

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Ada hubungan negatif antara *abstinence self-efficacy* dengan kecenderungan *relapse* pada pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi. Semakin tinggi *abstinence self-efficacy* maka semakin rendah kecenderungan *relapse* pada pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi, sebaliknya semakin rendah *abstinence self-efficacy* seseorang maka semakin tinggi kecenderungan *relapse* pada pecandu narkoba yang menjalani rehabilitasi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan kontribusi *abstinence self-efficacy* terhadap kecenderungan *relapse* adalah sebesar 12,4% dengan demikian 87,6% sisanya dipengaruhi faktor lain

Berdasarkan hasil kategorisasi data kecenderungan *relapse* diketahui bahwa dari 42 subjek penelitian, terdapat 15 subjek (35,7%) yang memiliki kecenderungan *relapse* pada kategori tinggi. Sisanya, 14 subjek (33,3%) dalam kategori sedang dan 13 subjek (31%) memiliki kecenderungan *relapse* pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki kecenderungan *relapse* dengan kategori tinggi.

Berdasarkan hasil kategorisasi data *abstinence self-efficacy* diketahui bahwa dari 42 subjek penelitian, terdapat 27 subjek (64,2%) yang memiliki *abstinence self-*

efficacy pada kategori tinggi. Sisanya, 15 subjek (35,7%) dalam kategori sedang dan tidak ada yang memiliki abstinence self-efficacy pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki *abstinence self-efficacy* dengan kategori tinggi.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi subjek

subjek yang menjalani rehabilitasi, di Yayasan Al-Islamy yang rawat inap maupun rawat jalan diharapkan dapat berupaya meningkatkan *abstinence self-efficacy* sebagai keyakinan pecandu akan kemampuannya untuk menghadapi *high risk situation* tanpa menggunakan narkoba. Selama proses rehabilitasi sebaiknya para pengguna melakukan kegiatan-kegiatan peningkatan *self-efficacy* seperti *Mastery experience* (pengalaman keberhasilan), *Vicarious experience* atau *modelling* (meniru pengalaman keberhasilan orang lain), *Social persuasion* (persuasi verbal), *Physiological state and emotional arousal* (keadaan fisiologis dan psikologis) dan aktifitas yang menyenangkan dan hal-hal yang mendatangkan ketenangan, baik secara fisik maupun psikologis. Selain itu para pengguna dapat bergaul di lingkungan pertemanan yang baru, yang dapat membantu mendukung individu terbebas dari narkoba.

2. Bagi Yayasan Al-Islamy

Pihak Yayasan Al-Islamy diharapkan dapat membantu para pengguna narkoba untuk meningkatkan *abstinence self-efficacy* sebagai keyakinan pecandu akan kemampuannya untuk menghadapi *high risk situation* tanpa menggunakan narkoba. Hal tersebut berupaya untuk meminimalisir muncul terjadinya *relapse*

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memberikan pelatihan mengenai cara untuk meningkatkan *abstinence self-efficacy* agar tidak terjadinya *relapse*