

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MANTAN ALKOHOLIK



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

YUSMI DWI PUTRI

F 100156001

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2020

HALAMAN PERSETUJUAN
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MANTAN ALKOHOLIK

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

YUSMI DWI PUTRI

F 100156001

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen
Pembimbing



Setia Asyanti, S.Psi, M.Si, Psikolog

NIDN. 0613017602

HALAMAN PENGESAHAN
KEBERMAKNAAN HIDUP MANTAN ALKOHOLIK

OLEH :

YUSMI DWI PUTRI
F 100156001

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Jumat, 20 Desember 2019
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji

1. Setia Asyanti, S.Psi, M.Si, Psikolog
(Ketua Dewan Penguji)
2. Dr. Daliman, SU
(Anggota I Dewan Penguji)
3. Santi Sulandari, S.Psi, M.Ger
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

Susatyo Yuwono S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP.838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 23 Oktober 2020



Penulis

YUSMI DWI PUTRI

F100156001

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MANTAN ALKOHOLIK

Abstrak

Alkoholisme atau kecanduan alkohol adalah suatu kondisi yang ditandai dengan kebiasaan mengonsumsi alkohol secara berlebihan. Kecanduan alkohol dapat menyebabkan stress yang signifikan pada tubuh dan mengakibatkan masalah kesehatan yang serius. Kecanduan tersebut membuat hidup seseorang menjadi jenuh dan merasa tidak ada tujuan hidup, mereka ingin berubah dan berhenti mengonsumsi alkohol dengan cara mendekatkan diri pada Allah serta mencari lingkungan yang shaleh. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik penelitian subjek dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Target responden pada penelitian ini adalah mantan pecandu alkohol yang sudah berhenti total selama minimal 6 bulan yang berada di Komunitas Jagasesama dan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan menandatangani *informed consent*. Kemudian didapatkan responden sebanyak empat orang laki-laki. Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa kebermaknaan hidup mantan alkoholik adalah Subjek merasa hidupnya lebih bermakna setelah kenal agama dan bertemu teman-teman shaleh yang mengajak pada kebaikan dan mengingatkan subjek jika melakukan pelanggaran yang dilarang agama. Tujuan hidup subjek ialah lebih prioritas kepada akhirat namun tidak meninggalkan dunia secara keseluruhan.

Kata kunci: alkohol, mantan alkoholik, kebermaknaan hidup.

Abstract

Alcoholism or alcoholism is a condition characterized by the habit of consuming excessive alcohol. Alcohol addiction can cause significant stress on the body and result in serious health problems. These addictions make a person's life saturated and feel there is no purpose in life, they want to change and stop consuming alcohol by getting closer to God and looking for a pious environment. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. The research technique of the subject in this study was purposive sampling. The target respondents in this study were former alcoholics who had stopped completely for a minimum of 6 months in the Jagaseama Community and were willing to become respondents in this study by signing an informed consent. Then the respondents were four men. The results of the study showed that the meaningfulness of the life of the former alcoholic was that the subject felt his life was more meaningful after knowing the religion and meeting pious friends who asked for kindness and reminded the subject if committing violations that were prohibited by religion. The purpose of life of the subject is more priority to the afterlife but does not leave the world as a whole.

Keywords: alcohol, former alcoholic, meaningfulness of life.

1. PENDAHULUAN

Pemakaian alkohol pada masyarakat sangat mengkhawatirkan disebabkan akan berdampak langsung terhadap lingkungan. Penyimpangan alkohol berarti memiliki kebiasaan meminum minuman keras atau alkohol yang berbahaya semacam mabuk setiap hari atau minum dalam jumlah banyak tiap waktu. Dampak yang muncul setelah mengonsumsi alkohol akan terasa dalam waktu yang tidak lama alias singkat. Namun dampaknya itu akan bermacam-macam dan beragam. Pada hakikatnya, pemakaian alkohol di lingkungan masyarakat memiliki dampak buruk yang tidak hanya merugikan diri sendiri tapi juga merugikan orang lain. Apabila penyimpangan ini terus menerus dilanjutkan maka dampaknya adalah kecanduan atau ketergantungan alkohol. Orang-orang yang ketergantungan alkohol disebut dengan alkoholik.

Pada mulanya individu ini kali pertama mengonsumsi alkohol lantaran dapat menjadi solusi dari permasalahan yang dihadapi. Pada intinya individu memulai mengonsumsi dikarenakan bujuk rayuan teman atau saudara yang berada di lingkungan sekitar dan juga ketika mendapat masalah ia mengonsumsi alkohol agar dapat merasa tenang dari permasalahannya. Alkohol mengandung zat yang bersifat menekan pada saraf pusat sehingga dapat menambah kepercayaan diri yang mengakibatkan berani berbicara dan dapat memicu perasaan tenang.

King (2012) menyatakan bahwa individu yang mengonsumsi alkohol pada otak bagian korteks frontal akan menyimpan pengalaman menyenangkan dari penggunaan minuman beralkohol sebelumnya dan dapat menyumbang keputusan untuk melanjutkan mengonsumsi minuman beralkohol. Sementara itu, minuman beralkohol yang terus-menerus dikonsumsi oleh seseorang dapat menimbulkan kerusakan pada bagian otak tertentu yang berdampak pada ketidakmampuan mengambil keputusan dengan baik.

Syafiudin (2015) mengatakan bahwa, Undang-Undang No. 35 Tahun 2009 menyebutkan Ketentuan Umum, Pasal 1, point 1, sebagai berikut; *“Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun*

semisintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri, dan dapat menimbulkan ketergantungan, yang dampak negatif pada diri”.

Maka jelaslah bahwa alkohol termasuk dalam zat adiktif yang sesuai dengan yang termaktub dalam undang-undang No. 35 Tahun 2009. Hal ini didapat karena alkohol didefinisikan sebagai zat yang didapat secara alamiah yang mengakibatkan penurunan kesadaran dan berefek pada munculnya ketergantungan negatif pada individu sehingga berdampak pada susunan saraf pusat yang berimbas pada aktivitas mental.

Hasil wawancara dari kedua subjek yang dilakukan peneliti dalam mengambil data awal mengenai mantan alkoholik menjelaskan bahwa kebermaknaan hidup muncul dari diri subjek ketika ia meninggalkan alkohol atau perilaku-perilaku yang dianggap buruk oleh agama, dan semakin berkembang ketika mendapat pengaruh positif dari keluarga dan orang-orang terdekat yang sama-sama sudah meninggalkan alkohol dan mulai mendekatkan diri pada Sang Pencipta.

Gordon (dalam Sunandar, 2016), makna hidup bagi kaum beragama, *Illah* atau Sang Pencipta merupakan asal muasal dari segala sumber. Sehingga agama digunakan untuk membantu manusia dalam mengartikan hidup dan kematiannya. Oleh karena itulah individu yang memeluk taat agama apabila dihadapkan dengan perkara hidup yang kurang baik atau kejadian baik yang menyenangkan maka individu tersebut dapat mengambil *ibrah* (hikmah) nya.

Menurut Frankl (dalam Bastaman, 2007) makna hidup hanya ada satu di dalam setiap situasi. Individu akan dipandu oleh suara hati secara intuisi untuk menemukan makna hidup sebenarnya. Keadaan mendesak secara kuat mempengaruhi dalam mencapai makna hidup, sebagian besar bergantung pada sikap individu terhadap keadaan mereka. Jika individu tidak mengejar makna hidupnya dia mengalami *vacuum existential* atau *meaninglessness*. Segala hal yang dianggap penting, berharga dan memberikan nilai khusus bagi seseorang merupakan dari makna hidup. Menurut Bastaman (dalam Fitriana, 2017) mengatakan bahwa bila

kebermaknaan hidup berhasil ditemukan serta dipenuhi maka akan menyebabkan kehidupan yang dirasakan demikian berarti dan berharga. Kebermaknaan hidup memerlukan adanya dukungan dari diri sendiri dan juga dukungan sosial. Faktor sosial ini penting sebab adanya pengakuan sosial akan memegang peranan dalam mencapai keutuhan keberadaan dari individu, mengingat individu atau manusia juga merupakan makhluk sosial.

Hal yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kebermaknaan hidup pada mantan pecandu alkohol. Berdasarkan uraian di atas maka penulis melakukan penelitian dengan judul “Kebermaknaan Hidup Pada Mantan Alkoholik”.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi yang mana lebih menekankan pada pemahaman interpretatif. Fenomenologi dipilih karena didalamnya peneliti mengidentifikasi tentang suatu fenomena tertentu, serta mengharuskan peneliti mengkaji subjek dengan terlibat langsung untuk mengembangkan pola dan relasi yang bermakna (Cresswell, 2010). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik penelitian subjek dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Target responden pada penelitian ini adalah mantan pecandu alkohol yang sudah berhenti total selama minimal 6 bulan yang berada di Komunitas Jagasesama dan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan menandatangani *informed consent*. Kemudian didapatkan responden sebanyak empat orang laki-laki.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hapsari (dalam Irmayanti, 2015) mengatakan bahwa faktor yang menyebabkan perilaku minum alkohol diantaranya ialah faktor sosial dan kultural, yaitu pengaruh adat istiadat dan budaya, pengaruh lingkungan tempat tinggal, pengaruh teman sebaya dan konformitas. Selain itu Agung (2015) juga berpendapat bahwa setiap

manusia pasti selalu mempunyai sifat ingin tahu tentang segala sesuatu yang belum/kurang diketahuinya dampak buruk/negatifnya, misalnya saja ingin tahu bagaimana rasanya mengkonsumsi minuman keras. Individu yang awalnya bukan peminum dan mempunyai rasa keingintahuan dengan cara mencoba-coba yang akhirnya dapat menjadi sebuah kebiasaan. Selain itu adanya ajakan/tawaran baik dari orang-orang terdekat seperti saudara, bahkan teman sendiri untuk mengkonsumsi minuman keras merupakan contoh model pergaulan yang tidak baik. Kondisi semacam ini dialami oleh keempat subjek yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Latar belakang dari keempat subjek yaitu semua subjek berada pada rentang dewasa awal, dua diantaranya telah menikah, dan semua subjek sudah berhenti total mengkonsumsi alkohol serta fokus memperbaiki diri dengan Allah.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kebermaknaan hidup pada mantan alkoholik. Berdasarkan dari hasil penelitian dan paparan data dari subjek penelitian, dapat dijelaskan bahwa keempat subjek mengalami proses yang panjang dan berbeda-beda dalam mencapai kebermaknaan hidup. Proses keberhasilan mencapai makna hidup adalah urutan pengalaman dan tahap-tahap kegiatan seseorang dalam mengubah penghayatan hidup tak bermakna menjadi bermakna. Tahapan penemuan makna hidup menurut Bastaman (dalam Rachmawati, 2016) dikategorikan menjadi lima, yaitu tahap derita, tahap penerimaan diri, tahap penemuan makna hidup, tahap realisasi makna, dan tahap kehidupan bermakna. Peneliti mengelompokkannya menjadi 3 kelompok pembahasan, yaitu: 1) Pra penemuan makna hidup mantan alkoholik, 2) Proses penemuan makna hidup mantan alkoholik, dan 3) Kebermaknaan hidup mantan alkoholik.

Tahap Derita (pengalaman tragis, penghayatan tanpa makna) adalah tahapan pertama dalam penemuan makna hidup. Pada tahap ini, seorang individu sedang berada dalam kondisi hidup tidak bermakna, mungkin disebabkan karena adanya sebuah peristiwa yang amat menyedihkan, tragis, membuat gelisah atau kondisi hidup yang tidak menyenangkan. Subjek AS mengalami pengalaman tragis dan penghayatan hidup tanpa makna yang mengakibatkan subjek memiliki perasaan

hampa, apatis, bosan, dan merasa tidak memiliki tujuan hidup bahkan sempat membuat subjek ingin bunuh diri.

“... Kalau masalah itu dulu sempat gak mau keluar kamar, sempat mau bunuh diri tiga kali, gak mau interaksi sama orang bahkan dulu apa dapat tawaran main manggung gitu gak mau. Pokoknya intinya lebih tertutup, lebih introvert lah mbak ya.” (W.AS/339-343)

Fikiran tentang bunuh diri timbul pada subjek AS sebab subjek menganggap hidupnya tidak bermakna atau belum menemukan makna. Usaha konveksi subjek hancur dan teman-teman subjek malah meninggalkan subjek tanpa memberi bantuan atau sekedar berbagi cerita. Aktivitas yang subjek lakukan saat itu yakni mengkonsumsi alkohol hingga mabuk dan seks bebas tidak membuat subjek merasakan apa itu kebahagiaan dan ketenangan, subjek hanya bisa merasakan kesenangan sesaat dan bersifat semu (sementara). Hidup subjek merasa hampa dan jenuh yang disebabkan tidak adanya tujuan yang jelas dan pasti dalam hidup subjek selama mengkonsumsi alkohol.

Subjek BFS mengalami masa tragis atau kondisi hidup yang tidak menyenangkan ketika orangtua subjek bercerai saat subjek kelas 4 SD. Subjek merasa sedih, frustrasi dan kecewa atas keputusan orangtua subjek yang bercerai. Dari penuturan subjek, subjek mencari pelarian masalah tersebut dengan mengkonsumsi alkohol, yang mana teman-teman subjek sudah biasa meminum alkohol dan alkohol pada saat itu murah serta mudah didapat. Sedangkan subjek W mengalami kondisi hidup yang tidak menyenangkan ketika subjek *overdosis* lantaran meminum alkohol yang dicampur pil *inex* secara berlebihan tanpa sepengetahuan subjek.

Menurut Effendi (dalam Sunandar, 2016) subjek mengalami problematika pada proses pencapaian kebermaknaan hidupnya dan memunculkan berbagai gangguan dalam batin serta pada proses berfikirnya. Terbukti dari hasil wawancara

subjek bahwa subjek selama hidup mengkonsumsi alkohol hidupnya tidak tenang, tidak merasa bahagia, hampa, jenuh, dan pernah hendak bunuh diri sebanyak tiga kali. Individu yang berada dalam kondisi ini menurut Effendi, merasa bahwa individu tersebut belum bisa mencapai dan memperoleh kebermaknaan hidup serta merasa dirinya belum bisa menempatkan arti dalam hidup itu sendiri. Kekurangan arti dalam kehidupan merupakan sesuatu yang dalam istilah Frankl adalah *neurosis noogenik*, yakni suatu keadaan yang bercirikan hidup tanpa arti, tanpa maksud, tanpa tujuan, kebosanan, hampa, dan keputusasaan.

Pada tahap kedua yaitu proses penemuan makna hidup sebagaimana tahap penemuan makna hidup Bastaman (dalam Rachmawati, 2016) yaitu tahap penerimaan diri dan tahap penemuan makna hidup. Individu mulai menerima apa yang terjadi dalam hidupnya, memahami diri sendiri, dan terjadinya perubahan perilaku, yang mana awalnya kurang bermakna berubah menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya. Munculnya kesadaran diri ini biasanya dibantu oleh berbagai macam faktor, misalnya perenungan diri, konsultasi dengan para ahli, berdoa, ibadah, mendapat masukan dari seseorang, belajar dari orang lain, atau pengalaman-pengalaman tertentu yang secara dramatis mengubah hidupnya selama ini, dan masih banyak lagi.

Dari hasil wawancara keempat subjek, setelah mengenal agama melalui perantara teman-teman subjek, subjek menganggap apa yang selama ini (mengkonsumsi alkohol dan/seks bebas) subjek lakukan adalah salah, dan subjek menganggapnya sebagai pelajaran pribadi dari Allah untuk hidup yang lebih baik lagi. Subjek juga telah menerima dan memaafkan masa lalu subjek, keempat subjek pun mensyukuri kehidupan subjek saat ini, banyak pelajaran yang bisa diambil subjek untuk menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya melalui pengalaman masa lalu.

Pada tahap ini penemuan makna hidup ditandai dengan penyadaran individu akan nilai-nilai berharga yang sangat penting dalam hidupnya. Hal-hal yang dianggap berharga dan penting itu mungkin saja berupa nilai-nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan, nilai-nilai bersikap, dan nilai-nilai pengharapan.

Pada tahap ini subjek telah menyadari akan hal berharga dalam hidupnya dan memiliki tujuan hidup yang terarah, yakni bagaimana caranya supaya apa yang dilakukan subjek saat ini bisa memberikan dampak positif untuk kehidupan akhirat subjek, untuk orang lain, selalu bersyukur apapun kondisinya, dan subjek juga selalu melibatkan Allah dalam aktivitasnya sampai hal terkecil sekalipun. Bastaman (2007) menambahi bahwa makna hidup adalah sesuatu yang dianggap paling benar, penting dan berharga karena mampu memberikan nilai tersendiri bagi seseorang dan dapat dijadikan sebagai tujuan hidup. Ia juga menambahkan bahwa seseorang yang mencapai kebermaknaan hidup akan merasakan hidupnya penuh makna, berharga, dan memiliki tujuan mulia.

Pada tahap ketiga ini termasuk di dalamnya dua tahap terakhir penemuan makna hidup Bastaman (dalam Rachmawati, 2016) yaitu tahap realisasi makna dan tahap kehidupan bermakna. Yakni dimana individu akan merasa semangat dan bergairah dalam hidupnya, lalu secara sadar menjalankan komitmen pada diri atau *self commitment* yang bertujuan untuk melengkapi makna hidupnya. Pada tahap ini, subjek merealisasikan tujuannya ingin mendekatkan diri kepada Allah dan prioritas akhirat namun tidak meninggalkan dunia secara keseluruhan. Subjek juga belajar mengaji, datang ke majelis ilmu, menemukan teman-teman yang shaleh dan bisa menjadi orang yang bermanfaat bagi orang lain.

“Prioritas ke akhirat tapi tidak meninggalkan dunia secara keseluruhan ya mbak ya.” (W.AS/92-93)

“Ee, memperbaiki diri mbak yang pertama. Mulai dari memperbaiki diri. Alhamdulillah udah merapatkan pada teman-teman yang udah ke jalan yang positif ya mbak ya seperti ikut ee majelis Jagasesama ini ...” (W.AS/110-113).

“Iya waktu itu emang tak niati dari hati sebenarnya. Waktu aku mau nikah itu udah aku niatin mau berhenti, tapi ya karena itu tadi lingkungan kurang mendukung, pergaulan kurang mendukung akhirnya aku gak jadi berhenti udah gitu gak jadi menikah juga. Akhirnya gak jadi nikah terus di dalam hati aku niatin betul pokoknya harus berhenti dari semua ini. Ya udah terus aku mulai cari-cari info buat ya istilahnya belajar agama belajar ngaji...”
(W.BFS/360-368)

“...saat itu saya juga sudah totalitas saya sudah berhenti minum saya berhenti ke tempat hiburan malam saya berhenti dari profesi saya sebagai apa ee pemain musik. Itu ee sangat mendukung sekali eee apa namanya tiga komponen itu. Jadi disaat saya berhenti di tempat hiburan malam saya berhenti bekerja sebagai pemain musik saya berhenti minum. Gak ada apa namanya gak ada keinginan untuk kembali lagi gitu.” (W.W/537-546)

“...Waktu tu semenjak saat itu malam itu besoknya tu mindset saya sudah berbeda, yang biasanya kayak kuliah-pulang-bantu kakak-kerja-dapat uang terus buat gitu to, mindset saya udah beda, mindset saya supaya gimana saya bisa mengurangi...”
(W.MTDF/417-421)

Komitmen yang dilakukan dari keempat subjek didukung oleh faktor lingkungan subjek yang berupa dukungan sosial yaitu hadirnya seseorang atau sejumlah orang yang akrab, dapat dipercaya dan selalu bersedia memberi bantuan pada saat-saat diperlukan. Bastaman (dalam Sunandar, 2016). Keempat subjek berada pada sebuah Komunitas Jagasesama yang mana komunitas tersebut memberikan pengaruh baik bagi subjek untuk menjadi lebih baik lagi terutama dalam hal agama.

Ada beberapa penjelasan mengenai karakteristik pada kebermaknaan hidup yang dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang telah menemukan makna hidup ialah seseorang yang bebas menentukan dan memilih langkah atas tindakan mereka sendiri sebab telah mampu bertanggung jawab terhadap hidupnya, hal tersebut juga didukung oleh individu yang telah menemukan arti dalam kehidupan yang sesuai dengan dirinya. Frankl (dalam Asfari, 2017).

Kemudian setelah tahap realisasi makna, seseorang akan mencapai tahap tertinggi dalam mencapai kebermaknaan hidupnya yaitu tahap kehidupan bermakna, sehingga ia dapat menikmati hidup dan merasakan kebahagiaan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh subjek terkait manfaat yang mereka dapatkan setelah berhenti mengonsumsi alkohol

“ ... dalam proses hidup kan tetap ada ya mbak satu masalah ujian itu datang ya mbak ya, saya lebih nyantai bawaanya, lebih nyantai oo ini masalah dari Allaah yang bisa nyelesaikan Allaah yang penting kita tetap ke jalur yang Allaah ridhoi gitu aja.”
(W.AS/224-228)

“Sangat bermakna sekali karena ya karena itulah hidup saya berubah karena kegiatan itulah yang merubah hidup saya.” (W.BFS/600-602)

“... Kalau saat ini Alhamdulillah hidup saya lebih baik walaupun waktu itu kalau dihitung-hitung secara finansial pekerjaan itu sangat sangat menghasilkan. Tapi kalau secara tidak langsung kalau dirasa memang eee lebih baik saat ini. Seperti itu.” (W.W/595-600)

“Iya,eh, kalau berarti ya, kalau berarti tu ya kalau untuk diri sendiri ya berarti lah ya karena saya melakukan sesuatu saya selalu berusaha menjadi lebih baik kayak gitu, tapi kalau untuk orang lain enggak tau efeknya gimana” (W.MTDF/959-963)

Dari hasil wawancara keempat subjek mengaku bahwa setelah berhenti dari mengkonsumsi alkohol dan mulai mendekatkan diri pada agama, kehidupan subjek terasa sangat bermakna, mulai tertata dan merasakan ada tujuan hidup untuk menjadi lebih baik.

4. PENUTUP

Kesimpulan dari penelitian ini adalah subjek dalam penelitian merupakan mantan alkoholik yang telah mengkonsumsi alkohol selama kurang lebih 4 – 19 tahun lamanya. Rata-rata subjek kenal alkohol melalui lingkungan bermain subjek yakni dari teman Sekolah Dasar (SD) dan teman kuliah yang disebabkan karena rasa ingin tahu, konformitas, dan pelarian dari masalah hidup. Proses yang dialami keempat subjek berbeda-beda dalam menemukan makna hidup terutama pada tahap awal yaitu tahap derita. Namun, secara keseluruhan kebermaknaan hidup yang dialami oleh subjek mantan alkoholik memiliki kesamaan, yakni hidup yang dialami subjek pasca berhenti mengkonsumsi alkohol menjadi lebih tertata dan mempunyai tujuan hidup yang jelas terutama perihal kehidupan akhirat subjek. Subjek merasa hidupnya lebih

bermakna setelah kenal agama dan bertemu teman-teman shaleh yang mengajak pada kebaikan dan mengingatkan subjek jika melakukan pelanggaran yang dilarang agama. Tujuan hidup subjek ialah lebih prioritas kepada akhirat namun tidak meninggalkan dunia secara keseluruhan.

Saran yang dapat disampaikan peneliti dalam penelitian ini diantaranya bagi subjek yaitu untuk dapat mempertahankan kebermaknaan hidup, diharapkan subjek untuk terus rutin menimba dan memperdalam ilmu agama sesuai alquran dan hadits sebagai pedoma hidup, mempertahankan teman-teman yang sholeh serta lingkungan yang mendukung subjek untuk menjadi lebih baik lagi sebagai benteng dari teman-teman yang mengajak kepada keburukan. QS. Ar-Ra'du ayat 28 yang berbunyi *“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan bezikir (mengingat) Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”* Artinya dengan berzikir kepada Allah *Subhanahu wa Ta'la* segala kegalauan dan kegundahan dalam hati mereka akan hilang dan berganti dengan kegembiraan dan kesenangan. Bahkan, tidak ada sesuatupun yang lebih besar mendatangkan ketentraman dan kebahagiaan bagi hati manusia melebihi berzikir kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Bagi Masyarakat terutama orangtua, ternyata sangat penting membangun kelekatan pada anak supaya anak tidak terjerumus pada hal-hal yang tidak kita (orangtua) kehendaki seperti bergaul dengan teman yang salah sehingga menjadikan anak tersebut melanggar norma agama dan masyarakat. Bagi peneliti selanjutnya, alangkah sangat lebih baik lagi apabila penelitian ini tidak hanya sampai di sini, namun untuk penelitian selanjutnya bisa lebih mengembangkan kancah penelitian dan data ini sebagai pembanding data yang akan diteliti untuk ke depannya.

DAFTAR PUSTAKA

Agung. (2015). Perilaku Sosial Pengguna Minuman Keras di Kelurahan Sungai Dama Kota Samarinda. *Jurnal Sosiatri*, 60-70.

- Bastaman, H.P. (1996). *Meraih Hidup Bermakna Kisah Pribadi Dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta : penerbit Paradigma
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada.
- Creswell, J.H. (2010). *Edisi Ketiga Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Firmansyah, M. J. 2018. Miras Oplosan Telan Korban Polri Ingatkan Bahaya Miras. from <https://nasional.tempo.co/read/1078124/miras-oplosan-telan-korban-polri-ingatkan-bahaya-miras>
- Fitriana, N. (2017). Kebermaknaan Hidup Pada Kaum Homoseksual. *Psibernetik*, 24 - 55.
- Frankl, V. E. (2003). *Logoterapi; Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Jana, Padrul. (2018). Analisis kesalahan mahasiswa dalam menyelesaikan soal matematika pada pokok bahasan vektor. *Jurnal matematika*, 10.
- Rachmawati, A. P. (2016). Penemuan Makna Hidup Pada Insan Pasca Stroke. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 181- 193.
- Rijal, Ahmad. 2018. Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Alhadharah* Volume 17 (hlm. 84-87)
- Ritonga, B., & Listiari, E. (2006). Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Sekolah Tinggi Theologia Nazarene Indonesia ditinjau dari Tingkat Reljiusitasnya. *Jurnal Psikologi*.
- Ronald. 2018. Pemuda di Jakbar Tewas Diduga Akibat Miras Oplosan. from <https://www.liputan6.com/news/read/3568713/6-pemuda-di-jakbar-tewas-diduga-akibat-miras-oplosan>.
- Santoso, M. R. (2014). Gambaran Hidup Pada Lansia yang tinggal di Panti Wherda. *Jurnal Psibernetika*, 1-11.
- Schultz, D. (2010). *Psikologi Pertumbuhan : Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta : Kanisius
- Sunandar, R. (2016). Konsep Kebermaknaan Hidup Pengamal Thoriqoh. *Psikologi Ulayat*, 24-35.

- Smith, J. A. (2015). Dasar-dasar Psikologi Kualitatif Pedoman Praktis Metode Penelitian. Bandung: Nusa Media.
- Stewart, C. J., & Jr, W. B. (2014). Interview Prinsip Dan Praktik Interviewing: Principles And Practices. Jakarta: Salemba Humanika.
- Syafiudin, I. (2015). Kebahagiaan Pada Mantan Pecandu Alkohol. *Jurnal Ulayat*, 1-16.
- Utomo, D. P. 2019. Polisi Gerebek Kios Penjual Miras Yang Tewaskan Dua Warga Surabaya. from <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-4370692/polisi-gerebek-kios-penjual-miras-yang-tewaskan-dua-wargasurabaya>.