

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### A. Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan di atas maka dapat dikatakan subyek memaknakan hidupnya secara estetik, walaupun sebagai seorang mantan pengguna napza yang sebelumnya pernah melakukan dua kali rehabilitasi ia belum bisa meninggalkan dunia estetisnya, karena sebagai seorang mantan pengguna napza ia mengaku masih terperangkap dalam kehidupan-kehidupan lampayanya, ia sempat *leap* atau jatuh kembali pada alkohol namun tidak sampai ketergantungan kembali. Subyek mengakui bahwa sangatlah sulit sekali untuk keluar dari dunia tersebut dan ia mengatakan bahwa biarlah hidupnya seperti air yang mengalir apa adanya “*go with the flow* saja” dan berkata bahwa sekarang ini hidup yang ia jalani dan ia lakukan hanya untuk “*just for today* saja. Sehingga hal tersebut membuat dirinya menjadi terombang ambing dalam kehidupannya sendiri karena di sini dirinya tidak memilih dan juga tidak menggunakan kehendak bebasnya yang seharusnya ia gunakan dalam memilih kehidupannya. Dalam menjalani kehidupannya ia tidak memilih berdasarkan nilai-nilai kemanusiaan yang dipilihnya secara bebas namun ia pilih karena hal itu adalah suatu keharusan bukan karena kebebasan (*by necessity, not by freedom*). Maka dari itu dirinya akan merasakan suatu keputusasaan dalam hidupnya karena dia mengabaikan sisi abadi dari dirinya. Dirinya pun akan merasakan kecemasan karena rasa aman dan nyaman yang ia ungkapkan hanyalah rasa aman yang sebetulnya “tanpa roh”.

##### a) Kebahagiaan

- Subyek mengatakan bahwa kebahagiaan dalam hidup akan diperoleh jika harapan-harapannya terwujud. Subyek mengatakan hidup yang bahagia adalah hidup dengan sebuah kesuksesan.
- Subyek merasa jika hidupnya belum bahagia sepenuhnya karena impian-impian yang pernah ia impikan dahulu sirna karena napza, dan ia mengaku bahwa sekarang impian-impianya tersebut masih banyak yang menumpuk. Namun subyek mengatakan bahwa ada salah satu kebahagiaan dalam hidupnya, ia telah merasa bahwa cintanya sudah terpenuhi yaitu dia sudah dapat menemukan pasangan hidupnya.

**b) Kekecewaan dan Penyesalan**

- Menurut subyek kekecewaan adalah suatu perasaan yang muncul ketika harapan-harapan dalam hidupnya tidak terpenuhi dan tidak tercapai.
- Subyek mengatakan sempat murka pada Tuhan menurutnya Tuhan tidak adil dan tidak menyayanginya. Ia mengungkapkan jika Tuhan sayang kepadanya mengapa ia harus hidup dengan kondisi keluarga yang menurutnya berantakan karena tidak mempunyai *role model* yang baik dari sang ayah, mengapa dia harus hidup juga sebagai seorang pecandu napza dan mengapa ketika ia ingin benar-benar pulih dari kecanduannya Tuhan membuatnya selalu kembali lagi ke dalam jeratan napza dan menjadi seorang yang terkena HIV positif. Namun pada saat ini, setelah dirinya sembuh dari ketergantungan napza dirinya menyadari bahwa hidup yang telah ia jalani ini tidaklah harus dengan terus menerus di sesali karena menurutnya untuk apa di sesali karena hanya akan membuang-buang waktunya saja.

**c) Kecemasan**

- Sekarang ini subyek mengaku merasakan kecemasan dalam hidupnya. Cemas karena dirinya takut tidak bisa membahagiakan keluarganya dan tidak bisa hidup lama karena dirinya terjangkit HIV positif. Subyek pun mengatakan cemas karena takut kedua orang tuanya tahu bahwa dirinya terjangkit HIV positif, ia mengatakan bahwa sampai saat ini kedua orang tuanya tidak mengetahui bahwa dirinya terjangkit HIV positif.
- Subyek pun cemas terhadap masa depan adik-adiknya, dirinya takut jika adik-adiknya mengikuti jejaknya yaitu sebagai seorang pecandu dan menjadi seorang yang pembangkang karena keadaan di lingkungan rumahnya yang kurang bagus, sehingga dirinya mencoba membangun kedekatan-kedekatan dan memberi perhatian pada adik-adiknya.

**d) Kerinduan**

- Sekarang ini setelah subyek sembuh dari ketergantungan napza dan di hadapkan dengan statusnya sebagai seorang penderita HIV positif dirinya ingin memperbaiki kehidupannya ke arah yang lebih baik.
- Kerinduan subyek pada saat ini adalah ingin melihat anaknya tumbuh menjadi seorang anak yang sehat dan ingin melihat anaknya sekolah sehingga kelak menjadi seseorang yang sukses.

**e) Cinta**

- Menurutnya cinta adalah sesuatu yang penuh dengan kesempurnaan. Kaitannya dengan cinta, subyek mengatakan bahwa dirinya tidak mengerti apa itu cinta

namun subyek mengaku bahwa sekarang kebutuhan akan rasa cintanya telah terpenuhi oleh adanya pasangan hidup yaitu menikah.

**f) Kebebasan dan Tanggung jawab**

- Menurutnya kebebasan itu harus di barengi juga oleh sebuah tanggung jawab. Menurutnya setiap yang dilakukan oleh manusia di dalam hidupnya haruslah dilakukan dengan suatu tanggung jawab.
- Subyek mengatakan bahwa dirinya hidup di antara kebebasan dan ketidakbebasan. Ia mengatakan hidupnya bebas karena ia sudah terbebas dari jeratan napza khususnya putaw dan merasa hidupnya tidak bebas karena sebagai mantan pecandu dan sebagai seorang penderita HIV positif dia merasa hubungan sosial dengan orang lain menjadi terbatas.
- Subyek pun mengakui bahwa sekarang ini setelah dirinya sembuh dari ketergantungan dirinya sudah dapat bertanggung jawab namun tanggung jawab tersebut ia ibaratkan seperti penjara, menurutnya tanggung jawab tersebut masih menjadi suatu beban dalam kehidupannya.

**B. Rekomendasi**

1. Praktis

1) Untuk Subyek Penelitian

- Ketika dirimu mendapatkan suatu masalah dan menganggapnya sulit untuk diselesaikan sendiri, cobalah konsultasikan dengan konselor yang menangani kamu atau minimal carilah orang yang nyaman dan aman untuk bisa kamu ajak *sharing*.

- Jika kamu menginginkan suatu kebahagiaan, kebahagiaan itu dapat kamu capai dengan cara terpenuhinya tujuan dan harapan yang di inginkan. Sedangkan tujuan dan harapan tersebut dapat tercapai dengan ke-ikhlasan kita atas suatu masalah. Tidak semua yang kita pikirkan baik untuk diri kita adalah baik dalam pandangan Tuhan untuk kita, karena Tuhan lebih tahu yang terbaik untuk kita.
  - Selalu berpikir secara positif dan berprasangka baik. Jangan menghukum diri dengan kesalahan yang kamu lakukan, karena tiada kesalahan yang dilakukan dengan sengaja, dan jangan menafikan diri atas kesalahan diri, karena justru dengan kesalahan yang kamu lakukan kamu menjadi tahu tentang kebenaran.
  - Cobalah untuk merubah gaya hidup kamu ke arah yang lebih positif, lakukan yang terbaik untuk diri mu sendiri dan teruslah belajar untuk bertanggung jawab, karena peneliti yakin kamu pasti bisa dan jangan biarkan masa lalu mu membunuh masa depan mu.
- 2) Untuk keluarga
- Janganlah beranggapan bahwa mempunyai keluarga yang menjadi seorang pecandu adalah suatu hal yang sangat memalukan sehingga keluarga menjadi menjauhinya dan memberikan *judgment* yang buruk. Berilah mereka motivasi untuk sembuh dan tetap menjaga harga dirinya, karena bagaimana pun peran keluarga sangat penting dalam kesembuhan para pengguna napza.
- 3) Untuk masyarakat

- Melibatkan semua unsur dalam masyarakat dalam melaksanakan pencegahan dan penanggulangan penyalahgunaan napza. Menumbuhkan perasaan kebersamaan di daerah tempat tinggal, sehingga masalah yang terjadi di lingkungan dapat diselesaikan secara bersama-sama. Memberikan penyuluhan kepada masyarakat tentang penyalahgunaan napza sehingga masyarakat dapat menyadarinya.

4) Untuk Pemerintah

- Negara mempunyai kewajiban untuk memberikan perlindungan hukum terhadap pengguna napza, termasuk pula wajib untuk memenuhi hak-hak pengguna napza sebagai korban terutama hak atas pembinaan dan rehabilitasi.

5) Untuk yayasan rehabilitasi

- Memberikan program *Sheltered Workshop* yaitu merupakan tempat (wadah) untuk memfasilitasi dan memotivasi mantan korban penyalahgunaan napza atau mantan *resident* yang telah mengikuti program rehabilitasi sosial dalam panti dan luar panti agar lebih berkembang dan mandiri baik secara sosial maupun ekonomi.

2. Teoritis

1) Untuk para peneliti selanjutnya

- Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mengungkap pemaknaan hidup di tinjau dari teori-teori para tokoh eksistensial yang lainnya sehingga akan membuat semakin kaya ilmu psikologi

fenomenologi dan eksistensial sebagai ilmu yang mengkaji sebuah kemurnian dan kebermaknaan hidup.

2) Untuk Jurusan Psikologi UPI

- Dikarenakan pendekatan analisis eksistensial dan fenomenologi ini belum banyak dikaji serta literatur-literturnya yang masih jarang di kalangan psikologi UPI diharapkan untuk di adakan seminar-seminar dan penambahan buku-buku di perpustakaan psikologi yang berhubungan dengan analisis eksistensial dan fenomenologi.

