

PENINGKATAN KEMAMPUAN PEMECAHAN MASALAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYALAHGUNAAN NAPZA PADA REMAJA

Nining Sulityowati & Kamsih Astuti

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

ABSTRACT

This study aims to determine the effectiveness of problem-solving training to reduce drug abuse intentions in adolescents. The hypothesis in this study: there was differences of drug abuse intentions between group of adolescents who were given problem solving training (experiments group) and groups of adolescents who were not given problem solving training (control group). Drug abuse intentions in experiment group lower than the control. Subjects were 24 high school students with 12 students as experiment group and 12 students as a control group. Data were collected using the Scale for Drug Abuse Intention. Analysis of data using the Independent Sample t-Test, and t values obtained at -4.770 ($p < 0.05$). Thus the subjects were given a problem-solving training have lower drug use intention than subject who were not given Problem Solving Training. It can be concluded that Problem Solving Training influenced to decreased of drug abuse intention in adolescents.

Key words: adolescents, drug abuse intention, problem solving training

PENDAHULUAN

Permasalahan penyalahgunaan Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA) di Indonesia menunjukkan adanya kecenderungan yang terus meningkat. Hal tersebut terlihat dari peningkatan kasus penyalahgunaan NAPZA. Peningkatan yang terjadi mulai dari anak sekolah usia SD, SMP, SMA hingga di Perguruan Tinggi (www.bnn.go.id, 2008). Penyalahgunaan NAPZA adalah penggunaan NAPZA dalam jumlah berlebihan, secara berkala atau terus-menerus, berlangsung cukup lama sehingga dapat merugikan kesehatan jasmani, mental, maupun kehidupan sosial (Joewana, 2001). Masalah ini merupakan ancaman yang serius bukan saja terhadap kelangsungan hidup dan masa depan individu yang bersangkutan tetapi juga sangat membahayakan bagi kehidupan masyarakat, bangsa dan negara.

Menurut Badan Narkotika Nasional (BNN) di tahun 2005 setiap tahun sekitar 15.000 orang Indonesia meninggal akibat mengkonsumsi NAPZA. Tiga juta dua ratus ribu penduduk menjadi penyalahguna NAPZA, sebagian besar dari kalangan pelajar dan mahasiswa (<http://www.bnn.go.id>, 2008). Berdasarkan tingkat pendidikan, kasus paling banyak ditemukan pada tingkat SMU. Kasus penyalahgunaan NAPZA di kalangan pelajar terus meningkat setiap tahunnya. Data dari BNN Januari 2008 menyebutkan di tahun 2004 terdapat 6149 kasus, tahun 2005 sebanyak 14.341 kasus, tahun 2006 sebanyak 20.977 kasus dan tahun 2007 sebanyak 23.727 kasus.

Berdasarkan asesmen awal terhadap siswa di salah satu SMK di Yogyakarta pada tanggal 10 Mei 2009 beberapa siswa menyatakan pernah menggunakan NAPZA pada saat mereka berkumpul dengan teman. Biasanya para siswa ini mengkonsumsi NAPZA saat merasa stres. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa penggunaan NAPZA tanpa resep dokter ini berkelanjutan saat menghadapi banyak masalah. Tugas sekolah, masalah dengan orangtua, masalah percintaan, dan ketidakharmonisan keluarga menjadi pemicunya. Remaja cenderung menyelesaikan masalah secara kurang fleksibel, emosional, dan mempunyai keinginan lari terhadap hal negatif dengan cara merokok, minum minuman keras, dan obat jenis depresan lain. Sebenarnya ada keinginan pada siswa-siswa tersebut untuk berhenti menggunakan NAPZA, namun saat menghadapi banyak masalah muncul keinginan yang semakin kuat untuk menyalahgunakannya lagi. Dengan demikian dapat disimpulkan tingginya kasus penyalahgunaan NAPZA pada remaja salah satunya disebabkan kurangnya kemampuan menyelesaikan masalah.

Intensi penyalahgunaan NAPZA adalah keinginan menikmati kebebasan dari rasa kesal, kecewa, stres, rasa sakit, rasa tenang, selalu fit, dan senang dengan menggunakan NAPZA (Partodiharjo, 2006). Menurut Nurdin (2007) intensi penyalahgunaan NAPZA adalah motivasi menyalahgunakan zat psikoaktif dengan tujuan memanipulasi perasaan dan emosi. Tujuannya untuk mengatasi perasaan tidak enak dengan menekan emosi negatif yang tidak menyenangkan atau merangsang timbulnya perasaan tertentu untuk mencari kenikmatan, kesenangan, eksplorasi perasaan dan emosi baru.

Intensi menyalahgunakan NAPZA penting untuk diantisipasi, mengingat intensi merupakan salah satu prediktor penting bagi terjadinya suatu perilaku. Menurut Fishbein & Ajzen (2005) intensi merupakan fungsi dari keyakinan (*belief*) individu bahwa perilaku tertentu akan memberikan konsekuensi yang menguntungkan selanjutnya intensi merupakan prediktor terbaik untuk munculnya perilaku spesifik. Mengacu pada Fishbein & Ajzen (1975) intensi penyalahgunaan NAPZA mencakup empat elemen, yaitu:

a. Kecenderungan Perilaku

Perilaku ini terbagi atas perilaku umum dan perilaku khusus. Intensi merupakan perilaku yang khusus. Kecenderungan perilaku menunjukkan jenis perilaku spesifik (khusus) yang nantinya diwujudkan secara nyata, yaitu perilaku remaja menyalahgunakan NAPZA. Misalnya jika remaja sedang berkumpul bersama teman-teman kemudian ditawarkan rokok, minuman beralkohol, atau jenis NAPZA yang lain, maka ia berniat untuk mengkonsumsinya karena efek yang menyenangkan.

b. Target objek

Target objek yaitu tujuan atau sasaran kepada apa perilaku diwujudkan. Aspek objek sasaran menunjukkan tujuan atau sasaran seseorang dalam perilakunya. Dalam hal ini yang menjadi target adalah NAPZA

c. Situasi

Situasi adalah suatu kondisi perilaku dimana perilaku menyalahgunakan NAPZA akan dilakukan. Misalnya remaja menyalahgunakan NAPZA saat merasa kecewa, stres, atau banyak masalah.

d. Waktu

Waktu menyangkut kapan dan berapa lama perilaku menyalahgunakan NAPZA diwujudkan atau ingin dilakukan. Misalnya remaja ingin menyalahgunakan NAPZA saat malam hari hingga pagi supaya tidak diketahui oleh banyak orang.

Ditambahkan juga oleh Rosenstock (dalam Colondam, 2008) bahwa keputusan untuk berbuat sesuatu ditentukan besarnya niat yang melatarbelakangi keputusan tersebut. Dengan demikian dapat diasumsikan jika individu memiliki intensi menyalahgunakan NAPZA tinggi maka dapat diprediksikan akan muncul perilaku menyalahgunakan NAPZA. Apabila intensi menyalahgunakan NAPZA rendah maka dapat diprediksikan tidak akan terjadi perilaku menyalahgunakan NAPZA.

Penyalahgunaan napza memberikan berbagai dampak negatif bagi kesehatan fisik maupun mental. Menurut Partodiharjo (2006) dampak fisik penyalahgunaan napza meliputi kerusakan pada otak berupa stroke dan cacat mental, kerusakan hati yang berpengaruh pada gangguan metabolisme dan kekebalan tubuh, kerusakan ginjal, jantung dan paru-paru. Ditambahkan juga oleh Nurdin (2007) bahwa menyalahgunakan NAPZA akan menimbulkan kerusakan struktur otak dan mengubah fungsi mental yang akan berpengaruh pada perilaku. Dampak psikis yang muncul akibat menyalahgunakan NAPZA adalah menjadi lebih sensitif, egois, dan malas. Ditambahkan oleh Winarto (2007) individu menjadi tidak peduli dengan lingkungan sekitar, tidak punya rasa malu, tidak memperdulikan norma agama dan nilai-nilai budaya. Hal senada juga diungkapkan Moeliono (2004) gangguan psikis yang sering dialami adalah melakukan tindak kekerasan, kompulsif, depresi, paranoid, dan percobaan bunuh diri.

Beberapa faktor yang mempengaruhi penyalahgunaan NAPZA menurut Moeliono (2004) diantaranya adalah faktor individu, yaitu adanya keinginan untuk lari dari masalah atau kegetiran hidup dan kebosanan. Partodiharjo (2006) juga menyatakan bahwa alasan individu menggunakan NAPZA untuk melupakan masalah tetapi tidak untuk mengatasi masalah yang sesungguhnya. Dengan demikian salah satu upaya untuk menurunkan intensi penyalahgunaan NAPZA agar remaja bisa mencapai solusi permasalahan dan tidak lari menyalahgunakan NAPZA adalah dengan

Peningkatan Kemampuan Pemecahan Masalah melalui pelatihan. Pelatihan Pemecahan Masalah adalah pelatihan yang berisi satu kesatuan aturan yang bertujuan mengajarkan cara menemukan, mengelompokkan masalah dan mencoba mencari solusi terhadap masalah yang dihadapi (Monti, dkk dalam NIDA, 2001). Solso (1998) mengemukakan bahwa pemecahan masalah adalah berfikir langsung terhadap cara mencari penyelesaian dari berbagai alternatif dan memilih satu alternatif yang paling tepat. Seseorang dapat dikatakan mampu menyelesaikan masalah dengan baik apabila mampu menyelesaikan masalah secara efektif. Pemecahan masalah yang dikatakan efektif adalah pemecahan sesuai dan tepat sasaran dengan dampak negatif sekecil mungkin, baik bagi remaja yang bersangkutan atau objek ataupun bagi orang lain.

Pelatihan Pemecahan Masalah adalah salah satu teknik dalam terapi perilaku-kognitif yang dikembangkan oleh beberapa ahli psikologi diantaranya D'Zurilla & Goldfried, Monti, dkk dan Kadden, dkk (dalam NIDA, 2001). Penelitian-penelitian yang dilakukan melaporkan bahwa Pelatihan Pemecahan Masalah efektif untuk mengurangi penggunaan kokain (Monti, dkk dalam NIDA, 2001), memberikan hasil yang positif terhadap gangguan yang berkaitan dengan penyalahgunaan obat (Platt, dkk dalam NIDA 2001).

Mengacu pada Yellon dan Weinsten (dalam Nau, 2006) Pelatihan Pemecahan Masalah dalam penelitian ini terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap awal, tahap tengah dan tahap akhir. Tahap awal berisi pengenalan dan *ice breaking*, setelah itu penyampaian materi Pelatihan Pemecahan Masalah. Tahap tengah merupakan inti dari pelatihan yang terdiri dari empat sesi, yaitu sesi kenali lebih jauh, sesi identifikasi, sesi pilihanku dan sesi cobalah.

Melalui sesi “Kenali Lebih Jauh”, remaja dengan kondisi kecewa, stres, atau banyak masalah akan mampu mengenali adanya tanda-tanda masalah, artinya bahwa remaja peka terhadap masalah yang ada (Honey, 1995). Masalah yang ada dijadikan sebagai batu loncatan menggapai prestasi atau pembelajaran dalam kehidupan menjadi lebih baik, bukan sebagai alasan untuk menyalahgunakan NAPZA.

Pada sesi “Identifikasi” remaja diajak mengubah pola pikir yang bersifat irasional yaitu bahwa NAPZA dapat dijadikan sebagai tempat untuk melarikan diri ketika seseorang menghadapi *dysphoric mood* (perasaan tidak berdaya, rasa bersalah, cemas, dan depresi) menjadi rasional yaitu menyalahgunakan NAPZA tidak menyelesaikan permasalahan atau menghilangkan *dysphoric mood* tetapi hanya menunda sehingga timbul permasalahan lain yang tidak disadari secara langsung yaitu permasalahan dalam finansial, akademik, atau permasalahan dengan keluarga (Corey, 2005). Selanjutnya peserta menyusun strategi pemecahan masalah dan mempertimbangkan semua solusi yang mungkin dilakukan.

Sesi "Pilihanku" remaja didorong untuk bisa mengambil keputusan yang tepat dalam menghadapi situasi sosial, sehingga ketika ditawari NAPZA, remaja akan memutuskan untuk menghindarinya daripada menerima tawaran tersebut.

Sesi "Cobalah" remaja diajak untuk mengaplikasikan penyelesaian permasalahan. Remaja diajak mengelola diri dalam mengatasi konflik serta ketrampilan mengatasi stres. Dengan melakukan solusi yang sudah direncanakan, perilaku yang mengarah pada penyalahgunaan NAPZA bisa diminimalisir.

Remaja yang mempunyai intensi penyalahgunaan NAPZA tinggi ditunjukkan dengan karakteristik mudah kecewa, sering merasa bosan, tidak sabar, ingin selalu mendapat pengakuan, suka memberontak, hubungan dengan keluarga tidak harmonis, mempunyai banyak masalah tetapi tidak mampu mengatasinya. Pemberian Pelatihan Pemecahan Masalah diharapkan mampu membuat subjek menjadi yakin dan optimis menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dan melakukan solusi yang sudah dipilih pada akhirnya akan menurunkan kecenderungan perilaku pada waktu dan situasi yang memungkinkan menyalahgunakan NAPZA.

Hal ini mendukung hasil penelitian Monti, dkk (NIDA, 2001) bahwa Pelatihan Pemecahan Masalah efektif untuk mengurangi penggunaan kokain. Penurunan penggunaan kokain pada subjek dikarenakan subjek memiliki kemampuan memecahkan masalah yang baik sehingga masalah yang dihadapi tidak lagi diselesaikan dengan menggunakan kokain dan zat psikoaktif lain. Penelitian yang dilakukan oleh Platt, dkk (NIDA, 2001) memberikan hasil yang positif terhadap gangguan yang berkaitan dengan penyalahgunaan obat.

Remaja yang diberi pelatihan pemecahan masalah akan memiliki kemampuan dan kecakapan kognitif untuk memecahkan masalah secara rasional, lugas dan tuntas (Kristiana & Kumara, 2006). Remaja dengan kemampuan pemecahan masalah yang tinggi cenderung memiliki intensi penyalahgunaan NAPZA rendah karena saat menghadapi masalah remaja dapat mencari jalan keluar yang tepat untuk menyelesaikan permasalahannya. Remaja dengan kemampuan pemecahan masalah tinggi akan memiliki keyakinan dan tindakan yang mengarah pada penyelesaian masalah. Remaja dapat memahami permasalahannya dan bisa menerapkan solusinya sehingga kecenderungan menyalahgunakan NAPZA sebagai cara yang dianggap dapat melupakan permasalahan yang dialami bisa diturunkan. Remaja dengan kemampuan pemecahan masalah yang rendah cenderung mempunyai intensi penyalahgunaan NAPZA tinggi. Hal ini dikarenakan saat menghadapi masalah remaja kurang bisa menemukan jalan keluarnya sehingga cenderung memiliki cara-cara yang tidak adaptif untuk melarikan diri dari masalah seperti mengkonsumsi NAPZA. Beberapa jenis NAPZA ada yang memiliki efek menenangkan seperti golongan sedatif, dapat mengurangi rasa cemas dan

rileks seperti alkohol, dan menimbulkan rasa gembira dan badan terasa fit seperti efek ekstasi yang selanjutnya menimbulkan ketergantungan fisik maupun psikologis (Santrock, 2002).

Hasil penelitian Greening (dalam Kristiana & Kumara, 2006) menunjukkan adanya perubahan signifikan pada remaja yang mengalami masalah sosial dan melakukan tindakan amoral seperti mencuri, setelah diberi pelatihan dalam memecahkan masalah sosial. Pemecahan masalah yang tepat akan berefek pada kemampuan individu dalam upaya pencegahan penyalahgunaan NAPZA (Lalongo dalam NIDA, 2004).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pelatihan pemecahan masalah dimungkinkan dapat menurunkan intensi penyalahgunaan NAPZA, karena pelatihan ini dirancang sedemikian rupa agar individu (peserta) dapat mengenali masalah, mengidentifikasi masalah, mempertimbangkan berbagai pendekatan yang akan digunakan, mengambil keputusan dengan tepat, dan mempraktekkan pendekatan yang sudah dipilih. Kemampuan ini akan menghindarkan remaja dari penggunaan NAPZA sebagai mekanisme penyelesaian masalah tetapi lebih memilih penggunaan pola-pola penyelesaian masalah secara adaptif.

Berdasarkan uraian di atas hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan intensi penyalahgunaan NAPZA antara remaja yang diberi Pelatihan Pemecahan Masalah (kelompok eksperimen) dengan kelompok remaja yang tidak diberi Pelatihan Pemecahan Masalah (kelompok kontrol). Intensi penyalahgunaan NAPZA kelompok yang mendapatkan Pelatihan Pemecahan Masalah (kelompok eksperimen) lebih rendah daripada kelompok yang tidak mendapatkan Pelatihan Pemecahan Masalah (kelompok kontrol).

METODE

1. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah intensi penyalahgunaan NAPZA sebagai variabel tergantungan dan Pelatihan Pemecahan Masalah sebagai variabel bebas.

a. Intensi Penyalahgunaan NAPZA

Intensi Penyalahgunaan NAPZA adalah niat, keinginan dan motivasi individu secara sadar tercakup dalam kognisi untuk menggunakan NAPZA selain untuk tujuan medis karena mengharapkan efek menyenangkan yang dapat mengakibatkan gangguan fisik, psikologis, dan sosial.

Intensi Penyalahgunaan NAPZA diukur dengan Skala Intensi Penyalahgunaan NAPZA yang disusun peneliti mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Fishbein dan Ajzen (1975). Aspek-aspek tersebut meliputi: kecenderungan tindakan/perilaku, target objek (objek sasaran), waktu pelaksanaan, dan situasi. Semakin tinggi skor intensi

penyalahgunaan NAPZA mengindikasikan tingkat intensi penyalahgunaan NAPZA yang semakin tinggi pula sedangkan semakin rendah skor intensi penyalahgunaan NAPZA mengindikasikan tingkat intensi penyalahgunaan NAPZA semakin rendah pula.

b. **Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah**

Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah adalah suatu metode belajar untuk mengajarkan dan memberikan pengetahuan praktis dan sikap yang lebih baik dalam meningkatkan kemampuan dalam memecahkan masalah. Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah ini mengacu pada teori ataupun konsep dari Monty, dkk (dalam NIDA, 2001). Inti dari Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah ini adalah meningkatkan keterampilan berfikir, belajar, dan pemecahan masalah. Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah terdiri dari empat sesi, yaitu sesi “Kenali Lebih Jauh”, “Identifikasi”, “Pilihanku”, dan “Cobalah”. Waktu yang digunakan 370 menit dan diberikan selama dua hari.

2. **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah siswa SMA MK, kelas X dan XI yang memiliki skor intensi penyalahgunaan NAPZA sedang sebanyak 24 orang dengan rincian 12 orang sebagai anggota kelompok eksperimen dan 12 orang sebagai kelompok kontrol. Penugasan subjek ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan secara random.

3. **Metode Pengumpulan Data**

Data intensi penyalahgunaan NAPZA diukur dengan Skala Intensi Penyalahgunaan NAPZA. Skala Intensi Penyalahgunaan NAPZA disusun menggunakan metode *Likert*, dengan menggunakan empat alternatif respon/jawaban yang dapat dipilih subjek, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

Pemberian skor untuk respon atau pilihan jawaban yang diberikan subjek ditentukan oleh sifat masing-masing aitem. Pemberian skor untuk aitem yang bersifat *favourable* adalah sebagai berikut : skor 4 untuk jawaban SS (Sangat Sesuai), skor 3 untuk jawaban S (Sesuai), skor 2 untuk jawaban TS (Tidak Sesuai), dan skor 1 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai).

Pemberian skor untuk aitem yang bersifat *unfavourable* adalah sebagai berikut : skor 4 untuk jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), skor 3 untuk jawaban TS (Tidak Sesuai), skor 2 untuk jawaban S (Sesuai), dan skor 1 untuk jawaban SS (Sangat Sesuai). Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi intensi penyalahgunaan NAPZA.

Skala ini terdiri dari 45 aitem dengan koefisien validitas aitem berkisar antara 0,282 – 0,699 dengan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,937.

4. Desain Eksperimen

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest posttest control group design*. Menurut Latipun (2006), penggunaan desain eksperimen *pretest posttest control group design* ini paling ideal untuk mempelajari hubungan sebab-akibat, karena hampir semua sumber-sumber invaliditas yang hadir dalam penelitian terkontrol dengan baik.

Pemilihan subjek dilakukan dengan *random assignment* agar setiap individu mempunyai kesempatan yang sama untuk terpilih dalam kelompok eksperimen atau kelompok kontrol dan diharapkan tidak ada perbedaan berarti di antara kelompok sebelum diberi perlakuan (Latipun, 2006).

Kelebihan desain *pretest posttest control group design* adalah penempatan subjek secara random dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, adanya *pretest* serta adanya kelompok kontrol sebagai pembanding sehingga dapat mempengaruhi validitas internal (Cook & Campbell, 1979). Melalui rancangan eksperimen tersebut, peneliti dapat mengetahui penurunan intensi penyalahgunaan NAPZA pada siswa yang mendapat perlakuan Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah, dengan melihat selisih skor intensi penyalahgunaan NAPZA sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis *gain score* (selisih skor *pretest* dan *posttest*) antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen menggunakan *Independent sample t-test* (uji-t) untuk mengetahui perbedaan intensi penyalahgunaan NAPZA antara kelompok yang diberi perlakuan Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah dan yang tidak diberi perlakuan Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah. Teknik analisis *Paired sample t-test* digunakan untuk menganalisis perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen sehingga diketahui perbedaan intensi penyalahgunaan NAPZA subjek kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah.

HASIL DAN DISKUSI

1. Deskripsi Data

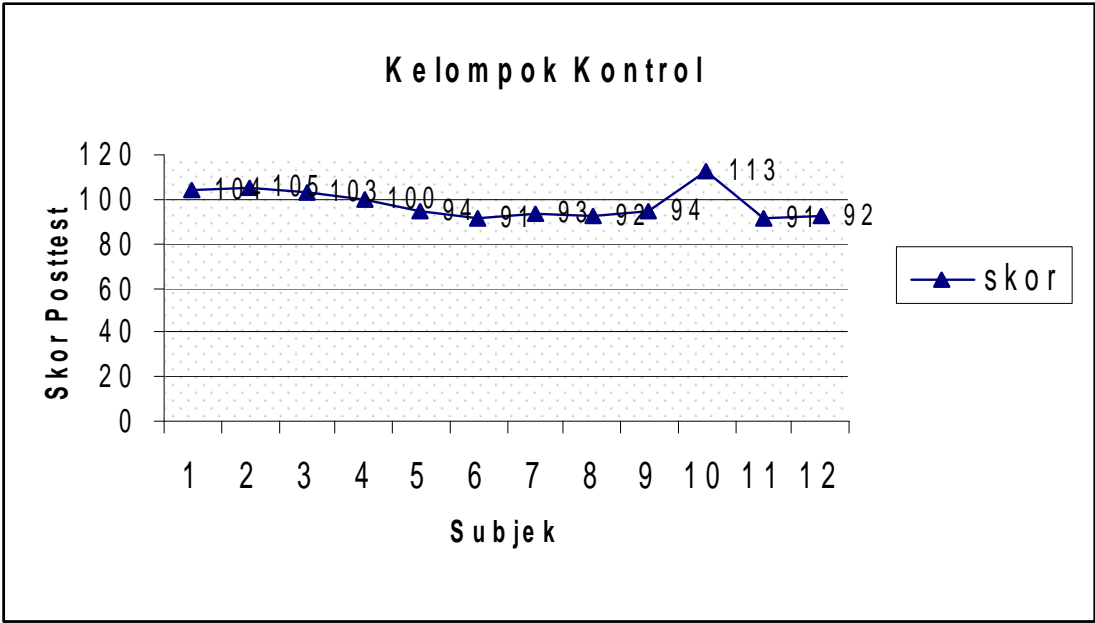
Data yang digunakan sebagai dasar untuk pengujian hipotesis adalah data yang diperoleh dari hasil *pretest* dan *posttest* Skala Intensi Penyalahgunaan NAPZA. Skor minimal hipotetik sebesar $(45 \times 1) = 45$ dan skor maksimal hipotetik sebesar $(45 \times 4) = 180$. Rerata hipotetik skala Intensi Penyalahgunaan NAPZA sebesar $(180 + 45) : 2 = 112,5$. Deviasi standar hipotetik statistik sebesar $(180 - 45) : 6 = 22,5$.

Hasil *posttest* setelah diberi perlakuan menunjukkan skor intensi penyalahgunaan NAPZA terendah pada kelompok eksperimen sebesar 78 dan tertinggi sebesar 108 dengan skor rata-rata (*mean*) sebesar 86,83 dan deviasi standar sebesar 8,30 sedangkan pada kelompok kontrol terendah sebesar 91 dan tertinggi sebesar 113 dengan skor rata-rata sebesar 97,67 dan deviasi standar sebesar 7,16. Selisih nilai *posttest* dan *pretest* skor intensi penyalahgunaan NAPZA pada kelompok eksperimen terendah sebesar -25 dan tertinggi sebesar 1, sedangkan pada kelompok Kontrol terendah sebesar -9 dan tertinggi sebesar 13. Perbandingan mean difference KK : KE = -14,08

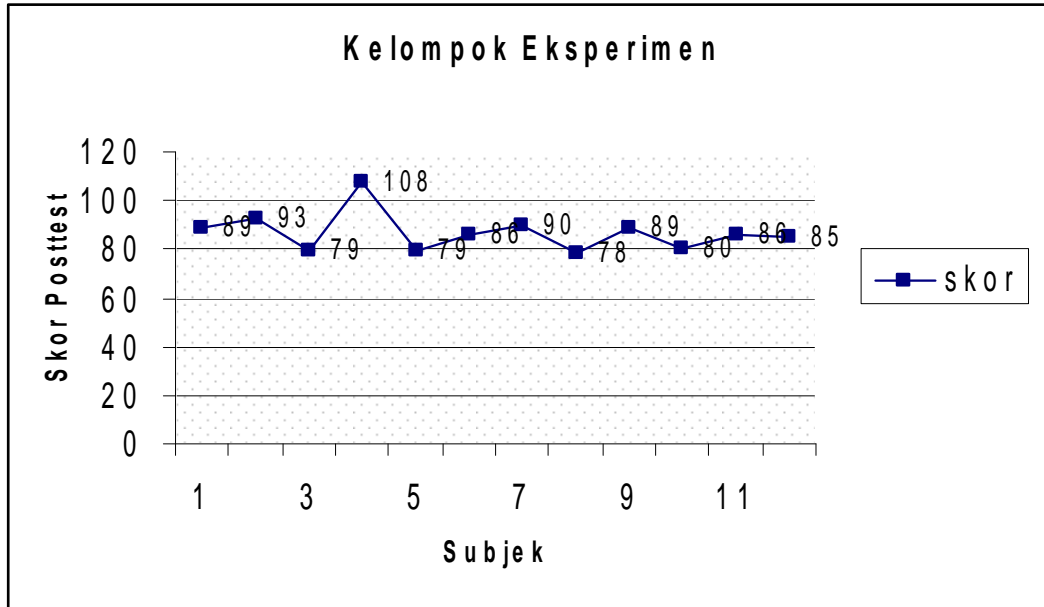
Rangkuman skor Intensi penyalahgunaan NAPZA subjek kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada grafik di bawah ini :

a. Perbandingan skor *posttest* KK : KE

Grafik 1
Skor *Posttest* Kelompok Kontrol

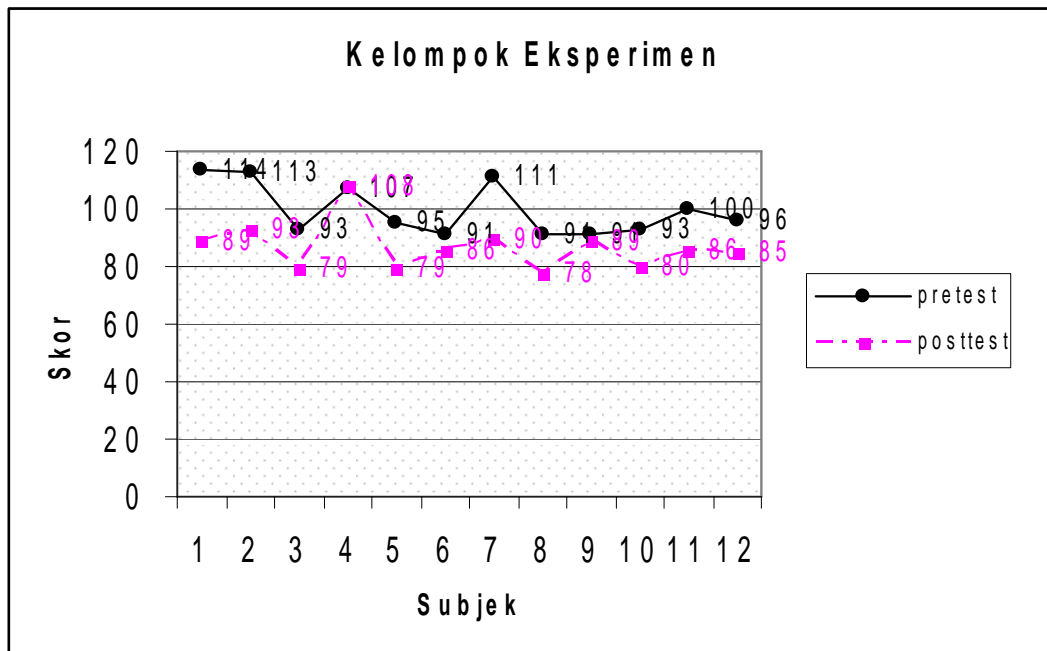


Grafik 2
Skor Posttest Kelompok Eksperimen



b. Perbandingan pretest – posttest KE

Grafik 3
Skor Pretest-Posttest Kelompok Eksperimen



2. Kategorisasi Skor Pretest-Posttest Subjek

Berdasarkan deskripsi data di atas dilakukan kategorisasi skor *pretest* dan *posttest* subjek. Rumusan kategorisasi skor *pretest* subjek dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1
Kategorisasi Skor *Pretest* Intensi penyalahgunaan NAPZA
Pada Kelompok Eksperimen (n=12)

Skor	Pedoman	Kategorisasi	Frek.	Prosentasi
$X > 135$	$(\mu + 1 SD) < X$	Tinggi	0	0 %
$90 \leq X \leq 135$	$(\mu - 1 SD) \leq X \leq (\mu + 1 SD)$	Sedang	12	100 %
$X < 90$	$X < (\mu - 1 SD)$	Rendah	0	0 %

Tabel 2
Kategorisasi Skor *Posttest* Intensi penyalahgunaan NAPZA
Pada Kelompok Eksperimen (n=12)

Skor	Pedoman	Kategorisasi	Frek.	Prosentasi
$X > 135$	$(\mu + 1 SD) < X$	Tinggi	0	0 %
$90 \leq X \leq 135$	$(\mu - 1 SD) \leq X \leq (\mu + 1 SD)$	Sedang	3	25 %
$X < 90$	$X < (\mu - 1 SD)$	Rendah	9	75 %

Tabel 9
Kategorisasi Skor *Pretest* Intensi penyalahgunaan NAPZA
Pada Kelompok Kontrol (n=12)

Skor	Pedoman	Kategorisasi	Frek.	Prosentasi
$X > 135$	$(\mu + 1 SD) < X$	Tinggi	0	0 %
$90 \leq X \leq 135$	$(\mu - 1 SD) \leq X \leq (\mu + 1 SD)$	Sedang	12	100 %
$X < 90$	$X < (\mu - 1 SD)$	Rendah	0	0 %

Tabel 10
Kategorisasi Skor *Posttest* Intensi penyalahgunaan NAPZA
Pada Kelompok Kontrol (n=12)

Skor	Pedoman	Kategorisasi	Frek.	Prosentasi
$X > 135$	$(\mu + 1 SD) < X$	Tinggi	0	0 %
$94 \leq X \leq 141$	$(\mu - 1 SD) \leq X \leq (\mu + 1 SD)$	Sedang	12	100 %
$X < 94$	$X < (\mu - 1 SD)$	Rendah	0	0 %

Keterangan :

- X = Skor Subjek
- μ = Rerata hipotetik
- SD = Standar Deviasi

Berdasarkan kategorisasi skor *pretest* dan *posttest* di atas diketahui bahwa terdapat penurunan skor intensi penyalahgunaan NAPZA pada kelompok eksperimen. Dari skor *posttest* diketahui 12 subjek kelompok eksperimen, tiga orang (25 %) memiliki intensi penyalahgunaan NAPZA sedang dan sembilan orang (75 %) memiliki intensi penyalahgunaan NAPZA rendah, sedangkan dari 12 subjek kelompok kontrol, 12 orang (100 %) memiliki intensi penyalahgunaan NAPZA sedang.

3. Analisis Data

a. Uji Hipotesis

Pengolahan data yang dilakukan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah *Independent Sample t-test* yaitu dengan menguji perbedaan selisih (*gain score*) nilai *posttest* dan *pretest* antara subjek kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Hasil perhitungan menggunakan *Independent Sample t-test*, menunjukkan nilai t sebesar $-4,770$ dengan $p < 0,01$.

Hasil ini menunjukkan ada perbedaan intensi penyalahgunaan NAPZA pada remaja yang diberi Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah (kelompok eksperimen) dengan kelompok remaja yang tidak diberi Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah (kelompok kontrol). Intensitas penyalahgunaan NAPZA pada kelompok eksperimen lebih rendah daripada kelompok kontrol.

b. Analisis Tambahan

1. Uji *Paired Sample T-test Pretest* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen

Hasil pengujian mendapatkan koefisien perbedaan sebesar $5,736$ pada $p < 0,01$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan intensitas penyalahgunaan NAPZA pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah.

2. Uji beda *posttest* KE dan *posttest* KK dengan mengendalikan *pretest* sebagai *co-variabel*.

Pada hasil uji tambahan *Paired Sample T-test* KK dan KE menunjukkan korelasi antara *pretest* dengan *posttest*, hal tersebut ditunjukkan dengan nilai r sebesar $0,613$ ($p < 0,05$) pada kelompok eksperimen dan $0,462$ ($p < 0,05$) pada kelompok kontrol. Adanya korelasi antara pretes dengan postes diduga berpengaruh terhadap Variabel tergantung. Oleh karena itu, pengaruh tersebut harus dikontrol agar perubahan pada Variabel Tergantung benar-benar merupakan pengaruh dari variabel bebas, yaitu Pelatihan Pemecahan Masalah dan bukan karena pengaruh variabel lain.

Perhitungan menggunakan analisis kovarians (anakova) digunakan untuk menghitung besarnya varians yang disebabkan pengaruh Variabel bebas agar dapat dikeluarkan dari Variabel Tergantung (Seniati, dkk, 2008). Hasil analisis dengan teknik anakova diperoleh nilai F sebesar $20,828$ ($p < 0,01$) yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen dengan mengendalikan pengaruh *pretest* terhadap *posttest*. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan

yang diperoleh pada kelompok eksperimen merupakan akibat dari perlakuan yaitu Pelatihan Pemecahan Masalah dan bukan karena pengaruh variabel lain.

Penurunan intensi penyalahgunaan NAPZA dalam penelitian ini mendukung hasil penelitian dari Monti, dkk (NIDA, 2001) menunjukkan bahwa Pelatihan Pemecahan Masalah efektif untuk mengurangi penggunaan kokain dan zat psikoaktif lain.

Pemberian Pelatihan Pemecahan Masalah memberikan kesempatan pada remaja untuk mengenali kelebihan dan kekurangan masing-masing, saling berbagi pengalaman, yakin mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dan bisa mengambil keputusan dengan bijaksana. Remaja dalam penelitian ini mendapat kesempatan dan berlatih mengembangkan penyelesaian masalah, pengambilan keputusan dan tindak lanjutnya melalui bermain peran. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Kristiana & Kumara (2006) bahwa penerapan metode menghadapi masalah harus melalui proses mengalami, menghadapi masalah pada lingkungannya dan berdialog untuk memaknai. Melalui proses ini ketika peserta dihadapkan pada situasi sosial untuk menyalahgunakan NAPZA, remaja menjadi lebih mampu menghadapi masalah yang dialami dengan mengambil solusi dan mengambil keputusan yang tepat sehingga tidak memunculkan intensi menyalahgunakan NAPZA.

Adanya pelatihan pemecahan masalah membuat remaja menjadi lebih paham dan mengerti tentang pentingnya keyakinan dan kemampuan menyelesaikan masalah. Salah satu metode dalam pelatihan adalah diskusi kelompok. Menurut Botvin (NIDA, 2004) metode diskusi kelompok dengan teman sebaya efektif untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalah pada remaja. Pemecahan masalah dengan menggunakan strategi dan metode interaktif akan berefek pada kemampuan individu dalam upaya pencegahan penyalahgunaan NAPZA (Lalongo dalam NIDA, 2004).

Tekanan atau masalah terbesar yang dihadapi remaja sehari-hari adalah tekanan sosial untuk menggunakan rokok, alkohol, atau NAPZA (*The Anti Drug* dalam Colondam, 2008). Hasil penelitian ini memperkuat temuan bahwa remaja yang mengalami masalah sosial dan melakukan tindakan amoral seperti mencuri, setelah diberi pelatihan memecahkan masalah sosial menunjukkan hasil perubahan secara signifikan (Greening dalam Kristiana & Kumara, 2006).

Pengaruh kesadaran diri individu sangat penting dalam masalah penyalahgunaan NAPZA. Individu yang ragu-ragu terhadap kemampuan dirinya akan mudah tertarik pada NAPZA untuk mengubah kondisinya, NAPZA dinilai dapat digunakan untuk mengurangi perasaan cemas dan stress. Apabila memiliki harapan dan keyakinan positif terhadap NAPZA, misalnya dapat meningkatkan keberanian untuk bergaul, lebih bertenaga, maka kecenderungan untuk menyalahgunakan NAPZA menjadi lebih besar Nevid, dkk (1997). Pelatihan Kemampuan Masalah

diupayakan untuk pencegahan dengan cara memberikan bekal kecakapan hidup (*life skills*). Melalui kecakapan hidup termasuk didalamnya adalah kemampuan dalam memecahkan masalah remaja sehingga dapat berfikir positif, sehingga mampu menolak untuk menyalahgunakan NAPZA (Winarto, 2007). Dengan mengenali masalah yang dihadapi dan yakin bisa menyelesaikan permasalahan, maka individu yakin terhadap kemampuan diri dalam menghadapi masalah dan tidak akan mudah tertarik pada penyalahgunaan NAPZA.

Dengan pelatihan pemecahan masalah, subjek mendapat pengalaman mengenai belajar menganalisis masalah secara komprehensif yang kemudian akan mempengaruhi pola pikir remaja. Corey (2005) menyatakan bahwa pola pikir seseorang dapat diubah dengan cara merubah pikiran subjek dari irasional menjadi rasional. Sebagaimana dikemukakan Kristiana & Kumara (2006) dengan menggunakan metode-metode ilmiah atau berfikir secara sistematis, logis, teratur, dan teliti akan diperoleh kemampuan dan kecakapan kognitif untuk memecahkan masalah secara rasional, lugas dan tuntas. Pola pikir yang bersifat irasional yaitu bahwa NAPZA dapat dijadikan sebagai tempat untuk melarikan diri menjadi rasional yaitu menyalahgunakan NAPZA tidak menyelesaikan permasalahan sebenarnya, sehingga remaja tidak sampai pada keinginan untuk menyalahgunakan NAPZA.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa intensi penyalahgunaan NAPZA kelompok yang mendapatkan Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah (kelompok eksperimen) lebih rendah daripada kelompok yang tidak mendapatkan Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah (kelompok kontrol). Hasil tersebut menunjukkan bahwa Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah efektif untuk menurunkan intensi penyalahgunaan NAPZA pada remaja.

Pelatihan dalam penelitian ini bertujuan agar individu mampu mengenali masalah, mengidentifikasi masalah, mempertimbangkan berbagai pendekatan solusi yang akan digunakan, mengambil keputusan, dan mempraktekkan pendekatan yang sudah dipilih sehingga tidak sampai pada intensi penyalahgunaan NAPZA yang ditandai dengan yakin dan optimis dalam menyelesaikan dan mau melakukan solusi yang sudah dipertimbangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. 2005. *Attitudes, Personality and Behavior* (2nd ed). New York: Open University Press.
- Afiatin, T. 1998. Bagaimana Menghindarkan Diri dari Penyalahgunaan NAPZA. *Buletin Psikologi*, Tahun VI, No. 2. hlm. 27-38.

- Apriadi, S. 2002. Peran Ekspektasi Positif terhadap Efek Alkohol dengan Intensi untuk Meminumnya pada Remaja. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Wangsa Manggala.
- Atkinson, R.L & Hilgard, E.R. 1999. *Pengantar Psikologi*. Edisi Kedelapan. Jilid 2. Bandung: Erlangga.
- Azwar, M. A. 2001. *Metode Penelitian*. Jakarta : Pustaka Pelajar Offset
- Azwar, S. 2004. *Penyusunan Skala Psikologis*. Jakarta : Pustaka Pelajar Offset
- Azwar, S. 2003. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset.
- Azwar, S. 2005. *Reliabilitas & Validitas*. Jakarta : Pustaka Pelajar Offset
- Buzan, T. 2006. *Mind Map untuk Meningkatkan Kreativitas*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Chaplin, J.P. 1968. *Kamus Lengkap Psikologi*. Kartono, K. (Pen.). 2006. Jakarta: Rajawali Pers.
- Colondam, V. 2008. Remaja, Sasaran Empuk Bandar (<http://www.mediaindonesia.com>). diakses 20 Desember 2008 pkl 14.07 WIB.
- Corey, G. 2005. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Cook, T. D. & Campbell, D. T. 1979. *Quasi Exsperimentation: Design and Analysis Issues For Field Settings*. Noston: Houghton Mifflin Company.
- Darokah, M & Safaria, T. 2005. Perbedaan Tingkat Religiusitas, Kecerdasan Emosi, dan Keluarga Harmonis pada Kelompok Pengguna NAPZA dengan Kelompok Non-Pengguna. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, Vol. 2, No. 2, 89-101.
- Data Kasus Narkoba 2001-2007. http://www.bnn.go.id/konten.php?nama=DataKasus&op=detail_data_kasus&id=22&mn=3&smn=c. diakses 6 Mei 2008 pkl 10.23 WIB.
- Davidoff, L. 1991. *Psikologi Suatu Pengantar*. Jilid 2 Edisi ke-2. Juniati, M (Pen.). Jakarta: Erlangga.
- De Bono, E. *Revolusi Berpikir*. 1993. Bandung : PT Mizan Pustaka.
- Esterlita, S., 2006. Wawancara. *Handout* Tidak Diterbitkan. Yogyakarta : Universitas Wangsa Manggala.
- Faturrahman. 1995. Keterampilan Pemecahan Masalah Sosial bagi Siswa Sekolah Lanjutan Atas. *Laporan Penelitian*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Fishbein, W & Ajzen, I. 1975. *Belief, Attitude, Intention, & Behavior: An Introduction To Theory and Research*. London: Addison Wesley Publishing.

- Hadi, S. 1996. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Hardjana, A. M. 2001. *Training SDM yang Efektif*. Yogyakarta: Kanisius.
- Honey, P. 1995. *Memecahkan Persoalan Pribadi-Psikologi Populer*. Jakarta: Arcan.
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Istiwidayanti, S. (Pen.). 2004. Jakarta: Erlangga.
- Indiyah. 2003. Isu-isu Masalah Sosial. *Handout* Tidak Diterbitkan. Yogyakarta : Universitas Wangsa Manggala.
- Jamil, S & Hidayanto, T. 2008. *100 Game Kreatif untuk Membangun dan Membentuk Tim yang Solid*. Yogyakarta: Gradien Mediatama
- Joewana. S, Margiyani. L, Padmohoedjono. G, Widayat. E, Ajikusuma. C, & Tambunan. M. 2001. *Petunjuk Praktis Bagi Keluarga Untuk Mencegah Penyalahgunaan Narkoba*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Karolin, E. 2006. Pengaruh Pelatihan Kecerdasan Menghadapi Kesulitan Terhadap Etos Kerja Pada Aktivis Dakwah Kampus UNWAMA. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Wangsa Manggala.
- Kristiana, M & Kumara, A. 2006. Pengaruh Metode Menghadapi Masalah Terhadap Moral Remaja. *Jurnal Sosiosains*, Vol.19, No.4: 481-499.
- Latipun. 2006. *Psikologi Eksperimen*. Malang : UMM Press
- Moeliono, L. 2004. Intervensi Untuk Mengurangi Risiko Bahaya Penyalahgunaan Napza pada Remaja. *Jurnal Psiko-Edukasi*, Vol.2, No.2: 148-163.
- Mönks, F.J., Knoers, A.M.P, & Haditono, S.R. 2004. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Moris, G & Maisto, A. 2004. *Understanding Psychology (6th ed)*. New Jersey: Prentice Hall.
- Muliati, S.A., 2006. Observasi. *Handout* Tidak Diterbitkan. Yogyakarta : Universitas Wangsa Manggala
- Muwanda, S. F. 2008. Persepsi Tentang Efek NARKOBA antara Remaja Pengguna dan Bukan Pengguna NARKOBA. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Wangsa Manggala.
- Nau, S. 2006. Pengaruh Pelatihan Kemampuan Pemecahan Masalah untuk Mengurangi Gangguan Tidur Insomnia pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Wangsa Manggala Yogyakarta.
- Nevid, J. S.,Rathus, S.A & Greene, B. 1997. *Abnormal Psychology (7th ed) The Problem of Maladaptive Behavior*. New Jersey: Prentice Hall.

- National Institute Drug Abuse (NIDA). 2001. A Cognitive-Behavioral Approach: Treating Cocaine Addiction Problem Solving (<http://www.drugabuse.gov>). Diakses 30 November 2008 pkl 17.43 WIB.
- National Institute Drug Abuse (NIDA). 2004. Lessons from Prevention Research (<http://www.drugabuse.gov/infofacts/Prevention04>). Diakses 30 November 2008 pkl 17.16 WIB.
- Nurdin, E. A. 2007. *Madat, Sejarah, Dampak Klinis, dan Penanggulangannya*. Semarang: Mutiara Wacana.
- Partodiharjo S. 2006. *Kenali NARKOBA dan Musuhi Penyalahgunaannya*. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama.
- Prasetyo, A. 2007. Hubungan Antara Persepsi Risiko Merokok dengan Intensi Berhenti Merokok. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Sarjana Universitas Wangsa Manggala Yogyakarta.
- Prendergast. 2009. National Interventions to Promote Successful Re-Entry Among Drug-Abusing Parolees (<http://www.ucla.edu>). Diakses 07 Desember 2009 pkl 17.59 WIB.
- Safari, P. 2005. *Interpersonal Intelligence. Metode Pengembangan Interpersonal Anak*. Yogyakarta: Amara book
- Santrock. 2002. *Life Span Development-Perkembangan Masa Hidup (5th ed)*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, N. B., 2008. *Psikologi Eksperimen Cetakan III*. Jakarta: PT Indeks
- Susilowati, T. 2007. Efektivitas Pelatihan Asertivitas Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif pada Perokok Pasif. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Soetjningsih. 2004. Penyalahgunaan Obat pada Remaja, dalam Sidiartha & Westa (Ed.). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya* (hlm.163-175). Jakarta: Sagung Seto.
- Soenarno, A. 2007. *Decision Making & Problem Solving Games Untuk Pelatihan Manajemen*. Yogyakarta: ANDI
- Solso, R. L. 1998. *Cognitive Psychology*. Boston: Allyn & Bacon.
- Stevens M. *How to be a better problem solver-Mengatasi Masalah Secara Kreatif*. 2002. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Suharnan. 2005. *Psikologi Kognitif*. Yogyakarta: Srikandi Pres.
- Winarto, S.S. 2007. *Ada Apa dengan NARKOBA*. Semarang: Aneka Ilmu.

