

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan tingkat harga diri pada residen NAPZA sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan berupa pelatihan berpikir positif. Residen yang diberikan pelatihan berpikir positif memiliki tingkat harga diri yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan residen yang tidak mendapatkan pelatihan.

Sebelum mendapatkan perlakuan berupa pelatihan berpikir positif subjek kelompok eksperimen memiliki harga diri yang tergolong rendah sampai sedang. Namun, setelah mendapatkan pelatihan berpikir positif, subjek kelompok eksperimen mengalami peningkatan tingkat harga dirinya. Enam subjek pada awalnya memiliki tingkat harga diri rendah sampai sedang, kemudian setelah mendapatkan perlakuan, 4 dari enam subjek kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang cukup drastis.

Dari beberapa uraian di atas, harus disimpulkan pelatihan berpikir positif merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan harga diri residen NAPZA.

#### **B. Saran**

1. Bagi para pendamping di Rehabilitasi X Yogyakarta dan segenap jajarannya, peneliti merekomendasikan pelatihan berpikir positif untuk dapat dilaksanakan di Rehabilitasi X sebagai pendukung *Theraphy Community* yang dilaksanakan.