

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Seluruh anggota konseling kelompok “Sumber-Sumber *Self Efficacy*” pada penyalahguna NAPZA, menghayati bahwa secara keseluruhan konseling kelompok ini, bermanfaat, menarik dan mereka juga mengakui adanya perubahan kearah yang positif, hingga seluruh konseli menginginkan adanya konseling lanjutan. Penghayatan yang positif ini membantu anggota konseling untuk menemukan *insight* atas perlunya mengolah sumber-sumber *self-efficacy* secara benar, akurat dan realistis sehingga memungkinkan terjadinya peningkatan pada derajat *self-efficacy* setelah mengikuti program konseling kelompok “Sumber-Sumber *Self Efficacy*” pada penyalahguna NAPZA.
2. Setelah mengikuti program konseling kelompok “Sumber-Sumber *Self Efficacy*” untuk penyalahguna NAPZA, seluruh anggota kelompok menunjukkan adanya peningkatan derajat *self-efficacy*. Hal ini menandakan bahwa program konseling yang telah disusun dapat meningkatkan derajat *self-efficacy* penyalahguna NAPZA dalam menghadapi situasi pemicu *relapse*.

5.2 SARAN

5.1.1 Saran Praktis

1. Bagi penyalahguna NAPZA, dapat menggunakan pengetahuan dan pemahaman yang didapat selama proses konseling kelompok untuk dapat menetapkan

rangkaian pilihan dibuat, meningkatkan besarnya usaha yang dikerahkan, meningkatkan daya tahan dalam menghadapi hambatan dan kegagalan dan meningkatkan kemampuan mengolah penghayatan perasaan dalam menghadapi situasi pemicu *relapse*.

2. Bagi keluarga / kerabat dari penyalahguna NAPZA dapat menggunakan pengetahuan mengenai hal-hal yang bisa dilakukan untuk meingkatkan keyakinan penyalahguna NAPZA dalam menghadapi situasi pemicu *relapse*.
3. Bagi konselor adiksi dan pihak rehabilitasi RC dapat mempertimbangkan untuk menggunakan program “Sumber-Sumber *Self Efficacy*” ini sebagai salah satu sumber untuk mendapatkan gambaran mengenai pentingnya *self-efficacy* bagi penyalahguna NAPZA dalam menghadapi situasi pemicu *relapse* dan sebagai informasi awal untuk merancang program rehabilitasi yang terkait dengan peningkatan keyakinan pada penyalahgunaan NAPZA di panti rehabilitasi dalam menghadapi situasi pemicu *relapse*.
4. Bagi Psikolog dan Konselor, dapat menggunakan program konseling kelompok “Sumber-Sumber *Self Efficacy*” ini sebagai salah satu langkah awal dalam membuat model intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan derajat *Self-efficacy* pada penyalahguna NAPZA sampai kepada tahap perilaku.

5.2.2 Saran Teoritis

1. Pada akhir konseling pada penelitian ini, anggota kelompok mengharapkan agar konseling dapat dilanjutkan ke tahap yang lebih jauh, hingga penelitian

selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan hingga bisa mencapai perubahan sampai ke tahap perilaku.

2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti efektifitas program konseling kelompok “Sumber-Sumber *Self Efficacy*” pada penyalahgunaan NAPZA dengan beberapa pusat rehabilitasi lain.
3. Berdasarkan hasil evaluasi proses konseling, untuk selanjutnya disarankan mendatangkan nara sumber dari sesama mantan penyalahguna NAPZA disetiap sesi konseling agar anggota kelompok lebih banyak mendapat masukan dan belajar dari pengalaman sesama penyalahguna NAPZA yang sudah pulih.
4. Penelitian ini hanya mengkaji pada aspek psikologis, disarankan untuk penelitian selanjutnya melengkapi pembahasan dari segi biososial dengan melibatkan nara sumber dari bidang medis serta mengkaji lebih jauh pengaruh lingkungan sosial, baik mikro maupun makro pada proses pemulihan.
5. Penelitian ini menggunakan desain *experiment, pretest – posttest one group design*, yang memiliki kontrol lemah, maka disarankan untuk melakukan penelitian *quasi experiment, control-group design* atau *time- series design*.