

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai resiliensi pada dua orang korban penyalahgunaan narkoba yang sedang menjalani masa pemulihan, dapat disimpulkan faktor resiliensi berperan sangat besar dalam masa pemulihan subjek sehingga mampu beradaptasi dan menghadapi tantangan. Kedua subjek memiliki persamaan dan perbedaan dalam menghadapi kesulitan yang mereka alami selama menjalani masa pemulihan. Persamaan dari kedua subjek adalah dengan berada di komunitas mereka dapat mengembangkan diri dan mendapatkan dukungan untuk pulih dari teman-teman dan keluarganya.

Perbedaan terlihat pada pengalaman subjek C dan H. Pada proses pemulihan subjek C, ia menjalani berbagai macam pemulihan secara spiritual dan medis sehingga mendapatkan pembelajaran dari pengalamannya. Subjek C saat ini sudah mampu menolak narkoba dan berkomitmen untuk tidak mengkonsumsi zat tersebut. Subjek H pun menjalani pemulihan dengan berbagai cara tetapi ia belum mampu sepenuhnya terlepas dari pemakaian narkoba. Hal ini tidak membuat H menyerah dan terus berusaha untuk benar-benar pulih dari ketergantungan narkoba. Pengalaman C dan H dapat mengatasi tantangan karena mereka memiliki tujuh faktor resiliensi yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, *self efficacy*, dan *reaching out*.

Pada faktor regulasi emosi, subjek C dan subjek H merasa mampu untuk mengalihkan emosi negatif dengan kegiatan positif. Pada faktor pengendalian, subjek C sudah merasa mampu untuk berkomitmen sepenuhnya melepaskan diri dari ketergantungan narkoba dan subjek H mengatur pola pengkonsumsian narkoba agar ia bisa melepaskan diri dari narkoba sepenuhnya. Pada faktor optimisme, subjek C dan subjek H memiliki pandangan positif dan mengarahkan dirinya untuk bisa lebih baik. Pada faktor analisis kausal, subjek C dan subjek H menjadikan pengalaman dimasa lalu sebagai pembelajaran untuk bisa mempertahankan keadaan *maintenance* mereka.

Pada faktor empati, kedua subjek berusaha saling membantu dengan teman-temannya agar lepas dari ketergantungan narkoba. Pada faktor *self efficacy*, subjek C dan H merasa yakin dapat menghadapi tantangan dengan kemampuan yang mereka miliki namun dengan didampingi oleh orang-orang terdekat. Pada faktor *reaching out*, kedua subjek belajar dari kegagalan dan menemukan cara tersendiri untuk mengembangkan diri mereka dalam mencapai tujuan.

B. Rekomendasi

Berikut ini adalah hal yang perlu direkomendasikan bagi pihak-pihak tertentu berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap dua korban penyalahgunaan narkoba yang sedang menjalani masa pemulihan yaitu:

1. Bagi korban penyalahgunaan narkoba, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bahwa masa pemulihan memiliki tantangan yang bisa

dihadapi dengan mengembangkan diri dalam berbagai bidang meski terdapat hambatan atau menghadapi kegagalan.

2. Bagi pihak-pihak yang dekat dengan korban penyalahgunaan narkoba dalam masa pemulihan khususnya lembaga penyelenggara rehabilitasi, keluarga, dan teman-teman dalam komunitas, diharapkan dapat selalu memberikan dukungan dan perhatian terhadap korban penyalahgunaan narkoba agar dapat meningkatkan motivasi mereka untuk pulih.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan hasil penelitian ini dengan menambahkan variabel dukungan sosial sehingga didapatkan gambaran yang lebih jelas mengenai peranan dukungan sosial terhadap dinamika resiliensi korban penyalahgunaan narkoba dan motivasi mereka untuk pulih. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mengambil subjek dengan karakteristik yang berbeda, misalnya berdasarkan perbandingan gender subjek antara pria dan wanita sehingga dapat memperoleh gambaran yang lebih luas tentang faktor-faktor resiliensi korban penyalahgunaan narkoba yang sedang menjalani pemulihan.