

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara kepribadian neuroticism dengan self compassion pada mantan pengguna narkoba. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kepribadian *neuroticism* maka semakin rendah *self compassion* yang dimiliki pada mantan pengguna narkoba. Semakin rendah kepribadian *neuroticism* maka *self compassion* yang dimiliki pada mantan pengguna narkoba akan semakin tinggi. Hasil kategorisasi yang didapat yaitu kepribadian *neuroticism* pada mantan pengguna narkoba dalam kategori tinggi dan *self compassion* dalam kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Ketua Komunitas untuk lebih memperhatikan individu yang memiliki kepribadian neurotisme agar lebih menyayangi dirinya sendiri. *Self compassion* yang tinggi pada mantan pengguna narkoba akan meningkatkan resiliensi, yang mana berguna untuk mengurangi rasa takut dari penolakan sosial, emosi negatif, mampu menghadapi berbagai tantangan sebagai mantan pengguna narkoba.
2. Bagi Mantan Pengguna Narkoba yang memiliki kepribadian *neuroticism* tingkat sangat tinggi dan yang tinggi, untuk mengatur dan membimbing bentuk perilaku yang dapat melibatkan menuju konsekuensi positif, peka dalam membaca situasi diri dan lingkungannya, optimis dan percaya diri agar dapat mengaktualisasikan

potensi dirinya, taat terhadap semua ketentuan, tata tertib, dan aturan-aturan yang berlaku dalam masyarakat.

3. Bagi Peneliti selanjutnya, sumbangan kepribadian *neuroticism* terhadap *self compassion* pada mantan pengguna narkoba sebesar 24,2% dapat diteliti lagi yaitu dengan mempertimbangkan untuk menggunakan faktor lain seperti jenis kelamin, usia, dan kondisi keluarga. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian pelatihan pada mantan pengguna narkoba yang memiliki kepribadian *neuroticism* tinggi supaya *self compassion* yang dimiliki meningkat.