

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Alkohol dalam kalangan masyarakat merupakan zat yang sudah lazim didengar. Penggunaan alkohol sangat bervariasi, mulai dari untuk obat luka, untuk parfum, untuk minuman, dan lain sebagainya. Adanya zat alkohol ditengah masyarakat dirasa cukup membantu dalam beberapa kebutuhan tertentu, akan tetapi penggunaan alkohol secara berlebihanpun juga memiliki dampak buruk bagi setiap orang. Kekhawatiran ini menyerang segala jenis rentan usia termasuk remaja¹. Padahal Menteri Perdagangan membentuk Peraturan Menteri Perdagangan No.06/M-DAG/PER/1/2015 mengenai pengendalian dan pengawasan terhadap pengadaan, peredaran, dan penjualan minuman beralkohol². Dari peraturan tersebut harusnya remaja mendapat pengawasan dan dapat dikendalikan konsumsinya terhadap alkohol. Namun faktanya remaja mengonsumsi alkohol tanpa pengawasan dan tidak bisa dikendalikan³.

Dalam fase sebelum kecanduan, individu akan mengalami salah satu fase dimana individu menjadikan konsumsi alkohol sebagai bentuk pelarian dari stress, konflik, depresi, atau masalah yang dialami dan merasakan kebahagiaan

¹ Chazumah Umamah, "Alkoholik Di Kalangan Mahasiswa Perempuan (Studi Tentang Pemakaian Peminum Alkohol Di Komunitas SANA)," *Universitas Airlangga* (2019): 4.

² Kemendag RI, "Peraturan Menteri Perdagangan Nomor 06/M-DAG/PER/1/2015 Tentang Pengendalian Dan Pengawasan Terhadap Pengadaan Peredaran Dan Penjualan Minuman Beralkohol," *Permendag, Peraturan Menteri Perdagangan Republik Indonesia*, 2015.

³ Esta Ruri Solecha dan Diah Indriani, "Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Konsumsi Alkohol Anak Jalanan Di Kota Kediri," n.d.

sejenak⁴. Jika hal tersebut dilakukan secara terus menerus maka individu akan masuk ke fase adiksi dimana individu akan mengalami ketergantungan setiap mengalami masalah dan dilakukan secara terus menerus. Jika sudah masuk pada fase adiksi, individu akan sulit untuk berhenti dan apabila berhasil berhenti, individu akan masuk pada fase pasca adiksi. Hal tersebut dapat menghambat perkembangan remaja dan mempengaruhi kesehatan mental remaja.

Alkohol dianggap menjadi sumber kebahagiaan pada sebagian orang, karena bagi sebagian orang alkohol dijadikan tempat pelarian dari tekanan emosional yang dialaminya. Penelitian yang dilakukan oleh Dyantha dan Rofiah menunjukkan bahwa ketidak mampuan individu dalam mengelola emosi negatif memiliki peran dalam tingginya konsumsi alkohol. Selain itu mereka juga menemukan adanya korelasi antara problem kesehatan mental dengan kecenderungan penyalahgunaan minuman beralkohol⁵. Penelitian tersebut menunjukkan adanya keterkaitan alkohol dan perasaan bahagia yang dimiliki individu ketika mengonsumsinya. hal itu dipicu oleh zat – zat yang terkandung dalam alkohol. Ilyanti mengungkapkan bahwa alkohol memiliki dosis yang bersifat sedatif, yang mana hal tersebut dapat menimbulkan perasaan tenang dan kantuk⁶. Namun, konsumsi alkohol secara berlebihan apalagi sampai dititik kecondungan sangat berdampak buruk bagi individu. Selain dampak kesehatan

⁴ Fahrurrazi Fahrurrazi, “Perilaku Religius Mahasiswa Pecandu Alkohol,” *Potret Pemikiran* 24, no. 2 (2020): 108.

⁵ Dyantha Adawiyah Widodo and Rofi’ah, “Penyalahgunaan Minuman Keras Pada Remaja (Studi Kasus Di Kp. Bulak Amah Kelurahan Mekarwangi),” *MANIFESTO Jurnal Gagasan Komunikasi, Politik, dan Budaya* 1, no. 1 (2023): 39–46, <https://journal.awatarapublisher.com/index.php/manifesto/article/view/23>.

⁶ Ilyanti A Surah, “Analisis Flourishing Mantan Pecandu Alkohol Di Desa Sumili Kecamatan Kupang Barat,” *Jurnal Sains Psikologi* 9, no. 2 (2020): 64–77.

biologis yang sudah dijelaskan diatas, dampak buruk alkohol juga menyerang psikologis individu.

Selain dampak buruknya, hal yang dapat dipertimbangkan masyarakat dalam penghindaran konsumsi alkohol adalah hukum atau norma agama karena secara hukum agama alkohol merupakan minuman yang diharamkan. Seperti yang kita ketahui, kita hidup di negara yang mayoritas masyarakatnya memeluk agama Islam. Namun, hal tersebut tidak mengubah perilaku konsumsi alkohol di kalangan masyarakat. Pengharaman alkohol pada dasarnya sudah dijelaskan dalam Al –Qur`an yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan.*(90). *Sesungguhnya syaitan itu bermaksud hendak menimbulkan permusuhan dan kebencian di antara kamu lantaran (meminum) khamar dan berjudi itu, dan menghalangi kamu dari mengingat Allah dan sembahyang; maka berhentilah kamu (dari mengerjakan pekerjaan itu).*(91) Q.S. Al-Maidah 90-91.

Ayat diatas menjelaskan bahwa judi, meminum alkohol, berkorban untuk berhala merupakan perbuatan setan. Dan pada ayat tersebut juga dijelaskan bahwa setan akan menimbulkan permusuhan dan kebencian diantara manusia yang disebabkan oleh judi dan meminum alkohol. Oleh karena itu, Allah

melarang bagi manusia yang beriman untuk melakukannya dan memberhentikan umat terdahulu dari perbuatan tersebut⁷.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur Dafiq dkk. menunjukkan perbedaan emosional remaja yang mengkonsumsi alkohol dengan yang tidak mengkonsumsi alkohol. Penelitian tersebut menunjukkan perbedaan antara keduanya dimana remaja yang mengkonsumsi alkohol cenderung memiliki kecerdasan emosional yang kurang ditunjukkan dengan adanya perilaku negatif seperti mudah marah atau tersinggung, perubahan perasaan, dan cenderung agresif.⁸ Perilaku tersebut menunjukkan adanya gangguan kesehatan mental yang dimiliki remaja mengkonsumsi alkohol, dengan begitu secara psikologis individu tersebut dapat dikategorikan dalam individu yang terganggu atau terserang psikologisnya oleh minuman beralkohol.

Ketika individu telah masuk dalam kategori ketergantungan atau kecanduan, individu akan sulit untuk lepas dari hal tersebut. Individu akan membutuhkan alasan yang baginya masuk akal dan bisa diterima untuknya. Paparan data yang di tunjukkan oleh Ilyanti Surah dalam penelitiannya menunjukkan bahwa subjek yang ditelitinya berhenti karena sudah merasakan adanya sakit lambung, merasakan alkohol menghambat pekerjaannya, merasakan alkohol merusak hubungannya dengan keluarga, dan sebab negatif lain⁹. Penyebab berhentinya konsumsi alkohol sangat beragam karena hal

⁷ Sinar Baru Algensindo, "Tafsir Ibnu Katsir" 7 (n.d.).

⁸ Jakri; Nur Dafiq; Jayanthi Petronela Jangu; Silfia Angela Norce Halu; Yohanes, "Perbedaan Kecerdasan Emosi Remaja Yang Mengkonsumsi Alkohol Dan Tidak Mengkonsumsi Alkohol Di Kabupaten Manggarai NTT" 5, no. April (2023): 1188–1197.

⁹ Surah, "Analisis Flourishing Mantan Pecandu Alkohol Di Desa Sumili Kecamatan Kupang Barat."

tersebut murni dari keinginan individu. Namun, yang kerap menjadi persoalan adalah masa atau tahapan individu setelah memutuskan berhenti. Individu akan merasakan kekosongan pada dirinya apalagi ketika kembali diterpa perasaan stress, dimana individu sebelumnya meluapkan rasa stressnya dan mencari kebahagiaan pada alkohol dituntut untuk tidak kembali pada hal tersebut.

Kekosongan tersebut menjadi masalah yang cukup besar bagi segala kalangan khususnya pada remaja tahap akhir. Karena pada fase tersebut remaja sedang mengalami masa kritis bagi hidup mereka yang mana krisis identitas akan terjadi pada mereka. Pada fase tersebut individu sejatinya harus menemukan makna hidup dan jati diri pada diri mereka untuk mencapai masa dewasa yang memiliki kesehatan mental dan fisik yang baik. Remaja yang gagal akan menangani krisis identitas akan menunjukkan kebingungan dan mengalami gangguan psikososial¹⁰. Dengan latar belakang mantan pecandu alkohol, remaja akan sulit untuk melewati fase tersebut dan bahkan dapat menambah risiko relapse bagi remaja. Syanti Dewi dkk. dalam penelitiannya mengungkapkan subjek dari penelitian mereka mengalami perasaan yang beragam setelah berhenti mengkonsumsi alkohol seperti emosional yang labil. Hal tersebut dipicu oleh zat-zat yang masih terkandung dalam diri individu dan menyerang saraf individu¹¹. Individu dituntut untuk mengontrol hal tersebut apabila hal

¹⁰ Status Identitas and Remaja Akhir, "Status Identitas Remaja Akhir : Hubungannya Dengan Gaya Pengasuhan Orangtua Dan Tingkat Kenakalan Remaja" 01, no. 02 (2013): 1–6.

¹¹ Syanti Dewi et al., "Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Relapse Pada Residen Napza YPJI Kota Padang," *Seminar Nasional Psikologi 2022*, no. November (2022): 248–259, file:///C:/Users/raywa.inv/Downloads/248-259+Syanti+Dewi.pdf.

tersebut terjadi guna mencegah terjadinya relapse dan peningkatan kesehatan mental.

Penelitian dari Ilyanti surah menunjukkan analisis psikologi positif dalam fase individu setelah berhenti mengkonsumsi alkohol memiliki hasil yang signifikan dimana hasil dari psikologi positif tersebut menunjukkan hasil positif pula berupa perubahan kontrol pada emosi individu yang lebih baik, terciptanya hubungan positif dengan lingkungan sekitar, mampu memaknai kehidupan dengan baik, dan mampu memiliki pencapaian positif¹². psikologi positif terbukti dapat menstimulus individu untuk berubah menjadi lebih baik dan mencegah adanya kekambuhan mengkonsumsi alkohol pada diri individu.

Psikologi positif pertama kali dicetuskan oleh Martin Seligman, dalam teori tersebut Martin Seligman percaya bahwa manusia dapat meraih kebahagiaan sejati (*authentic happiness*) dan mengurangi penderitaan pada hidupnya dengan mengembangkan potensi positif yang ada pada diri manusia. Martin Seligman berpendapat melalui potensi positif manusia yang dipengaruhi oleh dua aspek yakni institusi positif dan positif self¹³. Martin Seligman menambahkan definisi kebahagiaan sejati merupakan kebahagiaan yang dicapai dari pencarian, penemuan, dan optimalisasi dari kekuatan diri sendiri. Hal tersebut hampir sama dengan konsep *eudemonia* milik Aristoteles yang berisi bahwa kondisi kebahagiaan sejati tidak hanya merasa baik, namun kebahagiaan

¹² Surah, "Analisis Flourishing Mantan Pecandu Alkohol Di Desa Sumili Kecamatan Kupang Barat."

¹³ Martin E. P. Seligman, *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment* (New York: ATRIA PAPERBACK, 2004).

sejati merupakan kondisi dimana individu berhasil mengembangkan potensi terbaik pada dirinya dan dapat menjalani hidup dengan tujuan¹⁴.

Mengambil kesimpulan dari penelitian-penelitian terdahulu dapat digaris bawahi bahwa psikologi positif sangat efisien diterapkan pada para mantan pecandu alkohol guna mencegah terjadinya relapse (kambuh) bagi para mantan pecandu. Psikologi positif bergerak pada pembinaan elemen-elemen penting dalam *authentic happiness* dan *well being* yang bertujuan untuk menolong individu mencapai suka cita dan dapat memaknai hidupnya¹⁵. Hal tersebut membuktikan bahwa penemuan *authentic happiness* dan *well being* pada individu mantan pecandu alkohol sangat penting diranah konseling dalam pengobatan sekaligus pencegahan relapse pada mantan pecandu alkohol.

Dalam teori psikologi positif *authentic happiness* dan *well being* dapat diraih dengan membina elemen-elemen flourishing. *Flourishing* merupakan kondisi dimana individu mampu mengoptimalkan perkembangan pada hidupnya dengan memanfaatkan keadaannya yang telah membaik, mulai dari emosi, fungsi, dan potensi yang ada pada diri individu¹⁶. *Flourishing* memiliki lima elemen kunci untuk meraih *authentic happiness* dan *well being* diantaranya Positive Emotion, Engagment, Relationship, Meaning, Accomplishment. Elemen tersebut disingkat dengan istilah (PERMA). Penelitian yang dilakukan

¹⁴ Asep Awaludin, "Martin Seligman and Avicenna on Happiness" 1, no. 1 (2017): 1–30.

¹⁵ Kornelis Seralarat, "Psikologi Positif: Studi Mengenai Kebahagiaan Dan Kekuatan Manusia," *Logos: Jurnal Pendidikan, Katekese, dan Pastoral* 1, no. 2 (2012): 32–48.

¹⁶ Martin E. P. Seligman, *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being* (New York: Free Press, 2011), https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=ng7RJW-udoQC&oi=fnd&pg=PA5&dq=seligman+2011&ots=XSQvrOfZSu&sig=j-m-pfOA2JLGoa0V94GxbS-lvYU&redir_esc=y#v=onepage&q=seligman+2011&f=false.

Amanda dan Rida menunjukkan hasil bahwa mantan pecandu alkohol yang dapat membina aspek *flourishing* memiliki peningkatan perilaku positif yang signifikan¹⁷. Selain itu, penelitian tersebut juga mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu bagian yang memiliki kontribusi besar dalam inensitas *flourishing*, hal tersebut diungkapn dengan mebuktikan adanya pengaruh yang cukup besar pada *flourishing* ketika individu mampu menjalin interaksi dan hubungan positif dengan orang di sekitarya. dengan begitu lingkungan sosial menunjukkan peran yang cukup krusial dalam pencapaian aspek *flourishing*. Peneliti menemukan bahwa dukungan sosial dapat di dapatkan dari banyak lingkup, mulai dari keluarga, teman, lingkungan berkumpul. Lingkungan berkumpul seperti komunitas kajian memiliki potensi dukungan sosial yang dapat berkontribusi dalam pencapaian aspek *flourishing*.

Pada dasarnya, kajian meruapakan kumpulan orang yang membahas tentang ilmu baik ilmu agama maupun ilmu lain. Kajian menjadi fenomena yang menarik pada topik ini dimana dalam penelitian yang dilakukan oleh beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya kontribusi dukungan sosial pada pencapaian *flourishing* individu untuk meraih *authentic happiness* dan *well being*. Peneliti menemukan fenomena tersebut yang terjadi di lingkungan peneliti dengan nama Kajian Teras Gubuk. Kajian Teras Gubuk merupakan kajian agama dimana dalam kegiatan yang dilaksanakan secara rutin tersebut mangkaji isi dari kitab *Irsyadul Ibad*. Walaupun kajian ini merupakan kajian

¹⁷ Amanda Permata Illahi and Rida Yanna Primanita, "Flourishing Pada Mantan Pecandu Alkohol Di Nagari Labuah Gunuang" 8 (2025).

agama, kajian ini dikemas dengan gaya modern yang memperhatikan estetika setiap sisi dalam kajian. Hal tersebut juga menjadi salah satu daya tarik bagi masyarakat apalagi kalangan remaja. Selain itu, kajian Teras Gubuk yang berada di Kediri ini seakan memiliki dampak positif bagi remaja mantan pecandu alkohol. Jamaah yang memiliki latar belakang mantan pecandu alkohol menunjukkan perubahan yang mencolok dalam keikutsertaannya di Teras Gubuk. Kajian Teras Gubuk menjadi wadah dan menciptakan lingkungan yang positif bagi remaja mantan pecandu alkohol. Selain itu poin-poin yang didapat dari kajian menjadi stimulus bagi para remaja mantan pecandu alkohol untuk merubah sudut pandang mereka mengenai kebahagiaan.

Penelitian ini memiliki urgensi yang cukup penting bagi dunia konseling Islami karena penelitian ini mengarah pada penggalian peran komunitas Islam seperti kajian Teras Gubuk dalam pembentukan *authentic happiness* dan *well being* bagi para mantan pecandu alkohol. Kajian yang berdasar ilmu agama dan berisi tuntunan-tuntunan dalam perjalanan hidup sangat relevan dengan kebutuhan yang dimiliki para mantan pecandu alkohol guna melengkapi elemen-elemen pembentukan *authentic happiness* dan *well being*.

Dari situ peneliti ingin menggali lebih dalam makna kebahagiaan yang dimiliki oleh remaja mantan pecandu alkohol yang mana sebelum berhenti mengkonsumsi alkohol individu menemukan kebahagiaan diwaktu mengkonsumsi alkohol namun setelah berhenti, kebahagiaan seperti apa yang dapat dimaknai oleh individu dalam kehidupan. Apalagi dengan partisipasi subjek dalam kajian Teras Gubuk di Kediri dapat menambah daya tarik dalam

penelitian ini. Dari wawancara ringan yang dilakukan kepada subjek A didapatkan bahwa Kajian Teras Gubuk ini menjadi salah satu dukungan baginya untuk menemukan kebahagiaan dan lari dari jeratan dunia alkohol.

Penelitian ini mengarah pada pemberian kontribusi mendalam dan kontekstual dalam menggali makna kebahagiaan yang dimiliki oleh remaja mantan pecandu alkohol dengan diiringi partsipasinya dalam Kajian Teras Gubuk. Penelitian ini juga memberikan kebaruan dari penelitian sebelumnya dengan memberikan paparan penggalan makna pada remaja mantan pecandu alkohol dalam konteks komunitas kajian religius yang belum banyak ditemukan pada penelitian terdahulu yang ada. Penelitian yang ada sebelumnya tidak ada yang mengkaji secara spesifik mengenai komunitas kajian religi dengan mantan pecandu alkohol. Selain itu, penelitian yang ada sebelumnya lebih dominan mengukur secara kuantitatif mengenai relapse, flourishing, atau efektivitas program tanpa memkanai lebih dalam mengenai kebahagiaan terkhusus pada komunitas religi non rehabilitatif normal. Penelitian yang ada sebelumnya juga tidak banyak yang menekankan fokus subjek mereka pada remaja. Penelitian ini berusaha menggali pengalaman subjektif yang dialami remaja mantan pecandu alkohol sehingga dapat mengungkap makna kebahagiaan yang dimiliki mereka. Kontribusi utama penelitian ini berada pada penggalan makna kebahagiaan yang dimiliki oleh mantan pecandu alkohol dengan diiringi partsipasinya dalam kajian Teras Gubuk. Dengan menggunakan wawancara mendalam dan observasi penelitian ini tidak hanya menggali makna kebahagiaan yang dimiliki manran pecandu alkohol namun juga partsipasinya

daam kajian Teras Gubuk guna mengetahui dampak positifnya bagi mantan pecandu alkohol sehingga penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan bagi para konselor untuk merehabilitasi konselinya yang memiliki pengalaman sama.

Subjek dari penelitian ini adalah remaja usia 18-24 tahun yang telah berhenti mengkonsumsi alkohol dan aktif mengikuti kajian Teras Gubuk minimal 6 bulan terakhir hal tersebut dipertimbangkan dengan kriteria subjek yang berumur tersebut masuk dalam kategori remaja akhir. Pada usia tersebut, remaja masuk pada fase remaja akhir yang juga disebut *late adolescence*. Menurut PBB, fase ini juga tergolong pada *young people*¹⁸. Dan pertimbangan waktu partisipasinya diambil dari pertimbangan internalisasi nilai yang dapat diresapi individu. Subjek A dalam wawancara ringan mengungkapkan dulunya dia merupakan pecandu alkohol yang konsumsinya paling minim seminggu sekali. Subjek A berhenti mengkonsumsi alkohol karena mulai tersadar akan kondisi kehidupannya yang tidak memiliki tujuan. Subjek A merasa bahwa kebahagiaan yang dialaminya sewaktu meneguk alkohol hanya kebahagiaan semu yang akan hilang ketika efek alkoholnya hilang. Dari situ Subjek A ingin meningkatkan kualitas hidupnya agar tidak hanya bertahan dalam kondisi tersebut. Subjek A juga mengungkapkan kehadiran dirinya pada kajian Teras Gubuk memiliki dampak positif pada dirinya. Teras Gubuk menjadi lingkungan

¹⁸ M.Pd. Farida Isroani, S.Pd.I et al., *Psikologi Perkembangan*, ed. M.Pd. Aeni Rahmawati, 1st ed. (Solok, Sumatra Barat: Mitra Cendekia Media, 2023), https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=0fTLEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA155&dq=fase+remaja+24+tahun&ots=I6lOI3aqGx&sig=yu1DtvIEB4yxGYGTJ56xgudrN6c&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false.

baru dan positif baginya dan dapat membantu menemukan makna kebahagiaan sejati pada hidupnya.

Dari situ peneliti tertarik menggali lebih dalam mengenai makna kebahagiaan yang ditemukan subjek dengan diiringi partisipasinya dalam kajian Teras Gubuk. Penelitian ini dirasa penting dilakukan karena fenomena yang ditemukan peneliti menunjukkan adanya potensi stimulus yang diberikan oleh kajian religius dalam pembentukan makna kebahagiaan individu sehingga dapat membantu subjek merubah sudut pandang mengenai kebahagiaan. Pembentukan makna kebahagiaan ini sangat penting dilakukan agar individu dapat mencapai kebahagiaan yang sejati dan meninggalkan hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana makna kebahagiaan remaja mantan pecandu alkohol sebelum dan sesudah berhenti?
2. Bagaimana peran komunitas religius (Kajian Teras Gubuk) dalam membentuk dan memaknai kebahagiaan remaja mantan pecandu alkohol?
3. Apa implikasi temuan ini terhadap layanan konseling Islami berbasis komunitas?

C. Tujuan

1. Mendeskripsikan makna kebahagiaan remaja mantan pecandu alkohol.
2. Memaparkan peran Kajian Teras Gubuk dalam mendukung kebahagiaan tersebut.

3. Merumuskan implikasi hasil penelitian bagi layanan konseling Islami berbasis komunitas.

D. Kegunaan Penelitian

Setelah rumusan dan tujuan penelitian ini dirumuskan, maka hasil yang diperoleh diharapkan memberikan manfaat yang dipisahkan menjadi dua sudut, yaitu secara teoritis dan secara praktis, sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu bk khususnya bk sosial. Yang mana penelitian ini akan berkontribusi dalam pemahaman makna kebahagiaan dan proses pemulihan dari penyalahgunaan alkohol melalui pendekatan komunitas dan spiritual. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam pengaplikasian psikologi positif dan konseling Islam berbasis komunitas untuk menangani fenomena serupa.

2. Secara Praktis

a. Bagi Konselor

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi koleksi yang memberikan sebuah wawasan, yang bisa menambah pengalaman dalam meneliti makna kebahagiaan yang dimiliki oleh remaja mantan pecandu alkohol yang kedepannya sangatlah bermanfaat bagaimanapun keadaan nya dan dimana pun tempatnya. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai strategi penanganan kasus serupa dan menjadi pertimbangan dalam membantu klien.

b. Bagi subjek

Hasil dari penelitian ini dapat membantu subjek dan individu lain yang memiliki pengalaman yang sama untuk memahami pentingnya makna kebahagiaan sejati dan peran lingkungan positif dalam proses pemulihan.

E. Penegasan Istilah

1. Makna kebahagiaan

Kebahagiaan sejati menurut Seligman merupakan keadaan dimana individu mencapai kebahagiaan setelah mencapai penemuan, pencarian, dan optimalisasi dari diri sendiri. Dalam penelitian ini makna kebahagiaan merujuk pada pemahaman subjektif dan pengalaman pribadi individu tentang apa yang dianggap kebahagiaan sejati dalam hidupnya.

2. Mantan pecandu alkohol

Mantan pecandu alkohol merupakan individu yang telah melewati masa ketergantungan pada alkohol mantan pecandu alkohol sebelumnya mengalami kecanduan yang signifikan pada minuman alkohol. Menurut beberapa peneliti, mantan pecandu alkohol akan melewati banyak tantangan mulai dari resiko kambuh, maupun gejala-gejala yang timbul setelah putus dari zat tersebut. Dengan begitu, istilah mantan pecandu alkohol dalam penelitian ini merujuk pada individu yang telah berhenti mengonsumsi alkohol dan sedang atau telah menjalani proses pemulihan untuk menemukan makna kebahagiaan yang sejati¹⁹.

¹⁹ Ibid.

3. Jamaah kajian Teras Gubuk

Jamaah kajian teras gubuk merupakan sekelompok masyarakat yang rutin mengikuti kajian Teras Gubuk. Kajian ini dirintis oleh KH. Abdurrahman Al Kutsar yang mana beliau berperan sebagai perintis sekaligus pemateri kajian ini. Isi dari jamaah ini bermacam-macam golongan, mulai dari santri, alumni pondok pesantren, masyarakat umum, dan kalangan muda. Partisipasi dalam kajian ini tidak dilihat dari jumlah jamaah yang hadir melainkan dari kesungguhan dalam belajar dan mendalami nilai spiritual. Dengan demikian, dalam penelitian ini jamaah Teras Gubuk mengarah pada individu yang aktif mengikuti kajian dan memandang kajian sebagai bagian dari pembelajaran spiritual dan pengembangan diri.