

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Dinamika *self forgiveness* dalam prosesnya tidak terlepas dari berbagai aspek, aspek tersebut yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek perilaku. Ketiga aspek tersebut dialami keempat subjek mantan pecandu narkoba dalam penelitian ini. Aspek kognitif yang menjadikan seseorang sadar untuk memaafkan diri, aspek afektif sebagai pemahaman seseorang atas apa yang dirasakan, sedangkan aspek kognitif yaitu upaya yang dilakukan sebagai bukti pemaafan diri. Menjadikan ketiga aspek tersebut menjadi hal yang penting dalam proses pemaafan diri mantan pecandu narkoba. Serta dinamika yang terjadi pada keempat subjek pada penelitian ini yaitu adanya hubungan yang baik antar mantan pecandu narkoba dengan lingkungan sosial, yang keduanya saling menerima dan memahami satu sama lain. *Self forgiveness* yang dijalani mantan pecandu narkoba merupakan proses yang tidak mudah karena terdapat berbagai aspek dan faktor yang menjadikan suatu dinamika dalam setiap prosesnya, menjadikan mereka mampu kembali pada lingkungan sosial, dan menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik, serta bersosialisasi dengan lebih percaya diri.

2. Dalam proses *self forgiveness* mantan pecandu narkoba terdapat faktor pendorong dan penghambat. Kedua faktor tersebut yang menjadikan proses *self forgiveness* menjadi perjalanan yang panjang dan tidak mudah yang dilalui oleh keempat subjek. Keempat subjek dalam penelitian ini mempunyai faktor pendorong dan faktor penghambatnya masing-masing dalam proses *self forgiveness*. Terdapat satu faktor penghambat yang sama pada setiap subjek yaitu adiksi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Mantan Pecandu Narkoba

Bagi subjek peneliti yaitu mantan pecandu narkoba proses penyembuhannya terjadi seumur hidup. Tentunya hal tersebut tidak terlepas dari adiksi yang sering muncul. Adiksi yang tidak dapat dikendalikan akan membuat mantan pecandu narkoba mengalami *relapse*. Oleh sebab itu mantan pecandu narkoba tidak boleh menyerah dalam proses penyembuhan dan harus tetap berjuang untuk dapat sembuh sepenuhnya dari adiksi. Agar dapat sembuh sepenuhnya disarankan untuk melakukan *self forgiveness* untuk menghilangkan beban rasa bersalah supaya dapat mencapai kehidupan yang lebih baik dan lebih bermakna.

2. Bagi Keluarga Mantan Pecandu Narkoba

Masih banyak mantan pecandu narkoba yang hingga saat ini masih bergelud dalam jatuh bangunnya melepaskan diri dari kecanduan narkoba yang seringkali merasakan adiksi. Perasaan bersalah dan menyesal tidak hanya dirasakan mereka sendiri, namun juga bagi keluarganya. Masih banyak keluarga yang memberikan lebel aib, atau rasa malu karena terdapat anggota keluarganya yang menjadi pecandu narkoba. Pada masa penyembuhan mantan pecandu narkoba yang dibutuhkan adalah dukungan dari keluarga. Dukungan tersebut diharapkan mampu memberikan penguatan agar mereka dapat sembuh dari kecanduannya, agar mereka tidak mengalami *relapse*, dan agar mereka mampu kembali pada lingkungan sosial dengan percaya diri.

3. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan memberi dukungan sosial kepada mantan pecandu narkoba dan menghindari perilaku diskriminatif terhadap mantan pecandu narkoba agar mantan pecandu narkoba dapat kembali pada lingkungan sosial dengan lebih percaya diri tanpa adanya diskriminatif dari masyarakat. Serta meningkatkan kesadaran bagi masyarakat akan bahaya penyalahgunaan narkoba.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tema yang sama yang berkaitan dengan dinamika *self forgiveness* bagi mantan pecandu narkoba. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan aspek-aspek, dan faktor-faktor dalam proses *self forgiveness*, diharapkan dapat menyajikan referensi yang lebih luas yang berkaitan dengan *self forgiveness*, untuk pembahasan penelitian yang semakin luas. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan ketika pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara mendalam dan dilakukan berulang untuk memastikan bahwa subjek melakukan proses *self forgiveness*, dan untuk hasil lebih akurat.