

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa perkembangan resiliensi pada mantan pengguna narkoba berada pada taraf yang berbeda-beda. Perkembangan resiliensi yang terjadi pada mantan pengguna narkoba dipengaruhi oleh faktor protektif internal berupa rasa percaya diri, kemandirian, keterampilan sosial, keyakinan mengatasi masalah, tujuan dan makna hidup yang jelas, serta reaksi emosional (temperamen) yang positif dan faktor protektif eksternal berupa dukungan, kesempatan, dan pengawasan serta panutan dari orang lain dalam bertindak yang mana kedua faktor tersebut berkaitan satu sama lain. Artinya, bahwa seseorang yang mampu memberdayakan aspek positif dalam dirinya tidak akan mampu mengembangkan resiliensi dengan baik tanpa adanya dukungan dari orang lain di lingkungannya, begitu juga sebaliknya.

Seorang mantan pengguna narkoba dapat menjadi individu yang resilien dengan mengembangkan kemampuan resiliensi yang ada dalam dirinya yakni dengan memberdayakan aspek kognitif yakni merubah pola pikir menjadi lebih positif, kritis, dan kreatif, meningkatkan kemampuan afektif dengan membangun empati terhadap orang lain dan menjadikan rasa bersalah sebagai motivasi untuk berhasil, serta pada ranah konatif dengan mengisi kegiatan mereka untuk melakukan berbagai hal positif.

Berdasarkan hasil temuan dari keempat informan dari penelitian ini menunjukkan adanya perkembangan yang baik dari segala aspek resiliensi yang menjadikan mereka mampu menjadi individu yang resilien yang lebih baik daripada sebelumnya, meskipun dalam taraf yang berbeda-beda. Dua informan dalam penelitian ini berhasil mempertahankan keseimbangannya tanpa mengalami *relapse* sekalipun ketika memutuskan untuk berhenti, sementara dua orang lainnya, meski sempat beberap kali *relapse* namun tetap berhasil menjadi individu yang resilien dengan membuktikan kepada banyak orang bahwa mereka dapat hidup normal seperti orang lain pada umumnya. Keempat orang informan tersebut sepakat bahwa segala pencapaian mereka saat ini tidak lepas dari peran dan dukungan orang-orang di sekitarnya yang menguatkan mereka dalam segala hal.

B. Saran

1. Bagi Mantan Pengguna Narkoba

Mempertahankan apa yang telah dicapai seringkali lebih sulit dari pada meraih pencapaian tersebut. Seringkali mantan pengguna narkoba kehilangan kepercayaan diri karena pernah mengalami masa lalu yang buruk dan menjadi pesimis memandang masa depannya. Penting bagi seorang mantan pengguna narkoba untuk memiliki kepercayaan diri agar dapat berinteraksi dengan baik di masyarakat dan memiliki cita-cita atau tujuan hidup yang jelas ke depannya. Sehingga dengan kemampuan interpersonal yang dimiliki dapat melakukan banyak hal positif sesuai dengan minat dan kemampuan untuk mencapai cita-cita tersebut. Selain itu, tidak ada salahnya untuk lebih terbuka dan meminta bantuan

kepada siapapun khususnya kepada orang terdekat ketika menghadapi masalah agar tidak mudah tertekan menghadapi masalah yang muncul sehingga menyebabkan mencari kompensasi lain seperti narkoba.

Bagi mantan pengguna narkoba khususnya yang pernah mengalami *relapse*, penting untuk melakukan kontrol atau pengendalian terhadap setiap dorongan yang muncul untuk kembali menggunakan narkoba dengan berbagai hal seperti menyibukkan diri dengan berbagai kegiatan positif, menjauhi segala hal yang berhubungan dengan narkoba baik itu benda-benda yang digunakan ketika mengkonsumsi narkoba maupun orang-orang atau orang-orang dan lingkungan yang berpeluang mendekatkan seseorang pada narkoba.

2. Bagi Orang Tua dan Lingkungan

Orang tua sebagai pondasi awal pendidikan dan penanaman nilai moral hendaknya senantiasa mendorong anak untuk dapat bertindak lebih mandiri dan berprestasi di bidang yang mereka sukai dengan tetap memberi pengawasan terhadap pergaulan yang juga merupakan bagian penting dalam rangka membentuk ketangguhan pada anak. Selain itu, orang tua juga harus senantiasa menciptakan kehangatan dan keharmonisan dalam keluarga agar anak merasa nyaman dan tidak mencari kompensasi lain sebagai pemenuhan terhadap rasa tertekan atau ketidaknyamanannya.

Dukungan dan peran serta masyarakat serta orang-orang terdekat seperti teman dan tetangga juga memiliki andil yang penting. Menciptakan lingkungan yang memiliki ekspektasi yang tinggi namun tetap realistis dapat menjadikan mantan pengguna narkoba merasa memiliki kesempatan yang sama dengan orang

lain pada umumnya dalam bekerja maupun berkarya. Menerima keberadaan seorang mantan pengguna narkoba tanpa memberi label atau stigma negatif terhadap mereka juga mampu membuat seorang mantan pengguna narkoba menjadi lebih percaya diri untuk berinteraksi di tengah-tengah masyarakat tanpa harus merasa malu atau tersisihkan. Lingkungan juga harus tetap memberi dukungan, semangat dan perhatian terhadap mantan pengguna narkoba yang gagal untuk tidak berhenti mencoba mengembangkan kemampuan resiliensinya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti fenomena resiliensi pada mantan pengguna narkoba:

- a. dapat memperluas penelitian dengan melakukan observasi terhadap kehidupan mantan pengguna narkoba terkait dengan pola interaksi dan pola komunikasi dengan orang lain serta stigma yang melekat pada diri seorang mantan pengguna narkoba.
- b. dapat melakukan tes kepribadian pada informan sehingga dapat ditemukan apakah ada atau tidaknya pengaruh tipe kepribadian terhadap cepat atau lambatnya perkembangan resiliensi pada seorang mantan pengguna narkoba.
- c. mencermati fungsi keluarga sebagai salah satu *buffering* dalam perkembangan resiliensi seorang mantan pengguna narkoba.
- d. mengamati peran rasa bersalah pada upaya penyembuhan pengguna narkoba.