka penelitian ini ingin membuktikan terkait hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba?.

C. Tujuan Penelitian

Di dalam penelitian ini tentunya memiliki target atau tujuan agar adanya suatu hasil yang diinginkan, tujuannya bisa berupa untuk mendapatkan atau memperoleh informasi yang relevan, yaitu:

1. Untuk menganalisis hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.
2. Untuk menganalisis hubungan antara kontrol diri dengan harapan mantan pecandu narkoba.
3. Untuk menganalisis hubungan antara keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi kajian yang berguna dalam memperkaya pemahaman serta pemikiran terkait

hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba untuk dijadikan referensi bagi siapa saja yang membacanya dalam bidang psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mantan Pecandu Narkoba

Adanya penelitian ini, Mantan Pecandu dapat meningkatkan harapannya untuk menjadi lebih baik dengan faktor pendukung yaitu kontrol diri dan keberfungsian keluarga.

b. Bagi Keluarga

Adanya penelitian ini, Keluarga sadar akan fungsinya untuk menjaga dan mendukung anggota keluarganya yang sedang menjalani masa pemulihan pasca rehabilitasi untuk mewujudkan harapannya menjadi lebih baik.

c. Bagi Instansi

Hasil dari penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh pihak instansi guna menentukan kebijakan mengenai meningkatkan harapan mantan pecandu narkoba.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan menjadi bahan acuan penelitian selanjutnya, terutama yang akan melakukan penelitian berkaitan dengan harapan, kontrol diri dan keberfungsian keluarga.

E. Kajian Penelitian Terdahulu

Sebelum dilakukannya penelitian lebih lanjut, maka perlu dilakukannya kajian terhadap penelitian sebelumnya, dalam rangka untuk mendeteksi titik perbedaan, kebaruan suatu penelitian terhadap yang lain. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang didapatkan dari hasil pencarian peneliti:

1. Hasil Penelitian Duri dan Primanita(2022)

Penelitian yang dilakukan Bela Sari Rafikah Duri dan Rida Yanna Primanita yang berjudul “Hubungan antara kontrol diri dengan harapan pada mantan pengguna napza di Sumatera Barat” Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan mengenai hubungan kontrol diri dengan harapan pada mantan pengguna napza di Sumatera Barat,

secara keseluruhan kontrol diri pada mantan pengguna napza di Sumatera Barat menempati kategori sedang dengan persentase 84.6% yaitu sebanyak 44 dari 52 orang subjek. Secara keseluruhan harapan pada mantan pengguna napza di Sumatera Barat juga menempati kategori sedang dengan persentase 59.6% yaitu sebanyak 31 orang dari 52 orang subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri dan harapan, memiliki hubungan positif yang signifikan pada mantan pengguna napza dalam artian semakin meningkatnya kontrol diri maka akan meningkat pula harapan pada mantan pengguna napza di Sumatera Barat.

2. Hasil Penelitian Sucan (2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Seredar Sucan yang berjudul *“The Mediating Role of Stress on the Effect of Self-Control and Self-Management on Level of Hope in Coaches”*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran stress terhadap pengaruh kontrol diri dan manajemen diri pada tingkat harapan pada pelatih. Populasi penelitian terdiri dari 196 guru pendidikan jasmani yang bekerja di sekolah-sekolah di Kayseri. Dari hasil analisis korelasi, terjadi hubungan positif signifikan antara keterampilan pengendalian diri dan manajemen diri dengan skor tingkat harapan pelatih ($p < 0,01$).

3. Hasil penelitian Utami (2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Rizki Fadhila Utami yang berjudul *“Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan harapan sehat pada pasien diabetes mellitus di Kota Samarinda”* Berdasarkan penelitian bahwa dapat diketahui nilai antara keberfungsian keluarga dan harapan sebesar 0,281 dan nilai p sebesar 0,005. Artinya bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dengan harapan untuk pulih dari napza.

4. Hasil penelitian Garnasih (2010)

Penelitian yang dilakukan oleh Nining Hardiyana Garnasih yang berjudul *“Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan harapan untuk pulih dari napza pada residen di Unit*

Pelaksana Teknis (UPT)”. Berdasarkan penelitian bahwa dapat diketahui nilai r keberfungsian keluarga dan harapan sebesar 0,710 dan nilai p sebesar 0,000. Artinya bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan harapan untuk pulih dari napza.

5. Hasil penelitian Febrinabilah dan Listiyandini (2016)

Penelitian yang dilakukan oleh Rizki Febrinabilah dan Ratih Arrum Listiyandini yang berjudul ”Hubungan kontrol diri terhadap harapan pada mantan pecandu narkoba dewasa awal”. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bernilai positif antara kontrol diri dengan harapan besarnya nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), dan besar koefisien korelasi $r = 0,478$. Hubungan ini bersifat positif dengan artian semakin tinggi skor kontrol diri, maka semakin tinggi pula harapan pada mantan pecandu narkoba.

Berdasarkan uraian di atas penelitian sebelumnya dengan penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan, persamaan yang terdapat dipenelitian ini dan penelitian sebelumnya ialah kesamaan variabel tergantung yaitu harapan dan terdapat variabel bebasnya yaitu kontrol diri dan keberfungsian keluarga, akan tetapi setiap variabel bebas dengan variabel tergantung dibahas secara terpisah. selain itu, terdapat perbedaan dalam penelitian ini dengan peneliti sebelumnya yaitu peneliti menggabungkan antara variabel bebas kontrol diri dengan keberfungsian keluarga terhadap variabel tergantung harapan, perbedaannya juga terdapat pada subjek yang akan diteliti karena peneliti memfokuskan harapan pada mantan pecandu narkoba.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Harapan

1. Pengertian Harapan

Snyder, et al. (2000) menyatakan harapan ialah suatu kemampuan kognitif yang terdapat dalam diri individu untuk mampu membawa dirinya dalam mewujudkan tujuan yang hendak dicapai. Dalam konsep harapan adanya hubungan timbal balik antara kemampuan terhadap tujuan, harapan juga mengacu kepada *goals* dimana berfungsi untuk memperjelas proses tindakan apa saja yang harus dilakukan dalam mewujudkan target yang diinginkan.

Othman, et al. (2018) mendefinisi harapan yaitu suatu proses persepsi individu dalam memperoleh tujuan yang ingi dicapai, juga berfungsi sebagai motivasi untuk mencapai tujuan. Harapan juga diartikan sebagai suatu keinginan dalam diri individu serta keyakinan mengenai suatu hal yang baik adalah sesuatu yang diharapkan menjadi kenyataan. Sedangkan Lopez dan Snyder 2004 dalam Monika (2021) menjelaskan harapan sebagai keyakinan individu dalam mencapai suatu kemampuan akan keinginan yang kuat, terlepas dari besarnya dorongan motivasi pada dirinya. Harapan adalah salah satu faktor khusus dalam diri individu yang berfungsi sebagai pendorong motivasi dalam dunia pekerjaan.

Shane (2009) menyatakan segala sistem dalam motivasi untuk mencari jalan keluar bagaimana seseorang mengapresiasi saat mengejar suatu pencapaian mengenai hasil dan tujuan ketika mereka sudah mendapatkannya ataupun tidak. Dalam hal ini seseorang akan menunjukkan keinginan untuk mencapai sesuatu dengan melihat cara mengapresiasi diri ketika tercapai ataupun tidaknya sesuatu.

Beberapa definisi harapan yang telah dijabarkan di atas bahwa dapat disimpulkan harapan adalah suatu kemampuan untuk merencanakan jalan keluar dalam upaya mencapai

tujuan di masa depan dengan dua komponen *pathway thinking* dan *agency thinking* yang saling melengkapi dan timbal balik untuk mempertahankan serta mencapai tujuan yang individu inginkan untuk dilakukan.

2. Aspek – Aspek Harapan

Mengacu pada Snyder, et al. (2000) terdapat tiga aspek yang terkandung dalam teori harapan, yaitu:

a. *Goal* (tujuan)

Setiap manusia pastinya berperilaku dengan suatu maksud dan memiliki tujuan. *Goal* (Tujuan) adalah sasaran yang telah ditetapkan individu dari hasil berfikir sebagai titik akhir ketika individu tersebut bertindak. Tujuan harus memiliki nilai yang berarti agar dapat sesuai dengan pemikiran dan keinginan individu. Individu dapat memiliki tujuan jangka panjang maupun jangka pendek selama tujuan tersebut memiliki peluang terwujud dan juga memiliki beberapa tantangan dalam proses pencapaiannya. Tujuan memiliki keberagaman yang dapat dilihat dari tingkat kemungkinan dalam pencapaiannya, bahkan suatu tujuan yang terlihat tidak mungkin dicapai sesuai waktu yang diinginkan, dapat dicapai dengan suatu perencanaan dan usaha yang lebih keras.

b. *Pathway Thinking* (Mengembangkan Strategi)

Ketika individu ingin mencapai tujuan, individu harus memandang dirinya sebagai individu yang memiliki kemampuan dalam mengembangkan suatu strategi untuk mencapai tujuan. Proses ini dinamakan *pathway thinking* yang menggambarkan suatu kemampuan individu dalam mengembangkan suatu strategi untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Dengan adanya pemikiran individu mengenai kemampuan dalam menghasilkan satu atau lebih cara yang tepat untuk mencapai tujuan yang nantinya akan berguna ketika dihadapkan pada suatu hambatan.

c. *Agency Thinking* (Daya Tahan dalam Menggunakan Strategi)

Bentuk dari motivasi individu dapat ditemukan pada aspek *agency thinking*, yang menjelaskan suatu kemampuan individu menggunakan strategi yang telah ditentukan untuk mencapai tujuan. *Agency* juga menggambarkan sejauh mana individu dapat bertahan ketika menghadapi suatu hambatan pada proses mencapai tujuan. Dengan begitu komponen *pathway* dan *agency* dapat dikatakan saling memperkuat satu sama lain sehingga antara komponen *pathway* dan *agency thinking* saling mempengaruhi dan dipengaruhi secara berkelanjutan dalam proses mencapai *goal* (tujuan).

Sedangkan menurut Schrank, et al. (2012) aspek aspek harapan antara lain:

a. *Trust and Confidence*

Trust and confidence yaitu cerminan pengalaman dimasa lalu, karakteristik individu, spiritual dan kepercayaan, serta motivasi untuk mencapai tujuan.

b. *Lack of Perspective*

Lack of perspective yaitu cerminan kurang adanya harapan dan aspek penyusunan, serta menggambarkan individu tidak ingin terpengaruhi oleh situasi, kurang memiliki kekuatan dalam diri, serta kurangnya orientasi individu terhadap masa depan maupun lingkungan.

c. *Social Relations and Personal Value*

Social relations and personal value yaitu cerminan perasaan dihargai dan dicintai oleh orang lain. Selain itu *social relations and personal value* merupakan sebuah dorongan yang positif bagi keteguhan individu untuk terus berjuang lalu memperoleh apa yang diinginkan atau diharapkan.

d. *Positive Future Orientation*

Positive future orientation yaitu cerminan kemampuan dalam menginternalisasikan dan mengantisipasi

kemungkinan kemungkinan yang akan muncul di masa yang akan datang.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka aspek harapan sebagai acuan dalam penelitian ini adalah aspek harapan menurut Snyder (2000) yang terdiri dari tiga aspek yaitu *goal, pathway thinking, dan agency thinking*.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harapan

Weil (2000) menjelaskan terdapat tiga faktor yang dapat mempengaruhi harapan individu, yaitu:

a. Dukungan Sosial

Harapan berkaitan erat dengan dukungan sosial. Beberapa aktifitas sehari-hari yang mempengaruhi individu adalah dengan adanya keterlibatan keluarga dan teman yaitu seperti mengunjungi suatu tempat, mendengarkan, berbicara, dan memberikan bantuan secara fisik. Kurangnya ikatan antar anggota keluarga akan berakibat pada kondisi kesehatan secara fisik maupun mental seseorang yang nantinya kurang baik.

b. Kepercayaan Religius

Kepercayaan religius merupakan kepercayaan dan keyakinan seseorang pada hal positif yang membuat individu sadar pada kenyataan bahwa terdapat suatu tujuan besar yang telah ditetapkan sebelumnya. Spiritual merupakan konsep yang memiliki cakupan lebih luas dan terfokus pada tujuan serta makna hidup yang berkaitan dengan orang lain, alam, ataupun dengan Tuhan. Kegiatan religius merupakan strategi kedua yang paling umum untuk mempertahankan harapan seseorang dan umumnya menjadi sumber untuk mendukung harapan pada pasien yang sedang menjalani perawatan.

c. Kontrol

Konsep harapan mencakup pada kemampuan individu mempertahankan kontrol. Individu menentukan nasib kehidupan sendiri, tetap mencari informasi, dan senantiasa hidup dengan kemandirian merupakan upaya dalam mempertahankan kontrol. Hal tersebut dapat

menimbulkan perasaan yang kuat pada harapan individu. Efikasi diri menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan individu dalam memiliki kontrol. Harapan memiliki keterkaitan dengan kemampuan untuk menentukan, mengontrol diri, menyiapkan diri dalam mengantisipasi stres, menghindari ketergantungan serta sifat kepemimpinan dalam diri individu.

Sedangkan faktor harapan lainnya menurut Snyder (2000) yaitu:

- a. Seberapa besar nilai dari hasil yang diusahakan. Nilai yang didapatkan tergantung dari hasil yang telah kita usahakan dengan cara melihat prosesnya.
- b. Jalan keluar yang direncanakan dapat dipastikan terhadap hasil dan keinginan yang sesuai tentang bagaimana keefektifan mereka akan berhasil pada sesuatu yang dihasilkan.
- c. Pemikiran diri sendiri dan seberapa efektif seseorang akan mengikuti jalannya dalam upaya mencapai tujuan.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harapan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal dalam penelitian ini yaitu kontrol diri sedangkan faktor eksternal dalam penelitian ini yaitu keberfungsian keluarga.

4. Harapan Dalam Perspektif Islam

Harapan sangat erat ikatannya dengan keyakinan. Berharap, dengan kata dasar harap dan ditambah imbuhan ber- yang terbentuk menjadi sebuah kata kerja, yakni kita bekerja dengan akal dan hati kita untuk menggantungkan harapan yang kita miliki kepada Sang Pencipta agar apa yang kita harapkan dapat terwujud. Selain itu Ia menyakini bahwa ada Zat yang berkuasa atas apa yang kita harapkan yaitu Tuhan Yang Maha Esa. Berhasil atau tidaknya suatu harapan tergantung pada usaha orang yang mempunyai harapan tersebut.

Harapan merupakan bagian dari fitrah manusia yang tidak mungkin ditinggalkan oleh setiap manusia. Orang yang tidak

mempunyai suatu harapan pada hakekatnya adalah manusia yang mati, mengingat harapan merupakan titik awal manusia untuk selalu berkembang menuju kehidupan yang lebih baik.

Islam sendiri menganjurkan manusia untuk selalu berharap, namun dalam islam yang dimaksud berharap yaitu berharap pada kemurahan Allah SWT, mengingat Allah SWT adalah tuhan yang maha kuasa atas segalanya. Allah SWT kembali berfirman dalam surat Al-Insyarah ayat 7 dan 8 :

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

Artinya: Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh sungguh (urusan) yang lain, Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.

Harapan disebutkan beberapa kali dalam Al-Quran dan ayat di atas merupakan salah satu ayat yang mengatakan harapan dalam sudut pandang ajaran Islam. Harapan dalam sudut pandang Islam mengharuskan seseorang untuk senantiasa berharap hanya kepada Tuhan dalam segala urusan. Seseorang yang memiliki harapan juga harus melakukan usaha dengan bersungguh sungguh untuk mewujudkan harapannya.

Menurut tafsir Quraish Shihab, mengartikan ayat ini “Maka, Apabila engkau telah selesai, maka (bekerjalah) hingga engkau letih dan hanya kepada Tuhanmu hendaknya engkau berharap. Hal ini yang dipesankan oleh ayat 7-8 dengan menyatakan: *Maka apabila engkau telah selesai* yakni sedang berada di dalam keluangan setelah tadinya engkau sibuk *maka* bekerjalah dengan sungguh-sungguh *hingga engkau* letih atau hingga tegak dan nyata suatu persoalan baru *dan hanya kepada Tuhanmu* saja tidak kepada siapa pun selain-Nya, *hendaknya engkau berharap* dan berkeinginan penuh guna memperoleh bantuan-Nya dalam menghadapi setiap kesulitan serta melakukan satu aktivitas.

B. Kontrol Diri

1. Pengertian kontrol diri

Golfried dan Merbaum dalam Ulfiana (2018) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selain ini kontrol juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Menurut Goleman (2005) kontrol diri adalah keterampilan untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok. Tanda-tandanya meliputi ketegangan saat menghadapi stress atau menghadapi seseorang yang bersikap bermusuhan tanda membalas dengan sikap atau perilaku serupa. Dalam kamus psikologi disebutkan, definisi kontrol diri atau *self-control* adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri dan kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada.

Menurut Tangney, et al. (2004) kontrol diri (*self-control*) merupakan kemampuan seseorang untuk melampaui atau merubah respon dalam diri juga untuk menghalangi perilaku yang tidak diinginkan muncul sebagai bentuk respon dari sebuah situasi. Lebih lanjut juga menjelaskan bahwa karakteristik kontrol diri adalah dapat mengendalikan pikiran, emosi, dorongan, dan mengatur performa serta dapat mengentikan kebiasaan.

Blackhart dalam Kusumawardhan, et al., (2018) menyatakan kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan dan meregulasi impuls atau dorongan, emosi, keinginan, harapan, dan perilaku lain yang berada di dalam diri.

Berdasarkan uraian di atas mengenai pengertian kontrol diri, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan seseorang untuk mengontrol dan mengelola perilaku kearah yang lebih positif.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Berdasarkan Tangney, et al. (2004) terdapat tiga aspek-aspek dalam kemampuan menontrol diri, yaitu suatu kemampuan seseorang untuk menahan, mengendalikan diri dari suatu hal:

a. *Breaking Habits* (Melanggar Kebiasaan)

Breaking Habits atau melanggar kebiasaan merupakan sesuatu yang berkaitan dengan melakukan perilaku diluar dari kebiasaan yang sering dilakukannya. Individu memiliki kemampuan mengatur pola perilaku yang dianggap positif.

b. *Resiting Temptation* (Menahan Godaan)

Resiting Temptation atau menahan godaan merupakan sesuatu yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka didalam menahan godaan. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal diluar tugasnya meskipun haltersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *Resiting Temptation* mampu memberikan perhatiannya pada suatu pekerjaan yang sedang dilakukan karena ingin mengambil keputusan dengan berhati-hati.

c. *Self-Discipline* (Disiplin Diri)

Self-Discipline atau disiplin diri merupakan suatu tindakan langsung terhadap lingkungan. Hal ini berarti individu memiliki kemampuan mengontrol diri atau memfokuskan diri dengan baik maka individu tersebut akan mampu menentukan perilakunya sendiri dari hal-hal yang mengganggu konsentrasinya.

Menurut Averill dalam Hakim (2007) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu:

a. Kontrol Perilaku (*behavior control*)

Kontrol perilaku yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol

dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya.

b. Kontrol Kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara mengintepretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan.

c. Kontrol Pengambilan Keputusan (*decisional control*)

Kontrol pengambilan keputusan yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka aspek kontrol diri sebagai acuan penelitian ini adalah aspek kontrol diri menurut Averill (dalam Nurmala, 2007) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan

C. Keberfungsian Keluarga

1. Pengertian Keberfungsian Kelurga

Menurut Schwab, Gray-Ice dan Prentice (2002) menjelaskan bahwa terdapat tujuh fungsi keluarga, yaitu keluarga memenuhi kebutuhan; ekonomi, reproduksi, regulasi aktivitas seksual, sosialisasi kepada anak, memberikan status, menyediakan afeksi dan persahabatan, serta pengasuhan anak. Ketujuh fungsi tersebut merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi untuk membantu perkembangan kepribadian individu. Sedangkan Epstein, Levin dan Bishop (2004), menyatakan bahwa fungsi utama dari keluarga

menjadi tempat bagi perkembangan dan pemeliharaan anggota keluarga dalam hal sosial, psikologis dan biologis.

Menurut Moos dalam Rahmawati (2016) keberfungsian keluarga dapat dilihat dari kualitas interaksi anggota keluarga dan dapat juga dikonsepsikan sebagai *kohesivitas* dalam keluarga. Dalam hal ini secara spesifik menjelaskan bahwa keberfungsian keluarga dapat dilihat dari jumlah komunikasinya, konflik yang terjadi dalam keluarga tersebut, keluarga dapat beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi, dukungan dan kasih sayang antar anggota keluarga, kemampuan mengekspresikan apa yang dirasakan dan diinginkan, menghabiskan waktu bersama, kebebasan antar anggota keluarga, orientasi prestasi, moral, keagamaan, dan penyelesaian masalah yang dapat dilakukan anggota keluarga.

Menurut Ryan, et al. (2005) keberfungsian keluarga didefinisikan sebagai sejauhmana sebuah keluarga dapat menjalankan fungsinya secara efektif dalam mengupayakan kesejahteraan fisik dan psikologis masing-masing anggotanya. Kemudian Goldenberg dalam Sasongko (2017) menjelaskan keberfungsian keluarga adalah keluarga yang mendorong individu yang ada dalam keluarga untuk meraih potensi dirinya. Keluarga yang telah mampu melaksanakan fungsinya yaitu fungsi biologis, fungsi ekonomis, fungsi pendidikan, fungsi sosialisasi, fungsi perlindungan, fungsi rekreatif, dan fungsi agama (Yusuf, 2016).

Berdasarkan pemaparan di atas terkait dengan pengertian keberfungsian keluarga, bahwa dapat disimpulkan keberfungsian keluarga merupakan sejauh mana keluarga telah menjalankan fungsinya secara efektif. Melindungi kesehatan fisik dan psikologis anggota keluarganya serta dapat menjalankan perannya masing masing.

2. Dimensi-dimensi Keberfungsian Keluarga

Terdapat enam dimensi dari keberfungsian keluarga menurut teori *The Mc Master Model of Family Functioning* yang di kembangkan oleh Ryan, et al. (2005) yaitu pemecahan

masalah, komunikasi, peran, responsivitas afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku.

a. Pemecahan Masalah

Dimensi ini menunjukkan kemampuan keluarga dalam menyelesaikan masalah sehingga dapat mempertahankan keefektifan fungsi keluarga. Keluarga yang dapat menyelesaikan masalah adalah keluarga yang berfungsi secara efektif. Sedangkan keluarga yang tidak mampu menyelesaikan masalah adalah keluarga yang tidak dapat berfungsi secara efektif.

b. Komunikasi

Komunikasi didefinisikan sebagai pertukaran informasi verbal dalam suatu keluarga. Komunikasi ini difokuskan secara verbal karena lebih dapat diukur. Namun, bukan berarti komunikasi non-verbal tidak penting. Komunikasi non-verbal memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk mengalami kesalahpahaman. Selain itu, komunikasi non-verbal secara metodeologis sulit diukur menjadi data dalam penelitian. Pada dimensi ini komunikasi secara terbuka dan jelas merupakan keberfungsian keluarga yang efektif.

c. Peran

Peran dalam keluarga adalah pola perilaku berulang yang dilakukan oleh anggota keluarga untuk memenuhi fungsi keluarga. Peran yang harus dilakukan secara terus menerus dalam keluarga untuk mencapai keefektifan keluarga yaitu:

- 1) Penyediaan kebutuhan dasar, seperti uang, pakaian, makanan dan tempat tinggal.
- 2) Pengasuhan dan dukungan, meliputi rasa aman, kehangatan dan dukungan para anggota keluarga.
- 3) Pemeliharaan dan pengaturan sistem keluarga, meliputi pengambilan keputusan, memberikan batasan dengan anggota keluarga dengan pihak luar.
- 4) Pembagian peran, berkaitan dengan pola keluarga dalam setiap penugasan.

d. *Responsivitas Afektif*

Responsivitas afektif adalah kemampuan keluarga dalam berespon terhadap stimulus yang ada. Dimensi ini berhubungan dengan keterbukaan anggota keluarga dalam menampilkan segala emosi, meliputi:

- 1) Emosi sejahtera, seperti kasih sayang, kehangatan, kelembutan, dukungan, cinta, kesenangan dan kebahagiaan.
- 2) Emosi darurat, seperti ketakutan, kemarahan, kesedihan, kekecewaan dan depresi.

e. *Keterlibatan Afektif*

Dimensi ini merupakan sejauh mana anggota keluarga menunjukkan keterlibatan pada aktifitas dan minat anggota keluarga yang lain. Ada berbagai tipe keterlibatan dalam keluarga yaitu:

- 1) Kurang terlibat.
- 2) Keterlibatan tanpa perasaan.
- 3) Keterlibatan narsistik meliputi ketertarikan pada anggota hanya sejauh perilaku mereka bermanfaat bagi diri sendiri atau egois.
- 4) Keterlibatan empatik menunjukkan kepedulian sebenarnya untuk anggota keluarga lainnya.
- 5) Terlalu terlibat yaitu keterlibatan yang berlebihan.
- 6) Keterlibatan simbiotik yaitu keterlibatan yang terlalu berlebihan dan bersifat patologis. Keluarga yang paling efektif adalah keluarga yang memiliki keterlibatan empatik sedangkan keluarga yang paling tidak efektif adalah keluarga yang memiliki keterlibatan simbiotik.

f. *Kontrol Perilaku*

Kontrol perilaku menjelaskan tentang pola yang diadopsi oleh keluarga mengenai aturan dalam keluarga untuk menangani perilaku anggota keluarga dalam tiga area yaitu, situasi yang membahayakan fisik, situasi yang melibatkan pemenuhan kebutuhan, dorongan psikologis dan situasi yang melibatkan sosialisasi perilaku

interpersonal, baik antara anggota keluarga atau dengan orang lain.

Moos (dalam Rahmawati, 2016), mengungkapkan tiga dimensi dalam keberfungsian keluarga, antara lain:

a. Dimensi *relationship* atau hubungan memiliki aspek sebagai berikut:

1) *Cohesion*

Derajat komitmen, bantuan, dan dukungan yang diberikan anggota keluarga satu sama lainnya.

2) *Expressiveness*

Sejauhmana anggota keluarga diperbolehkan untuk mengekspresikan perasaannya secara langsung.

3) *Conflict*

Banyaknya kemarahan dan konflik yang diekspresikan secara terbuka diantara anggota keluarga.

b. Dimensi *personal growth* memiliki aspek sebagai berikut:

1) *Independence*

Sejauh mana anggota keluarga mampu bersikap tegas, mandiri, dan membuat keputusan sendiri.

2) *Achievement Orientation*

Seberapa banyak aktivitas keluarga yang berorientasi pada prestasi atau persaingan.

3) *Intellectual-Cultural Orientation*

Tingkat ketertarikan anggota keluarga terhadap hal-hal politik, intelektual, dan budaya.

4) *Active-recreational Orientation*

Jumlah partisipasi anggota keluarga dalam kegiatan sosial dan rekreasi.

5) *Moral-religious emphasis*

Sejauhmana anggota keluarga aktif berdiskusi terkait isu-isu etika dan penerapan nilai-nilai agama.

c. Dimensi *system maintenance* memiliki aspek sebagai berikut:

1) *Organization*

Derajat pentingnya pengaturan yang jelas dalam merencanakan aktivitas dan tanggung jawab dalam keluarga.

2) *Control*

Seperangkat aturan dan prosedur yang digunakan untuk menjalankan kehidupan keluarga.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka aspek keberfungsian keluarga sebagai acuan dalam penelitian ini adalah aspek keberfungsian keluarga menurut teori *The McMaster Model of Family Functioning* yang dikembangkan oleh Ryan, et al. (2005) yaitu pemecahan masalah, komunikasi, peran, responsivitas afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku.

D. Hubungan Antara Kontrol Diri dan Keberfungsian Keluarga dengan Harapan

Mantan pecandu yang telah menjalani rehabilitasi memiliki harapan untuk menjadi pribadi yang lebih baik, salah satu harapan mantan pecandu setelah menjalankan rehabilitasi yaitu tidak akan kembali menggunakan narkoba kembali (*relapse*) dan mantan pecandu narkoba juga memiliki harapan agar dapat diterima dilingkungan masyarakat kembali, namun stigma masyarakat yang negatif terhadap mantan pecandu narkoba menjadikan mereka kurang percaya diri. Dampak buruknya ketika seseorang menyalahgunakan narkoba, masyarakat akan memberikan stigma kepada mantan pecandu sebagai sampah masyarakat.

Oleh karena itu mantan pecandu berharap tinggi agar diterima kembali dengan masyarakat untuk mencegah kembali menggunakan narkoba lagi. Adapun harapan mantan pecandu narkoba bertujuan ingin menjalankan kehidupannya seperti sediakala, tidak kembali menggunakan narkoba dan merubah stigma masyarakat. Dengan harapan tersebut bertujuan agar mantan pecandu merasa benar benar pulih dan menjauhi narkoba. Usaha yang akan dilakukan oleh mantan pecandu untuk mencapai tujuan agar terealisasi harapan tersebut dengan cara menjauhi lingkungan yang negatif, dapat mengontrol diri

dan lebih mendekatkan diri kepada tuhan. Ketika seorang mantan pecandu memiliki pikiran berkeinginan kembali menggunakan narkoba tersebut mereka harus menanamkan motivasi dalam dirinya sendiri untuk bertekad menjauhi barang haram tersebut.

Seorang mantan pecandu yang memiliki harapan tinggi akan terbantu dengan adanya kontrol dalam dirinya. Hal ini selaras dengan Weil (2000) yang menjelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harapan adalah kontrol diri. Dalam hal ini kontrol diri memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri, meregulasi emosi, keinginan, dan harapan perilaku lain yang berada didalam diri hal ini dapat disebut kontrol diri. Agar dapat terealisasi harapan mantan pecandu harus adanya kontrol dalam dirinya seperti kontrol perilaku yaitu suatu kemampuan mantan pecandu untuk mengontrol dirinya didalam situasi yang dapat memicu mantan pecandu dengan hal hal yang membuat mereka teringat kembali dengan narkoba, dengan adanya kemampuan kontrol perilaku mantan pecandu dapat mengendalikan dirinya pada situasi tersebut (Duri& Primanita, 2022).

Kontrol kognitif juga bagian dari kontrol diri untuk dapat mewujudkan harapan mantan pecandu agar tidak kembali memakai narkoba mereka harus bisa menendalikan kontrol kognitif seperti ketika mantan pecandu memiliki masalah dan berkeinginan kembali memakai narkoba mantan pecandu dapat mengalihkan pikiran tersebut dan kembali mengingat motivasi agar harapan mereka terwujud. Setelah mantan pecandu dapat mengalihkan pikiran yang dapat memicu mengingat kembali narkoba kontrol pengambilan keputusan akan muncul untuk dapat menentukan pilihan seorang pecandu untuk memakai kembali atau menahan diri.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sucan (2019) dengan hasil yang didapat menunjukkan hasil positif dan signifikan antara kemampuan kontrol diri dengan tingkat harapan di Coaches. Sumbangan efektif yang diberikan kontrol diri terhadap harapan sebesar 16,4%. Hal ini menunjukkan bahwa seorang mantan pecandu narkoba yang memiliki kontrol diri yang baik akan terbantu dalam mewujudkan harapan yang ingin diraih. Demikian sebaliknya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh seorang mantan

pecandu narkoba, maka akan menurunkan harapan yang ingin diraihnya.

Pentingnya kontrol diri pada mantan pecandu untuk mewujudkan harapan harapannya. Ketika seorang mantan pecandu memiliki kontrol diri yang baik dalam dirinya bila hanya dikuatkan serta dikendalikan dengan kontrol diri saja tanpa adanya fungsi dari keluarga tentu tidak akan tersusun dengan baik. Dalam hal ini keberfungsian keluarga dapat membantu seorang mantan pecandu narkoba untuk mewujudkan harapannya. Keberfungsian keluarga memiliki peran penting untuk membantu pemulihan para mantan pecandu agar tidak dapat menggunakan narkoba kembali dan menjalankan kehidupan dengan normal kembali. Ketika mantan pecandu mendapatkan masalah fungsi keluarga untuk membantu terhadap pemecahan masalah tersebut, hal ini dapat menunjukkan kemampuan keluarga dalam menyelesaikan masalah sehingga dapat mempertahankan keefektifan fungsi keluarga. Kemudian komunikasi juga salah satu hal yang berperan dalam menjalankan fungsi keluarga agar mantan pecandu memiliki keterbukaan dengan keluarga lalu keluarga dapat memberikan masukan dan solusi.

Peran dalam keluarga adalah pola prilaku berulang yang dilakukan oleh anggota keluarga untuk memenuhi fungsi keluarga, peran keluarga yang harus dilakukan terhadap anggota keluarga yaitu penyediaan kebutuhan dasar seperti tempat tinggal, makanan, pakaian dan uang. Pengasuhan dan dukungan seperti rasa aman, kehangatan dan dukungan para anggota keluarga agar mantan pecandu memiliki semangat hidup untuk menjalankan kehidupannya kembali untuk masa depannya. Pemeliharaan dan peraturan sistem keluarga seperti didalam keluarga harus memiliki aturan aturan dan memberikan batasan terhadap anggota keluarga dengan pihak luar agar keluarga dapat mengontrol kegiatan mantan pecandu. Dan pembagian peran yang berkaitan dengan pola keluarga dalam setiap penugasan (Garnasih, 2010).

Responsivitas afektif juga terdapat dalam aspek keberfungsian keluarga yaitu kemampuan keluarga dalam merespon terhadap stimulus yang ada. Dengan adanya keterbukaan anggota keluarga dalam menampilkan emosi seperti emosi sejahtera mencakup kasih

sayang, cinta, dukungan, kebahagiaan dan kehangatan dalam keluarga. Pada saat mantan pecandu mengalami emosi darurat seperti ketakutan, kesedihan, kemarahan, kekecewaan dan depresi sebagai anggota keluarga dapat memberikan stimulus kepada mantan pecandu hal ini disebut responsivitas afektif. Anggota keluarga yang menunjukkan keterlibatan pada aktifitas dan minat anggota keluarga yang lain disebut keterlibatan afektif. Ketika seorang mantan pecandu memiliki masalah dalam mewujudkan harapannya dan anggota keluarga memiliki keterlibatan dan kepedulian akan membuat mantan pecandu merasa mendapat dukungan dari eksternalnya.

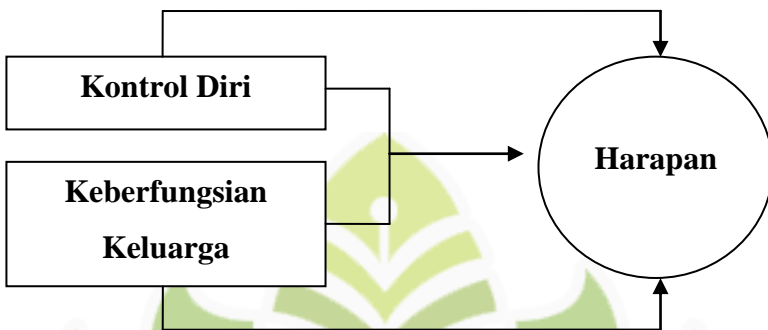
Hal ini diperkuat dengan adanya penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Utami (2021) mengenai “Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Harapan Sehat Pada Pasien Diabetes Melitus Di Kota Samarinda” yaitu menyatakan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan harapan yang berarti semakin tinggi keberfungsian keluarga, maka akan semakin tinggi juga harapan yang ingin diraih. Demikian sebaliknya semakin rendah keberfungsian keluarga, maka semakin rendah juga harapannya. Dalam hal ini dijelaskan bahwa perhatian dari orang terdekat pasien sangat penting, karena dapat menimbulkan perasaan nyaman dan dicintai sehingga pasien merasa dapat menjalani keadannya saat ini dengan mudah. Jika tidak ada orang terdekat atau keluarga yang memberikan kepedulian, perhatian dan dukungan maka pasien akan kehilangan semangat untuk meminimalkan risiko yang mana hal tersebut dapat memperburuk keadaan pasien.

Hal demikian juga selaras dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Fahmi (2019) yang berjudul “Harapan ditinjau dari dukungan sosial pada remaja awal” dengan hasil terdapat hubungan antara dukungan sosial dan harapan pada remaja awal dengan koefisien korelasi antara variabel sebesar $r = 0,311$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dukungan sosial ini dapat berupa keluarga, teman dan orang terdekat. Pada penelitian ini menggunakan keberfungsian keluarga untuk melihat apakah keluarga telah menjalankan fungsinya dengan baik, bahwa dengan adanya keberfungsian keluarga yang baik yang telah menjalankan peran dan fungsi dengan baik dalam ruang

lingkup mantan pecandu dapat membantu mewujudkan harapan mantan pecandu narkoba.

E. Kerangka Berfikir

Berdasarkan teori yang telah dijelaskan pada sub bab sebelumnya maka peneliti menyimpulkan alur hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Bagan hubungan kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan pada mantan pecandu narkoba.

Seorang individu yang pernah menjadi pecandu narkoba ditemukan memiliki hambatan dalam berinteraksi karena adanya stigma negatif dari masyarakat, kurangnya rasa optimis, kurang memiliki kemampuan penyelesaian masalah dan kurang memiliki keyakinan diri. Mantan pecandu narkoba cenderung memandang dirinya pesimis terhadap kompetensi yang dimiliki. Mantan pecandu narkoba telah berhasil melalui proses yang tidak mudah. Mantan pecandu harus mampu untuk melepaskan dirinya pada ketergantungan terhadap narkoba, beradaptasi untuk kembali masuk dan dapat diterima kembali dengan masyarakat.

Harapan akan masa depan yang diperoleh dari pelajaran hidup dan keinginan untuk melakukan perubahan yang terdapat dalam diri mantan pecandu juga berperan dalam proses penyembuhan kecanduan narkoba. Adanya harapan akan masa depan dalam diri mantan pecandu dapat menjadi motivasi bagi pecandu untuk memperbaiki

kualitas hidup mereka dan terbebas dari narkoba (Aztri, 2013). Harapan yang ingin diraih oleh mantan pecandu narkoba tidak terlepas dari berbagai faktor yang berasal dari dalam diri seseorang yakni faktor internal maupun dari luar yakni faktor eksternal.

Faktor dalam diri seseorang yang mempengaruhi harapan yaitu kontrol diri. Dalam hal harapan yang ingin diraih oleh seorang mantan pecandu dengan faktor dipengaruhi kontrol diri adalah bagaimana individu untuk tetap mengatur, menyusun, dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi positif serta dapat menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan harapan tertentu seperti yang diinginkan (Ulfiana, 2018).

Selain dari faktor kontrol diri yang telah disebutkan di atas, harapan juga dipengaruhi oleh faktor keberfungsian keluarga. Keluarga yang menyebabkan seseorang menjadi bersemangat dalam meraih harapan dalam hidupnya dukungan, perhatian, dan kepedulian yang diterima kemudian di integrasi ke dalam hubungan interpersonal sehingga ketika anak memiliki keberfungsian dengan keluarga yang baik, seorang anak akan mampu untuk mencapai harapan dengan baik juga.

Berdasarkan kajian teori serta kerangka berpikir maka hipotesis yang akan diujikan dalam penelitian ini yaitu ada atau tidaknya hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kontrol diri dan keberfungsian keluarga, maka akan semakin tinggi juga harapan yang dimiliki oleh mantan pecandu narkoba. Demikian sebaliknya.

F. Hipotesis

Berdasarkan pada uraian landasan teori dan kerangka berfikir di atas, maka dapat disimpulkan hipotesis yang akan diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara kontrol diri dan keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.
2. Terdapat hubungan antara kontrol diri dengan harapan mantan pecandu narkoba.
3. Terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan harapan mantan pecandu narkoba.



DAFTAR PUSTAKA

- Asmalyah, S. (2019). *Harapan mantan pecandu narkoba raih masa depan*. AntaraNews. <https://m.antaranews.com/amp/berita/992462/harapan-mantan-pecandu-narkoba-raih-masa-depan>
- Astuti, T. P., & Muna, R. F. (2014). Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir. *Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 1–9.
- Arikunto, S. (2002). *Metodelogi penelitian suatu pendekatan proposal*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aztri, S. (2013). Rasa berharga dan pelajaran hidup mencegah kekambuhan kembali pada pecandu narkoba studi kualitatif fenomenologis. *Jurnal Psikologi*, 9(1). 49-63.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas(4 ed)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi(2 ed)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Duri, B. S. R., & Primanita, R. Y.(2016). Hubungan antara kontrol diri dan harapan pada mantan pengguna napza di sumatera barat. *Jurnal Riset Psikologi*, 22(1). 123-134.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (2004). *The mcmaster model of family functioning*. New York: Springer Science & Business Media.
- Fahmi, A. Z. (2019). *Harapan ditinjau dari dukungan sosial pada remaja awal*. Universitas Islam Indonesia.
- Febrinabilah, R., & Listiyandini, R. A. (2016). Hubungan antara kontrol diri dengan harapan pada mantan pecandu narkoba dewasa awal. *Prosiding Koferensi Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1). 19-28.

- Garnasih, N. H. (2010). *Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan harapan untuk pulih dari napza pada residen di unit pelaksanaan teknis*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Ghufron, M. N., & S., R. R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Grup.
- Goleman, D. (2005). *Emotional intelegence: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Halimah, A. (2019). *Hubungan antara self compassion dengan resiliensi pada mantan pecandu narkoba*. Universitas Islam Riau.
- Kusumawardhani, I. A., Kurnianingrum, W., & Soetikno, N. (2018). Art therapy untuk meningkatkan kontrol diri pada anak didik lapas. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 135. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1751>
- Lopez, S. J., & Synder, C. . (2009). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. New York: Asosiasi Psikologi Amerika.
- Hakim, L. (2015). *Pengaruh terapi religi shalat dan dzikir terhadap kontrol diri klien merampas narkoba*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Horskotter, D. (2014). Self control and normavity: Theories in social psychology revisited. *Journal Theory and Psychology*, 25(1). 25-44.
- Kholik, S. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi penyalahgunaan narkoba pada klien rehabilitasi narkoba di Poli Napza RSJ Sambang Lihum. *Jurnal Skala Kesehatan*, 5(1).
- Monika, R. (2021). *Hubungan antara hope dan hardiness dengan career adaptability pada siswa kelas XII di SMK Bina Latih Karya*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

- Averill (2007). *Hubungan antara kematangan beragama dengan kontrol diri pada siswa Madrasah Labuhan Bilik*. Universitas Medan Area.
- Othman, R., Kamal, N. M., Alias, N. E., Ismail, S., & Sahiq, A. N. M. (2018). Positive psychological traits and career adaptability among millennials. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(9), 1420–1433. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v8-i9/4706>
- Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for windows (3rd ed)*. Maidenhead: Open University Press.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rahmawati, M. (2016). *Hubungan antara pengalaman spritual dan kesejahteraan psikologis dengan kontrol diri pada narapidana lembaga pemasyarakatan klas II AKota Pekanbaru*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.
- Ryan, C. E., Epstein, N. B., Keitner, G. I., Miller, I. W., & Bishop, D.S. (2005). *Evaluating and treating families: The mc master approach*. New York: Routledge.
- Safriani, D. (2010). *Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan konsep diri siswa madrasah aliyah darul hikmah pekanbaru*. Universitas Islam Negri Riau.
- Sari, R. (2018). *Hubungan antara kecerdasan spritual dengan kontrol diri pada remaja*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.
- Schrank, B., Woppmann, A., Hay, A.G., Silbitz, I., & Louber, C. (2012). Validation of the integrative hope scale in people with psychosis. *Psychiatry Research Journal*, 198(12). 395-399.
- Schwab, K. J., Gray-Ice, H., & Prentice, F. R. (2002). *Family functioning: the general living systems research model*. New York: Springer Science & Business Media.

- Shane, J. L. (2009). *The encyclopedia of positive psychology: Volume 1*. France: Wiley.
- Sucan, S. (2019). The mediating role of stress on the effect of self-control and self-management on level of hope in coaches. *Journal of education and learning* (Vol.8, No. 2)
- Sudaryono. (2019). *Metodologi penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan mix method* (2 ed.). Jakarta: Rajawali Pers.
- Snyder, C.R., Shorey, Hal S., Cheavens, Jennifer, Mann Pulvers, Kimberley, Adams III, Virgil H., Wiklund, C. (2000). Hope and academic success in college. In *Journal of Education Psychology* (Vol. 94, Issue 4, pp. 820–826).
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Ulfiana. (2018). *Pengaruh kontrol diri (self control) terhadap hasil belajar pkn murid kelas V SD Inpreslayang IIKecamatan Tallo Kota Makassar*. Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Utami, R. F. (2021). *Hubungan keberfungsian keluarga dengan harapan sehat pada pasien diabetes mellitus di Kota Samarinda*. Universitas Mulawarman.
- Weil, C. M. (2000). Exploring hope in patients with end stage renal disease on chronic hemodialysis. *Journal Nephrology Nursing*, 27. 219-223.
- Wulansari, S. Agnes Dwi. (2019). Pengaruh fungsi keluarga terhadap stres keluarga penderita skizofrenia. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
- Voaindonesia.com. (2021, Desember 30). BNN ungkap 760 kasus tindak pidana narkoba. Voaindonesia.com.<https://www.voaindonesia.com/a/sepanjang-2021-bnn-ungkap-760-kasus-tindak-pidana-narkoba-/6375450.html>

- Yolanda, M. (2012). *Hubungan antara keberfungsian keluarga dan parenting self efficacy pada ibu bekerja*. Universitas Indonesia.
- Yunitasari, P. (2018). Pengaruh dukungan keluarga terhadap kekambuhan pecandu narkoba rehabilitasi di rsj grhasia yogyakarta. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(4), 24–31. <https://doi.org/10.35842/mr.v13i4.198>
- Yusuf, S. (2019). *Konseling individual konsep dasar dan pendekatan*. Bandung: Refika Aditama

