

**PENGARUH PELATIHAN PEMAAFAN TERHADAP PENINGKATAN *SELF ESTEEM*  
PECANDU NARKOBA DI PROGRAM *RE-ENTRY* BALAI BESAR REHABILITASI  
BADAN NARKOTIKA NASIONAL (BNN) LIDO, BOGOR**

**SKRIPSI**

Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Program Pendidikan Strata I Psikologi



Oleh:  
Kadek Widya Gunawan  
G0112054

Pembimbing:  
Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si.  
Arif Tri Setyanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
2016**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul : **Pengaruh Pelatihan Pemaafan terhadap Peningkatan *Self Esteem* Pecandu Narkoba di Program *Re-Entry* Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Lido, Bogor**

Nama Peneliti : Kadek Widya Gunawan

NIM : G0112054

Tahun : 2016

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Pembimbing dan Penguji Skripsi Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta pada:

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I



Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si

NIP. 197810222005011002

Pembimbing II



Arif Tri Setyanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NIK. 1981071920130201

Koordinator Skripsi



Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NIK. 1986103120130201

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

**Pengaruh Pelatihan Pemaafan terhadap Peningkatan *Self Esteem*  
Pecandu Narkoba di Program *Re-Entry* Balai Besar Rehabilitasi  
Badan Narkotika Nasional (BNN) Lido, Bogor**

**Kadek Widya Gunawan, G0112054, Tahun 2016**


Telah diuji dan disahkan oleh Pembimbing dan Penguji Skripsi  
Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari : .....


Tanggal : .....

**Ketua Sidang**

Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si.  
NIP. 197810222005011002

  
 \_\_\_\_\_
**Sekretaris Sidang**

Arif Tri Setyanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIK. 1981071920130201

  
 \_\_\_\_\_
**Anggota Penguji**

Penguji I

Dra. Suci Murti Karini, M.Si., Psikolog  
NIP. 195405271980032001

  
 \_\_\_\_\_

Penguji II

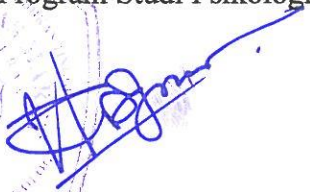
Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIK. 1986103120130201


  
 \_\_\_\_\_

Surakarta, 18 JUL 2016.

Kepala Program Studi Psikologi,

Koordinator Skripsi,

  
 Drs. Hardjono, M.Si., Psikolog  
NIP. 195901191989031002

  
 Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIK. 1986103120130201

## HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dituliskan dan pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali jika secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia untuk dicabut gelar kesarjanaan saya.

Surakarta, Juni 2016



Kadek Widya Gunawan

## MOTTO

*“If you want to see the brave,  
look to those who can return love for hatred.  
If you want to see the heroic,  
look to those who can forgive.”*

**-Bhagavad Gita**

*“Far better to live your own path imperfectly,  
then to live another’s perfectly.”*

**-Bhagavad Gita**

*“You can’t stop the wave,  
but you can learn how to surf.”*

**-Jon Kabat-Zinn**

## PERSEMBAHAN



*Karya ini ku persembahkan untuk:  
Dua orang yang sangat aku kagumi dan kasihi dalam hidupku, Ayahku dan Ibuku  
Adikku yang sangat aku sayangi dan banggakan, Sri  
Sumber inspirasiku, Kak Reina, Kak Angel, Kak Benny, Ken, Sanji, Alexa & Archi  
Sahabat seperjuanganku dan seluruh keluarga Dignity  
Brother-Sister di Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Lido, Bogor  
Almamaterku tercinta, Universitas Sebelas Maret, Surakarta*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkah, bimbingan, kasih setia, dan rencana terbaik yang telah diberikannya-Nya sehingga karya ini dapat selesai dengan lancar. Penulis menyadari bahwa karya ini dapat terselesaikan karena bantuan dari berbagai pihak. Rasa terima kasih sudah sepatutnya penulis sampaikan pada semua pihak yang berkontribusi dalam penyelesaian karya ini. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hartono, dr., M.Si. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
2. Drs. Hardjono, M.Si., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
3. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si. dan Arif Tri Setyanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing yang selalu setia dalam membimbing penulis dengan penuh kesabaran serta selalu memberikan motivasi, saran, dan nasehat yang berharga kepada penulis.
4. Dra Suci Murti Karini, M.Si., Psikolog dan Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji yang telah memberikan bantuan, masukan, dan saran demi lebih sempurnanya karya ini dan kesediaannya dalam menguji penulis.

5. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan yang sangat berharga kepada penulis.
6. Sri Hastuti, M.Si. dan Agripinna Decila Putri, S. Ikom selaku staf bagian kepegawaian Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor yang telah membantu dalam proses administrasi dan perizinan dalam penelitian ini.
7. Slamet Fatrika, S.Psi., Mulyanto, M.Psi., Psikolog, Fakhrizal, S.Psi., CHt., Azizah Kartika, S.Psi., Vinna Caturinata, M.Psi., Psikolog beserta seluruh staf bagian psikologi Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor yang telah mau direpotkan oleh peneliti selama penelitian berlangsung.
8. Keluargaku, Ayah, Ibu, dan Sri *my very first and number one supporter that always give me strenght to breakthrough every dificulties in my life and the beloved that always know like no one else, it's okay to be my self.*
9. Sahabat-sahabatku, Kak Deddy, Hasan, Ajeng, Alma, Astri dan seluruh keluarga *Dignity* yang selalu mendukung dan memberi motivasi.

Penulis berharap semoga segala bantuan dan kebaikan *Saudara* akan mendapat balasan yang baik pula oleh-Nya. Akhir kata, penulis berharap karya yang telah dihasilkan ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Surakarta, Juni 2016

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	12
C. Tujuan.....	12
D. Manfaat.....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>15</b>
A. <i>Self Esteem</i> .....	15
1. Pengertian <i>Self Esteem</i> .....	15
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Esteem</i> .....	18
3. Aspek-Aspek <i>Self Esteem</i> .....	22
4. Tingkatan <i>Self Esteem</i> .....	27
B. Pecandu Narkoba.....	30
1. Pengertian Narkoba .....	30
2. Jenis-Jenis Narkoba.....	31
3. Pengertian Pecandu Narkoba.....	35
4. Klasifikasi Pecandu Narkoba .....	36
5. Karakteristik Pecandu Narkoba.....	38

6. <i>Self Esteem</i> pada Pecandu Narkoba.....	48
C. Pelatihan Pemaafan.....	50
1. Pengertian Pemaafan .....	50
2. Aspek-Aspek Pemaafan.....	54
3. Pengertian Pelatihan .....	58
4. Pengertian Pelatihan Pemaafan .....	59
5. Proses Pelatihan Pemaafan .....	62
D. Pengaruh Pelatihan Pemaafan terhadap Peningkatan <i>Self Esteem</i> Pecandu Narkoba di Program <i>Re-Entry</i> Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor.....	75
E. Kerangka Pemikiran .....	80
F. Hipotesis .....	81
BAB III METODE PENELITIAN.....	82
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	82
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	82
1. <i>Self Esteem</i> pada Pecandu Narkoba.....	82
2. Pelatihan Pemaafan .....	83
C. Subjek Penelitian .....	84
D. Desain Penelitian .....	86
1. Tahap <i>Prestest</i> .....	87
2. Tahap Pelatihan Pemaafan .....	88
3. Tahap <i>Posttest</i> .....	89
E. Metode Pengumpulan Data .....	90
1. <i>Adult Version of The Coopersmith Self Inventory</i> .....	90
2. Modul Pelatihan Pemaafan.....	93
3. Observasi dan Wawancara .....	97
4. <i>Focus Group Discussion/FGD</i> (Diskusi Kelompok Terarah) ..	98
F. Validitas dan Reliabilitas.....	99
1. Uji Validitas.....	99
2. Uji Reliabilitas.....	100
G. Teknik Analisis Data .....	100

BAB IV HASIL PENELITIAN .....	102
A. Persiapan Penelitian.....	102
1. Orientasi Kancah .....	102
2. Persiapan Administrasi Penelitian.....	114
3. Persiapan Alat Ukur .....	115
4. Persiapan Pelatihan.....	117
5. Pelaksanaan Uji Coba.....	119
6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	129
7. Penyusunan Alat Ukur.....	132
B. Pelaksanaan Penelitian .....	133
1. Pengambilan Data <i>Pretest</i> .....	133
2. Penentuan Subjek Penelitian .....	133
3. Pelaksanaan Eksperimen .....	138
4. Pengambilan Data <i>Posttest</i> .....	167
C. Hasil Penelitian.....	169
1. Analisis Data Kuantitatif .....	169
2. Analisis Data Kualitatif .....	180
3. Analisis Hasil <i>Focus Group Discussion</i> (FGD) .....	201
D. Pembahasan .....	203
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	212
A. Kesimpulan.....	212
B. Saran.....	212
DAFTAR PUSTAKA .....	218

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint Adult Version of the Coopersmith Self Esteem Inventory</i> (Ryden, 1978) .....	92
Tabel 2. Rangkaian Pelatihan Pemaafan .....	95
Tabel 3. Tenaga Medis Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor .....	104
Tabel 4. Tenaga Sosial Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor .....	104
Tabel 5. Penunjang Medis Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor .....	105
Tabel 6. Rancangan Kegiatan Uji Coba Modul Pelatihan Pemaafan.....	123
Tabel 7. Distribusi Hasil Analisis Evaluasi Kegiatan Uji Coba Modul Pelatihan Pemaafan .....	125
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas <i>Adult Version of the Coopersmith Self Esteem Inventory</i> .....	131
Tabel 9. <i>Blueprint Adult Version of the Coopersmith Self Esteem Inventory</i> (Ryden, 1978) .....	132
Tabel 10. Kategorisasi Kuartil Data <i>Pretest Skala Adult Version of the Coopersmith Self Esteem Inventory</i> .....	134
Tabel 11. Kategorisasi Tingkat <i>Self Esteem</i> Berdasarkan Norma Kelompok dengan Asumsi Distribusi Data Tidak Normal.....	135
Tabel 12. Kategorisasi Tingkat <i>Self Esteem</i> dari Hasil <i>Pretest</i> Subjek.....	135
Tabel 13. Hasil <i>Pretest</i> Subjek.....	136
Tabel 14. Subjek Kelompok Eksperimen .....	137
Tabel 15. Subjek Kelompok Kontrol .....	138
Tabel 16. Kelompok Eksperimen Setelah <i>Drop Out</i> Subjek .....	139
Tabel 17. Kelompok Kontrol Setelah <i>Drop Out</i> Subjek .....	139
Tabel 18. Data Deskriptif Hasil Penelitian .....	170
Tabel 19. Hasil Uji <i>Mann-Whitney</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol .....	172
Tabel 20. Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed-Rank Test</i> Kelompok Eksperimen.....	173
Tabel 21. Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed-Rank Test</i> Kelompok Kontrol.....	173
Tabel 22. Hasil Analisis Program Pelatihan Pemaafan.....	175
Tabel 23. Hasil Evaluasi Pemahaman Materi .....	179

Tabel 24. Profil Subjek Kelompok Eksperimen ..... 180



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Siklus <i>Experiential Learning</i> .....	72
Gambar 2. Kerangka Pemikiran .....	80
Gambar 3. <i>Prestest-Postest Control Group Design</i> .....	87
Gambar 4. Struktur Organisasi Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor .....	107
Gambar 5. Proses Rehabilitasi di Balai Besar Rehabilitasi BNN Lido, Bogor .....	108
Gambar 6. Rata-rata Skor <i>Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	171
Gambar 7. Skor <i>Self Esteem</i> Subjek MI Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pemaafan .....	182
Gambar 8. Skor <i>Self Esteem</i> Subjek ST Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pemaafan .....	185
Gambar 9. Skor <i>Self Esteem</i> Subjek DS Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pemaafan .....	189
Gambar 10. Skor <i>Self Esteem</i> Subjek AN Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pemaafan .....	192
Gambar 11. Skor <i>Self Esteem</i> Subjek EA Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pemaafan .....	195
Gambar 12. Skor <i>Self Esteem</i> Subjek DK Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pemaafan .....	198

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran A. <i>Informed Consent</i> .....	223
Lampiran B. Skala <i>Try Out</i> .....	230
Lampiran C. Distribusi Nilai Skala <i>Try Out</i> .....	237
Lampiran D. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	241
Lampiran E. Alat Ukur Penelitian.....	274
Lampiran F. Analisis Data Penelitian .....	282
Lampiran G. Modul Pelatihan Pemaafan .....	286
Lampiran H. <i>Guideline</i> Wawancara.....	392
Lampiran I. <i>Verbatim</i> Wawancara .....	404
Lampiran J. <i>Verbatim Focus Group Discussion</i> .....	435
Lampiran K. Administrasi Penelitian.....	442
Lampiran L. Dokumentasi Penelitian .....	445

**ABSTRAK**  
**PENGARUH PELATIHAN PEMAAFAN TERHADAP PENINGKATAN *SELF ESTEEM***  
**PECANDU NARKOBA DI PROGRAM *RE-ENTRY* BALAI BESAR REHABILITASI**  
**BADAN NARKOTIKA NASIONAL (BNN) LIDO, BOGOR**

**Kadek Widya Gunawan**

**G0112054**

**Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran**  
**Universitas Sebelas Maret Surakarta**

Salah satu hal yang menyebabkan prevalensi penyalahgunaan narkoba selalu meningkat setiap tahunnya adalah adanya pecandu narkoba lama yang telah menjalani rehabilitasi mengalami kekambuhan sehingga kembali menyalahgunakan narkoba. Rendahnya *self esteem* pada pecandu narkoba yang direhabilitasi menyebabkan individu memiliki persepsi yang buruk tentang hubungan sosial, serta tidak tahan dalam menghadapi stres yang akhirnya memicu individu untuk kembali menyalahgunakan narkoba sebagai jalan pelarian dari permasalahan yang dihadapinya. *Self esteem* adalah keseluruhan dari evaluasi yang dilakukan individu tentang keyakinan bahwa dirinya berharga yang didasarkan pada standar tertentu. Standar tersebut merupakan kombinasi dari penilaian orang lain serta sistem tata nilai di lingkungan individu tersebut tinggal. Demi menanggulangi kondisi psikologis pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi, maka diberikanlah suatu bentuk pelatihan berupa pelatihan pemaafan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan pemaafan terhadap peningkatan *self esteem*. Pelatihan pemaafan adalah modifikasi dari terapi pemaafan ke dalam *workshop*. Pelatihan pemaafan ini terdiri dari kegiatan atau proses untuk meningkatkan keterampilan dan potensi individu melalui berbagai macam strategi pembelajaran yang sistematis dan diorganisasikan agar fokus pembelajaran mengarah pada pemaafan (*forgiveness*) dan bersyukur (*gratitude*).

Subjek dalam penelitian ini adalah pecandu narkoba di fase terakhir program rehabilitasi, yaitu fase *Re-Entry* di Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Lido, Bogor. Desain yang digunakan adalah desain eksperimen *pretest-posttest control group design* dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing berjumlah enam orang. Kelompok eksperimen diberikan pelatihan pemaafan sebanyak enam sesi dalam tiga hari yang meliputi: *awareness, admitting and accepting, spiritual experience, forgiveness of others, dan forgiveness of self*. Metode pengumpulan data berupa skala penelitian *Adult Version of the Coopersmith Self Esteem Inventory* (Ryden, 1978) dengan validitas yang bergerak antara 0,517 sampai 0,759, dan koefisien reliabilitas skala adalah 0,840 sehingga alat ukur dinyatakan valid dalam penelitian ini. Teknik analisis data menggunakan statistik nonparametrik *Mann-Whitney* dan *Wilcoxon Signed-Rank Test* secara komputasi dengan *software SPSS for MS Windows version 22.0*.

Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah pelatihan pemaafan terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan *self esteem* pada pecandu narkoba di program *re-entry* Balai Besar Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN) Lido, Bogor ditunjukkan dengan nilai uji signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,029 ( $p < 0,05$ ) yang berarti hipotesis penelitian diterima.

***Kata kunci*** : pelatihan pemaafan, *self esteem*, rehabilitasi narkoba.



**ABSTRACT**  
**EFFECT OF FORGIVENESS TRAINING ON SELF ESTEEM IMPROVEMENT**  
**AMONG DRUG ADDICTS IN RE-ENTRY PROGRAM OF NATIONAL**  
**NARCOTICS REHABILITATION CENTER LIDO, BOGOR**

**Kadek Widya Gunawan**

**G0112054**

**Psychology Department Faculty of Medicine**  
**Sebelas Maret University Surakarta**

One of the things that led to the prevalence of drug abusers is increasing every year is the former drug addict who has been undergoing rehabilitation had a relapse and return to drugs misuse. Low self esteem in a rehabilitated drug addict cause the individual to have a bad perception of the social relationships, and vulnerable to stress that eventually trigger individuals return to drugs misuse as a way of escape from problems. Self esteem is an individual's belief that he/she is worth based on the judgment of others and the system of values in the individual living environment. That psychological condition can be overcome by giving forgiveness training.

The purpose of this study is to determine the effect of forgiveness training to improve self esteem. Forgiveness training is a modification of forgiveness therapy into the form of workshop. Forgiveness training consists of activities or processes to enhance the skills and potential of individuals through a variety of systematic instructions and organized in order to focus the learning leads to forgiveness and gratitude.

The subjects in this research are the drug addicts in the last phase of the rehabilitation program (Re-Entry) in National Narcotics Rehabilitation Center Lido, Bogor. The design of this study is experimental design that use pretest-posttest control group with experimental group and control group which consists of respectively six people. The experimental group was given six forgiveness training sessions in three days which includes: awareness, admitting and accepting, spiritual experience, forgiveness of others, and forgiveness of self. Methods of data collection in the form of research scale Adult Version of the Coopersmith Self Esteem Inventory (Ryden, 1978). Correlation index count item validity scales ranged from 0.517 to 0.759, and the reliability coefficient was 0.840. So, the scale was valid in this study. The research data were analyzed computationally using Mann-Whitney nonparametric statistics procedure and Wilcoxon Signed-Rank Test with SPSS software version 22.0 for MS Windows.

The conclusion of this research show that, the forgiveness training has significant effect on improving self esteem among drug addicts in re-entry program of National Narcotics Rehabilitation Center Lido, Bogor showed by significant test values ( $p$ ) was 0.029 ( $p < 0.05$ ), which mean research hypothesis was accepted.

***Keywords:*** *forgiveness training, self-esteem, drug rehabilitation.*