

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa dewasa awal, individu dihadapkan pada dunia baru Dimana mereka tidak lagi dipandang sebagai remaja, melainkan sebagai orang dewasa yang dapat hidup mandiri dan bertanggung jawab. Masa dewasa awal, yang umumnya berlangsung pada rentang usia 20 hingga 30 tahun, merupakan fase perkembangan penting dalam kehidupan individu (Santrock, 2014). Pada tahap ini, berbagai bentuk perilaku menyimpang kerap muncul, baik yang terkait dengan pelanggaran norma moral maupun tindakan anti-sosial. Manifestasi kenakalan yang sering dijumpai antara lain tindak kriminal, penyalahgunaan narkoba, konsumsi minuman beralkohol, perilaku seksual bebas, perampokan, hingga aksi kekerasan (Erwin, 2013). Salah satu bentuk kenakalan yang paling sering ditemukan adalah kebiasaan mengonsumsi alkohol.

Alkohol tergolong dalam zat adiktif yang berpotensi menimbulkan kecanduan serta ketergantungan. Baik konsumsi dalam kadar rendah maupun tinggi tetap membawa risiko serius terhadap kesehatan tubuh (Aviv, Kusnandi, & Jnnati, 2023). Umumnya, individu mengonsumsi alkohol sebagai upaya untuk meredakan tekanan batin maupun rasa frustrasi yang dialami. Pada kasus pecandu alkohol, gejalanya dapat teridentifikasi melalui tanda-tanda fisik, seperti perubahan warna mata menjadi kekuningan, peningkatan denyut jantung, serta munculnya keringat berlebih secara berulang.

Seseorang dapat digolongkan sebagai pecandu alkohol apabila menunjukkan gejala utama seperti penurunan daya ingat, berkurangnya kemampuan dalam mengambil keputusan, gangguan dalam berbicara, penurunan fungsi motorik, mudah tersulut emosi, serta perubahan suasana perasaan. Umumnya, kebiasaan mengonsumsi alkohol mulai berkembang pada rentang usia 20–30 tahun, yakni saat individu berada pada fase dewasa awal. Konsumsi alkohol dalam jumlah berlebihan berpotensi menimbulkan kondisi kritis, seperti koma, bahkan berakhir pada kematian (Nurulina, 2023). Lebih jauh, perilaku mengonsumsi alkohol membawa dampak merugikan bagi kehidupan individu, antara lain memicu konflik dalam keluarga, menghambat kemampuan untuk menyerap pengetahuan baru, menurunkan produktivitas kerja, serta melemahkan kapasitas dalam membedakan keputusan yang bermanfaat maupun yang merugikan (Aviv, Kusnandi, & Jnnati, 2023)

Hasil penelitian kualitatif menunjukkan bahwa pada tahun 2019 konsumsi alkohol menyebabkan sekitar 3,3 juta kematian di seluruh dunia, atau setara dengan 5,9% dari total kematian global. Sementara itu, pada tahun 2020 tercatat sekitar 19.000 kematian terkait konsumsi alkohol, serta 276 kasus kecelakaan yang dipicu oleh minuman beralkohol (Veronica, 2022). Temuan lain berdasarkan wawancara dan observasi mengungkapkan bahwa individu dengan ketergantungan alkohol cenderung melakukan tindakan kekerasan maupun tindak kriminal, terutama ketika konsumsi dilakukan secara berlebihan. Bentuk perilaku menyimpang tersebut dapat berupa penganiayaan, pencurian, hingga pelecehan seksual.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pecandu alkohol umumnya lebih memilih menarik diri dan berinteraksi dengan sesama peminum, meskipun dalam situasi tertentu mereka masih dapat bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Individu yang mengonsumsi alkohol umumnya mengalami penurunan kualitas hidup. Kualitas hidup sendiri merupakan suatu penilaian yang berkaitan dengan kondisi kesehatan yang dirasakan, sekaligus mencerminkan pandangan seseorang terhadap tempatnya dalam kehidupan, yang terbentuk melalui sistem budaya, nilai-nilai, aspirasi, penghargaan, serta perspektif hidup yang bersifat multidimensional. Dalam konteks kesehatan, kualitas hidup kerap dijadikan indikator penting untuk menilai kondisi pasien maupun masyarakat, serta memiliki relevansi erat dengan status kesehatan seseorang (Ravens, 2013).

Konsep kualitas hidup meliputi berbagai dimensi yang saling berkaitan, antara lain kondisi fisik, kesejahteraan emosional dan psikologis, tingkat kemandirian, kualitas interaksi sosial, harga diri, serta hubungan individu dengan lingkungan tempat ia berada. Kualitas hidup dipandang sebagai aspek penting dalam menilai bagaimana seseorang memaknai kehidupannya sehari-hari. Penilaian kualitas hidup biasanya mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan (Noorma, 2017). Secara mendasar, kualitas hidup merefleksikan cara individu menilai posisinya dalam konteks budaya dan sistem nilai yang lebih luas, dengan mempertimbangkan kesesuaian antara harapan pribadi, ekspektasi masyarakat, standar yang berlaku, serta prioritas perhatian dalam hidupnya (Sasmita & Rustika, 2015).

Kualitas hidup pada individu dengan ketergantungan alkohol sering kali berdampak negatif, salah satunya ditandai dengan munculnya perilaku agresif. Bentuk agresivitas tersebut dapat tercermin melalui tindakan kekerasan, baik secara fisik maupun psikis (Putri, 2018). Faktor yang memengaruhi rendahnya kualitas hidup seseorang antara lain adalah keterbatasan dukungan sosial, baik dari keluarga, masyarakat, maupun lingkungan sekitar. Dukungan sosial sendiri tidak hanya terbatas pada aspek moral, tetapi juga mencakup dimensi spiritual serta dukungan material yang dapat memperkuat ketahanan individu (Rahmawan & Selviana, 2021).

Dukungan sosial dapat dipahami sebagai keterlibatan individu tertentu yang secara langsung memberikan bimbingan, motivasi, serta strategi yang efektif dalam membantu seseorang menghadapi permasalahan maupun hambatan. Dengan adanya dukungan sosial, individu dapat melaksanakan perannya secara lebih terarah sehingga tujuan hidup dapat dicapai (Bastaman dalam Fatwa, 2014). Lebih luas, dukungan sosial meliputi rasa nyaman, perhatian, penghargaan, serta bantuan nyata yang diberikan oleh orang lain atau kelompok. Dukungan ini memiliki peranan krusial dalam perkembangan manusia, karena individu yang membangun interaksi positif dengan lingkungannya cenderung menunjukkan kesejahteraan mental dan fisik yang lebih baik, tingkat kebahagiaan subjektif yang meningkat, serta risiko penyakit dan kematian yang lebih rendah (David & Oscar, 2017).

Dukungan sosial dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan apabila bantuan yang diterima individu sesuai dengan kebutuhan spesifik yang mereka alami. Dukungan ini dirasakan ketika seseorang merasa dicintai,

diperhatikan, serta dihargai oleh orang-orang di sekitarnya. Bentuk dukungan sosial yang paling utama berasal dari keluarga, karena keluarga memiliki peran sentral dalam mendukung proses rehabilitasi serta keberhasilan individu untuk kembali berfungsi secara optimal dalam keluarga maupun lingkungan sosialnya (Suradi, 2017). Secara keseluruhan, dukungan sosial berfungsi menghadirkan rasa nyaman, baik secara fisik maupun psikologis, melalui interaksi yang terjalin antar individu.

Kebiasaan negatif, seperti perilaku mengonsumsi alkohol, sering kali muncul akibat minimnya dukungan sosial yang diperoleh individu, khususnya ketika dukungan dari lingkungan tempat tinggal tidak terpenuhi. Salah satu faktor yang melatarbelakangi lemahnya dukungan sosial adalah kurangnya komunikasi efektif dalam keluarga serta ketiadaan keterbukaan antar anggota keluarga. Kondisi ini dapat menimbulkan tekanan psikologis pada individu, yang pada akhirnya mendorong mereka untuk mencari pelarian melalui konsumsi alkohol.

Individu dengan pemahaman yang baik tentang kesehatan mental cenderung lebih peka dalam mengenali gejala awal stres maupun depresi, sehingga memungkinkan dilakukannya intervensi atau penanganan secara lebih cepat dan efektif (Pusvitasari, Viyani, & Heryadi, 2023). Dengan demikian, individu tersebut lebih menyadari pentingnya kualitas hidup serta peran dukungan sosial dalam membangun kapasitas hidup yang lebih optimal, sekaligus memiliki motivasi yang lebih kuat untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik.

Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena yang telah dipaparkan, peneliti memandang penting untuk melakukan penelitian yang bertujuan menelaah hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup pada individu dengan ketergantungan alkohol.

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dirancang untuk menginvestigasi hubungan yang ada antara dukungan sosial dan kualitas hidup pada orang-orang yang mengalami adiksi alkohol.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan memberikan kontribusi penting dalam psikologi sosial, psikologi klinis, dan kesehatan, dengan fokus pada pemahaman hubungan antara dukungan sosial dan kualitas hidup pada individu yang ketergantungan alkohol, sekaligus menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya.

1.3.2 Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi signifikan dalam memperluas wawasan dan menyajikan informasi yang lebih rinci terkait topik serupa, sekaligus menjadi acuan bagi pengembangan dan peninjauan penelitian berikutnya dalam aspek subjek, variabel, maupun metode penelitian.

b. Bagi Subjek

Diharapkan bahwa hasil studi ini akan memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kualitas hidup pada individu pecandu alkohol, sekaligus menjadi referensi bagi mereka dalam menilai dampak kesehatan serta risiko yang muncul akibat kebiasaan mengonsumsi alkohol.

1.4 Keaslian Penelitian

Berdasarkan temuan penelitian ini, terdapat perbedaan yang signifikan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang sedang dilakukan saat ini, yaitu sebagai berikut:

Sukmadi, Sidik, dan Mulia (2020) dalam penelitiannya berjudul “Kualitas Hidup Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” penelitian ini berupaya menelusuri pengalaman kualitas hidup pada orang tua yang menghadapi tantangan dalam merawat anak berkebutuhan khusus. Studi ini melibatkan enam partisipan, yakni tiga orang tua dengan anak yang didiagnosis autisme dan tiga orang tua lainnya yang membimbing anak dengan disabilitas intelektual, menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa kualitas hidup orang tua dalam konteks tersebut dipengaruhi oleh interaksi kompleks berbagai aspek kehidupan.

Aspek yang dikaji mencakup partisipasi dalam jaringan sosial, penguatan kapasitas diri, serta kesadaran terhadap hak-hak individu. Landasan teoretis mengenai kualitas hidup dalam penelitian ini merujuk pada kerangka yang diusulkan oleh Taylor (1995).

Baqri, Putra, dan Karimulloh (2021), dalam penelitian berjudul “Dukungan Religius dan Kualitas Hidup pada Remaja Miskin,” bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan religius dan kualitas hidup pada remaja yang hidup dalam kemiskinan. Studi ini melibatkan 145 remaja Muslim yang berdomisili di Jakarta sebagai partisipan. Dengan pendekatan kuantitatif dan analisis korelasional, penelitian ini menggunakan instrumen *Multi Faith Religious Sampling* sebagai alat ukur. Hasil penelitian mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara setiap dimensi dukungan religius dengan dimensi kualitas hidup. Teori kualitas hidup yang dijadikan landasan merujuk pada konsep yang dikemukakan oleh Santrock (2016).

Agustina (2019), melalui penelitiannya yang berjudul “Saya Sudah Mendapat Pelajaran dan Saya Ingin Bebas Narkoba: Optimisme dan Dukungan Sosial pada Pengguna Narkoba,” bertujuan untuk menyajikan bukti empiris mengenai pengaruh optimisme dan dukungan sosial terhadap motivasi individu dalam menghadapi kecanduan narkoba. Studi ini melibatkan 112 responden yang merupakan pengguna narkoba yang tengah menjalani rehabilitasi, baik rawat inap maupun rawat jalan. Dengan pendekatan kuantitatif, hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme dan

dukungan sosial berperan sebagai prediktor signifikan dalam mendorong motivasi pemulihan pada pengguna narkoba. Landasan teoretis penelitian ini merujuk pada teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Ledingham dan Schwartzman (2011)

Pratiwi dan Nurchayat (2020), dalam penelitian berjudul “Dukungan Sosial Keluarga Pecandu Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi Rawat Inap di BNNK Surabaya,” bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis berbagai bentuk dukungan sosial yang diberikan keluarga kepada individu dengan ketergantungan narkoba selama proses rehabilitasi rawat inap. Penelitian ini tidak hanya menyoroti jenis dukungan yang diberikan, tetapi juga mengevaluasi pengaruhnya terhadap kelangsungan proses pemulihan klien. Metode yang diterapkan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas hidup pecandu narkoba. Dukungan sosial berfungsi sebagai sumber penguatan dan peningkatan rasa percaya diri, memberikan dampak positif bagi individu baik selama menjalani rehabilitasi maupun setelah menyelesaikan tahap rehabilitasi. Penelitian ini berlandaskan pada teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Thoburn dan Sexton (2015).

Karangora (2012) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup pada Lesbian di Surabaya” bertujuan untuk menguji keterkaitan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup. Penelitian ini melibatkan 30 responden dengan penerapan teknik snowball sampling. Hasil penelitian secara singkat menunjukkan bahwa tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara keberadaan jaringan dukungan sosial—baik dari keluarga, teman, maupun pasangan dengan kualitas hidup yang dialami oleh lesbian di Surabaya. Landasan teoretis penelitian ini merujuk pada teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Smet (1994).

Berdasarkan telaah terhadap penelitian-penelitian terdahulu, penelitian ini memiliki perbedaan yang jelas sehingga menegaskan orisinalitasnya. Perbedaan tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

Penelitian ini berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Kualitas Hidup pada Pecandu Alkohol Dewasa Awal”. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, variabel bebas dan variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini tidak sama, sehingga menunjukkan adanya kebaruan dari sisi topik yang diangkat.

2. Keaslian Teori

Penelitian terdahulu menggunakan beragam teori, seperti teori kualitas hidup Santrock (2016) maupun teori dukungan sosial yang dikemukakan Ledingham & Schwartzman (2011) (Agustina, 2019). Sementara itu, penelitian ini menggunakan teori kualitas hidup dari Santrock (2016) dan teori dukungan sosial dari Sarafino & Smith (2017), sehingga terdapat perbedaan dalam landasan teoretis yang digunakan.

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian sebelumnya, misalnya Baqri, Putra, & Karimulloh (2021), menggunakan Multi Faith Religious Support Scale, sedangkan Pratiwi & Nurchayat (2020) menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan studi kasus. Adapun penelitian ini menggunakan instrumen pengukuran

yang disusun berdasarkan teori Santrock (2016) untuk kualitas hidup serta Sarafino & Smith (2017) untuk dukungan sosial, sehingga menghadirkan perbedaan pada aspek alat ukur.

4. Keaslian Subjek

Dalam penelitian terdahulu, Sukmadi, Sidik, & Mulia (2020) meneliti orang tua yang mengasuh anak autisme dan tunagrahita, sedangkan Karangora (2012) menggunakan subjek 30 lesbian di Surabaya. Penelitian ini memiliki kekhasan tersendiri dengan melibatkan subjek pecandu alkohol pada masa dewasa awal.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat ditegaskan bahwa peneliti menginisiasi suatu kajian yang memiliki kebaruan serta kekhasan tersendiri. Penelitian ini dapat dikategorikan sebagai penelitian yang orisinal dan inovatif, dengan harapan temuan yang dihasilkan mampu menjadi rujukan berharga bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada topik serupa.