

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Optimisme

2.1.1. Definisi Optimisme

Menurut Inggris *Oxford Dictionary* mendefinisikan optimisme adalah harapan dan keyakinan tentang masa depan atau hasil yang sukses dari sesuatu ; kecenderungan mengambil pandangan positif atau penuh harapan. Optimisme menurut KBBI adalah individu yang selalu berpengharapan (berpandangan) baik dalam menghadapi segala hal (Safrudin dkk., 2018). Optimisme (*at tafa'ul*) adalah kunci kemenangan yang dapat di artikan yaitu seseorang yang bersikap sangat optimis dalam menjalani hidupnya dan melaksanakan misi perjuangannya, maka saat itu juga terbuka pintu-pintu kemenangan bagi individu tersebut (Waskito, 2013). Optimisme merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting pada kehidupan seseorang serta membuat individu mengetahui apa yang di inginkan untuk mengubah diri dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Menurut Seligman (2008) menyatakan bahwa optimisme adalah suatu sudut pandang secara menyeluruh dalam melihat hal yang baik serta berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri individu. Orang-orang optimis kembali bangkit dari kekalahan, karena kemampuannya untuk pulih orang-orang optimis akan meraih pencapaian yang lebih lebih tinggi, dan mengambil keuntungan dari belajar caranya untuk berubah. Perasaan optimisme akan membawa individu pada tujuan

yang diinginkan yaitu percaya dan kemampuan yang dimiliki diri individu. Orang yang memiliki optimis akan kembali bangkit dari kekalahan dengan kehidupan yang lebih buruk dari pada sebelumnya, mereka bangkit dan memulai kembali karena orang optimis memiliki fisik yang lebih baik dan bahkan hidup lebih lama, serta mengambil keuntungan dari belajar bagaimana cara berubah (Seligman, 2008). Optimisme yaitu kemampuan melihat segi-segi baik dari persoalan atau sikap positif dalam menghadapi kehidupan merupakan suatu hal yang berharga, menghalangi individu untuk putus asa, memberi kekuatan untuk berjuang, dan memberi terang dalam keadaan hidup yang gelap (Mangunhardjana, 1981).

Optimisme adalah cara individu menilai suatu kejadian berdasarkan sifat ketetapan, ruang lingkup dan penyebab kejadian yang dialami individu khususnya kejadian buruk yang sedang individu alami. Orang yang optimis berpikir bahwa kejadian buruk yang dialami individu dengan cara berbeda. Sedangkan menurut Segestrom dalam (Ghufron & Risnawati, 2017) menjelaskan optimisme adalah cara individu berpikir positif dan realistis dalam memandang suatu masalah yang dihadapi. Selanjutnya Sarver & Scheier menjelaskan individu yang optimis merupakan individu yang mengira hal-hal baik terjadi pada diri mereka dan individu yang pesimis adalah individu yang mengira hal-hal buruk terjadi pada diri mereka. Optimisme dapat meningkatkan kesehatan yang memiliki pola pikir positif, relatif sehat, memiliki emosi yang positif akan mendapatkan ketenangan dalam hatinya dan dirinya, sedangkan kondisi tubuh yang sudah merasa tenang dan bahagia relative lebih

menunjukkan kesehatan untuk tubuhnya serta jarang mengalami depresi, tingkat stress yang lebih kecil, memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik, baik secara fisik dan mental, dapat mengurangi resiko terkena penyakit, mampu mengatasi semua kesulitan dan dapat menghadapi stress (Ilhamuddin & Muallifah, 2011).

Hal ini diperjelas lagi oleh Ubaedy mendefinisikan bahwa optimisme memiliki dua pengertian yaitu Pertama, optimisme adalah doktrin hidup yang mengajarkan individu untuk meyakini terdapat kehidupan yang lebih baik. Kedua, optimisme berarti kecenderungan batin dalam merencanakan aksi untuk mencapai hasil yang lebih bagus atau kehidupan yang lebih baik serta keyakinan individu tersebut dapat dijadikan sebagai bekal meraih hasil yang lebih baik. Selanjutnya menurut Myers optimisme mengemukakan bahwa optimisme menunjukkan arah dan tujuan hidup positif, menyambut datangnya pagi dan suka cita, serta membangkitkan kembali rasa percaya diri yang lebih realistic dan menghilangkan rasa takut yang menyertai individu (Ghufron & Risnawati, 2017). Pemikiran optimisme menentukan individu dalam mejalani kehidupan, memecahkan setiap permasalahan yang ada dan penerimaan perubahan baik dalam menghadapi kesuksesan atau kesulitan dalam hidup yang akan datang. Menurut Daniel Goleman dalam (Suyanto, 2006) optimisme merupakan keyakinan menghantar menuju kesuksesan serta kegigihan dalam memperjuangkan sasaran, ada halangan dan kegagalan, karena individu dengan kemampuan seperti itu tekun dalam mengejar sasaran, bekerja dengan harapan mendapatkan kesuksesan bukan kegagalan. Sedangkan individu yang memandang

kegagalan atau kemunduran sebagai situasi yang dapat dikendalikan ketimbang sebagai kekurangan pribadi.

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa pengertian optimisme merupakan suatu sudut pandang secara menyeluruh dalam menghadapi setiap permasalahan pada perubahan diri individu yang lebih baik, mencari pertolongan untuk mengubah pikiran yang positif dengan melihat kegagalan yang dialami sebelumnya sebagai suatu yang dapat diperbaiki untuk kedepannya.

2.1.2 Aspek – Aspek Optimisme

Seligman dalam (Ghufron & Risnawati, 2017) mendeskripsikan individu yang memiliki sifat optimis lebih terlihat pada aspek-aspek seperti dibawah ini :

1. *Permanent* adalah individu menampilkan sikap kematangan hidup dan berubah dari yang biasanya, tidak bersifat lama. Individu yang optimis memandang peristiwa baik adalah suatu yang terjadi dikemudian harinya sedangkan individu yang pesimis memandang peristiwa buruk hanya terjadi sementara waktu.
2. *Pervasive* adalah gaya penjelasan berkaitan dengan ruang lingkup peristiwa yang terjadi pada diri individu, dibedakan menjadi menyeluruh dan khusus. Individu yang optimis memandang peristiwa baik disebabkan oleh faktor yang bersifat menyeluruh, sedangkan individu yang pesimis memandang peristiwa buruk disebabkan oleh hal-hal tertentu yang bersifat khusus.
3. *Personalization* adalah gaya penjelasan yang berkaitan dengan sumber penyebab dan dibedakan antara internal dan eksternal. Individu yang optimis yakin

bahwa keberhasilan yang dicapai tersebut dikarenakan atas usaha keras diri mereka sendiri, sedangkan individu yang pesimis menganggap keberhasilan tersebut sesuatu yang berhubungan dengan orang lain.

Sedangkan menurut Hatifah dan Nirwana (2014) menjelaskan terdapat dua element yang dimiliki seseorang optimis dalam pandangan hadits Rasulullah saw, meliputi :

1. Keyakinan dalam hati sangat berkaitan dengan keimanan, ketika individu yang berputus asa adalah individu yang lemah akan keimanannya dan lemah jiwanya, sedangkan individu yang imannya kuat memiliki pondasi kuat dalam menjalni kehidupannya. Keyakinan dipahami sebagai niat dalam hati berarti individu melakukan sesuatu diiringi dengan niat yang sungguh-sungguh maka individu tersebut akan berhasil.
2. Berpikir positif diartikan bukan sekedar berpikir menggunakan akal tetapi lebih memakai perasaan salah satunya yaitu prasangka, pikiran akan menjadi suatu kekuatan mental ketika pikiran tersebut positif, tidak dikotori beragam nafsu serta angan-angan yang negatif, sehingga kemampuan berpikir positif dapat mendukung individu dalam memandang masa depan dengan harapan positif.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek optimisme menurut Seligman terdapat 3 aspek yaitu terdiri dari permanent, pervasive, dan personalization. Menurut Hatifah dan Nirwana terdapat 2 element yaitu terdiri dari keyakinan dalam hati dan berpikir positif. Dari 2 aspek optimisme diatas, maka dapat dijelaskan bahwa

peneliti mengambil aspek optimisme menurut Seligman yaitu terdapat pada permanent, pervasive, dan personalization karena masing-masing aspek tersebut menjelaskan tentang sikap kematangan individu untuk berubah dari biasanya, yang dapat dibedakan menjadi menyeluruh dan khusus atau internal dan eksternal.

2.1.3 Ciri – Ciri Optimisme

Para ahli menjelaskan terdapat beberapa ciri-ciri seseorang yang memiliki optimisme. Diantaranya menurut Seligman dalam (Ghufron & Risnawati, 2017) sebagai berikut yaitu :

- a. Pertama, individu yang memiliki optimisme tinggi akan memandang kemunduran dalam hidup sebagai suatu garis datar sementara dalam sebuah grafik, serta memiliki pemikiran yang terbuka bahwa masa-masa sulit tidak berlangsung dalam waktu yang lama, namun hanya bersifat sementara dan memiliki keyakinan bahwa situasi yang pasti akan kembali membaik. Pada dasarnya memandang kesulitan dalam suatu proses sebagai kesuksesan yang tertunda, bukan sebagai kekalahan yang bersifat menetap.
- b. Kedua, individu yang memiliki optimisme tinggi cenderung memandang suatu kesusahan dalam hidup yaitu sebagai masalah yang situasional dan spesifik, bukan sebagai wujud petaka yang tidak dapat ditolak dan akan berlangsung dalam waktu yang lama.
- c. Ketiga, individu yang memiliki optimisme tinggi tidak akan beranggapan bahwa suatu kesalahan diakibatkan oleh dirinya sendiri.

Sedangkan Murdoko dan Prasetya (2003) berpendapat bahwa terdapat 6 ciri-ciri orang yang memiliki optimisme, yaitu:

a. Memiliki visi pribadi dalam hidup.

Seseorang yang memiliki visi pribadi akan mempermudah dalam menggapai cita-cita. Pasalnya, dengan memiliki visi pribadi, seseorang akan memiliki semangat yang tinggi dalam menjalani setiap tantangan kehidupan tanpa harus banyak mengeluh ataupun merenungi apa yang telah terjadi dan apa yang akan terjadi nanti. Individu yang mempunyai visi pribadi juga akan memiliki daya penggerak yang akan membuat kehidupan menjadi dinamis dan berpikir secara jauh kedepan guna merealisasikan tujuan hidup.

b. Bertindak secara kongkrit.

Seseorang yang memiliki optimisme tidak akan merasa puas apabila rencananya hanya sebatas wacana. Artinya, seseorang yang optimis akan melakukan tindakan-tindakan yang kongkrit atas apa yang menjadi rencana dan tujuannya.

c. Berpikir realistis.

Berpikir realistis dan rasional akan selalu digunakan seseorang yang optimis dalam menghadapi suatu persoalan. Seseorang yang optimis tidak akan membuat suatu kesimpulan hanya berdasarkan emosi atau perasaan, namun seseorang yang optimis akan selalu mempertimbangkan segala sesuatu dengan akal sehat. Individu yang optimis selalu bertanggung jawab atas tingkah lakunya. Ciri seseorang yang berpikir realistis merupakan suatu sarana untuk tidak mudah

diombangmbingkan perasaan serta akan selalu berusaha untuk menghindari subjektifitas.

d. Menjalin hubungan sosial.

Seseorang yang optimis tidak akan merasa terancam akan kehadiran seseorang. Optimisme akan mendorong seseorang untuk menjadikan orang-orang di sekitarnya sebagai partner. Seseorang yang optimisme juga akan memandang hubungan sosial sebagai penguat yang akan membantunya saat dalam kesusahan.

e. Berpikir proaktif.

Berpikir proaktif adalah keberanian seseorang melakukan antisipasi sebelum suatu persoalan muncul, sehingga dituntut untuk memiliki analisis yang tinggi. Seseorang yang memiliki optimisme tidak akan membuang waktunya untuk hal-hal yang pasif dan bersifat menunggu. Untuk itu tindakan cepat yang proaktif salah satu ciri seseorang yang optimis.

f. Berani melakukan trial and error.

Seseorang yang optimis akan memandang suatu kegagalan sebagai sesuatu yang wajar terjadi. Lebih jauh dari pandangan itu, seseorang yang optimis akan menjadikan suatu kegagalan sebagai pemicu untuk dirinya bangkit. Artinya seseorang yang optimis tidak mengenal kata menyerah dalam menyelesaikan suatu persoalan.

Sedangkan menurut McGinnis (1995) ciri-ciri seseorang yang memiliki optimisme diantaranya :

- a. Jarang merasa terkejut oleh kesulitan
- b. Mencari pemecahan sebagian

- c. Merasa yakin bahwa mampu mempunyai pengendalian atas masa depan
- d. Memungkinkan terjadi pembaruan secara teratur
- e. Menghentikan pemikiran yang negatif
- f. Meningkatkan kekuatan apresiasi
- g. Menggunakan imajinasi untuk melatih sukses
- h. Selalu gembira bahkan tidak bisa merasa bahagia
- i. Merasa yakin memiliki kemampuan yang hampir tidak terbatas untuk diukur
- j. Membina banyak cinta dalam kehidupan
- k. Suka bertukar berita baik
- l. Menerima apa yang tidak bisa diubah

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan menurut Seligman terdapat 3 ciri orang yang optimisme yaitu individu yang optimisme yang tinggi akan memandang kemunduran dalam hidup sebagai suatu garis datar sementara, individu yang memiliki optimisme tinggi cenderung memandang suatu kesusahan dalam hidup, individu yang memiliki optimisme tinggi tidak akan beranggapan bahwa suatu kesalahan. Menurut Murdoko dan Prasetya terdapat 6 ciri orang yang memiliki optimism yaitu memiliki visi pribadi, bertindak kongkret, berpikir realistis, menjalin hubungan sosial, berpikir proaktif dan berani melakukan trial and eror. Sedangkan menurut McGinnis terdapat 12 ciri orang yang optimisme salah satunya adalah menghentikan pemikiran yang negatif, menggunakan imajinasi untuk melatih sukses, sukar bertukar berita baik dan menerima apa yang tidak bisa diubah.

2.1.4 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Faktor yang mempengaruhi optimisme menurut Mc Ginnis (1995) dan Martin Seligman (2008) terdapat 3 macam :

1. Pesimisme, orang yang menyatakan bahwa pesimis merupakan kemampuan lebih positif, berpikir mereka dengan sifat pesimistik, dan mengubah dirinya dari pesimis menjadi optimis melalui rencana tindakan yang ditetapkan sendiri melalui kemampuannya untuk menjadi optimis.
2. Pengalaman bergaul dengan orang lain, kemampuan dalam mengangumi dan menikmati hal yang ada pada diri orang lain merupakan daya yang sangat kuat, dapat membantu mereka untuk memperoleh optimisme.
3. Prasangka, timbulnya dalam diri berprasangka terhadap orang lain yang bisa merupakan fakta ataupun tidak.

Sedangkan menurut Sumner (2018) dan Elkind (2003) mendeskripsikan ada dua faktor yang mempengaruhi optimisme sebagai berikut:

1. Faktor Etnosentrisme

Faktor Etnosentrisme yaitu sifat–sifat yang dimiliki oleh suatu kelompok atau orang lain yang menjadi ciri khas kelompok atau jenis. Faktor etnosentris berupa keluarga, jenis kelamin, ekonomi, agama dan kebudayaan. Keluarga merupakan keadaan ekonomi, jumlah saudara kandung, anak ke berapa dan jumlah kakak yang sudah bekerja, yang artinya adalah semakin baik keadaan ekonomi keluarga maka

semakin mempunyai orientasi kuat terhadap masa depan karena tidak terganggu pada pemenuhan kebutuhan primer manusia. Jenis kelamin sangat mempengaruhi berpikir optimis karena perempuan kodrat lebih terikat dengan norma-norma sosial, kebudayaan atau norma agama mampu menghambat kemajuan dan perkembangan dalam mengapai cita-cita atau keberhasilan di masa akan datang, sedangkan laki-laki mempunyai kebebasan karena tidak bergantung oleh norma-norma sosial atau kebudayaan serta lebih mudah mencapai tujuan di masa depan. Agama merupakan bentuk keyakinan yang dimiliki setiap manusia dapat diaplikasikan melalui doa, manusia yang rajin berdoa mempunyai tujuan hidup yang jelas. Kebudayaan merupakan segala sesuatu yang dapat dipelajari daripola perilaku normatif yaitu cirri-ciri, pola pikir, merasakan dan bertindak, karena semakin baik kebudayaan yang dimiliki maka akan semakin optimis hidupnya.

2. Faktor Egosentrisme

Faktor Egosentrisme yaitu sifat-sifat atau aspek-aspek yang dimiliki setiap individu berdasarkan pada fakta pribadi yaitu keunikan tersendiri dan berbeda antara pribadi satu dengan yang lainnya meliputi minat, kreativitas, percaya diri, harga diri dan motivasi. Individu yang percaya mempunyai keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dirinya dalam melewati setiap semua tantangan yang akan dihadapinya yaitu individu yang optimis mempunyai motivasi tinggi akan berusaha keras untuk mempersiapkan diri dalam mencapai tujuan yang dicapai dan menghadapi suatu

tantang yaitu ujian. Individu yang mempersiapkan dirinya dengan baik pasti menghadapi ujian dan individu tersebut yakin atas kemampuan yang dimilikinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme Menurut Mc Ginnis dan Seligman yaitu pesimisme, pengalaman bergaul dengan orang lain, dan prasangka. Sedangkan menurut Sumner dan Elkind yaitu Faktor Etnosentrisme dan Faktor Egosentrisme.

2.1.5 Manfaat Sikap Optimisme

Hasil riset para ilmuwan menunjukkan bahwa individu yang optimis akan lebih sehat dan panjang umur dibandingkan individu yang pesimis, karena individu yang optimis lebih sanggup menghadapi stres dan kecil kemungkinan mengalami depresi. Berikut ini beberapa manfaat bersikap optimis dan berpikir positif (Safrudin et al., 2018) sebagai berikut :

- a. Orang optimis beresiko kecil terkena serangan jantung
Perasaan dan semangat positif seperti optimisme yaitu bentuk perasaan yang sangat baik pada kesehatan jantung, ataupun sebaliknya perasaan-perasaan negatif seperti pesimisme, kemarahan, kecemasan, depresi, stres, kebencian ternyata sangat buruk untuk jantung.
- b. Orang optimis akan lebih bahagia dan lebih mengalami stress

Individu yang optimis lebih percaya diri dan lebih berani dalam mengambil peluang karena individu tersebut tidak mudah menyerah dan jarang berputus asa, apabila belum berhasil individu yang optimis akan melihat hal

negative sebagai tantangan untuk bisa dengan mudah diatasi bukan untuk terus diratapi.

- c. Orang optimis akan lebih sehat dan panjang umur
Individu yang optimis akan lebih sedikit mengalami stres karena kadar hormo stres lebih sedikit dalam tubuh dalam menguatkan sistem imun tubuh dan membuat tubuh menjadi lebih baik.
- d. Orang optimis akan lebih sukses dan berprestasi
Berjiwa optimis merupakan "juara-juara" dalam berbagai hal yaitu baik di sekolah atau di bidang-bidang lainnya, individu yang optimis memiliki semangat untuk maju, tidak putus asa dan semakin terpacu menang yang dihadapkan pada situasi sulit.
- e. Optimisme bersifat menyembuhkan
Perasaan optimisme bersifat menyembuhkan yang dilakukan pada pasien-pasien depresi melakukan terapi pikiran positif seperti optimisme yang dilakukan selama 12 minggu ternyata lebih berkhasiat dan efektif untuk memperbaiki kondisi pasien dari pada obat-obatan.

2.2 Optimisme dalam Perspektif Islam

Optimisme dalam bahasa Arab yaitu *at-tafa'ul* merupakan keyakinan dan satu sifat baik yang dianjurkan dalam islam dengan sifat optimis, manusia bersemangat dalam menjalankan demi kehidupan didunia maupun diakhirat kelak (Waskito, 2013). Menurut Abdul Ghaffar optimisme memiliki beberapa pengertian yaitu, *pertama* optimisme merupakan kata-kata yang baik atau enak didengar dan berpengaruh baik dalam jiwa pendengarnya dan ucapan dengan memberikan pengaruh terhadap individu dalam melakukan berbagai kebaikan, *kedua*

optimisme dapat diartikan *husnu dzhan* kepada Allah SWT yaitu individu berbaik sangka kepada Allah, *ketiga* optimisme adalah senyum dan ceria dihadapan orang lain untuk menimbulkan perasaan senang, bahagia dan tentram (Ghaffar, 2011). Adapun optimisme dalam perspektif Islam menurut Al – Qurán dan Hadist sebagai berikut :

Dalam Al – Qurán Allah berfirman :

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا هَوْلًا بَلْ هُوَ آفَافٌ كَثِيرٌ وَلَا يَتْلُو آيَاتِهِ عِلْمًا غَلِيظًا وَلَا يَحْكُمُ بِآيَاتِهِ كَبُلُوعِ الْبَرِّ بِبُرِّهِ وَلَا يَكْفُرُ بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ الَّذِينَ اتَّخَذُوا دِينَهُمْ حُرُوفًا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَلَا يَتَّبِعُونَ مَا نَزَّلَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ مِنْ ذِكْرِهِمْ فَهُمْ أُمِّيُونَ لَا يَسْمَعُونَ كَلِمَاتِ اللَّهِ أَنْزَلَهَا عَلَى الْغَلِيِّمْ قُلْ إِنَّ الدِّينَ إِتْقَانُ الْعَمَلِ وَالْقُرْآنُ يُعَلِّمُهُ الْغَلِيظَ وَاللَّهُ يَسْمَعُ الْوَهْمَانَ﴾

Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang". (QS. Al – Hujurat : 12)

Ayat di atas menjelaskan bahwa sebagian dugaan adalah dosa yaitu dugaan tidak berdasar dan mengakibatkan dosa yang berarti melarang melakukan dugaan buruk yang tanpa dasar karena dapat menjerumuskan seseorang ke dalam dosa, dengan

menghindari dugaan dan prasangka buruk. Hindarilah pergunjangan karena sama dengan memakan daging saudara yang telah meninggal dunia dan bertakwalah kepada Allah yakni hindari siksa-Nya baik di dunia dan di akhirat. (Tafsir Shihab, 2002)

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa manusia dilarang untuk mencari-cari kesalahan orang lain baik itu menggunjing karena sama saja memakan daging saudara sendiri. Manusia diciptakan dan diturunkan di muka bumi untuk bersifat optimis atau husnu dzan, karena sifat tersebut adalah sifat berbaik sangka pada orang lain.

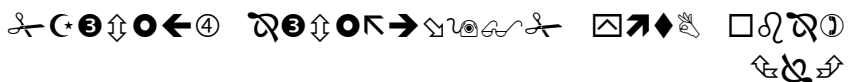


Artinya : "Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman". (QS. Ali Imran : 139)

Ayat di atas menjelaskan bahwa kehendak dan hukum Allah SWT berjalan berdasarkan aturan yang baku dan sunnah atau hukum alam yang bijaksana, karena didalamnya berkaitan dengan akibat atau nilai, meskipun dasarnya Allah SWT maha kuasa atas segala sesuatu. (Tafsir Al- Munir, 1991)

Berdasarkan penjelasan ayat di atas maka dapat disimpulkan bahwa manusia adalah makhluk ciptaan Allah yang memiliki kesanggupan baik lahir maupun batin, kesanggupan itu merupakan kenyataan apabila mengikuti jejak Nabi Muhammad SAW. Manusia diciptakan dan diturunkan dimuka bumi untuk beriman kepada Allah SWT, dengan ditunjukkan sikap optimisme dalam menghadapi

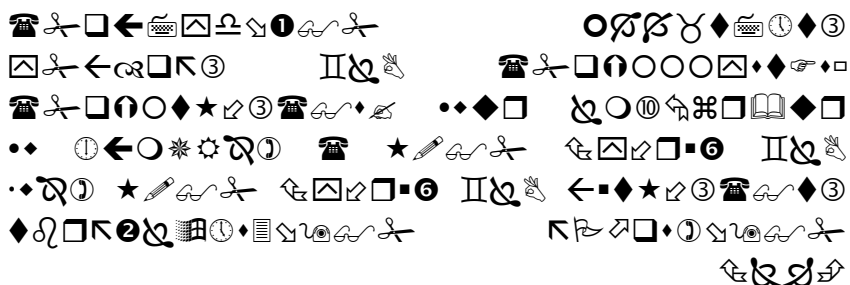
problematika kehidupan untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Allah SWT menghadirkan beragam peristiwa agar manusia mampu mengambil hikmah dan pelajaran terkandung dalam setiap peristiwa tingkatkan keimanan manusia semakin bertambah. Hal ini akan terwujud apabila manusia mempunyai benih kepercayaan pada kemudahan, kekuatan, dan pertolongan Allah SWT sebagai pengatur peristiwa di alam.



Artinya : "Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan". (QS. Al- Insyirah : 6)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa kesulitan itu senantiasa disertai kemudahan baik itu susah maupun mudah atau ada sempit ada lapang, menjadi sebab akal erjalan, pikiran mencari jalan keluar serta diyakinkan bahwa kesukaran, kesulitan, kesempitan, marabahaya yang mengancam dari berbagai ragam pengalaman hidup yang pahit dan menyebabkan manusia bertambah cerdas dalam menghadapi semuanya. (Tafsir Al – Azhar, 2015)

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kita harus memiliki sifat optimis dalam menghadapi kesulitan, maka dapat kita lewati dengan mudah dalam menghadapi setiap permasalahan yang ada, dengan keadaan selamat dari kegawatan tersebut melalui jalan yang didapat atau ditempuh, serta bertawakal kepada Allah SWT maka akan tercapai kemenangan walau hebatnya rintangan dan cobaan yang dihadapi. Permasalahan yang datang dan dialami individu berasal dari dalam dirinya sendiri dan objek-objek yang ada disekitar.



Artinya : "Hai anak-anakku, Pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir". (QS. Yusuf : 87)

Ayat ini menjelaskan bahwa nabi Ya'qub menganjurkan anak-anak untuk pergi mencari berita tentang yusuf dan saudaranya serta menyemangati dan menggembirakan dan menyuruh mereka tidak putus asa dari rahmat Allah yaitu agar anak-anaknya tidak berputus harapan kepada Allah, atas apa yang dihendaki dan diinginkan ; sebab tidak ada yang berputus harapan, tidak ada yang putus asa, selain orang kafir. (Tafsir Ibnu Katsir, 2016)

Berdasarkan penjelasan ayat di atas maka dapat disimpulkan bahwa manusia untuk bersifat optimis atau tidak berputus asa, karena sifat putus asa merupakan orang-orang yang kafir serta Allah SWT menganjurkan untuk tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah SWT.



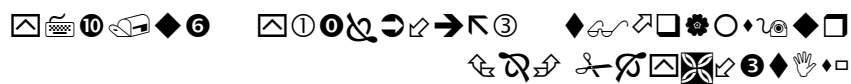


Artinya : "Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa [1314] semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang" (QS. Az – Zumar : 53)

[1314] Dalam hubungan ini Lihat surat An Nisa ayat 48"

Ayat ini menjelaskan bahwa ayat yang mulia ini merupakan seruan kepada para pelaku maksiat yang mencakup orang-orang kafir dan selainnya untuk bertaubat dan berserah diri kepada Allah serta memberitahukan bahwasannya Allah mengampuni seluruh dosa orang yang bertaubat dan kembali dari tindakan dosa tersebut apapun dosanya atau berapapun banyaknya. (Tafsir Al-Atsari, 2016)

Berdarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa manusia harus bersifat optimis atau tidak berputus asa serta Allah swt menyuruh kita untuk bertaubat dan kembali (Kepada Allah), Allah mengampuni dosa-dosa seluruhnya bagi yang mau bertaubat darinya dan kembali dari perubahan itu (ke jalan yang benar), sebanyak apapun dosa-dosa itu sekalipun ia seperti buih lautan.



Artinya : "Dan kelak Tuhanmu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu , lalu (hati) kamu menjadi puas". (QS. Ad – Dhuha : 5)

Ayat ini menjelaskan tentang penyampaian berita gembira di kemudian hari dalam kehidupan dunia karena Allah swt pasti akan terus-menerus memberimu aneka karunia sampai engkau puas. (Tafsir Shihab, 2002)

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa ayat tersebut untuk bersifat optimis, karena Rasulullah saw tidak rela apabila ada seorangpun dari umatnya yang kekal di neraka.



Artinya : "Dan apa saja musibah yang menimpa kamu Maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu)". (QS. Asy – Syura : 30)

Ayat ini menjelaskan bahwa Nabi Musa a.s tahu persis berdasarkan pengalaman masyarakat Bani Israil selama ini bahwa ancaman Fir'aun bukanlah main – main dan penjaranya sangat mengerikan, namun nabi Musa a.s tidak gentar dan mengajukan usul baru pada Fir'aun. Tiba-tiba Nabi Musa a.s melemparkan tongkatnya ke lantai dan tongkat itu berubah menjadi ular besar sehingga Nabi Musa a.s memasukan tangannya ke leher bajunya yakni tiba-tiba tangannya itu berubah menjadi putih tanpa sedikit cacat serta bersinar bagaikan cahaya bulan yang sangat

mengagumkan dan memukau bagi orang – orang yang melihatnya. (Tafsir Shihab, 2002)

Berdasarkan penjelasan ayat di atas maka dapat disimpulkan bahwa ayat tersebut memberikan rasa optimis bila Allah menghapus dosa-dosaku dengan berbagai macam musibah dan mengampuni sisanya yang banyak, lalu yang tersisa setelah penghapusan dosa dan maaf-Nya, dosa-dosa yang dilakukan dihapus dengan berbagai musibah yang menyimpannya baik berupa kesusahan, kesedihan, sakit, dan segala yang menerpa dirinya, keluarga serta hartanya, dan Allah akan mengampuninya.

Dalam Al – Hadist :

لَا عَدْوَى، وَلَا طَيْرَةَ، وَيُعْجِبُنِي الْقَائِلُ

"Tidak ada penyakit yang menular sendiri dan tidak ada kesialan Al – Fa'lu (kata – kata yang baik) membuatku kagum" (HR. Bukhari dan Muslim). (Shahih Muslim, 1998)

أَحْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجُزْ

"Bersemangatlah atas hal – hal yang bermanfaat bagimu. Dan minta tolonglah kepada Allah. Dan jangan kau lemah" (HR. Muslim). (Shahih Muslim, 1998)

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ
وَفِي كُلِّ خَيْرٍ أَحْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا
تَعْجُزْ وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَتْ كَذَا
وَكَذَا وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ
الشَّيْطَانِ

"Mukmin (orang yang beriman) yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah dari pada orang mukmin yang lemah. Pada diri masing – masing memang terdapat kebaikan. Capailah dengan sungguh – sungguh apa yang berguna bagimu, mohonlah pertolongan kepada Allah dan janganlah kamu menjadi orang yang lemah. Apabila kamu tertimpa suatu kemalangan, maka janganlah kamu mengatakan ;'Seandainya tadi saya berbuat begini dan begitu, niscaya tidak akan menjadi begini dan begitu'. Tetapi katakanlah ; 'Ini sudah takdir Allah da apa yang dikehendaki – Nya pasti akan dilaksanakan – Nya. Karena sesungguhnya ungkapan kata 'lau' (seandainya) akan membukakan jalan bagi godaan setan" (HR. Muslim dan Abu Hurairah ra). (Shahih Muslim, 1998)

ا عقاطاوا وا عدابروا وا عباغضوا وا تحاسدو
وكونوا عبا ملله ايوانا، وا يحل مؤسلم انيهجر اياه فوق
ثلاثة ايام

"Janganlah kalian saling memutuskan hubungan, jangan pula saling membelakangi, saling membenci dan saling dengki. Dan jadilah kalian hamba – hamba Allah yang bersaudara. Dan tidak dibolehkan seorang muslim mendiamkan saudaranya lebih dari tiga hari" (HR. Muslim dan at – Tirmidzi). (Shahih Muslim, 1998)

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: : الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، إِحْرَاصٌ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَأَسْتَعِينُ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجَزُ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

"Orang mukmin yang kuat adalah lebih baik dan ia pun dicintai Allah dari pada mukmin yang lemah dalam setiap kebaikan. Bersegeralah dalam hal yang bermanfaat dan mintalah pertolongan dalam hal yang bermanfaat dan mintalah pertolongan kepada Allah dan janganlah kamu merasa lemah. Jika kamu ditimpa sesuatu, janganlah mengatakan, 'Seandainya saya begini tentu akan begini,' Dia kehendaki akan terjadi'. Sesungguhnya berandai – andai membuka perbuatan setan" (HR. Muslim). (Shahih Muslim, 1998)

Sebagaimana sudah ada di dalam al-Qurán dan hadist dijelaskan bahwa optimisme merupakan keyakinan akan kesadaran alamiah melalui pandangan hidup individu dengan memandang segi-segi kehidupan yaitu dari segi kebaikan serta tidak adanya putus asa atau berprasangka buruk dalam mencapai kebaikan dan memohon ampunlah kepada Allah karena Allah mengampuni segala dosa-dosa yang telah diperbuat dan kesalahan.

2. 3 Narkoba

2.3.1 Pengertian Narkoba

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika dan obat – obat berbahaya. Narkotika berasal dari Yunani "*narcosis*" merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika, bahan adiktif, obat atau bahan bahaya lainnya (Sarwono, 2010). Istilah lain dari *Departemen Kesehatan Republik Indonesia* adalah NAPZA yaitu Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya. Narkoba secara bahasa berasal dari "drugs" berarti jenis obat (tumbuh – tumbuhan) ; racun (madat tsb). Menurut Kamus Psikologi, Chaplin menjelaskan *drug abuse* merupakan

penggunaan obat bius sampai derajat sedemikian rupa, sehingga akan mengakibatkan rusaknya daya penyesuaian diri secara sosial, kesehatan badan, dan kesehatan jiwa (Chaplin, 2011). *Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia* narkoba adalah obat untuk menenangkan syaraf, menghilangkan rasa sakit, dan menidurkan (*dapat memabukkan, dilarang dijual untuk umum*), sedangkan dalam ilmu kedokteran narkotika dan obat-obat berbahaya sering digunakan untuk tujuan pengobatan, karena sangat berbahaya bukan narkoba itu sendiri melainkan penyalahgunaan narkoba dengan tujuan-tujuan lain di luar tujuan kedokteran (Sarwono, 2010).

Menurut kesehatan menjelaskan bahwa narkoba adalah senyawa-senyawa psikotropika yang dipakai untuk membius pasien saat dioperasi atau obat-obatan penyakit tertentu, orang yang mengalami stress atau gangguan jiwa diberi obat-obatan yang tergolong psikotropika oleh dokter agar dapat sembuh (Lisa & Sutrisna, 2013). Sedangkan menurut Kamus Psikologi, Chaplin menjelaskan bahwa drug abuse merupakan penggunaan obat bius tanpa anjuran dokter dengan mengakibatkan rusaknya daya penyesuaian diri baik secara social, kesehatan badan dan kesehatan jiwa. Selanjutnya WHO mendefinisikan narkoba sebagai suatu zat yang dimasukkan ke dalam tubuh akan mempengaruhi fungsi organ fisik dan psikologis (kecuali makan, minum dan oksigen). Hal ini diperjelas kembali oleh BNN narkoba adalah zat atau obat berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis atau semi sintesis yang menyebabkan perubahan pada kesadaran, hilang rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan pada pemakaiannya.

Berdasarkan dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa narkoba adalah zat adiktif yang dapat menyebabkan pengaruh fisik dan psikologis, serta menggunakan obat tersebut harus melalui anjuran dari dokter apabila tanpa anjuran dari dokter akan mengakibatkan perubahan kesadaran pada individu.

2. 3. 2 Jenis – Jenis Narkoba

Merujuk pada Undang-Undang RI No. 22 Tahun 1997 tentang narkotika, narkotika merupakan zat atau obat berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintesis atau semi sintesis yang menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa nyeri, menimbulkan ketergantungan. Narkotika dibedakan menjadi 3 golongan antara lain (Fadhli, 2018):

1. Narkotika Golongan I

Narkotika digunakan untuk tujuan pengembangan ilmu pengetahuan dan tidak dalam terapi yang memiliki potensi sangat tinggi dapat mengakibatkan ketergantungan. Adapun yang tergolong narkotika golongan I yaitu : Heroin, Kokain, dan Ganja.

2. Narkotika Golongan II

Narkotika berkhasiat pengobatan digunakan untuk terapi atau tujuan pengembangan ilmu pengetahuan yang memiliki potensi tinggi dapat mengakibatkan ketergantungan. Adapun yang tergolong narkotika golongan II yaitu : Morfin, Petidin, Turunan/Garam dalam golongan tersebut.

3. Narkotika Golongan III

Narkotika berkhasiat pengobatan digunakan untuk terapi atau tujuan pengembangan ilmu pengetahuan yang memiliki potensi ringan dapat mengakibatkan ketergantungan. Adapun yang tergolong narkotika golongan III yaitu : Kodein, Garam – garam Narkotika dalam golongan tersebut.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas bahwa narkotika terbagi menjadi 3 golongan, maka penggolongan di atas dapat dijelaskan menjadi beberapa jenis narkotika (Fadhli, 2018) antara lain :

1. Opiat atau Opium (Candu)

Opiat atau opium (candu) merupakan narkotika alami sering digunakan dengan cara dihisap (inhalansi). Efek dari opiat atau opium (candu) yaitu menimbulkan rasa kesibukaan (rushing sensation), menimbulkan semangat, merasa waktu berjalan lambat, pusing karena kehilangan keseimbangan/mabuk, merasa rangsang birahi meningkat (hambatan seksual hilang) dan timbul masalah kulit di sekitar mulut dan hidung.

2. Morfin

Morfin merupakan zat aktif (narkotika) diperoleh dari candu melalui pengolahan secara kimia, candu mengandung 10% morfin, pemakaiannya dengan cara disuntik di bawah kulit dalam otot atau pembuluh darah (intravena). Efek dari morfin yaitu menimbulkan euphoria, mual, muntah, sulit buang hajat besar (konstipasi), kebingungan (konfusi), berkeringat, menyebabkan pingsan, jantung berdebar-debar, gelisah dan perubahan suasana hati, mulut kering dan warna muka berubah.

3. Heroin atau Putaw

Heroin merupakan narkotika semisintesis dihasilkan melalui pengolahan morfin secara kimiawi terdapat 4 tahap diperoleh heroin paling murni berkadar 80 % sampai 99 %, heroin paling murni berbentuk bubuk putih sedangkan heroin tidak murni berwarna putih keabuan (*street heroin*), sangat mudah menembus otak bereaksi lebih kuat dibandingkan morfin itu sendiri, pemakaiannya dengan cara disuntik atau dihisap akan menimbulkan rasa kesibukan sangat cepat/rushing sensasi ($\pm 30 - 60$ detik) akan timbul rasa menyenangkan seperti mimpi penuh kedamaian dan kepuasan atau ketenangan hati (eurofia), selalu menyendiri ketika ingin menikmatinya.

4. Ganja atau Kanabis

Ganja berasal dari tanaman kanabis sativa dan kanabis indica terkandung 3 zat utama yaitu tetrahidrokanabinol, kanabinol, kanabidiol, pemakaiannya dengan cara dihisap dan dipadatkan menyerupai rokok atau menggunakan pipa rokok. Efek dari ganja atau kanabis yaitu denyut jantung atau nadi lebih cepat, mulut dan tenggorokan kering, merasa lebih santai, banyak bicara dan bergembira, sulit mengingat sesuatu kejadian, kesulitan kinerja yang membutuhkan konsentrasi, reaksi yang cepat dan koordinasi, kadang-kadang menjadi agresif bahkan kekerasan, sakit kepala, mual yang berkepanjangan, rasa letih/capek, gangguan kebiasaan tidur, sensitif dan gelisah, berkeringat, berfantasi, dan selera makan bertambah.

5. LSD atau Lysergic Acid atau acid, trips, tabs

Lysergic Acid adalah golongan halusinogen (membuat khayalan) diperoleh dalam bentuk kertas berukuran kotak kecil sebesar $\frac{1}{4}$ perangko banyak warna dan gambar, pil atau kapsul, pemakaiannya dengan cara meletakkan LSD pada permukaan lidah, dan bereaksi setelah 30 - 60 menit dan hilang setelah 8 - 12 jam. Efek dari LSD yaitu timbul rasa seperti tripping atau halusinasi tempat, warna, dan waktu timbulnya obsesi yang dirasakan hanyut, menjadi sangat indah atau menyeramkan dan lama-kelamaan membuat perasaan khawatir yang berlebihan (paranoid), denyut jantung dan tekanan darah meningkat, diafragma mata melebar dan demam, disorientasi, depresi, pusing, panic dan rasa takut berlebihan, flashback (meningat masa lalu), gangguan persepsi seperti merasa kurus atau kehilangan berat badan.

6. Kokain

Kokain mempunyai 2 bentuk, yaitu *kokain hidroklorid* (bentuk asam) dan *free base* (bentuk basa) atau sering disebut dengan koka, coke, happy dust, charlie, srepet, snow white, pemakaiannya dengan cara menggunakan penyedot atau gulungan kertas, dikabar bersama tembakau, beresiko luka pada sekitar hidung bagian dalam. Efek dari kokain yaitu menimbulkan kerangan, kegembiraan yang berlebihan, hasutan, kegelisahan, kewaspadaan dan dorongan seks, mengurangi berat badan, timbul masalah kulih, kejang – kejang, kesulitan bernafas, sering mengeluarkan dahak atau lender, merusak paru, memperlambat pencernaan dan menutupi selera makan, paranoid,

gangguan penglihatan, kebingungan, bicara seperti menelan.

7. Amfetamin

Nama generik amfetamin adalah *D-pseudo ephedrin* yang digunakan sebagai dekonjestan. Amfetamin terdiri dari 2 jenis MDMA (Methylene dioxy methamphetamine) yaitu *fantasy*, *pils*, *inex* dan *metamfetamin* (sabu-sabu) yaitu sabu, ss, ice, pemakaiannya dengan cara penggunaan dalam bentuk pil diminum, dikabakr dengan menggunakan kertas alumunium foil dan asapnya dihisap melalui hidung atau menggunakan botol kaca dirancang khusus (bong), dilarutkan melalui suntikan ke dalam pembuluh darah (intravena). Efek dari amfetamin yaitu jantung terasa sangat berdebar-debar, suhu badan naik / demam, tidak bisa tidur, merasa sangat bergembira, menimbulkan hasutan, banyak bicara, menjadi lebih berani / agresif, kehilangan nafsu makan, mulut kering dan merasa haus, berkeringat, tekanan darah meningkat, mual dan merasa sakit, skait kepala pusing, tremor / gemetar, timbul rasa letih, takut, depresi, gigi rapuh, gusi menyut karena kekurangan kalsium.

8. Sedatif – Hipnotik (Benzodiazepin / BDZ)

Sedatif (obat penenang) dan hipnotikum (obat tidur). BDZ antara lain *BK*, *Lexo*, *MG*, *Rohip*, *Dum*, pemakaiannya dengan cara diminum mencapai 30 tablet, disuntik intravena melalui dubur, dicampurkan dengan zat lain seperti alcohol, putauw, karena menekan sistem pusat penafasan. Efek sedatif yaitu mengurangi pengendalian diri dan pengambilan

keputusan, sangat acuh atau tidak peduli apabila disuntik ajan mengakibatkan risiko terinfeksi HIV/AIDS dan Hepatitis B & C pemakaian jarum bersama, obat tidur / hipotikum dapat disalagunakan misalnya seconal, menghilangkan kekhawatiran dan ketegangan (tension), perilaku aneh atau menunjukkan tanda kebingungan proses berpikir, nambak bahagia dan santai, bicara seperti sambil menelan, jalan sempoyongan, tidak bisa member pendapat dengan baik.

9. Alkohol

Alkohol adalah zat aktif dalam minuman keras, mengandung etanol berfungsi menekan syaraf pusat, diperoleh dari hasil peragian atau *fermentasi* dari gula, sari buah, umbi-umbian, diperoleh sampai 15 % dengan proses penyulingan (destilasi) dihasilkan kadar lebih tinggi mencapai 100% maksimum dicapai 30 – 90 menit, alkohol diserap, disebarluaskan ke seluruh tubuh jaringan dan cairan tubuh, penurunannya orang tersebut menjadi depresi. Dikenal 3 golongan berakohol yaitu golongan A ; kadar etanol 1 – 5 % (bir), golongan B ; kadar etanol 5 – 20 % (minuman anggur/wine), dan golongan C ; kadar etanol 20 – 45% (whinskey, vodka, tkw, manson house, johny walker, kamput). Efek dari alkohol yaitu menghilangkan perasaan yang menghambat atau merintanggi, merasa lebih tegar berhubungan secara sosial (tidak menemui masalah), merasa senang dan banyak tertawa, menimbulkan kebingungan, tidak mampu berjalan.

10. Inhalansia

Inhalansia adalah uap bahan mudah menguap dan di hirup, seperti aerosol, aikan aibon, isi korek api, cairan untuk *dry cleaning*, *tinner*, dan uap bensin digunakan oleh anak dibawah umur atau golongan kurang mampu / anak jalanan, dapat menimbulkan kerusakan fungsi kecerdasan otak. Efek dari inhalansia yaitu mulanya merasa sedikit terangsang, dapat menghilangkan pengendalian diri atau fungsi hambatan, bernafas menjadi lambat dan sulit, tidak mampu membuat keputusan, bernafas menjadi lambat dan sulit, tidak mampu membuat keputusan, terlihat mabuk dan jalan sempoyongan, mual, batuk dan bersin – bersin, kehilangan nafsu makan, halusinasi, perilaku menjadi agresif / berani atau bahkan kekerasan, bisa terjadi henti jantung, kerusakan syaraf otak menetap, kelelahan otot, gangguan irama jantung, radang selaput mata, kerusakan hati dan ginjal dan gangguan pada darah dan sumsum tulang, kemerahan di sekitar hidung dan tenggorokan, terjadi kecelakaan menyebabkan kematian.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa jenis narkoba terdiri dari Opiat atau Opium (candu), Morfin, Heroin atau Putaw, Ganja atau Kanabis, LSD atau Lysergic Acid atau acid / trips / tabs, Kokain, Amfetamin, Sedatif – Hipnotik (Benzodiazepin / BDZ), Alkohol, dan Inhalansia.

2.3.3 Faktor – Faktor Penyalahgunaan Narkoba

Banyak faktor yang menyebabkan individu mulai menyalahgunakan narkoba pada akhirnya akan menyebabkan ketergantungan antara lain :

1. Faktor Kepribadian

Faktor kepribadian berupa genetic, biologis, personal, kesehatan mental, dan gaya hidup yang memiliki pengaruh menentukan individu terjerumus atau tidak pada ketergantungan atau penyalahgunaan narkoba dalam permasalahan perilaku seperti kurangnya pengendalian diri dan konflik individu serta emosi masih belum stabil dan hidup terbiasa senang / mewah.

2. Faktor Keluarga

Penyalahgunaan narkoba terjadi akibat kurangnya kontrol keluarga atau disiplin tanggung jawab pada keluarga, sehingga peran keluarga sangat penting pada perkembangan individu terutama dalam bidang pendidikan.

3. Faktor Lingkungan

Lingkungan sangat berperan dalam penyalahgunaan narkoba. Pengaruh lingkungan masyarakat yang individualis membuat individu cenderung kurang peduli dengan orang lain, setiap orang memikirkan permasalahan dirinya tanpa peduli dengan orang yang ada di sekitarnya, teman sebaya sangat berpengaruh dalam membuat individu menyalahgunakan narkoba agar dapat diterima di anggota kelompok.

4. Faktor Pendidikan

Pendidikan adalah salah satu faktor memiliki peranan penting, dengan kurangnya pengetahuan yang dimiliki mengenai bahaya narkoba dapat memberikan andil terhadap meluasnya penyalahgunaan narkoba.

5. Faktor Masyarakat dan Komunitas Sosial

Faktor ini mempengaruhi sosial individu antara lain hilangnya nilai-nilai dalam sebuah hubungan keluarga,



Artinya : "Mereka bertanya kepadamu tentang khamar [136] dan judi. Katakanlah: "Pada keduanya terdapat dosa yang besar dan beberapa manfaat bagi manusia, tetapi dosa keduanya lebih besar dari manfaatnya". dan mereka bertanya kepadamu apa yang mereka nafkahkan. Katakanlah: " yang lebih dari keperluan." Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu supaya kamu berfikir". (QS. Al – Baqarah : 219) [136] Segala minuman yang memabukkan.

Sebab turunnya al-qur'an pada surah al Baqarah ayat 219 menyebutkan bahwa dosa yang dikandung oleh dua perkara yaitu mengatasi kebaikan yang terkandung di dalamnya seperti melemparkan mereka ke satu lubang menciumi bau tegahan dan larangan yang ingin dinyatakan dalam al-qur'an secara tidak langsung, sudah tentu terus menerus membuka fikiran mereka kepada menganggapi keburukan arak sekalipun di dalam al-qur'an tidak menyatakan larangan dan pengharaman secara jelas dan terbuka. Adapun terdapat orang-orang meminum arak pada waktu itu ayat ini diturunkan kepada mereka. Ayat ini tidak begitu jelas menyatakan arak itu wajib ditinggalkan oleh mereka. Kemudian terdapat satu peristiwa di dalam

majlis anjuran Abd Rahman Ibn Auf. Ali bin Abi Talib mengatakan, "Abd Rahman bin Auf mengadakan satu meajlis makan, lalu menjemput kami ke majlis tersebut dan di dalam majlis itu dihidangkan arak. Tidak lama kemudian selepas kami minum-minuman dan mabuk, terdengar adzan berkumandang menandakan masuknya waktu sholat. Mereka menolak saya ke hadapan menjadi imam, tiba-tiba di dalam sholat saya terbaca" (Yusoff, 2011).

Ayat di atas menjelaskan bahwa khamar adalah sesuatu yang mengacaukan akal, serta menyakut masalah dosa pada agama, manfaatnya berhubungan dengan masalah duniawi yakni minuman itu sedikit bermanfaat bagi badan yaitu untuk membantu pencernaan makanan dan mengeluarkan sisa-sisa makanan, mempertajam sebagian pemikiran serta manfaat lainnya berupa kenikmatan dan daya tariknya yang menyenangkan. Karena itulah ayat ini diturunkan sebagai permulan untuk mengharamkan khamar secara keseluruhan, serta larangan ini masih dalam bentuk sindiran, belum sampai kepada larangan yang tegas. (Tafsir Al-Atsari, 2016)

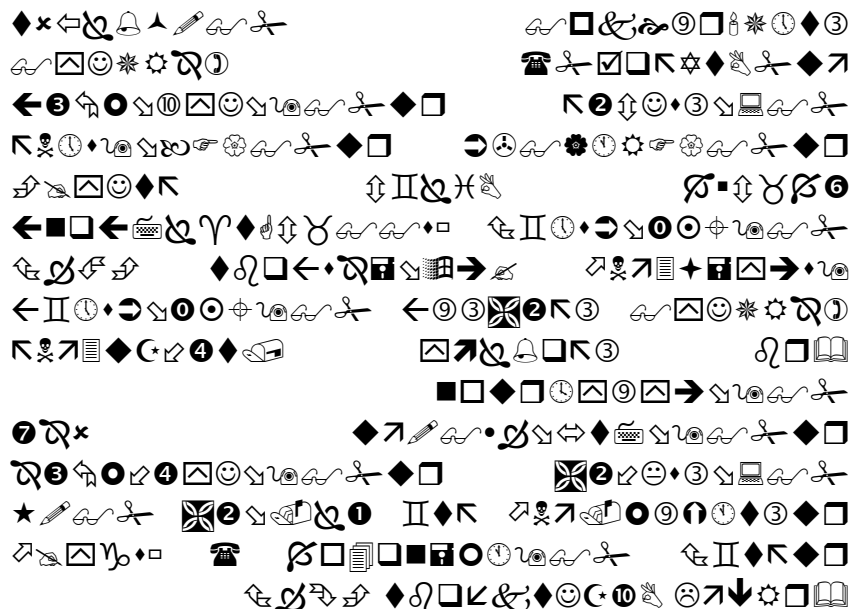




Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu shalat, sedang kamu dalam Keadaan mabuk, sehingga kamu mengerti apa yang kamu ucapkan, (jangan pula hampiri mesjid) sedang kamu dalam Keadaan junub[301], terkecuali sekedar berlalu saja, hingga kamu mandi. dan jika kamu sakit atau sedang dalam musafir atau datang dari tempat buang air atau kamu telah menyentuh perempuan, kemudian kamu tidak mendapat air, Maka bertayamumlah kamu dengan tanah yang baik (suci); sapulah mukamu dan tanganmu. Sesungguhnya Allah Maha Pema'af lagi Maha Pengampun. [301] Menurut sebahagian ahli tafsir dalam ayat ini termuat juga larangan untuk bersembahyang bagi orang junub yang belum mandi".

Ayat di atas menjelaskan langkah pertengahan di antara membenci arak disebabkan oleh dosanya lebih besar dibandingkan kebaikan dan mengaharamkannya terus-menerus karena kerja kotor yang digemari oleh syaitan. Adapun tahap pertengahan mencabut kegemaran minuman disebabkan oleh tradisi dengan memecahkan bejana-bejana yang berisi minuman keras, berlaku dengan diberikan keizinan minum tetapi tidak pada waktu yang hampir memasuki waktu sholat, sedangkan waktu sholat tersusun di siang dan malam. Boleh jadi diantara satu waktu sholat dengan satu waktu yang lain terdapat ketika minum yang tidak mencukupi dan menjamin mereka tidak mabuk sewaktu mereka mendirikan sholat serta melatih

para umat muslim supaya berdisiplin dalam mengambil minuman yang memabukkan tadi (Yusoff, 2011).



Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, Sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah[434], adalah Termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan".

Artinya : "Sesungguhnya syaitan itu bermaksud hendak menimbulkan permusuhan dan kebencian di antara kamu lantaran (meminum) khamar dan berjudi itu, dan menghalangi kamu dari mengingat Allah dan sembahyang; Maka berhentilah kamu (dari mengerjakan pekerjaan itu)". (QS. Al – Maidah : 90 – 91) [434] Al Azlaam artinya: anak

panah yang belum pakai bulu. orang Arab Jahiliyah menggunakan anak panah yang belum pakai bulu untuk menentukan Apakah mereka akan melakukan suatu perbuatan atau tidak. Caranya Ialah: mereka ambil tiga buah anak panah yang belum pakai bulu. setelah ditulis masing-masing Yaitu dengan: lakukanlah, jangan lakukan, sedang yang ketiga tidak ditulis apa-apa, diletakkan dalam sebuah tempat dan disimpan dalam Ka'bah. bila mereka hendak melakukan sesuatu Maka mereka meminta supaya juru kunci ka'bah mengambil sebuah anak panah itu. Terserahlah nanti Apakah mereka akan melakukan atau tidak melakukan sesuatu, sesuai dengan tulisan anak panah yang diambil itu. kalau yang terambil anak panah yang tidak ada tulisannya, Maka undian diulang sekali lagi.

Al-qur'an di atas menjelaskan pada surah al maidah ayat 90-91 seluruh umat muslim mengambil langkah memecahkan bejana-bejana arak dan tempayan-tempayan besar berisi minuman di segenap ceruk negeri semata-mata karena mendengar arahan dari Allah. Allah swt menjelaskan dalam ayat tersebut meminum arak ada juga manfaatnya tetapi manfaatnya terlalu sedikit jika dibandingkan dengan bahayanya. Seperti meminum arak mungkin dapat menjadi obat, dapat juga dijadikan sumber perdagangan yang mendatangkan keuntungan dan menaikkan semangat perajurit yang akan berperang. Begitu dengan judi, Allah swt melarang bermain judi disebabkan bahayanya lebih banyak dari pada manfaat. Judi dapat menimbulkan pergaduhan, kemarahan dan permusuhan dengan melalui judi juga seseorang yang baik boleh menjadi jahat, yang taat boleh jadi jahil, malas mengerjakan ibadah dan sebagainya. Mereka menjadi

malas untuk berusaha, lemah dan lesu dengan itu juga akhlaknya menjadi rusak, tidak mau bekerja untuk mencari rezeki dengan jalan yang baik serta mereka selalu mengharapkan kemenangan, sangat banyak orang yang kaya jatuh pada miskin karena judi. Manfaat judi tidak begitu jelas bisa juga dapat menolong orang-orang yang miskin dengan mendatangkan keuntungan tanpa bersusah payah, semua ini adalah manfaat yang tidak mendapat berkat dan mendapat celaan dari Allah swt (Yusoff, 2011).

Ayat di atas menjelaskan bahwa meminum khamar menjadikan pelakunya tidak menyadari ucapan dan perbuatannya dengan kemenangan atau kekalahannya dalam berjudi menjadikan individu terpaksa dan terpakau hingga habis waktunya dalam upaya meraih lebih banyak atau berusaha mengganti kerugiannya, khamar dan perjudian mengakibatkan aneka keburukan besar. Khamar berupa rijs yakni sesuatu yang kotor dan buruk, keburukannya berupa jasmani dan rohani manusia serta akal pikirannya sehingga mengakibatkan sel – sel otak tidak berfungsi untuk sementara atau selama-lamanya. (Tafsir Shihab, 2002)

Dalam Hadist – Hadist Rasulullah SAW

كُلُّ مُسْكِرٍ خَمْرٌ وَكُلُّ خَمْرٍ حَرَامٌ

Setiap yang memabukkan adalah khamar dan setiap khamar adalah haram” (HR. Bukhari). (Shahih Bukhari, 1992)

كُلُّ مُسْكِرٍ حَرَامٌ

Setiap yang memabukkan adalah haram” (HR. Muslim). (Shahih Muslim, 1998)

Berdasarkan ayat – ayat Al – Qurán dan Hadits – hadits diatas yang mengharamkan tentang khamar, judi maka dapat disimpulkan yaitu penyalahgunaan narkotika sama hukumnya dengan minuman keras atau khamar adalah haram, karena sedikit atau banyak maka itu adalah haram.

2.4 Rehabilitasi

2.4.1 Pengertian Rehabilitasi

Menurut Kamus Psikologi Arthur S.Reber & Emily S.Reber menjelaskan rehabilitasi atau *rehabilitation* sebagai restorasi (perbaikan, pemulihan) mengarah pada normalitas atau pemulihan menuju status yang sangat memuaskan terhadap individu menderita luka satu penyakit mental (Reber & Reber, 2010). Secara umum rehabilitasi adalah upaya memulihkan dan mengembalikan kondisi para resident narkoba dengan kembali sehat yaitu sehat fisik, psikologik, sosial dan spiritual/agama (keimanan) (Hawari, 2000). Rehabilitasi dapat diartikan sebagai tempat yang memberikan pelatihan keterampilan dan pengetahuan untuk menghindarkan diri dari ketergantungan NAPZA (Soeparman, 2000). Menurut Undang-Undang Nomor 22 Tahun 1997 tentang narkotika ada dua yaitu rehabilitasi medis dan rehabilitasi sosial. Rehabilitasi medis merupakan suatu proses kegiatan pemulihan secara terpadu untuk membebaskan pecandu dari ketergantungan narkotika sedangkan rehabilitasi sosial merupakan proses kegiatan pemulihan secara terpadu baik fisik, mental maupun spiritual agar penyalahgunaan narkoba dapat kembali melaksanakan fungsi sosialnya dalam kehidupan masyarakat.

Rehabilitasi diartikan sebagai tempat yang memberikan pelatihan keterampilan dan pengetahuan dengan menghindarkan diri dari narkoba. Rehabilitasi pecandu narkoba artinya adalah suatu proses pengobatan untuk membebaskan pecandu dari ketergantungan dalam menjalani rehabilitasi tersebut dapat diperhitungkan sebagai masa menjalani hukuman dalam bentuk perlindungan sosial yang mengintegrasikan pecandu narkotika tidak lagi menggunakan narkotika berdasarkan Pasal 103 ayat 2 UU No. 35 Tahun 2009 tentang narkotika.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa rehabilitasi adalah suatu metode yang dilakukan dalam memulihkan kondisi resident berupa sehat fisik, psikologik, sosial dan spiritual / agama (keimanan).

2.4.2 Program Rehabilitasi

Program rehabilitasi yaitu metode dan program dari lembaga yang bersangkutan; lamanya program rehabilitasi 4 – 5 bulan. Program rehabilitasi antara lain :

1. Rehabilitasi Medik

Rehabilitasi medik dimaksud yaitu resident narkoba benar-benar sehat secara fisik dengan cara komplikasi medik di obati dan disembuhkan; dengan terapi medik yang masih dapat dilanjutkan. Program rehabilitasi medik adalah memulihkan kondisi fisik yang lemah, tidak cukup diberikan melalui gizi makanan bernilai tinggi tetapi dengan kegiatan olahraga teratur disesuaikan kemampuan masing-masing yang bersangkutan.

2. Rehabilitasi Psikiatrik

Rehabilitasi psikiatrik dimaksud yaitu resident semula berperilaku maladaptif berubah menjadi adaptif atau sikap dan tindakan anti sosial dapat dihilangkan sehingga individu dapat bersosialisasi baik dengan sesama rekan maupun personal yang membimbing dan mengasuhnya. Rehabilitasi psikiatrik adalah psikoterapi baik secara individual maupun kelompok dengan melalui konsultasi keluarga yang dianggap sebagai rehabilitasi keluarga terutama pada keluarga broken home.

3. Rehabilitasi Psikososial

Rehabilitasi psikososial dimaksud yaitu resident kembali adaptif bersosialisasi dengan lingkungan sosialnya. Program rehabilitasi adalah persiapan kembali ke masyarakat (re-entry program) berbentuk pendidikan dan keterampilan.

4. Rehabilitasi Psikoreligius

Unsur agama pada program rehabilitasi memiliki arti sangat penting dalam mencapai keberhasilan penyembuhan dengan memulihkan dan memperkuat rasa percaya diri, harapan dan keimanan. Rehabilitasi psikoreligius berupa bentuk semua ritual keagamaan.

5. Forum Silaturahmi

Forum silaturahmi pada program rehabilitasi memiliki arti yaitu program atau kegiatan dapat di ikuti oleh mantan resident narkoba dan keluarganya.

6. Program Terminal (Re - Entry Program)

Program terminal (re-entry program) dimaksud yaitu program persiapan kembali melanjutkan sekolah / kuliah atau bekerja baik di dalam negeri atau di luar negeri. Program ini berisikan kurikulum yang cukup

padat agar peserta program lebih banyak waktu luang untuk mengejar yang ketinggalan di masa lalu.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa rehabilitasi adalah *rehabilitasi medic, rehabilitasi psikiatrik, rehabilitasi psikososial, rehabilitasi psikoreligius, forum silaturahmi, dan program terminal (re-entry program)*.

Selaras dengan program rehabilitasi dari Kementrian sosial mempunyai metode rehabilitasi berbeda sesuai dengan kondisi masing – masing resident :

1. Resident diantar langsung orang tua / wali, rujukan dari instansi terkait baik provinsi, kabupaten / kota.
2. Melaksanakan seleksi awal dan memberikan informasi yang diinginkan antara lain (mendaftarkan calon resident, konsultasi, dan informasi secara langsung)
3. Memberikan informasi, motivasi, dan pengecekan seleksi awal calon resident
4. Memberikan berkas dan catatan / rekomendasi untuk proses assesmen
5. Melaksanakan wawancara dengan calon resident untuk menentukan penempatan dalam program yaitu assesmen penerimaan dalam rangka mengungkapkan dan memahami permasalahan awal dari calon residen untuk mendapatkan data dan informasi serta melakukan pemeriksaan dan laboratorium (tes urin / lab)
6. Melaksanakan assesmen terhadap calon resident mengenai keputusan yang ditetapkan untuk calon resident apakah diterima atau dirujuk ke instansi lainnya sesuai dengan kondisi calon residen

7. Hasil assesmen dan rekomendasi petugas, apabila diterima melakukan proses intake data dan registrasi
8. Menyiapkan semua yang dibutuhkan pada proses pelayanan bagi resident seperti : surat permohonan, surat perjanjian, kewajiban orang tua dan surat kuasa sebagai dasar apabila terjadi sesuatu yang tidak dikehendaki pada saat resident menjalani program
9. Setelah semua proses penerimaan calon residen dilaksanakan pada sata itu pula status sudah mnejadi resident
10. Dimasuk ke dalam ruang detoksifikasi selama kurang lebih 2 minggu
11. Lamanya perawatan rehabilitasi tergantung kondisi penyalahguna yaitu 4 – 5 bulan
12. Setelah rehabilitasi masuk ke program pasca rehabilitasi bertujuan memelihara kepulihan dan mencapai hidup sehat mandiri produktif.

2.5 Optimisme Pemulihan Pada Resident Rehabilitasi

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya bahwa optimisme adalah suatu sudut pandang secara menyeluruh, dalam melihat hal yang baik serta berpikir positif dan mudah dalam memberikan makna bagi diri individu. Menurut Noordjanah (2013) optimisme merupakan keyakinan yang terjadi baik sekarang maupun masa depan dalam memberikan harapan yang diangankan. Menurut Corsin dalam (Waruwu & Sukardi, 2006) menjelaskan optimisme adalah sikap positif memandang bahwa segala sesuatu merupakan hasil terbaik. Menurut

Daraei dan Ghanderi (utami) optimisme merupakan salah satu komponen psikologi positif yang dihubungkan dengan emosi positif yang akan menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stress, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik. Sedangkan menurut Lopez dan Synder (Ghufron & Risnawati, 2017) optimisme membawa individu pada tujuan yang di inginkan yakni sikap percaya diri dan kemampuan yang dimilikinya. Ada beberapa yang mempengaruhi optimisme salah satunya adalah proses pemulihan

Definisi dan arti pemulihan menurut KBBI adalah proses, cara, perbuatan memulihkan. Pemulihan yaitu proses rehabilitasi yang mensyaratkan berupa perawatan medis, psikiatris, dan psikologi sebagai bentuk upaya memulihkan kembali kondisi kejiwaan resident. Rehabilitasi Sosial adalah suatu proses kegiatan pemulihan secara terpadu baik fisik, mental maupun sosial agar pecandu narkoba dapat kembali melaksanakan fungsi sosial dalam kehidupan masyarakat. Rehabilitasi sosial merupakan upaya pecandu narkoba dapat membangun mental kehidupan bersosialisasi dan menghilangkan perbuatan yang negatif akibat pengaruh penggunaan narkoba.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa optimisme pemulihan pada resident rehabilitasi sangatlah penting dikarenakan harus ada keyakinan dalam diri untuk berubah menjadi lebih baik dalam kehidupan kedepannya ini merupakan salah satunya program rehabilitasi.

2.6 Kerangka Berpikir

Kerangka berfikir yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

