

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa remaja penyalahgunaan narkoba memiliki kemampuan *self compassion* atas peristiwa negatif yang dialaminya. Kemampuan *self compassion* digambarkan melalui sembilan tema yaitu adanya perhatian terhadap diri sendiri; melakukan kegiatan menyenangkan, menerima kekurangan diri sendiri; mampu berpikir positif terhadap permasalahan yang dihadapi; mampu berhubungan baik dengan orang lain; menerima kegagalan yang terjadi; meningkatnya religiusitas; menjadikan kegagalan sebagai pelajaran dalam hidup dan memiliki tujuan masa depan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti memberikan saran sebagai berikut :

5.2.1 Saran Metodologis

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan topik atau tema yang sama dapat memperhatikan hal-hal berikut :

1. Menyediakan waktu yang lebih banyak untuk observasi dan wawancara mendalam kepada remaja di LPKA, sehingga didapatkan data yang lebih mendalam terkait pengalaman *self compassion* remaja penyalahgunaan narkoba.

2. Peneliti selanjutnya dapat melakukan metode wawancara online untuk pengambilan data penelitian jika keadaan selama penelitian tidak memungkinkan dan diharapkan lebih mempersiapkan diri dalam proses pengambilan data sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih baik.
3. Diharapkan lebih menspesifikasikan karakteristik informan dalam penelitian untuk menghindari terjadinya bias pada penelitian.
4. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian terkait faktor yang mempengaruhi *self compassion* pada remaja penyalahgunaan narkoba

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi Remaja Penyalahgunaan Narkoba

Untuk remaja penyalahgunaan narkoba yang sedang menjalani hukuman, diharapkan untuk lebih meningkatkan kepedulian terhadap diri sendiri serta pemahaman terhadap permasalahan yang dialami dan menerima kegagalan yang terjadi dalam menghadapi peristiwa negatif yang dialami selama menjalankan hukuman di LPKA.

2. Bagi Pihak LPKA

Untuk pihak di LPKA agar bisa bekerjasama dengan instansi terkait dalam memfasilitasi remaja untuk meningkatkan kemampuan *self compassion* dengan pendekatan agama seperti memberikan pelatihan syukur, serta memberikan konseling pada remaja. Hal ini bermaksud supaya mereka dapat menerima kegagalan yang

mereka alami, mampu memberikan perhatian dan menyayangi diri mereka sendiri atas pengalaman negatif yang remaja alami.

