

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara *Kestabilan Emosi* dengan *Motivasi berhenti Menggunakan Narkoba*.

Hasil penelitian telah secara detail menunjukkan bahwa adanya hubungan antara Kestabilan Emosi dengan motivasi berhenti menggunakan narkoba, artinya semakin positif kestabilan emosi, maka akan menimbulkan motivasi yang tinggi dari para pengguna narkoba untuk berhenti menggunakan narkoba, sebaliknya semakin negatif kestabilan emosi, akan membuat motivasi menjadi rendah dari para pengguna narkoba untuk berhenti menggunakan narkoba.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dan pembahasan sebelumnya, maka dikemukakan beberapa saran dan semoga bermanfaat bagi semua pihak, antara lain :

1. Pengguna Narkoba

Pengguna narkoba diharapkan mampu berhenti dalam menggunakan narkoba. Para pengguna juga harus dapat menstabilkan emosi dalam keadaan apapun meskipun dalam keadaan yang tidak menyenangkan. Pengalaman

menggunakan narkoba, diharapkan dapat menjadi motivator yang baik untuk pengguna narkoba yang masih aktif menggunakan narkoba agar lebih memiliki motivasi untuk berhenti menggunakan narkoba mengoptimalkan diri sendiri untuk tidak terpengaruh terhadap hal negatif yang ada di luar atau lingkungan sekitar terutama narkoba, mungkin dengan lebih sering untuk mengikuti kegiatan positif yang ada di masyarakat, mendekati diri pada Tuhan dan keluarga serta selalu berfikir positif terhadap apapun yang terjadi pada diri sendiri .

2. Masyarakat

Masyarakat disarankan lebih terbuka terhadap pengguna narkoba, tidak selalu mengucilkan, akan tetapi sebagai masyarakat harus dapat memberi dukungan moral agar pengguna sadar dan memiliki motivasi untuk tidak menggunakan narkoba lagi, dengan selalu menyalurkan emosi positif kepada pengguna narkoba agar dapat stabil lagi emosinya. Salah satu cara dengan tidak memberi ruang pembatas antara pengguna narkoba dan masyarakat serta memberikan efek jera agar pengguna tidak melakukan hal yang sama.

3. Lembaga- Lembaga yang terkait

Lembaga disarankan lebih optimal dalam menjalankan tugas-tugasnya untuk mengontrol, membantu, membimbing, dan memberi pengarahan kepada para pengguna narkoba. Lembaga diharapkan sering mengadakan penyuluhan-penyuluhan terhadap bagaimana dampak bahaya narkoba bagi individu maupun masyarakat. Contoh kegiatan yang dapat menstabilkan emosi dengan pengajian, dan segala kegiatan yang mendekati pengguna dengan Tuhan.

4. Di Bidang Psikologi lain

- a. Pada Psikologi Klinis diharapkan memberi sumbangan bagaimana dengan Kestabilan Emosi bisa mengontrol emosi negatif pada seseorang sehingga tidak meluapkannya kepada hal- hal yang negatif.
- b. Pada Psikologi Sosial dengan melihat fenomena pada pengguna narkoba yang marak di masyarakat, dapat diharapkan bisa melakukan pencegahan di lingkungan sosial masyarakat dengan kestabilan emosi yang ada pada tiap individu.
- c. Pada Psikologi Forensik dengan banyaknya pengguna narkoba diharapkan bisa mencegah tingkat kriminalitas yang ada di masyarakat saat ini dengan kestabilan emosi dari setiap orang.
- d. Pada Psikologi Pendidikan diharapkan bisa menjadikan pelajaran yang baik bagi generasi muda agar menghindari penggunaan narkoba dengan menstabilkan emosi yang ada baik emosi negatif maupun positif.

5. Peneliti Lain

Bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian serupa, hendaknya mempertimbangkan variabel-variabel bebas yang lain, dukungan sosial, kecerdasan emosi dan self control yang diduga akan bisa mempengaruhi motivasi pengguna narkoba dalam berhenti menggunakan narkoba.