

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di zaman modern seperti sekarang tingkat penyimpangan remaja sangatlah tinggi, terkadang tanpa disadari kita telah menjadi saksi, bahkan merasakan dampak yang ditimbulkan oleh penyimpangan tersebut. Secara yuridis formal, perilaku menyimpang adalah semua bentuk tingkah laku yang bertentangan dan menyimpang dari ciri-ciri karakteristik umum, serta bertentangan dengan hukum atau melawan peraturan yang legal.¹

Di Indonesia penyalahgunaan narkoba masih merupakan sesuatu yang bersifat darurat tingkat tinggi. Dalam kurun waktu setahun yang lalu, pemasalahan tentang napza menjadi marak. Terbukti dengan bertambahnya penyalahgunaan napza secara signifikan.²

Narkotika merupakan obat-obatan yang semi sintetis yang menyebabkan perubahan kesadaran, hilangnya rasa sehingga menimbulkan ketergantungan. Penyebaran kasus penyalahgunaan narkoba pun hampir merata di seluruh Indonesia dengan tidak mengenal batas di kalangan masyarakat.³

¹ Kartini Kartono, *Patologi Sosial* (Jakarta: Rajawali Pres, 2014), hal.11

² Humas.BNN, *Remaja dan penyalahgunaan* diakses dari <https://bnn.go.id/remaja-dan-penyalahgunaan-narkoba/>, pada tanggal 19 September 2019 pukul 22.00.

³ Pasal 1 Undang-undang Republik Indonesia No 35 tahun 2009 Tentang Narkotika

Penggunaan zat yang berbahaya merupakan pola perilaku yang rumit melibatkan faktor-faktor psikologis dengan lingkungan sekitarnya. Pada masa awal remaja dan memasuki tingkat kedewasaan, adanya kesulitan atau bahaya yang mungkin dialami kaum remaja terhadap perilaku yang berubah-ubah bukanlah sesuatu yang bersifat abnormal. Hal ini hanyalah perlu kewaspadaan bersama, sebab mungkin bermacam-macam dan banyak tergantung pada budaya dan perilaku anti sosial dapat mempengaruhi kecenderungan terhadap penyalahgunaan.⁴

Biasanya penyalahgunaan narkoba mengakibatkan dampak yang serius. Pada beberapa kasus berakibat fatal hingga menyebabkan kematian. Hal tersebut diakibatkan pemakaian yang melebihi batas ambang maksimum, karena penggunaan napza yang terus menerus dan penggunaannya yang tidak sesuai dengan dosis yang telah ditetapkan oleh para ahli medis sehingga mengakibatkan overdosis. Zat yang terkandung dalam narkotika sejatinya digunakan untuk pengobatan dan penelitian. Akan tetapi, karena berbagai alasan, mulai dari rasa keingintahuan atau hanya sekedar mencoba-coba, mengikuti trend atau gaya, maka narkotika disalahgunakan.⁵

Banyak para pemuda yang mengalami permasalahan sehingga tidak bisa mengendalikan semua keinginan *nafs* (jiwa) yang selalu diperturutkan. Nafsu yang selalu mengajak untuk menjaga eksistensinya sebagai manusia atau jiwa yang amat menyesali diri sendiri yang terperosok dalam berbuat kemaksiatan atau pemakaian zat

⁴ Sidik Jatmika, *Genk Remaja, Anak Haram sejarah ataukah Korban Globalisasi*, (Yogyakarta: Kanisius, 2010), hal. 10

⁵ Badan Narkotika Nasional. *Pedoman Pencegahan Penyalahgunaan Narkotika Bagi Pecandu*. (Jakarta: Badan Narkotika Nasional, 2004).-

yang berbahaya napza. Akibat dari sebuah pertentangan hawa nafsu itu sendiri. Bahwa *mujahadatun nafsi* berupaya untuk memisahkan jiwa dari syahwat.⁶

Dalam Alquran menjelaskan bahwa ketenangan jiwa sangat dibutuhkan oleh manusia yang dikenal dengan *nafsu al-Mutmainnah*. Ketenangan adalah sifat yang menunjukkan bahwa orang yang memiliki kemampuan menguasai perasaannya dan sanggup mengendalikan sifat yang menunjukkan keserasian unsur kejiwaan maupun kesesuaian antara pertentangan naluri, dengan akal fikiran yang sehat.⁷ Yakni seorang muslim berikrar “*asyhadu an lailahailallah wa;asyhadu anna muhammadarrasulullah*” yang kemudian diimplikasikan dengan amalan saleh yang mendatangkan pahala dan ketenangan jiwa bagi seorang muslim.⁸

Jadi, dengan metode terapi secara rutin merupakan usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang dalam permasalahan penyakit psikis, emosional maupun dalam meningkatkan ketenangan jiwa. Maka dari itu peneliti menggunakan terapi SEFT agar membantu meningkatkan ketenangan jiwa pada pengguna napza. Yang mana terapi ini menggunakan metode spiritual dengan energy tubuh yang bertempatan pada titik-titik tertentu. SEFT bekerja dengan prinsip yang lebih sama dengan akupuntur dimana dalam SEFT ini memiliki titik-titik 12 jalur energy meridian dalam

⁶ Amru Khalid, *Suara Hati: Jalan Menuju Tobat*, (Jakarta: E bun Publishing, 2007), hal.209

⁷ Mustafa Mahmud, *Menangkap Isyarat Quran*, (terj. Min Asrari Quran), (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1994), hal.38

⁸ Khairunnas Rajab, *Psikologi Ibadah: Memakmurkan Kerajaan Ilahi di Hati Manusia*, (Jakarta: AMZAH, 2011), hal.36

tubuh manusia yang sangat berpengaruh pada kesehatan. Karena SEFT menggunakan ketukan dua jari antara telunjuk dan jari tengah.⁹

Spiritual emotional freedom technique ialah hasil berkembangnya dari proses metode terapi *emotional freedom technique* dengan lebih menekankan pada pengendalian pikiran, emosi, psikologis dan fisik yang berhubungan dengan sifat emosi berupa takut, marah, kecanduan, ketenangan jiwa, kecemasan, perasaan bersalah terhadap orang lain maupun diri sendiri dan lain sebagainya.¹⁰ Sehingga tidak mudah terganggu serta dilakukannya pengetukan ringan dengan menggunakan ujung jari (*tapping*) pada titik-titik meridian untuk setiap titik yang bermasalah. SEFT itu sendiri lebih menekankan pada kelancaran system energy tubuh dengan cara menetralsisir kembali. Selain itu juga lebih efektif, mudah, dijelaskan secara ilmiah.

Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* merupakan salah satu dari banyak metode yang berkembang untuk membantu klien dalam mengatasi masalah mereka. Teknik semacam ini memiliki keunikan dalam dasar terminologi filosofis, meskipun perbedaan tersebut SEFT dikembangkan berdasarkan sifat manusia. Hal ini dirancang untuk memenuhi sisi spiritual pada setiap orang.

Berdasarkan pra peneliti dan teknik observasi, wawancara, dan kuesioner terhadap 5 orang sampel klien napza akan hipotesis bahwa ketenangan jiwa dapat didapatkan dari adanya terapi SEFT. Sehingga, dari pemaparan di atas penulis

⁹ Ahmad Faiz Zainuddin, *Spiritual Emotional Freedom Technique For Healing, Success, Happiness, Greatness*, (Jakarta: Afzan Publishing, 2006), hal. 29

¹⁰ Ahmad Faiz Zainuddin, *Spiritual Emotional Freedom Technique For Healing, Success, Happiness and Greatness*, (Jakarta: Afzan Publishing, 2006), hal.42

tertarik mengambil judul tentang “Pengaruh Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Ketenangan Jiwa Pengguna Napza.”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi ketenangan jiwa pengguna Napza di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya Kecamatan Pancoran Kota Jakarta Selatan?
2. Bagaimana proses terapi SEFT pada pengguna Napza di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya Kecamatan Pancoran Kota Jakarta Selatan?
3. Bagaimana pengaruh terapi SEFT terhadap ketenangan jiwa pengguna Napza di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya Kecamatan Pancoran Kota Jakarta Selatan?

C. Tujuan Masalah

Adapun tujuan yang berdasarkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi ketenangan jiwa pengguna Napza di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya Kecamatan Pancoran Kota Jakarta Selatan
2. Untuk mengetahui proses terapi SEFT pada pengguna Napza di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya Kecamatan Pancora Kota Jakarta Selatan sebelum dan setelah diberi terapi SEFT
3. Untuk mengetahui pengaruh api EFT hadap ketena gan jiwa pada pengguna Napza di Yayasan Sahabat Rekan Sebaya Kecamatan Pancoran Kota Jakarta Selatan

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian diharapkan bisa membantu memperkaya dan menambah ilmu pengetahuan, dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu:

1. Secara Teoritis

Hasil dari penelitian tersebut dapat bermanfaat bagi pengembang ilmu pengetahuan serta dapat memperkaya ilmu pengetahuan yang diperoleh dalam bidang tasawuf psikoterapi, khususnya dalam sebuah terapi Spiritual Emotional Freedom Technique.

2. Kegunaan Secara Praktisi

- Untuk pendidik : dari hasil penelitian tersebut bisa dijadikan media terapi untuk menurunkan gangguan stress pada kecanduan narkoba yang berdampak pada kerja otak, cara berpikir, kesadaran dan perilaku pemakainya.
- Peneliti : penelitian ini sangat bermanfaat dan menambah ilmu pengetahuan dalam hal-hal yang baru bagi peneliti atau orang lain yang membutuhkan dalam hal senantiasa menyempurnakan dan mengembangkan penelitian.
- Bagi Mahasiswa : Hasil penelitian ini membuka wawasan terhadap mahasiswa umum untuk menggunakan terapi ini sebagai salah satu intervensi inovatif tasawuf psikoterapi untuk menurunkan gangguan stress pada kecanduan narkoba.

E. Kajian Pustaka

Pada penelitian ini, penulis menemukan beberapa penelitian berupa *hard file* dan *soft file* dengan tema serupa, namun berbeda-beda narasumber, yaitu:

1. Dalam sebuah penelitian oleh Diana Fauziah dengan judul Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Para Napza pada tahun 2017. Menjelaskan bahwa pengaruh Terapi SEFT pada tingkatan kecemasan terhadap pecandu napza sangat berpengaruh dalam penurunan kecemasan dan memiliki kelebihan dalam proses terapi seperti lebih mudah, cepat, dan efeknya dapat permanen.¹¹
2. Skripsi yang berjudul “Faktor Penyebab dan Dampak Penyalahgunaan Napza” yang diteliti oleh Hoesna Maris Elkindi. Dari hasil penelitian menjelaskan bahwa faktor penyebab dan dampak yang menimbulkan penyalahgunaan terhadap napza ini adalah adanya faktor internal dan faktor orang lain. Sehingga membawa orang tersebut kepada permasalahan napza.¹²
3. Skripsi yang berjudul “Dampak Dzikir Terhadap Ketenangan Jiwa” yang diteliti oleh Tarwalis. Dari hasil penelitian bahwa dzikir salah satu manfaat untuk tercapainya rasa tenang dan tentram bagi jiwa dan raganya juga dapat menyambungkan semuanya.

¹¹ Diana Fauziah, *Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Para Napza*, (Bandung: Skripsi, 2017)

¹² Hoesna Maris Elkindi, *Faktor Penyebab dan Dampak Penyalahgunaan Napza*, (Yogyakarta: Skripsi, 2016)

4. Skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Dzikir Untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Narapidana” diteliti oleh Diah Puji Astuti. Dari hasil penelitian skripsi bahwa pelaksanaan dzikir dapat mengatasi problema yang sedang dihadapi. Sehingga urusan jiwa atau ruh, qalb serta berbagai aspek kehidupan yang tersusun agar mendapatkan ketenangan jiwa.
5. Dalam jurnal yang diteliti oleh Olivia Dwi Kumala, Ahmad Rusdi dan Rumiani dengan judul Terapi Dzikir untuk Meningkatkan Ketenangan Hati Pada Pengguna Napza pada tahun 2019. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa terdapat perubahan peningkatan yang signifikan terhadap ketenangan hati pada pengguna napza setelah diberikan terapi dzikir.
6. Jurnal yang diteliti oleh Metty Verasari dengan judul Efektivitas Terapi Spritual Emotion Freedom Technique (Seft) Terhadap Penurunan Insomnia Pada Remaja Sebagai Residen Napza pada tahun 2014. menunjukkan bahwa terdapat penurunan skor skala insomnia antara subjek KE dan KK pada saat sebelum dan sesudah perlakuan.¹³
7. Dalam sebuah jurnal penelitian oleh Idrus H. Ahmad yang berjudul Ketentraman iwa Dalam Perspektif Al Ghazali pada tahun 2011. Menunjukan bahwa Perlu upaya untuk meng angkan dan mencegah mentalpenyakit,

¹³ Metty Verasari, Efektivitas *Terapi Spritual Emotion Freedom Technique (Seft)* Terhadap Penurunan Insomnia Pada Remaja Sebagai Residen NAPZA, *Jurnal Sosio-Humaniora*, Vol. 5, No. 1, Mei 2014. 75-101. Diakses pada tanggal 10 Juni 2019

seperti takabbur, ria, Perilaku ini bisa menjadi penghalang untuk pergi ke hadirat.

F. Kerangka Pemikiran

Menurut Ahmad Faiz Zainuddin, terapi *Spiritual Emotional Freedom Tehnique* (SEFT) adalah salah satu varian dari cabang ilmu baru yang dinamakan *Energy Psychology*, *Energy psychology* adalah teknik yang memanfaatkan sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, perilaku, dan emosi seseorang. Terapi psikologi yang pertama kali ditunjukkan untuk melengkapi alat psikoterapi yang sudah ada. Selain itu, SEFT merupakan gabungan antara *Energy psychology* dan *Spiritual power*.¹⁴

Terapi SEFT ini juga dapat dipelajari dengan mudah, sebagaimana dalam dunia kedokteran barat percaya bahwa masa depan ilmu pengobatan terletak pada hal-hal yang bersifat teknis dan murni "ilmiah". Saat ini di Indonesia semua kalangan remaja maupun dewasa yang berprofesi sebagai dokter, perawat, mahasiswa, ibu rumah tangga dapat menyembuhkan masalah fisik maupun emosi (seperti ketenangan jiwa, cemas, depresi, dan kecanduan) diri sendiri atau orang lain.

Ketenangan jiwa sebagai kondisi yang dapat dirasakan dan dialami manusia. Jiwa itu sendiri pada dasarnya belum matang dan belum sempurna wujudnya dalam dimensi sesungguhnya. Untuk itu, dibutuhkan agama menjadi jiwa yang tenang,

¹⁴ Ahmad Faiz Zainuddin, *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). (Jakarta: Afzan Publishing, 2012), hal.41

sebab jiwa itu sendiri mempunyai penyakit-penyakit, seperti kikir yang dapat diobati dengan sifat dermawan, dan angkuh diobati dengan merendahkan diri.¹⁵ Manusia yang sehat adalah manusia yang mekanisme psikisnya berjalan secara harmonis dan manusia yang sakit adalah manusia yang dalam dirinya terdapat konflik-konflik internal, misalnya gejala neurosis, phobia, penyalahgunaan napza dan kecanduan.

Berdasarkan analisis kerangka pemikiran di atas, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa ketenangan jiwa itu bernuansa spiritual yang dimana mampu membawa kondisi ketenangan jiwa yang hakiki dan karena medan terapinya terarah ke atas. Bagi pengguna napza ketenangan jiwa perlu dilakukan metode terapi, salah satunya yaitu terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* sehingga dapat mengatasi semua permasalahan yang dideritai dan menjadikan individu yang bersinergi positif dimasa yang akan datang.

G. Sistematika Pembahasan

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini membahas tentang latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini membahas tentang teori-teori mengenai konsep napza, tingkat kecemasan, terapi SEFT, hasil penelitian lain yang relevan dengan penelitian yang

¹⁵ Ahmad Daudi, *Kuliah Filsafat Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1992), cet. III, hal.127

akan dilakukan saat ini. Pada bab ini juga akan membahas kerangka pemikiran dan hipotesis dari penelitian ini.

BAB III METODE PENELITIAN

Pada bab ini membahas pengertian metode hingga metode apa yang akan digunakan pada penelitian ini.

BAB IV HASIL PENELITIAN

Pada bab ini membahas mengenai hasil penelitian baik secara kuantitatif yang terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat. Lalu, secara kualitatif terdiri karakteristik informan, pernyataan antar informan mengenai manfaat terapi SEFT terhadap ketenangan jiwa, matriks analisa data, deskripsi hasil penelitian. Selain itu juga, bab ini membahas mengenai pembahasan secara kuantitatif maupun kualitatif.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini membahas tentang kesimpulan secara singkat dan saran peneliti bagi peneliti selanjutnya.