

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *hardiness* berperan mendorong seorang pasien PTRM menyelesaikan terapi. Hal ini menunjukkan bahwa ketika pasien merasakan efek samping PTRM seperti stres dan depresi karena *withdrawal*, pasien akan mengembangkan sikap berani berhadapan dengan stres baik dari dalam maupun luar terapi yang merupakan karakteristik tantangan. Keberanian dalam karakteristik tantangan tersebut, membuat pasien memiliki tendensi adiksi yang rendah, memiliki penyelesaian Masalah yang baik dan gambaran *self esteem* yang baik. Bagi seorang pecandu tampil berani menanggapi Masalah tidaklah mudah karena terbiasa menyikapi dengan *relaps*, oleh karena itu diperlukan dukungan dari keluarga, lingkungan dan kemampuan belajar dari kondisi ketidakberdayaan yang dialami selama menjadi pecandu.

Jika pasien PTRM mampu bersikap berani menghadapi stres dan menyelesaikan Masalahnya dengan efektif maka dapat membangun rasa komitmen untuk menyelesaikan terapi, yang merupakan gambaran dari karakteristik komitmen. Komitmen menyelesaikan terapi dapat dijaga apabila adanya dukungan dari penguasaan pengalaman terdahulu sehingga pasien belajar untuk mempersiapkan diri dan percaya sanggup

melewati setiap kesulitan yang dijumpai. Menjalani PTRM dengan komitmen untuk menyelesaikan terapi merupakan tindakan yang besar bagi seorang pecandu, oleh karena itu diperlukan karakteristik kontrol. Karakteristik kontrol menunjukkan adanya kontrol emosi sehingga pasien dapat menyikapi setiap Masalah di terapi dengan menghindari terjadinya konflik dan menumbuhkan rasa kepercayaan pada kemampuan untuk melewati kesulitan. Secara empiris, *hardiness* membuat pasien PTRM berani berhadapan dengan Masalah secara langsung membuat pasien dapat menyelesaikan Masalah dengan baik, mampu membangun komitmen untuk menyelesaikan terapi dan kemampuan mengontrol emosi, hal ini dapat memberikan dampak pada pasien PTRM seperti mengurangi tendensi adiksi, mampu menyelesaikan terapi, memiliki penyelesaian Masalah yang baik dan memiliki *self esteem* yang baik.

B. Saran

1. Bagi penelitian selanjutnya
 - a. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan subjek yang Masih menjalani terapi agar mendapat gambaran dinamika *hardiness* yang kongruen ketika merasakan efek samping PTRM.
 - b. Penelitian selanjutnya dapat meneliti *coping strategy* atau *problem solving* dan kontrol emosi ketika pasien mengalami efek samping PTRM. Pasien yang memiliki *problem solving* yang baik akan membangun komitmen dan kontrol emosi yang baik sehingga dapat menyelesaikan terapi

2. Bagi pembaca

- a. Pembaca maupun subjek dapat membagikan penelitian ini kepada rekan atau komunitas atau puskesMas yang membutuhkan untuk menambah pemahaman mengenai dinamika *hardiness* ketika seorang pasien merasakan efek samping PTRM dengan cara meminta akses kepada pihak Universitas Katolik Soegijapranata Semarang atau menghubungi langsung kepada peneliti melalui *email* yang tertera pada ringkasan dalam bentuk jurnal penelitian.

3. Bagi subjek penelitian

- a. Untuk meningkatkan *hardiness*, subjek diharapkan memiliki penyelesaian Masalah yang berfokus pada penanganan Masalah. Kemampuan menyelesaikan Masalah yang berfokus pada terselesainya Masalah dapat diperoleh dengan latihan menyelesaikan Masalah keseharian melalui diskusi/ *sharing* pada orang-orang terdekat yang dipercaya.

