

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Harga Diri (*Self Esteem*) Wanita tuna susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri

Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan didalam dunia ini.¹ Harga diri yang tinggi juga memungkinkan bagi seorang untuk mengendalikan emosi, lebih tabah serta dapat mengambil keputusan dengan bijak untuk diri sendiri maupun pada orang lainnya.

Kreitner dan Kinicki mengungkapkan bahwa: “Harga diri adalah suatu keyakinan nilai diri sendiri berdasarkan evaluasi diri secara keseluruhan. Orang dengan harga diri yang tinggi memandang diri mereka sendiri berharga, mampu dan dapat diterima. Orang dengan harga diri yang rendah memandang diri mereka sendiri dalam pemahaman yang negative. Mereka tidak merasa baik dengan diri mereka sendiri dan dipenuhi dengan rasa sangsi akan dirinya sendiri.”²

Jadi semakin tinggi harga diri seseorang maka semakin intens pengendalian terhadap dirinya sendiri.

Aspek harga diri ini mengacu pada teori Coopersmith yang menyebutkan terdapat 4 (empat) aspek dalam *self esteem* individu. Aspek-aspek tersebut antara lain *power, significance, virtue, dan competence*.³

Keempat aspek itulah yang menjadi ukuran harga diri seseorang. Karakteristik anak yang memiliki harga diri yang tinggi menurut Clemes dan Bean antara lain :⁴

1) Bangga dengan hasil kerjanya

¹ Ridha Oktavianti, Nike Sri Novia, Rahmawati F., Annisa Jala Palupi, Riska Mutia, Siti Nur Zaakiah, *Self Esteem*, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, 2008, hlm 6-8.

² Robert Kreitner dan Angelo Kinicki, *Perilaku Organisasi*, terj. Erly Suandi, (Jakarta: Selemba Empat.2000), hal 67

³ J.W. Santrock, *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, edisi 5 jilid 1. Alih Bahasa: Damanik, J; Chusairi, A., (Jakarta: Erlangga, 2002), hlm 74-75.

⁴ Clemes, H. Bean R., *Membangkitkan Harga Diri Anak*, (Alih bahasa: Anton Adiwiyoto), Jakarta: Mitra Utama, 2001, hlm. 334.

- 2) Bertindak mandiri
- 3) Mudah menerima tanggung jawab
- 4) Mengatasi prestasi dengan baik
- 5) Menanggapi tantangan baru dengan antusiasme
- 6) Merasa sanggup mempengaruhi orang lain
- 7) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas

Karakteristik seseorang dengan harga diri yang rendah menurut Clemes dan Bean diantaranya :⁵

- 1) Menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan
- 2) Merendahkan bakat dirinya
- 3) Merasa tak ada seorangpun yang menghargainya
- 4) Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri
- 5) Mudah dipengaruhi oleh orang lain
- 6) Bersikap *defensif* dan mudah frustrasi
- 7) Merasa tidak berdaya
- 8) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit

Akibat memiliki harga diri yang negatif, yaitu :

- 1) Mudah merasa cemas, stress, merasa kesepian dan mudah terjangkit depresi
- 2) Dapat menyebabkan masalah dengan teman baik dan sosial
- 3) Dapat merusak secara serius, akademik dan penampilan kerja
- 4) Membuat *underchiver* dan meningkatkan penggunaan obat-obat dan alkohol.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini juga melihat dari sudut pandang tindakan susila yang dilakukan oleh wanita Rehabilitasi Sosial Bina Karya

⁵ Clemes, H. Bean R., Membangkitkan Harga Diri Anak, 2001..... hlm. 4-5.

Wanita Kediri, yang juga dapat dikatakan bahwa harga diri mereka tergolong kurang (*low self esteem*) sehingga mereka melakukan tindakan susila dan berakhir menjalani rehabilitasi selama 4 bulan, menghabiskan hari-hari mereka di dalam lembaga permasyarakatan. Untuk itu Penerapan terapi dzikir dalam penelitian ini dapat menjadi rujukan baru dalam meningkatkan harga diri wanita tuna susila.

Ghufron menyatakan harga diri atau *self esteem* dalam perkembangannya terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu faktor internal dan eksternal. Beberapa faktor tersebut antara lain sebagai berikut :⁶

a. Faktor Internal

1) Jenis Kelamin

Jenis kelamin menjadi faktor penting yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *self esteem* pada seseorang. Terkadang orangtua mendidik anaknya berdasarkan jenis kelaminnya. Adanya perbedaan dalam mendidik anak perempuan dan anak laki-laki. Coopersmith telah membuktikan bahwa harga diri wanita lebih rendah daripada harga diri pria.

2) Intelegensi

Intelegensi digambarkan sebagai kemampuan individu secara keseluruhan yang biasa dikaitkan dengan prestasi akademis. Akan tetapi para wanita tuna susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri ini hanya menempuh paling tinggi pada sekolah menengah pertama (SMP) dan ditingkat SD lalu ada pula yang hanya bisa baca dan menulis.

3) Kondisi Fisik

Coopersmith menemukan adanya hubungan yang konsisten antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri. Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik. Pada wanita tuna susila dalam penelitian ini

⁶ Kusuma Dewi Yulianti, dkk., *Hubungan Antara Harga Diri dan Motivasi Berprestasi dengan Kematangan Karir pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 3 Surakarta*, Jurnal, Solo: Universitas Sebelas Maret, 2010, hlm 41.

banyak diantara mereka yang sudah tidak menarik lagi, ada hamil diluar nikah, terkena virus HIV-AIDS dan sebagainya.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan Keluarga

Peran keluarga sangat mempengaruhi perkembangan harga diri seseorang, dalam kasus ini menjadi penting dikarenakan rata-rata mereka melakukan pekerjaan berupa prostitusi ini tanpa diketahui oleh keluarga.

2) Lingkungan Sosial

Pembentukan harga diri atau *self esteem* dimulai dari seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses seseorang beradaptasi atau bersosialisasi di lingkungan, mengenai penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya. Disanalah terbentuk asumsi-asumsi mereka merasa berharga atau tidak. Dalam Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita ini para wanita tuna susila dari lingkungan dan daerah yang berbeda-beda tentunya membawa asumsi-asumsi mereka yang berbeda-beda pula yang harus beradaptasi lagi supaya terbiasa dengan lingkungan UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri.

Dengan berdzikir kepada Allah individu akan dapat beripikir jernih serta dapat memberikan ketenangan jiwa, juga ketenangan secara mental. Sehingga individu mampu mengendalikan dirinya secara positif. Dzikir merupakan salah satu ibadah umat muslim yang mempunyai nilai yang tinggi karena menyucikan, memuji, dan mengingat Allah. Dzikir juga mempunyai banyak manfaat baik secara agama maupun psikologis. Manfaat dzikir dalam sudut pandang agama yaitu mengembangkan kebajikan, melapangkan dada, menjaga diri dari perbuatan buruk. Menurut Frager dalam Ratna Supradewi manfaat dzikir untuk membersihkan kotoran-kotoran hati seperti rasa marah, dendam dan menguatkan hati seseorang sehingga tidak mudah tegang, takut, dan geisha dengan demikian efek secara psikologis juga dapat dirasakan.⁷ Dengan berdzikir akan mengikis

⁷Ratna Supradewi, *Efektivitas Pelatihan Dzikir Untuk menurunkan afek negatif pada Mahasiswa*, (Jurnal Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Vol. I, No. 2, Desember 2008), hlm. 204

perasaan-perasaan negatif yang dimiliki individu, sehingga akan mudah memiliki harga diri yang tinggi.

Pengukuran tingkat harga diri wanita tuna susila sebelum diberi perlakuan terapi pada penelitian ini menggunakan kuesioner harga diri. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat harga diri menggunakan skala Likert dengan menghilangkan skala “ragu – ragu” dengan asumsi kecenderungan responden memilih nilai tengah dan hal ini akan menyebabkan bias pada data *pre test*. Penilaian ini berdasarkan kualifikasi nilai kuesioner harga diri yakni sebagai berikut : Tinggi (nilai $x > 57,5$), Sedang (nilai $63,74 \leq x \leq 46$), dan Rendah (nilai $x < 34,5$). Berdasarkan hasil perhitungan *pre test* yang dilakukan pada hari Rabu 28 Juni 2018 pada 12 responden sampel diperoleh hasil bahwa tingkat harga diri wanita tuna susila kelompok eksperimen termasuk dalam taraf rendah hingga sedang dengan nilai terendah dari hasil *pre test* yang dilakukan adalah 43 dan nilai tertinggi adalah 54.

Dari hasil di atas, nilai yang disebutkan termasuk dalam kualifikasi nilai rendah dan sedang. Untuk meningkatkan tingkat harga diri wanita tuna susila pada penelitian ini menggunakan terapi dzikir. Terapi dzikir ditujukan untuk meningkatkan harga diri wanita tuna susila serta adanya perubahan perilaku yang lebih baik dari sebelumnya.

Dalam penelitian ini 12 wanita tuna susila dengan harga diri rendah dipilih untuk mengikuti proses terapi dzikir selama 4 hari berturut-turut. Sebelum dilakukannya terapi skor harga diri yang diperoleh masing-masing wanita tuna susila kurang dari 57,5 yang artinya masuk dalam kategorisasi sedang. Setelah menjalani sesi terapi selama 4 hari beberapa wanita tuna susila mengalami peningkatan skor harga diri lebih dari 57,5 untuk standarisasi kategorisasi tinggi. Harga diri wanita tuna susila sebelum dan sesudah terapi dapat juga diketahui dari pengisian lembar monitoring terapi.

Pengisian lembar monitoring tarapi selama 4 hari oleh subjek sebagai bukti bahwa mereka telah melakukan terapi dzikir sendiri tanpa dampingan dari terapis kemudian mencatat efek maupun hambatan yang dirasakan selama proses terapi. Hasil dari lembar monitoring menunjukkan adanya efek ketenangan yang dirasakan oleh subjek, dengan melafalkan dzikir beserta pengucapan kalimat doa dan perenungan agar dapat mengendalikan diri secara positif, berpikir jernih dan

selanjutnya menyerahkan sepenuhnya kepada Allah. Hal ini dapat menanamkan keyakinan pada diri subjek akan kemampuan mereka dalam meningkatkan harga dirinya.

Dari pemaparan di atas dapat diartikan bahwa adanya pengaruh positif dari terapi dzikir ini terhadap harga diri (*self esteem*) pada wanita tuna susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri. Pengaruh terapi dzikir terhadap harga diri (*Self esteem*) pada wanita tuna susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri yaitu antara lain adanya perubahan terhadap sikap klien yang awalnya tidak begitu bersemangat dan males menjadi lebih giat terhadap tugas yang di berikan oleh UPT. Selain itu ada juga perubahan dari segi pola pikir dimana yang sebelumnya klien selalu berfikir negatif dapat lambat laun dapat berfikir positif. Dari segi kesehatan klien yang sering merasa pusing mengatakan bahwa rasa pusingnya berkurang seiring melakukan terapi dzikir.

B. Ada Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Harga Diri (*Self Esteem*) pada Wanita Tuna Susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri

Dalam upaya meningkatkan harga diri wanita tuna susila, peneliti menggunakan eksperimen Terapi Dzikir. Tingkat harga diri wanita tuna susila sebelum mendapat perlakuan terapi dzikir. termasuk dalam kualifikasi nilai rendah hingga sedang. Berdasarkan pada hasil hitung uji beda nilai *gain score*. Selain itu, hasil hitung uji beda pre test dan post test dengan menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,002. Karena nilai asymp. Sig (2-tailed) < 0,05 atau 0,002 < 0,05 maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji *wilcoxon signed rank test* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengisian kuesioner harga diri saat *pre test* dan *post test*.

Dari paparan hasil hitung uji beda di atas dapat disimpulkan bahwa Terapi dzikir efektif dalam meningkatkan harga diri klien di Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri. Bila dilihat dari data yang diperoleh, hasil terapi ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan hanya melakukan 4 sesi terapi. Sepanjang Terapi dzikir dilakukan, motivasi, kesadaran spiritual dan perubahan perilaku wanita tuna susila mulai menunjukkan perubahan ke arah yang lebih baik. Hal ini ditandai dengan meningkatnya intensitas ibadah wajib

yang dilakukan wanita tuna susila. Keikutsertaan wanita tuna susila dalam kegiatan yang diadakan juga mengindikasikan keberhasilan terapi ini, karena keikutsertaan merupakan perubahan perilaku yang lebih baik dari sebelumnya. Bila ditilik dari tujuan, maka terapi dzikir ini secara kasat mata dapat dikatakan berhasil dengan indikasi meningkatnya intensitas ibadah dan juga keikutsertaan wanita tuna susila dalam berbagai kegiatan di lembaga Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri.

C. Terapi Dzikir Efektif Dalam Meningkatkan Harga Diri (*Self Esteem*) pada Wanita Tuna Susila di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri

Penerapan terapi dzikir ini cukup efektif untuk meningkatkan harga diri subjek, keefektifan tersebut didapatkan dengan hasil hitung sumbangan efektif regresi linier di dapatkan nilai R square sebesar 0, 81 atau 81%. Sedang 19% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian. adapun faktor diluar penelitian tersebut kemungkinan dapat disebabkan oleh, kurangnya waktu pemberian terapi, karena pada penelitian ini jangka waktu proses terapi relatif singkat yakni hanya 4 hari selama 90 menit/hari, kurangnya konsentrasi dan keseriusan subjek saat melakukan terapi sehingga subjek kurang merasakan efek yang ditimbulkan selama terapi berlangsung, kondisi ruangan yang kurang memadai, suasana yang tidak kondusif hal ini karena selama proses terapi berlangsung terkadang subjek diganggu oleh temannya yang lain yang tidak ikut dalam proses terapi, serta kurangnya kedisiplinan saat akan melakukan terapi.

Dari paparan tersebut diatas, terapi dzikir dinilai cukup efektif untuk meningkatkan harga diri wanita tuna susila dengan derajat efektivitas sebesar 81% dengan 19% hilang karena faktor yang ada diluar penelitian.