

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN *RATIONAL EMOTIVE  
BEHAVIOR THERAPY* (REBT) TERHADAP *SHAME* DAN  
*GUILT* PADA PENGGUNA NARKOBA YANG SEDANG  
DIREHABILITASI**

Oleh :

**Dimas Rizky Aditya**

**190420130031**

**TESIS**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Magister Profesi Psikologi  
Program Studi Magister Profesi Psikologi  
Bidang Kajian Psikologi Klinis Dewasa**



**PROGRAM MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PADJADJARAN  
JATINANGOR  
2016**

## **ABSTRACT**

*This study is based on the phenomenon of increasing drug users and requires the user to be rehabilitated. In the rehabilitation process, appears a wide variety of characteristics, one of which emotional characteristics in which their guilty feeling. According to De Leon (2000), feelings of guilt which is owned by drug users is the most potential to ruin themselves. Tangney (2002) divide guilty feeling into shame and guilt. When the shame and guilt felt by drug users who are being rehabilitated is not healthy, then there needs to be a way to turn it into a sound that the rehabilitation process is not hampered. One way to change it is Rational Emotive Behavior Therapy which is one of psychotherapy that is able to change unhealthy emotions become healthy emotions, but still need to be investigated to validate its effectiveness in dealing with shame and guilt at being rehabilitated drug users.*

*The subjects were drug users who are being rehabilitated, aged over 17 years, and has the shame and guilt that comes from unhealthy and irrational beliefs. The subject of the collection process, there are 3 people who are willing to participate in research and comes from Balai Rehabilitasi Sosial Permadi Putra. This study is a quasi-experimental research design using a systematic and case-study with the One-Group Pre-Test-Post-Test Design due to the limited number of subjects willing to participate in the study did not allow the use of two research groups to be compared. Data on the subject of shame and guilt obtained through questionnaires State Shame and Guilt Scale (SSGS) and Test Of Self-Conscious Affect-3 (TOSCA-3) developed by J. P. Tangney (2000).*

*The results showed that the Rational Emotive Behavior Therapy is effective against shame and guilt at being rehabilitated drug users especially at the state level. Significant changes in the state-shame and state-guilt affect the perceived guilty feeling and also changes in behavior. Change happens because the subject is able to change the irrational beliefs that cause unhealthy shame and guilt to be rational beliefs resulting healthy shame and guilt.*

*Keywords: rational emotive behavior therapy, shame, guilt, drug users, rehabilitation*

## ABSTRAK

Penelitian ini berdasarkan pada fenomena semakin meningkatnya para pengguna narkoba dan mewajibkan para pengguna untuk direhabilitasi. Dalam proses rehabilitasi tersebut, muncul berbagai macam karakteristik, salah satunya karakteristik emosional dimana adanya perasaan bersalah. Menurut De Leon (2000), perasaan bersalah yang dimiliki oleh para pengguna narkoba merupakan hal paling potensial yang dapat merusak diri mereka. Tangney (2002) membagi rasa bersalah ini menjadi *shame* dan *guilt*. Ketika *shame* dan *guilt* yang dirasakan oleh para pengguna narkoba yang sedang direhabilitasi ini dinilai tidak sehat, maka perlu ada cara untuk mengubahnya menjadi sehat agar proses rehabilitasi tidak terhambat. Salah satu cara yang dapat mengubahnya adalah *Rational Emotive Behavior Therapy* dimana merupakan salah satu psikoterapi yang mampu mengubah emosi tidak sehat menjadi lebih sehat, namun masih perlu diteliti untuk memvalidasi efektivitasnya dalam menangani *shame* dan *guilt* pada pengguna narkoba yang sedang direhabilitasi.

Subjek penelitian adalah para pengguna narkoba yang sedang direhabilitasi, berusia di atas 17 tahun, dan memiliki *shame* dan *guilt* yang tidak sehat dan berasal dari pikiran irasional. Dari proses pengumpulan subjek, terdapat 3 orang yang bersedia untuk ikut serta dalam penelitian dan berasal dari Balai Rehabilitasi Sosial Permadi Putra. Penelitian ini merupakan *quasi-experiment* dan rancangan penelitian menggunakan *systematic case-study* dengan *One-Group Pre-Test-Post-Test Design* karena keterbatasan jumlah subjek yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian tidak memungkinkan menggunakan dua kelompok penelitian untuk dibandingkan. Data mengenai *shame* dan *guilt* subjek diperoleh melalui kuesioner *State Shame and Guilt Scale* (SSGS) dan *Test Of Self-Conscious Affect-3* (TOSCA-3) yang dikembangkan oleh J. P. Tangney (2000).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif terhadap *shame* dan *guilt* pada pengguna narkoba yang sedang direhabilitasi terutama pada tingkatan *state*. Perubahan signifikan pada *state-shame* dan *state-guilt* berpengaruh pada rasa bersalah yang dirasakan dan juga perubahan perilaku. Perubahan terjadi karena subjek mampu mengubah keyakinan irasional yang menyebabkan terjadinya *shame* dan *guilt* yang tidak sehat menjadi keyakinan rasional sehingga menghasilkan *shame* dan *guilt* yang lebih sehat.

Kata Kunci: *rational emotive behavior therapy*, *shame*, *guilt*, pengguna narkoba, rehabilitasi