

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN  
RESILIENSI PADA SISWA PENGHUNI RUMAH DAMAI**

**Ana Setyowati, Dra. Sri Hartati, MS., Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si**

***ABSTRACT***

*Drug abuse in Indonesia is increasingly. Drug users not only adults, but adolescent and children. Many drug users who try to express the reasons as the cause of her fall on the drug early. Place of rehabilitation does not guarantee the student to complete recovery if they are not having their own intentions that he would work well. When he got out of rehabilitation, relapse risk can occur when students return along with fellow drug users. To solve problems and maintain health in a risk situation is the need for resilience. Resilience is the ability of individuals in overcoming life's challenges and maintain good health and energy so it can continue to live healthily. Students need emotional intelligence to develop resilience to survive in the face of challenges during the healing process so that they can return to normal life, and not experiencing relapse. The purpose this research is to know correlation emotional intelligence to resilience residents in House of Peace.*

*This research was conducted on 16 resident in the House of Peace. The data collector used are two scales, that emotional intelligence scale (50 items,  $\alpha = 0,946$ ) and resilience scale (70 items,  $\alpha = 0,964$ ). Data analysis was performed using simple regression analysis.*

*Results of data analysis showed positive correlation and significant between emotional intelligence to resilience ( $r_{xy} = 0,801$ ,  $p < 0,05$ ). The hypothesis of this research is received. The results showed that the effective contribution of emotional intelligence to resilience in this research equal to 64.1%.*

***Keywords: resilience, emotional intelligence, residents House of Peace***

# HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN RESILIENSI PADA SISWA PENGHUNI RUMAH DAMAI

Oleh:

Ana Setyowati

M2A605003

## ABSTRAK

Penyalahgunaan NAPZA di Indonesia kini semakin meresahkan. Saat ini pemakai NAPZA bukan hanya orang dewasa saja, tetapi remaja dan anak-anak. Banyak penyalahguna NAPZA yang mengutarakan alasan coba-coba sebagai penyebab awal dirinya terjerumus pada NAPZA. Tempat rehabilitasi tidak menjamin siswa untuk sembuh total apabila tidak memiliki niat sendiri bahwa dirinya akan berhasil sembuh. Ketika keluar dari rehabilitasi, resiko *relapse* dapat terjadi jika siswa kembali bergaul dengan teman sesama pengguna NAPZA. Untuk mengatasi masalah dan mempertahankan kesehatan pada situasi yang beresiko tersebut perlu adanya resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu dalam mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat. Siswa perlu memiliki kecerdasan emosional dalam mengembangkan resiliensinya agar dapat bertahan dalam menghadapi tantangan selama proses penyembuhan sehingga dapat hidup secara normal kembali, dan tidak mengalami *relapse*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai.

Penelitian ini dilakukan pada 16 orang siswa di Rumah Damai. Alat pengumpul data yang digunakan adalah dua buah skala, yaitu skala kecerdasan emosional (50 item,  $\alpha=0,946$ ) dan skala resiliensi (70 item,  $\alpha=0,964$ ). Analisis data dilakukan dengan metode analisis regresi sederhana.

Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi ( $r_{xy} = 0,801$ ,  $p < 0,05$ ). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap resiliensi dalam penelitian ini sebesar 64,1%.

**Kata kunci: resiliensi, kecerdasan emosional, siswa penghuni Rumah Damai**

## **PENDAHULUAN**

NAPZA merupakan singkatan dari Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat adiktif lainnya. Permasalahan penyalahgunaan NAPZA di Indonesia menunjukkan adanya kecenderungan yang terus meningkat, rata-rata angka pengguna NAPZA meningkat 15% per tahunnya. Data BNN menyebutkan 80% pengguna NAPZA merupakan generasi muda dengan kisaran usia 15 - 39 tahun.

Usaha untuk menyembuhkan dari ketergantungan NAPZA saat ini dapat dilakukan dengan rehabilitasi. Tujuan dari program rehabilitasi adalah memotivasi pecandu untuk melakukan perubahan ke arah positif serta menciptakan lingkungan yang kondusif bagi siswa untuk melakukan perubahan (Retnowati, Singgih & Suparman, 2005, h.77). Namun pada kenyataannya banyak mantan pecandu justru sering mengalami *relapse*. Penelitian Hawari (2003) menunjukkan bahwa kekambuhan pada mantan pecandu disebabkan oleh faktor teman (58,36%), faktor “sugesti” (*craving*) 23,21%, dan faktor frustrasi atau stres 18,43%.

Tingkat *relapse* siswa sebelum masuk Rumah Damai masih sangat tinggi. Sekitar 40% siswa mengalami *relapse* lebih dari 10 kali. Sebagian besar penyebab utama siswa mengalami *relapse* karena siswa kembali bergaul dengan teman sesama pengguna. Siswa yang berada dalam lingkungan yang beresiko (lingkungan pergaulan pengguna NAPZA) akan mengalami rentan terpengaruh untuk menggunakan NAPZA kembali. Untuk mempertahankan kepuhannya pasca rehabilitasi, maka dibutuhkan adanya resiliensi. Resiliensi merupakan faktor yang berperan penting untuk dapat

bertahan mengatasi masalah dan mempertahankan kesehatan dalam menghadapi lingkungan yang beresiko.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu yang resilien mampu menunjukkan sifat-sifat positif dalam lingkungan yang beresiko. Penelitian yang dilakukan oleh Aimi (2008) mengenai resiliensi remaja "*High Risk*" ditinjau dari faktor protektif (keterampilan sosial, keterampilan menyelesaikan masalah, *autonomy*, kesempatan untuk dapat berpartisipasi dalam aktivitas kelompok, hubungan yang hangat dan harapan yang tinggi dari lingkungan) menunjukkan hasil bahwa remaja memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dengan sumbangan faktor protektif secara keseluruhan sebesar 29,3%.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Garmezy (dalam Davis, 1999) yang melibatkan anak-anak dan remaja yang mengalami kemiskinan, tinggal di lingkungan yang mengalami kerusakan akibat peperangan, tinggal bersama orangtua yang menderita penyakit mental, mengkonsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang, kekerasan fisik maupun emosional, atau kriminalitas. Penemuan yang berulang dari penelitian longitudinal tersebut adalah bahwa 50% sampai 70% dari mereka mampu untuk mengembangkan resiliensinya karena didukung oleh faktor protektif.

Beberapa penelitian tersebut mengarahkan pada suatu kesimpulan bahwa individu yang mampu mencapai resiliensi didukung adanya faktor-faktor pelindung pada dirinya, yaitu faktor individual, keluarga, dan masyarakat disekitarnya (Masten

& Coatsworth, dalam Davis, 1999). Setiap faktor tersebut memberikan kontribusi pada berbagai macam tindakan yang dapat meningkatkan potensi resiliensi.

Dalam mengembangkan resiliensi, peran kecerdasan emosional sangatlah penting. Penelitian yang dibuktikan oleh *Alcoholics Anonymous* dan program pemulihan obat terlarang yang didasarkan pada lebih dari 200 orang pasien pecandu heroin dapat disembuhkan dengan mengajarkan kecerdasan emosional yang mendasar cenderung akan menghilangkan keinginan untuk menggunakan obat terlarang (dalam Goleman, 2007).

Menurut Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2001), kecerdasan emosional merupakan kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya. Seligman (dalam Goleman, 2001) mengungkapkan bahwa individu yang cerdas emosinya akan bersikap optimis, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan dapat teratasi kendati ditimpa kemunduran atau frustrasi.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami perasaan dirinya dan orang lain, mengendalikan perasaannya sendiri, menjalin hubungan serta memotivasi diri sendiri untuk menjadi lebih baik.

Beberapa penelitian telah menunjukkan pentingnya seseorang memiliki kecerdasan emosional. Hasil penelitian Gottman (1997) menunjukkan fakta bahwa pentingnya kecerdasan emosional dalam berbagai aspek kehidupan. Dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Handoko (2009) mengenai profil *emotional intelligence* pada pecandu narkoba berdasarkan 5 skala Bar-On *emotional quotient inventory* (EQ-i) menunjukkan bahwa pecandu narkoba memiliki kekurangan di beberapa sub skala yaitu sub skala *self actualization, independence, stress tolerance, problem solving* dan *happiness*. Pada sub skala lainnya pecandu narkoba memiliki kemampuan yang adekuat.

Individu yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu menghadapi tantangan dan mempertahankan semangat hidup (Patton, 1998). Masalah-masalah yang dihadapi oleh siswa, baik berasal dari faktor individual maupun faktor eksternal membuat siswa sulit lepas dari NAPZA. Ketika mereka sudah keluar dari tempat rehabilitasi, pengaruh teman dan pergaulan akan mengakibatkan *relapse*.

Kecerdasan emosional dibutuhkan dalam mengembangkan resiliensi siswa dalam menghadapi berbagai macam tantangan selama proses penyembuhan. Resiliensi memungkinkan siswa untuk dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi, sehingga dapat mengurangi risiko *relapse* serta dapat hidup secara normal kembali, seperti melanjutkan kuliah, mendapat pekerjaan yang layak, atau membina keluarga.

Berdasarkan paparan di atas, maka timbul pertanyaan apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai? Mengacu pada pertanyaan tersebut, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa Penghuni Rumah Damai”

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Pengertian Resiliensi**

Resiliensi adalah kemampuan individu dalam mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat.

### **Aspek-aspek Resiliensi**

Wolin dan Wolin (1994) mengemukakan tujuh aspek utama yang dimiliki oleh individu, yaitu:

#### *a. Insight*

*Insight* yaitu proses perkembangan individu dalam merasa, mengetahui, dan mengerti masa lalunya untuk mempelajari perilaku-perilaku yang lebih tepat.

#### *b. Independence*

*Independence* yaitu kemampuan untuk mengambil jarak secara emosional maupun fisik dari sumber masalah (lingkungan dan situasi yang bermasalah).

c. *Relationships*

Individu yang resilien mampu mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung dan berkualitas bagi kehidupan, memiliki *role model* yang baik.

d. *Initiative*

*Initiative* yaitu keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab terhadap hidupnya.

e. *Creativity*

*Creativity* yaitu kemampuan memikirkan berbagai pilihan, konsekuensi, dan alternatif dalam menghadapi tantangan hidup.

f. *Humor*

*Humor* adalah kemampuan individu untuk mengurangi beban hidup dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun.

g. *Morality*

*Morality* adalah kemampuan individu untuk berperilaku atas dasar hati nuraninya. Individu dapat memberikan kontribusinya dan membantu orang yang membutuhkan.

**Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi**

a. Faktor resiko

Faktor resiko mencakup hal-hal yang dapat menyebabkan dampak buruk atau menyebabkan individu beresiko untuk mengalami gangguan perkembangan atau gangguan psikologis (Garmezy, dalam Davis, 1999).

## b. Faktor Pelindung

Faktor pelindung merupakan faktor yang bersifat menunda, meminimalkan, bahkan menetralkan hasil akhir yang negatif. Masten dan Coatsworth (dalam Davis, 1999) mengemukakan tiga faktor pelindung yang berhubungan dengan resiliensi pada individu, yaitu:

### 1) Faktor Individual

Faktor individu merupakan faktor-faktor yang bersumber dari dalam individu itu sendiri, yaitu mempunyai intelektual yang baik, namun individu yang mempunyai intelektual yang tinggi belum tentu individu itu resilien, *sociable*, *self confident*, *self-efficacy*, harga diri yang tinggi, memiliki *talent* (bakat).

### 2) Faktor Keluarga

Faktor-faktor keluarga yang berhubungan dengan resiliensi, yaitu hubungan yang dekat dengan orangtua yang memiliki kepedulian dan perhatian, pola asuh yang hangat, teratur dan kondusif bagi perkembangan individu, sosial ekonomi yang berkecukupan, memiliki hubungan harmonis dengan anggota keluarga-keluarga lain

### 3) Faktor masyarakat disekitarnya

Faktor dari masyarakat yang memberikan pengaruh terhadap resiliensi pada individu, yaitu mendapat perhatian dari lingkungan, aktif dalam organisasi kemasyarakatan di lingkungan tempat tinggal.

## **Pengertian Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami perasaan dirinya dan orang lain, mengendalikan perasaannya sendiri, menjalin hubungan serta memotivasi diri sendiri untuk menjadi lebih baik.

## **Aspek-aspek Kecerdasan Emosional**

Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2007) mengungkapkan lima aspek dalam kecerdasan emosional, yaitu:

a. Mengenali emosi diri

Mengenali emosi adalah kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu dan kemampuan mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi adalah kemampuan untuk menguasai perasaannya sendiri agar perasaan tersebut dapat diungkapkan dengan tepat.

c. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri adalah kemampuan untuk menggerakkan dan menuntun menuju tujuan.

d. Mengenali emosi orang lain (empati)

Empati bukan hanya untuk mengetahui pikirannya saja melainkan juga perasaan orang lain.

e. Membina hubungan

Membina hubungan adalah kemampuan seseorang untuk membentuk hubungan, membina kedekatan hubungan, sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain.

## **HIPOTESIS**

Ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai. Semakin tinggi kecerdasan emosional, maka semakin tinggi resiliensinya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional, maka semakin rendah pula resiliensinya.

## **METODE PENELITIAN**

### **Identifikasi Variabel Penelitian**

1. Variabel tergantung : Resiliensi
2. Variabel bebas : Kecerdasan Emosional

### **Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Resiliensi adalah kemampuan individu dalam mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat. Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami perasaan dirinya dan orang lain, mengendalikan perasaannya sendiri, menjalin hubungan serta memotivasi diri sendiri untuk menjadi lebih baik.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa penghuni Rumah Damai. Cara pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling* jenuh.

### **Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah dua buah, yaitu skala resiliensi dan skala kecerdasan emosional. Skala Resiliensi berjumlah 70 aitem, 35 aitem *favorable* dan 35 aitem *unfavorable*. Skala Kecerdasan Emosional berjumlah 50 aitem, 25 aitem *favorable* dan 25 aitem *unfavorable*.

### **Metode Analisis Data**

Analisis data penelitian dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca dan ditafsirkan. Metode analisis data yang digunakan adalah metode *Analisis Regresi Sederhana* menggunakan program komputer *Package for Social Science (SPSS) for Windows Release 14.00*.

## **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

### **Prosedur dan Pelaksanaan Penelitian**

Orientasi kancan penelitian dilakukan dengan melakukan survey pendahuluan ke Rumah Damai pada tanggal 2 Mei 2009. Persiapan Penelitian yang dilakukan dengan menyusun alat ukur berupa skala psikologi yang kemudian diuji cobakan pada siswa Rumah Damai Gunung Pati Semarang pada tanggal 26 Januari 2010. Skala Resiliensi untuk *try out* terdiri dari 70 aitem ( $\alpha=0,964$ ) dan skala Kecerdasan

Emosional untuk *try out* terdiri dari 50 item ( $\alpha=0,946$ ). Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 25 Februari 2010.

### **Hasil Analisis Data dan Interpretasi**

Pengujian hipotesis yang dilakukan dengan analisis regresi sederhana dengan bantuan *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 14.00. Hasil perhitungan hipotesis menunjukkan skor korelasi sebesar  $r_{xy} = 0,801$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini **diterima**. Sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap resiliensi sebesar 64,1%.

Rata-rata tingkat kecerdasan emosional subjek berada dalam kategori rendah, ditunjukkan dengan *mean* empirik yang diperoleh sebesar 105,19 berada pada rentang antara skor 87,5 hingga 112,5. Rata-rata tingkat resiliensi subjek berada dalam kategori rendah, ditunjukkan dengan *mean* empirik yang diperoleh sebesar 151,38 berada pada rentang antara skor 122,5 hingga 157,5.

## **PENUTUP**

### **Pembahasan**

Hasil pengolahan data penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai ( $r_{xy} = 0,801$ ,  $p < 0,05$ ). Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional

dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai, sehingga semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi resiliensi, begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian ini diperkuat oleh penelitian-penelitian sebelumnya yang mengungkapkan banyak fakta akan pentingnya kecerdasan emosional dalam berbagai aspek kehidupan. Penelitian yang dilakukan oleh Gottman (1997) menunjukkan bahwa dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi. Penelitian lain yang dibuktikan oleh *Alcoholic Anonymous* dan program pemulihan lainnya yang didasarkan pada lebih 200 pasien pecandu heroin dapat disembuhkan tanpa menggunakan obat-obatan tetapi dengan mengajarkan kecerdasan emosional, yaitu kemampuan untuk menangani perasaan, meredakan kecemasan, melenyapkan kemurungan, meredakan amarah cenderung akan menghilangkan keinginan untuk menggunakan obat terlarang (dalam Goleman).

Hasil penelitian yang menunjukkan hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi, serta besarnya sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap resiliensi yaitu sebesar 64,1% dimungkinkan disebabkan karena aspek-aspek dari kecerdasan emosional berkaitan atau memiliki pengaruh terhadap aspek-aspek resiliensi. Aspek mengenali emosi dari kecerdasan emosional secara tidak langsung berpengaruh pada *insight*. Kemampuan individu dalam mengenali emosi diri akan mendukung individu sadar akan emosi yang dialaminya dan mempunyai kepekaan

yang lebih atas keputusan yang akan diambil (Salovey, dikutip Etty, 2002). Individu yang memiliki kejelasan tentang keadaan emosional mereka akan mampu untuk memahami dan memberi arti pada situasi yang bermasalah (Wolin & Wolin, 1994).

Mengelola emosi yang merupakan aspek dari kecerdasan emosional secara tidak langsung mempengaruhi aspek dari resiliensi yaitu *creativity*. Individu agar mampu mengontrol emosinya harus mengerti bahwa setiap tindakan membawa konsekuensi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Individu yang resilien tidak terlibat dalam perilaku yang negatif karena mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tiap perilakunya dan membuat keputusan yang benar (Wolin & Wolin, 1994). Kreativitas juga berhubungan dengan *humor*, dengan kreativitas membuat individu mampu menghibur dirinya sendiri saat menghadapi kesulitan.

Aspek memotivasi diri sendiri berkaitan dengan aspek resiliensi yaitu *independence* dan *morality*. Individu yang mandiri memiliki orientasi yang positif dan optimis pada masa depan (Wolin & Wolin, 1994). Menurut Shapiro (1997), motivasi berperan besar dalam mengatasi dan menghadapi masalah. Adanya motivasi akan membantu siswa melakukan perubahan perilaku ke arah yang lebih positif dan bersikap optimis dalam melewati tekanan atau permasalahan yang dihadapi saat ini maupun masa depan. Melalui kegiatan rohani di Rumah Damai, siswa diharapkan untuk percaya akan kuasa penyembuhan Tuhan, serta adanya dukungan dan doa membuat siswa memiliki keinginan yang kuat mengatasi kesulitan yang dihadapi. Pendapat ini didukung oleh Hawari (2003) bahwa unsur agama dalam terapi bagi para

pecandu mempunyai arti penting dalam mencapai keberhasilan kesembuhan. Unsur agama yang diterima akan memulihkan dan memperkuat rasa percaya diri (*self confidence*), harapan (*hope*), dan keimanan (*faith*). Individu yang berorientasi pada nilai-nilai (*morality*) ditandai dengan keinginan untuk hidup secara baik dan produktif (Wolin & Wolin, 1994).

Aspek kecerdasan emosional, mengenal emosi orang lain dan membina hubungan berkaitan dengan aspek resiliensi yaitu *relationships* dan *initiative*. Menurut Salovey (dikutip Etty, 2002), mengenal emosi orang lain merupakan bentuk keterampilan yang mendasar. Mayoritas siswa di Rumah Damai mempunyai masalah yang kompleks sehingga diharapkan mereka dapat terbuka, berusaha saling memahami dan membantu ketika mengalami kesulitan serta saling berbagi satu sama lain. Dalam kegiatan diskusi, mentor melakukan pendekatan dengan para siswa, mereka dapat *sharing* tentang perasaan, masa depan serta masalah yang dihadapi, seperti masalah keluarga, pekerjaan, kuliah. Mereka dapat saling menghibur, berbagi pengalaman, saling memotivasi dan mencari solusi terbaik untuk mengatasi permasalahan sehingga rasa kebersamaan dan kekeluargaan akan tertanam.

Individu dapat memiliki keterampilan sosial yang baik jika mau membina pergaulan yang luas dengan orang lain (Salovey, dikutip Etty, 2002). Menurut Wolin dan Wolin (1994), individu yang resilien mampu mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung dan berkualitas bagi kehidupan, ataupun memiliki *role model* yang baik. Para mentor di Rumah Damai selain berperan dalam membangun

kepercayaan diri siswa juga berfungsi sebagai kakak bagi siswa, sehingga semua siswa Rumah Damai adalah sebuah keluarga besar yang saling mengasihi.

Sebagai langkah awal sosialisasi diri dengan masyarakat, siswa secara bertahap mulai membangun komunikasi dengan orang lain di luar komunitas rehabilitasi. Menurut Somar (2001), pada tahap ini siswa menemukan jati diri, menguasai keterampilan untuk mengisi hidup secara lebih bermakna, latihan kerja, dan dengan inisiatif pribadi orang secara sadar mulai berpikir dan bertindak untuk mencapai prestasi tertentu. Individu yang resilien melihat hidup sebagai rangkaian tantangan, mereka yang mampu mengatasinya dan memiliki tujuan yang mengarahkan hidup secara konsisten serta menunjukkan usaha yang sungguh-sungguh untuk berhasil di masa depan (Wolin & Wolin, 1994). Melalui kegiatan di Rumah Damai, siswa dibekali kursus seperti bahasa inggris dan *training* pembuatan donat. Bagi siswa yang sudah mengikuti program selama satu tahun akan dilatih untuk bersosialisasi bekerja di luar, seperti bekerja di toko buku, siaran di radio, dan pelayanan di gereja. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk pembekalan jangka panjang siswa setelah keluar dari Rumah Damai.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa salah satu faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi pada siswa di Rumah Damai adalah kecerdasan emosional. Dengan mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi diharapkan dapat membantu siswa untuk mampu mengatasi dan mempertahankan kesehatan ketika dihadapkan pada tantangan sebagai dampak dari ketergantungan pada NAPZA.

Kecerdasan emosional merupakan dasar penting untuk menjadikan individu menjadi seseorang yang mampu menghadapi tantangan dan mempertahankan semangat hidup (Patton, 1998). Kecerdasan emosional diperlukan apabila individu menghadapi masalah yang dapat menimbulkan tekanan untuk individu tersebut sehingga dapat mengendalikan emosi yang dimilikinya agar dapat menghadapi masalah dengan baik (Salovey & Mayer, dalam Shapiro, 1997).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional pada siswa di Rumah Damai dalam kategori rendah dengan *mean* empirik sebesar 105,19 sebanyak 11 siswa. Tingkat kecerdasan emosional pada siswa dalam kategori rendah tersebut kemungkinan disebabkan karena siswa masih dalam tahap *primary programe* dan *re-entry programe*. *Primary programe* yaitu belajar untuk mengatasi *craving*, stres, meningkatkan motivasi, mengarahkan pada masa depan, membangun relasi dan komunikasi, mengubah perilaku, persepsi, dan kebiasaan-kebiasaan lama siswa yang berhubungan dengan NAPZA. Waktu yang diperlukan dalam tahap ini sekitar sembilan bulan. Tahap *re-entry programe* diberikan pada siswa yang sudah “bersih”, biasanya bagi siswa yang sudah menjalani program selama satu tahun. Siswa akan mendapat latihan kerja sesuai dengan potensinya. Siswa dilatih kembali bersosialisasi dengan lingkungan di luar panti rehabilitasi. Latihan kerja merupakan bekal bagi siswa setelah keluar dari panti rehabilitasi. Program rehabilitasi memerlukan waktu yang lama karena ketergantungan pada NAPZA memiliki kemungkinan besar untuk *relapse* (Somar, 2001).

Menurut Somar (2001), pada saat pecandu dalam kondisi stres atau apabila menghadapi tekanan baik dari dalam dirinya maupun dari luar maka pada saat itulah sering terjadi *relapse*, yaitu peristiwa mantan pecandu yang telah beberapa lama tidak memakai NAPZA kembali memakai dan terus mengkonsumsinya. Hasil penelitian Ariskasuci (2008) menunjukkan hasil bahwa seorang mantan pecandu yang kembali ke lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal, dan lingkungan kerja mengalami reaksi dan hambatan dalam berinteraksi yang berasal dari stigma negatif yang ada dalam masyarakat yang dapat memperbesar kemungkinan terjadinya *relapse*.

Hasil penelitian Rillely dan Schutte (dikutip Handoko, 2009) menunjukkan bahwa prediktor penting di dalam permasalahan penyalahgunaan NAPZA adalah kecerdasan emosional yang rendah. Penelitian Caruso, Mayer, dan Salovey (dikutip Handoko, 2009) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional yang rendah berhubungan secara signifikan dengan penyalahgunaan NAPZA, alkohol, serta dapat meningkatkan perilaku menyimpang.

Hasil penelitian menunjukkan resiliensi pada siswa di Rumah Damai dalam kategori rendah dengan *mean* empirik sebesar 151,38 sebanyak 10 siswa. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa kurang dapat mengatasi kesulitan yang dialaminya, sehingga mudah jatuh dalam keputusasaan. Ada banyak faktor yang menyebabkan rendahnya tingkat resiliensi pada siswa diantaranya adalah kurangnya adanya faktor protektif (pelindung) pada siswa. Menurut Masten dan Coatsworth

(dalam Davis, 1999), ada tiga faktor pelindung yang dapat meningkatkan resiliensi pada diri individu, yaitu faktor individual, keluarga, dan masyarakat sekitar.

Pertama, faktor individual antara lain nampak dalam kemampuan untuk berkomunikasi, rasa optimis, kemampuan menyelesaikan masalah, dan keyakinan diri. Keinginan untuk sembuh harus bersumber dari dalam diri siswa sendiri tetapi kenyataannya, bagi siswa yang sudah mengalami ketergantungan, lepas dari NAPZA merupakan hal yang sulit karena NAPZA dipandang sebagai keyakinan untuk menyelesaikan masalah. Siswa dengan kemampuan berkomunikasi yang rendah, ketika mengalami masalah mereka cenderung akan menyendiri dan menggunakan NAPZA, mereka kurang mampu mengekspresikan berbagai macam perasaan dan pikiran kepada orang lain.

Kedua, berasal dari lingkungan keluarga yang peduli, dalam hal ini hubungan keluarga yang harmonis, saling memberikan dorongan antara anak dengan orangtua atau dengan keluarga besar (*extended family*). Faktanya, kebanyakan siswa di Rumah Damai memakai NAPZA karena memiliki masalah keluarga yang kompleks. Siswa merasa rasa damai dan aman tidak didapatkan di keluarganya sendiri. Faktor keluarga juga sangat menentukan penyembuhan siswa, khususnya bagi siswa yang mengalami kepahitan dalam keluarganya. Anggota keluarga harus secara intensif mendampingi dan mendukung siswa.

Ketiga, faktor masyarakat sekitar, yang mencakup kesempatan individu dalam mendapatkan dukungan dari lingkungan masyarakat. Bagi siswa yang mengalami

ketergantungan pada NAPZA, proses kesembuhannya berlangsung seumur hidup. Ketika siswa sudah keluar dari tempat rehabilitasi, pengaruh lingkungan dan pergaulan akan mengakibatkan *relapse*. Pecandu yang kembali pada lingkungan yang beresiko yaitu kembali bergaul dengan teman sesama pengguna akan mudah untuk tergoda menggunakan NAPZA kembali.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan pentingnya faktor protektif untuk meningkatkan resiliensi pada individu antara lain, penelitian Werner dan Smith (dalam Meichenbaum, 1998) terhadap tiga anak keturunan Asia Tenggara yang hidup di pulau Kauai (Hawai) yang rentan terhadap situasi yang beresiko seperti penganiayaan, kemiskinan, hidup bersama orangtua yang menggunakan obat terlarang menunjukkan hasil bahwa salah satu anak mampu tumbuh menjadi orang dewasa yang resilien karena adanya faktor pendukung yaitu memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mandiri, dan percaya diri sehingga mampu beradaptasi dengan baik.

Penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Bernard (dalam Meichenbaum, 1998) terhadap anak yang hidup dalam kemiskinan, menderita sakit fisik, tinggal bersama orangtua yang menderita penyakit mental, dan mengalami pelecehan seksual menunjukkan hasil bahwa mereka mampu hidup dengan baik karena didukung oleh faktor protektif yang berasal dari individu itu sendiri, keluarga dan teman. Anak yang memiliki kemampuan intelektual yang baik, hubungan keluarga yang harmonis, mudah bergaul, dan aktif mengikuti kegiatan sekolah dapat mengembangkan

resiliensinya sehingga mampu beradaptasi dan mampu melakukan aktivitas hariannya dengan baik walaupun dalam lingkungan yang beresiko.

Kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang besar dalam mengembangkan resiliensi pada siswa. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi maka mempunyai resiliensi yang tinggi pula sehingga mengalami kesembuhan dengan cepat karena memiliki sikap optimis, mampu mengontrol dirinya sendiri, dan emosinya stabil. Resiliensi dibutuhkan oleh siswa agar dapat bertahan dalam menghadapi tantangan serta untuk mempertahankan kehidupan yang sehat sehingga dapat sembuh dengan cepat, hidup normal kembali dan mengembangkan dirinya menjadi orang yang berhasil karena sebagian besar siswa di Rumah damai dalam masa dewasa muda (usia produktif).

Penelitian tidak luput dari adanya kendala dan keterbatasan. Kendala dalam penelitian ini adalah peneliti tidak mengontrol frekuensi *relapse* dan tidak adanya pemeriksaan psikologis pada subjek penelitian serta tidak menggunakan perluasan populasi pada pelaksanaan *try out* sehingga kurang dapat menghasilkan data yang memuaskan dan komprehensif. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah terbatasnya jumlah subjek penelitian. Jumlah subjek yang sedikit dan pemakaian teknik *sampling* jenuh menyebabkan tidak dapat dilakukan generalisasi terhadap hasil penelitian.

### **Kesimpulan**

Ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai. Adanya hubungan positif tersebut menunjukkan bahwa

hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai diterima. Semakin tinggi kecerdasan emosional, maka semakin tinggi resiliensinya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional, maka semakin rendah resiliensinya.

### **Saran**

#### 1. Bagi subjek penelitian

Siswa Rumah Damai diharapkan dapat mengembangkan kecerdasan emosionalnya dengan cara mengenali dan mengelola emosi dengan baik, mengekspresikan emosi dengan tepat, *sharing* dengan mentor atau siswa lain untuk melatih empati dan membina hubungan baik dengan orang lain.

#### 2. Bagi mentor Rumah Damai

Mentor Rumah Damai diharapkan dapat memberikan wadah untuk berinteraksi dan mengembangkan kecerdasan emosional siswa dengan menyediakan waktu luang untuk *sharing* dengan siswa, diskusi, berdoa bersama, dan memberikan dukungan supaya siswa termotivasi untuk sembuh.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi resiliensi yang belum diungkap dalam penelitian ini agar memperoleh gambaran resiliensi yang lebih lengkap. Dengan begitu hasil yang diperoleh dapat digunakan sebagai data untuk mengembangkan kapasitas individu

dan digunakan oleh berbagai pihak yang berkepentingan membantu individu untuk mengantisipasi dan mengatasi berbagai permasalahan yang mereka hadapi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aimi, R. M. 2008. Resiliensi Remaja “*High Risk*” Ditinjau dari Faktor Protektif: Studi di Kelurahan Tanah Tinggi Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat. *Tesis* (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia <http://www.digilib.ui.ac.id//opac/themes/libri2/detail.jsp?id=95083&lokasi=lokal>
- Ariskasuci, N. K. 2008. Gambaran Interaksi Sosial Pecandu NAPZA Pasca Rehabilitasi. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Paramadina.
- BNN, SADAR. 2006. *Ada Narkoba di Sekitar Kita*. [http://www.bnn.go.id/konten.php?nama=DataKorbanNarkoba&op=detail\\_korban\\_narkoba&id=5&mn=4&smn=d](http://www.bnn.go.id/konten.php?nama=DataKorbanNarkoba&op=detail_korban_narkoba&id=5&mn=4&smn=d)
- Davis, N. J. 1999. *Substance Abuse and Mental Health Services Administration Center for Mental Health Services Division of Program Development, Special Populations & Projects Special Programs Development Branch (301)*, pp.443-2844. *Status of Research and Research-based Programs*. HYPERLINK <http://mentalhealth.samhsa.gov/schoolviolence/>
- Etty, M. 2002. *Mengelola Emosi: Tips Praktis Meraih Kebahagiaan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Goleman, D. 1996. *Emotional Intelligence*. Alih Bahasa: T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. 2001. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Alih Bahasa: Widodo, A.T. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. 2007. *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. Alih Bahasa: T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Gottman, J., & DeClaire, J. 1997. *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Alih Bahasa: T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Handoko, I. 2009. Profil *Emotional Intelligence* pada Pecandu Narkoba Berdasarkan 5 Skala Baron *Emotional Quotient Inventory (EQ-i)*. Tesis (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi Unika Atma Jaya.
- Hawari, D. 1991. *Narkotika & Zat Adiktif*. Jakarta: FK. Universitas Indonesia.
- \_\_\_\_\_. 2003. *Penyalahgunaan dan Ketergantungan NAZA (Narkotika, Alkohol, dan Zat Adiktif)*. Jakarta: FK. Universitas Indonesia.
- Himpunan hasil BNN. 2006. *Hasil Survey Nasional Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba pada Kelompok Pelajar Dan Mahasiswa di 33 Propinsi di Indonesia tahun 2006*.
- Meichenbaum, D. 1998. *How Educators can Nurture Resilience in High-Risk Children and their Families*, pp.1-33. Canada: Department of Psychology University of Waterloo. <http://www.melissainstitute.org>
- Patton, P. 1998. *Emotional Intelligence*. Alih Bahasa: Zaini Dahlan. Jakarta: Pustaka Delapratasa.
- Retnowati, L., Singgih, Y., & Suparman, M. 2005. Persepsi Remaja Ketergantungan NAPZA Mengenai Dukungan Keluarga Selama Masa Rehabilitasi. *Arkhe Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10, 2. 76 - 87.
- Shapiro, L. E. 1997. *Mengajarkan Emotional Intelligence pada Anak*. Terjemahan: Kantjono, A.T. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Somar, L. 2001. *Rehabilitasi Bagi Korban NAPZA*. Jakarta: Grasindo.
- Wolin, S. J., & Wolin, S. 1994. *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Villard Books.