

HASIL PENELITIAN

Persiapan Penelitian

Penelitian ini dilakukan atas ijin Sekretariat Program Pascasarjana Magister Profesi Psikologi Unika Soegijapranata Semarang, dengan nomor : 659 / A.7.04 / MP / V / 2017, tertanggal 31 Mei 2017. Selain itu, penelitian ini juga dilaksanakan setelah keluarnya surat izin melaksanakan penelitian dari Balai Rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Tanah Merah Samarinda, nomor : B / 174 / VI / TM / TM.00 / 2017 / BALAI-TM tertanggal 5 Juni 2017.

Pelaksanaan Penelitian

Pada pra-sesi, peneliti melakukan *pre-test* terhadap 43 (empat puluh tiga) residen Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah Samarinda. Setelah dianalisis, peneliti mendapatkan 16 (enam belas) residen yang sesuai dengan karakteristik penelitian yaitu memiliki skor optimisme yang tergolong rendah (skor LOT-R antara 0- 13). Selanjutnya ketika sesi pertama, tiga subjek telah selesai menjalani rehabilitasi dan keluar dari Balai rehabilitasi BNN Tanah Merah, sedangkan satu subjek akan selesai menjalani rehabilitasi ketika proses penelitian berlangsung. Oleh sebab itu, peneliti akhirnya menggunakan 12 (dua belas subjek), yang kemudian secara acak dibagi menjadi dua kelompok, dengan rincian 6 (enam) subjek pada kelompok eksperimen dan 6 (enam) subjek pada kelompok kontrol. Berikut ini adalah data dari subjek penelitian :

Tabel 4. Data Subjek Penelitian

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Nama	Jenis Kelamin	Usia
1.	BP	L	30	NI	L	39
2.	IR	L	19	DR	L	34
3.	AS	L	24	ASP	L	24
4.	MA	L	17	SU	L	22
5.	AR	L	17	WW	L	22
6.	HM	L	22	RY	L	21

Kelompok eksperimen

Kelompok eksperimen ini adalah kelompok yang mendapatkan perlakuan, yaitu Pelatihan Berpikir Positif. Sebanyak enam subjek menjalankan terapi ini sebanyak lima pertemuan, yaitu satu pre-sesi dan empat sesi terapi, dimana tiap sesi terapi berdurasi 120 menit. Seluruh sesi terapi dilakukan di Ruang Belajar Primary Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah Samarinda, mulai pukul 10.00 WITA sampai dengan pukul 12.00 WITA.

Terapi yang berbentuk pelatihan ini dipimpin langsung oleh Ibu Fransisca Debi Oktavia, S.Psi., M.Psi., Psikolog., selaku Psikolog Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah Samarinda. Selama sesi, terapis dibantu oleh dua orang co-terapis, yaitu peneliti (bertugas membuka sesi terapi dengan memberikan kisah inspiratif) dan satu orang staf bagian psikologi Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah Samarinda (bertugas mengamati & mencatat segala sesuatu yang berhubungan dengan subjek, serta membantu subjek saat *pre-test* & *post-test*). Setiap sesi

Pelatihan Berpikir Positif berjalan sesuai dengan modul yang telah disusun oleh peneliti mengacu pada modul pelatihan dengan metode yang sama yang pernah dibuat oleh Kamaratih, Ruhaina, & Prasetyaningrum (2016) .

Tabel 5. Proses Penelitian Kelompok Eksperimen

Hari Ke-	Hari/ Tanggal	Kegiatan	Waktu
1	Kamis / 8 Juni 2017	Pre-Test	30 Menit
2	Senin/ 12 Juni 2017	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkenalan dan menjalin rapport 2. Penjelasan mengenai proses penelitian 3. Pengisian Informed Consent 4. Pembagian Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen 	120 Menit
3	Selasa/13 Juni 2017	Mengenali ABC	120 Menit
4	Rabu/ 14 Juni 2017	Disputation Energization	120 Menit
5	Kamis/ 15 Juni 2017	Post-Test	45 Menit

Kelompok kontrol

Kelompok kontrol ini adalah kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan. Sebanyak enam subjek hanya mengikuti *pre-test* (pre-sesi), sesi pertama dan *post-test* (pada sesi terakhir). Ketiga sesi yang diikuti kelompok kontrol dilakukan di Ruang Belajar Primary Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah Samarinda. Selanjutnya, agar kelompok kontrol juga mendapatkan manfaat setelah mengikuti penelitian ini, peneliti juga memberikan Pelatihan Berpikir Positif kepada kelompok kontrol setelah semua proses penelitian selesai. Tabel 3, menunjukkan rincian proses penelitian yang dilakukan pada kelompok kontrol :

Tabel 6. Proses Penelitian Kelompok Kontrol

Hari Ke-	Hari / Tanggal	Kegiatan	Waktu
1	Kamis / 8 Juni 2017	Pre-Test	30 Menit
2	Kamis/ 15 Juni 2017	Post-Test	15 Menit

Hasil Kuantitatif

Tabel 7. Hasil LOT-R

No	Kelompok	Nama	Pre-test	Kategori	Post-test	Kategori	Gain Score
1.	Eksperimen	BP	13	L	15	M	2
2.		IR	9	L	15	M	6
3.		AS	7	L	10	L	3
4.		MA	13	L	17	M	4
5.		AR	12	L	15	M	3
6.		HM	9	L	14	M	5

7.	Kontrol	NI	13	L	4	L	-9
8.		DR	13	L	13	L	0
9.		ASP	13	L	14	M	1
10.		SU	10	L	10	L	0
11.		WW	9	L	10	L	1
12.		RY	13	L	15	M	2

Secara umum, seluruh subjek kelompok eksperimen mengalami peningkatan. Pada subjek kelompok kontrol ada satu subjek mengalami penurunan, dua subjek tidak ada perubahan dan tiga subjek mengalami peningkatan skor optimisme. Secara lebih detail, pada tabel terlihat bahwa kelompok eksperimen mempunyai *Gain Score* yang lebih besar daripada kelompok kontrol. Hal ini berarti hasil selisih *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, IR merupakan subjek dengan *Gain Score* terbesar (6), sedangkan BP merupakan subjek dengan *Gain Score* terkecil (2). Sedangkan pada kelompok kontrol, RY merupakan subjek dengan *Gain Score* terbesar (2), sedangkan NI merupakan subjek dengan *Gain Score* terkecil (-9). Pada kolom "Kategori" juga menunjukkan bahwa kelima subjek pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan dari L (*Low Optimism*; skor 0-13) menjadi M (*Moderate Optimism*; skor 14-18); serta satu subjek masih tetap pada kategori L (*Low Optimism*; skor 0-13) meskipun terdapat kenaikan skor sebanyak 3 point. Hal tersebut berbeda dengan kelompok kontrol yang keempat subjeknya tetap pada L (*Low Optimism*; skor 0-13), bahkan satu subjek mengalami penurunan yang drastis sebanyak -9 point. Hanya dua subjek yang mengalami kenaikan kategori menjadi *Moderate Optimism* (Skor 14-18).

Berdasarkan uji Mann Whitney diketahui bahwa $U = 0.500$ dengan $p = 0.005$ ($p < 0.01$) artinya ada perbedaan yang sangat signifikan antara perubahan optimisme kelompok eksperimen yang diberikan intervensi berupa Pelatihan Berpikir Positif dengan skor optimisme kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi, dimana kelompok eksperimen (*mean rank*: 9,42) mengalami peningkatan optimisme lebih besar daripada kelompok kontrol (*mean rank*: 3,58). Oleh karena itu, Pelatihan Berpikir Positif memiliki pengaruh untuk meningkatkan optimisme subjek penelitian.

Hasil Kualitatif

Pada kelompok eksperimen, wawancara dan observasi dilakukan pada sesi pertama (saat dilakukan *pre-test*), sesi terapi dan sesi terakhir (saat dilakukan *post-test*). Dari hasil wawancara dan observasi diketahui bahwa :

1. BP :

Subjek berusia 30 tahun dengan pendidikan terakhir SMA. Subjek sudah bercerai dengan istrinya. Subjek menggunakan narkoba jenis shabu dan ganja ketika usianya sekitar 22 tahun, saat itu subjek masih kuliah dan diajak teman – temannya untuk mencoba menggunakan ganja, kemudian meningkat menggunakan shabu. Kemudian subjek berhenti kuliah dikarenakan sudah mulai mengenal narkoba jenis shabu dan wanita sehingga dirinya malas untuk berangkat kuliah karena seringnya begadang sampai larut malam.

Subjek baru pertama kali menjalani rehabilitasi dan itu atas keinginan diri sendiri karena ingin menjadi lebih baik, ditambah dengan kondisi sang ayah yang sedang sakit keras. Sebelum direhabilitasi subjek pernah dipenjara karena kasus narkoba, subjek menjadi kaki tangan Bandar dan ditangkap. Keluar dari penjara subjek mendapat pekerjaan sebagai sopir mobil truk tanki

membawa solar, ketika mengendarai truk tanki inilah subjek kembali mengkonsumsi narkoba jenis shabu untuk meningkatkan stamina agar kuta dan tidak mengantuk ketika mengendarai. Namun, lama kelamaan dirinya tidak tenang karena banyak hutang dan dikejar – kejar oleh penagih hutang. Akhirnya subjek mengundurkan diri dari sopir truk tanki dan menjalani rehabilitasi.

Selama terapi, subjek terlihat bersahabat dengan family lainnya. Subjek hadir ditempat terapi tepat waktu dan terlihat subjek cukup antusias mengikuti jalannya sesi terapi, hal ini terlihat dari cukup aktifnya subjek bertanya kepada terapis mengenai hal – hal yang menurutnya kurang jelas. Subjek mengerjakan tugas – tugas yang diberikan terapis dengan baik. Subjek memberikan contoh *irrational belief* yang pernah dialami, ketika itu dirinya sudah di Balai Rehabilitasi BNN, kemudian dirinya menjalani *medical outing* di Rumah Sakit Umum Daerah AW Sjahranie. Subjek diantar menggunakan mobil ambulance dan pengemudinya mengendarai mobil tersebut sangat cepat sehingga dirinya sampai muntah – muntah dan pusing. Subjek berpikir bahwa sopir ambulance mungkin ada feeling atau ada rasa benci dengan dirinya sehingga mengendarai ugal – ugalan. Subjek emosi dengan sopir tersebut sampai sekarang. Namun setelah menjalani pelatihan berpikir positif, subjek mencoba menyanggah *irrational beliefnya* dengan mengatakan bahwa mungkin saat itu sopir sedang buru – buru agar tidak terlambat dan penyakit saya cepat ditangani. Setelah melakukan penyanggahan, subjek merasa tidak begitu emosi dengan sopir ambulance tersebut.

Setelah mengikuti Pelatihan Berpikir Positif, subjek mengatakan dirinya cukup senang karena memang selama ini banyak pikiran – pikiran di dalam dirinya apalagi menghadapi permasalahan hutang piutang yang menjeratnya. Ditambah lagi kondisi ayah kandungnya yang sedang mengalami sakit parah. Subjek mengatakan dengan pelatihan ini, dirinya dapat berpikir lebih baik lagi, dan fokus dalam menjalani pemulihan di Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah.

2. IR :

Subjek berusia 19 tahun dengan pendidikan terakhir SMA. Sejak kecil subjek tinggal dengan nenek sehingga subjek senantiasa dimanja dan diberi kebebasan oleh sang nenek dan akhirnya terjerumus menggunakan narkoba. Subjek menggunakan narkoba sejak tiga tahun lalu, diawali dengan alkohol, subjek kemudian mencoba *double L* yang kemudian dilanjutkan dengan shabu. Awalnya subjek menggunakan narkoba hanya sekedar penasaran ingin mengetahui efeknya, karena teman – teman subjek mengatakan bahwa setelah menggunakan narkoba menjadi lebih rileks dan tenang.

Subjek baru pertama kali menjalani rehabilitasi. Subjek mengatakan bahwa inisiatif rehabilitasi atas dasar kesadaran dirinya sendiri karena ingin berubah. Selama ini subjek mengaku sering mengambil barang orang lain untuk membeli shabu. Sebelumnya subjek bekerja sebagai mekanik di sebuah bengkel, namun subjek keluar karena menurut subjek pekerjaan sebagai mekanik kurang menghasilkan, akhirnya subjek menjadi sopir angkutan pick up yang dirasa lebih menghasilkan.

Selama terapi, wajah subjek terlihat tanpa ekspresi, hal ini mungkin dikarenakan subjek mendapat tugas sebagai *nightman* pada malam harinya. Namun demikian, subjek antusias mengikuti jalannya sesi terapi. Subjek

memperhatikan dengan baik materi pelatihan yang disampaikan oleh fasilitator. Tugas – tugas yang diberikan oleh fasilitator juga dikerjakan dengan baik oleh subjek. Subjek menyebutkan bahwa selama ini dirinya berpikir bahwa orang tuanya tidak mau merawatnya karena sejak kecil dirinya tidak dirawat oleh mereka hingga saat ini. Namun setelah diberikan pelatihan berpikir positif, dirinya merasa bahwa orang tuanya masih menyayangi dia buktinya subjek beberapa kali dikirim baju dan barang – barang yang diinginkannya oleh orang tuanya.

Setelah mengikuti Pelatihan Berpikir Positif, subjek mengatakan bahwa dirinya menjadi tahu bagaimana cara untuk menghilangkan pikiran – pikiran negatif, buruk sangka dan pesimis. Sehingga subjek akan selalu menerapkan metode ini ketika menghadapi pikiran – pikiran negatif yang menjadikan dirinya tidak bersemangat dan minder.

3. AS :

Subjek berusia 24 tahun dengan pendidikan terakhir SMK. Sejak kecil subjek lebih dekat dengan sang ibu, sedangkan dengan ayah subjek tidak dekat. Subjek menggunakan narkoba sejak empat tahun lalu, subjek merasa tertekan dan sedih ketika sang ayah meninggal. Subjek merasa dirinya lah yang harus menjadi pengganti ayah menjadi tulang punggung keluarga. Karena memikirkan hal tersebut, subjek menjadi depresi dan mulai menggunakan narkoba yang diawali dengan alkohol, kemudian *double L* dan dilanjutkan dengan shabu. Kondisi tempat tinggal subjek yang dekat dengan lokasi menjadikan subjek sangat mudah menemukan barang – barang tersebut.

Subjek baru pertama kali menjalani rehabilitasi. Subjek mengatakan bahwa inisiatif rehabilitasi berasal dari orang tuanya yang melihat keadaan dirinya semakin hari semakin memburuk. Subjek sering mengamuk dan menjual barang – barang milik orang tua untuk membeli shabu. Subjek pernah bekerja di perusahaan tambang namun di PHK karena adanya permasalahan terkait pemakaian shabu, kemudian subjek melamar di bengkel dan sampai sekarang subjek menjadi montir di bengkel.

Selama terapi, subjek tidak banyak berkata – kata. Subjek memperhatikan fasilitator menjelaskan materi dengan baik. Subjek hanya berkata ketika dirinya ditanya oleh fasilitator. Namun demikian, ketika diminta mengerjakan tugas, subjek mengerjakan dengan baik dan sesuai dengan perintah fasilitator. Ketika subjek diminta mengidentifikasi *irrasional belief* yang ada dalam diri subjek. Subjek menyebutkan bahwa dirinya khawatir kalau keluarganya mendapatkan stigma yang jelek di lingkungan masyarakat akibat dirinya memakai narkoba dan masuk di Balai Rehabilitasi, sehingga dirinya ingin kabur dan tidak mau pulang ke rumah, subjek merasa tidak pantas berada di tengah – tengah keluarga setelah menjalani rehabilitasi. Namun, setelah mengikuti pelatihan berpikir positif, subjek sadar bahwasanya pemikiran dirinya tidak benar, keluarga sangat sayang dengan dirinya dan terbukti keluarga tidak pernah telat menjenguk dirinya selama berada di Balai Rehabilitasi. Sehingga subjek berfikir bahwa keluarga tidak malu dengan keberadaannya di Balai Rehabilitasi, namun sebaliknya, keluarga ingin dirinya hidup normal dan pulih.

Setelah mengikuti Pelatihan Berpikir Positif, subjek mengatakan bahwa dirinya merasa sangat beruntung karena tidak semua residen mendapatkan materi ini dan dirinya juga mengatakan bahwa dirinya memang selama ini pendiam dikarenakan banyak memikirkan hal – hal yang mungkin tidak perlu. Subjek mengatakan bahwa dirinya sangat sensitive, sehingga gampang menjadi sakit hati ketika melihat ada orang membicarakan dirinya.

4. MA :

Subjek berusia 17 tahun dengan pendidikan terakhir SD. Sejak kecil subjek tidak dekat dengan orang tuanya, subjek lebih dekat dengan kakak – kakaknya yang selalu memanjakan dirinya dengan memberikan uang. Subjek menggunakan narkoba sejak tiga tahun lalu, awalnya subjek dibujuk oleh teman – temannya untuk mengkonsumsi narkoba dan selanjutnya menjadi ketagihan. Subjek memiliki dua kelompok pengguna shabu yang berbeda. Cara penggunaan shabu yang dilakukan subjek tergolong baru dan tidak wajar dikarenakan subjek menggunakan shabu dengan cara disuntukkan, padahal umumnya penggunaan shabu dengan cara dihirup menggunakan alat yang disebut bong. Ketika ditanya lebih jauh, subjek mengatakan bahwa hal ini dilakukan agar efeknya lebih cepat.

Subjek baru pertama kali menjalani rehabilitasi. Subjek mengatakan bahwa inisiatif rehabilitasi berasal dari dirinya dikarenakan adanya suatu penyesalan dimana ketika sang ibu sakit subjek cuek dan tidak mempedulikan sang ibu sehingga akhirnya ketika sang ibu meninggal subjek merasa sangat menyesal dan kehilangan. Subjek tidak ingin kembali terjerumus ke lingkaran setan narkoba sehingga subjek meminta kepada sang kakak untuk mengantarkannya melakukan rehabilitasi.

Selama terapi, subjek banyak diam dan hanya sesekali berkata ketika ditanya untuk memberikan contoh kasus yang dialami subjek sesuai materi yang dipelajari. Ketika menyebutkan contoh kasus yang dialami, subjek memberikan contoh sesuai dengan konteks yang diminta, sehingga dapat disimpulkan subjek cukup memahami pemaparan materi oleh fasilitator. Subjek memiliki irrasional belief bahwa dirinya tidak mampu menjalani program Rehabilitasi di Balai Rehabilitasi BNN Tanah Merah karena merasa tidak bisa menghafal. Subjek menjadi bingung dalam menjalani program yang ada. Namun setelah diberi pelatihan berpikir positif subjek mulai mengubah keyakinannya yang salah, subjek mengatakan bahwa dirinya pasti bisa tapi butuh proses. Sehingga dirinya sadar bahwa selama ini dirinya berpikir yang salah sehingga dirinya tidak mampu mengikuti program rehabilitasi dengan baik.

Setelah mengikuti Pelatihan Berpikir Positif, subjek mengatakan bahwa dirinya senang dan akan mempraktekkannya ketika muncul pikiran – pikiran negatif yang menjadikan dirinya pesimis. Subjek juga berterimakasih kepada fasilitator yang sudah memberikan ilmunya dan tidak semua residen mendapatkannya.

5. AR :

Subjek berusia 17 tahun dengan pendidikan terakhir SMK. Sejak kecil subjek subjek tidak dekat dengan orang tua karena orang tua sibuk bekerja dan sangat sedikit waktu untuk berkumpul dengan dirinya. Subjek diberikan kebebasan oleh orang tuanya untuk bergaul dan subjek mengatakan bahwa dirinya seringkali membohongi orang tua untuk mendapatkan uang dan membeli shabu. Awalnya subjek menjadi pecandu narkoba jenis shabu

adalah ketika dirinya penasaran dengan perkataan teman yang menyebutkan bahwa shabu akan menjadikan seseorang menjadi pintar. Atas dasar penasaran tersebut, subjek mencoba dan lama – lama menjadi kecanduan.

Subjek baru pertama kali menjalani rehabilitasi. Subjek mengatakan bahwa inisiatif rehabilitasi berasal dari orang tuanya yang ingin subjek pulih dan melanjutkan sekolahnya. Subjek saat ini masih cuti sekolah dikarenakan pemakaian shabu. Selanjutnya subjek mengatakan bahwa dirinya akan membahagiakan orang tua dengan menyelesaikan sekolah dan akan melanjutkan kuliah.

Selama terapi, subjek cenderung kurang aktif dan lebih banyak diam mendengarkan fasilitator dan teman – teman lain berbicara. Namun demikian, subjek mengerjakan tugas yang diberikan fasilitator dengan baik. Subjek memberikan contoh – contoh persoalan kehidupannya sesuai dengan konteks materi yang sedang dibahas. Saat ini subjek menghadapi pemikiran bahwa orang tuanya sudah tidak peduli dan tidak sayang dengan dirinya dikarenakan sudah beberapa hari orangtua tidak pernah memberi kabar, subjek merasa sudah tidak dianggap sebagai anak lagi. Setelah pelatihan berpikir positif, subjek berusaha menyanggah irrasional beliefnya dengan mengatakan bahwa mungkin orang tuanya sedang sibuk, banyak pekerjaan atau proyek. Selain itu juga kebutuhannya selama di Balai Rehabilitasi selalu dipenuhi oleh orang tua, sehingga subjek sekarang sudah berpikir bahwa pikirannya tentang orang tua yang sudah tidak sayang lagi adalah tidak benar.

Setelah mengikuti Pelatihan Berpikir Positif, subjek merasa senang karena bisa mendapatkan materi yang tidak semua residen dapatkan. Subjek berterimakasih kepada fasilitator karena dengan adanya pelatihan ini subjek

mengerti bagaimana cara menghadapi pikiran – pikiran yang kurang baik yang menjadikan dirinya minder dan kurang bersemangat dalam menjalani pemulihan.

6. HM :

Subjek berusia 22 tahun dengan pendidikan terakhir SMA. Sejak kecil subjek sangat dekat dengan ibunya. Subjek merupakan individu yang penurut dan rajin ibadah. Namun ketika mengenal narkoba, subjek menjadi individu yang suka membantah orang tua. Awalnya subjek menggunakan narkoba jenis shabu sekitar 6 tahun yang lalu. Subjek diperintah senior untuk mengkonsumsi shabu ketika dirinya kelebihan berat badan. Subjek merupakan atlet gulat dan seniornya yang memerintahkan subjek mengkonsumsi narkoba untuk menurunkan berat badan. Awalnya subjek tidak tahu kalau yang dikonsumsi adalah narkoba jenis shabu, namun lama – lama subjek menjadi tahu dan sudah terlanjur ketagihan. Orang tua baru mengetahui dirinya menjadi pecandu narkoba kurang lebih satu tahun belakangan ini.

Subjek baru pertama kali menjalani rehabilitasi. Subjek mengatakan bahwa inisiatif rehabilitasi berasal dari orang tuanya yang melaporkan dirinya ke Badan Narkotika Nasional untuk ditangkap dan direhabilitasi. Subjek mengatakan bahwa saat ini dirinya keluar dari sekolah atlet gulat dikarenakan di lingkungan tersebut sangat tidak baik, sehingga setelah menjalani rehabilitasi subjek akan menjalankan usaha orang tua dalam hal industri konveksi.

Selama terapi, subjek merupakan individu yang paling aktif. Subjek selalu bertanya dan selalu menjadi volunteer untuk menceritakan contoh – contoh kasus yang sedang dihadapi yang sesuai dengan konteks yang sedang dijelaskan oleh fasilitator. Subjek selalu bersemangat ketika tiba saatnya sesi pelatihan dengan datang tepat pada waktunya dan mengerjakan tugas – tugasnya dengan baik. Subjek menyebutkan tentang irrasional belief yang sedang dihadapi hingga saat ini adalah pikiran bahwa subjek berkeyakinan orang tuanya menaruh dirinya di Balai Rehabilitasi adalah ingin membuang dirinya. Sehingga subjek sangat kesal dan kecewa dengan orang tuanya. Namun setelah selesai menjalani pelatihan berpikir positif subjek mulai mengubah irrasional beliefnya menjadi rasional belief dengan bertanya kepada konselornya dan subjek sekarang berpikir bahwa dirinya berada di Balai Rehabilitasi adalah untuk kebaikannya.

Setelah mengikuti Pelatihan Berpikir Positif, subjek mengatakan bahwa dirinya sangat beruntung mendapatkan pelatihan ini. Subjek mengatakan *“Pelatihan ini sangat bermanfaat bro,,, saya jadi bisa merubah pikiran – pikiran kotor saya, pikiran suudzon saya menjadi pikiran yang baik yang lebih bermanfaat. Saya sangat senang bisa ikut pelatihan ini karena selama ini saya memang selalu negting alias negatif terus pikirannya sehingga ketika ada sedikit saja kata – kata orang yang menyinggung saya, saya menjadi emosi dan saya pikirin terus, saya menjadi merasa gimana ya bro,,, rada minder lah, tapi sekarang saya sudah bisa menangani kalo saya ketemu pikiran yang seperti itu.”*