

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **1.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil temuan peneliti bahwa regulasi emosi pada mantan pecandu narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang harus dapat memahami secara dalam apa saja yang menjadi faktor berpengaruh dalam regulasi emosi dirinya. Hal ini ketiga subjek sepakat dan mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi dalam regulasi emosi subjek ialah pemakaian narkoba dimasa lampau sehingga memiliki efek yang sangat besar andilnya didalam emosi mantan pecandu narkoba. Faktor usia juga menjadikan seseorang dapat mengelola pikirannya untuk meregulasi emosi yang tepat dan hal ini terdapat dalam ketiga subjek dengan rentang usia yang berbeda-beda. Pola pemahaman dalam emosi diri sendiri juga berpengaruh dalam menentukan regulasi emosi tersebut seperti apa nantinya.

Dalam hal ini ketiga subjek berusaha untuk menghindari situasi yang dapat memicu datangnya kecenderungan emosi yang tidak stabil. Lalu subjek juga menyadari bahwa memperdalam ilmu adiksi sangat lah penting bagi kehidupannya untuk lebih memahami apa saja faktor yang dapat memicu terhambatnya dalam regulasi emosi. Handle feeling yang dilakukan oleh subjek juga mendapati sebagai upaya pertama dalam langkah meregulasi emosi diri sendiri. Terakhir subjek menyadari bahwa agama hal

utama untuk membuat emosi seseorang menjadi lebih tenang dalam mengontrol ataupun mengantisipasi datangnya emosi yang tidak stabil, maka hal ini secara perlahan subjek mulai kembali menyempurnakan ibadahnya.

## **1.2 Saran**

Adapun saran yang diajukan oleh peneliti dari hasil penelitian sebagai berikut:

### **1.2.1 Bagi Subjek Penelitian**

Diharapkan semua mantan pecandu narkoba agar terus menggali dan memahami apa saja yang menjadi faktor atau pemicu yang dapat mengakibatkan emosi berlebihan dan tetap terus melakukan upaya-upaya yang sudah dijalani serta jangan pernah berhenti untuk terus belajar memahami diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan dan memperdalam ilmu adiksi untuk pengetahuan diri sendiri dan berguna bagi orang lain. Terlebih penting jangan lupa untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala agar menjadi kepribadian yang senantiasa mengingat Allah dikala susah maupun senang.

### **1.2.2 Bagi Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang**

Diharapkan dapat menerapkan kegiatan-kegiatan positif yang dapat menjadikan penyaluran emosi yang baik bagi para mantan pecandu narkoba, mengadakan pelatihan atau seminar mengenai

pemahaman diri sendiri dan terpenting memberikan pembelajaran dan praktik terapi guna mantan pecandu narkoba lebih dapat menjadi kepribadian yang luas dan selalu belajar lebih baik kedepannya.

### 1.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa penelitian yang dilakukan ini masih jauh dari kata sempurna, namun setelah melihat hasil temuan penelitian. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti mengenai terapi-terapi yang berkenaan dengan regulasi emosi mantan pecandu narkoba, penelitian lebih dalam mengenai *self-awareness* mantan pecandu narkoba juga mengenai *craving* pada mantan pecandu narkoba. Dengan ini, peneliti harapkan, penelitian selanjutnya dapat menggali fenomena lebih mendalam lagi, sehingga akan semakin kaya ilmu pengetahuan mengenai pecandu / pemakai narkoba dan hal-hal penting di dalamnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, E. (2015) Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan (Studi Kasus: Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang). *Jurnal Teologia*, Volume 26, Nomor 2.
- Anggreiny, N. (2017). Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja Korban Kekerasan Seksual. *Thesis*. Universitas Sumatera Utara.
- Barrett, L.F., Jones. J.M.H. & Lewis. M. (2008). *Handbook of Emotions Third Edition*. The Guilford Press.
- Baskoro, A. H & Izzati, U. A. (2017). Gambaran Regulasi Emosi Pada Mantan Pecandu NAPZA Yang Menikah Di Usia Remaja (Studi Kasus Terhadap Mantan ecandu NAPZA). *Jurnal Psikologi*.
- [Creswell](#), J. W. (2016). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Penerbit : Pustaka Pelajar.
- Drajat, Agus. (2010). *Buku Pedoman Praktis Mengenai Penyalahgunaan NAPZA bagi Petugas*.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation : An Integrative Review. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 2, No. 3, 271-299.

- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation : Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Journal Psychophysiology*. 39, 281-291.
- Gross, J. J. (2007). *Handbook of Emotion Regulation*. The Guilford Press.
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of Emotion Regulation Second Edition*. The Guilford Press.
- Hughes, J. N., Simpson. J. A. & Synder. D. K. (2006). *Emotion Regulation in Couplesand Families (Pathways to Dysfunction and Health)*. American Psychological Association.
- Husin, N. (2008). Faktor yang Mempengaruhi Mantan Pecandu untuk Kembali Menyalahgunakan Narkoba (*Relaps*). *Thesis*. Universitas Indonesia.
- Hendriana, A. A &Hendriani, W. (2015). Regulasi Emosi pada Wanita Dewasa Awal yang Ditolak Cintanya (Studi Kasus Pada Cinta Tak Terbalas). *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol. 04 No. 1 April 2015.
- Herdiansyah, H. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Herman, Wibowo, A. &Rahman, N. (2019). Perilaku Penyalahgunaan Narkoba DiKalangan Siswa Sekolah

Menengah Atas Negeri 1 Banawa Kabupaten Donggala. *Journal of Health Promotion*. (Januari, 2019) 21-26 Vol. 2. No. 1.

<https://news.detik.com/berita/d-4083634/pbb-indonesia-masuk-segitigaemasperdagangan-narkoba-dunia> diakses pada tanggal 3 Januari 2020.

<https://www.femina.co.id/trending-topic/potret-muram-tingginya-pengguna-narkoba-diindonesia> diakses pada tanggal 3 Januari 2020.

<https://risalahmuslim.id>. Diakses pada tanggal 11 November 2019.

Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Dilansir dari web [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id).

Kring, A.M. & Sloan, D.M. (2010). *Emotion Regulation and Psychopathology (A Transdiagnostic Approach To Etiology and Treatment)*. The Guilford Press.

Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Penerbit : Rosdakarya.

Papalia, D. E., Old, S.W., dan Feldman, R. D. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.

*Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Infodatin*. (2017). ISSN 2442-7659.

Pusat Penelitian Data dan Informasi Badan Narkotika Nasional. (2019).

- Saebani, B. A. (2008). *Metode Penelitian*. Cetakan Pertama. Pustaka Setia : Bandung.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development*. Edisi Ketigabelas. Jilid 2. Penerbit Erlangga.
- Soehartono, I. (2015). *Metode Penelitian Sosial : Suatu Teknik Penelitian Bidang Kesejahteraan Sosial dan Ilmu Sosial Lainnya*. Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Shafira, L. P. (2019). Regulasi Emosi Pada Mantan Pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang. *Skripsi*. Penerbit Nur Fikri.
- United Nations Office on Drugs and Crime*. (2019). Dilansir dari web [www.unodc.org](http://www.unodc.org).



# UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH PALEMBANG FAKULTAS PSIKOLOGI

**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI  
UIN RADEN FATAH PALEMBANG  
NOMOR : B. 130 / Un.09 / IX / PP.1.2 / 11 / 2019**

Tentang

**PENUNJUKKAN PEMBIMBING SKRIPSI STRATA SATU (S1)**

- MENIMBANG :**
1. Bahwa untuk dapat menyusun skripsi yang baik, mahasiswa perlu dibimbing oleh tenaga ahli sebagai dosen pembimbing pertama dan pembimbing kedua yang bertanggung jawab untuk membimbing mahasiswa dalam rangka penyelesaian penyusunan Skripsi.
  2. Bahwa untuk kelancaran tugas-tugas pokok tersebut perlu dikeluarkan Surat Keputusan Dekan:
  3. Surat penunjukan Pembimbing *An. Yasmin Nurazizah* tanggal, 27 November 2019.
- MENGINGAT :**
1. Peraturan Menteri Agama No.53 Tahun 2015 tentang organisasi dan tata kerja UIN Raden Fatah Palembang.
  2. Keputusan Menteri Agama RI Nomor : 407 tahun 2000;
  3. Instruksi Direktur Bimbaga Islam Departemen RI Nomor KEP/E/PP.00.9/147/1985 tanggal 5 Juni 1985 tentang pelaksanaan SKS dan Program S1 UIN Raden Fatah;
  4. Instruksi Menteri Agama RI No.B/152/1994 tentang Pelaksanaan SKS Program S1 UIN Raden Fatah;
  5. Pedoman Akademik UIN Raden Fatah No. LXXV tahun 2004;
  6. Kep.Menag RI No. 31 tahun 2008 tentang Statuta UIN Raden Fatah Palembang;
  7. Peraturan Menteri Agama No. 55 tahun 2014 tentang penelitian dan pengabdian kepada masyarakat pada Perguruan Tinggi Agama;
  8. Peraturan Menteri Agama No. 16 tahun 2006 tentang persuratan dinas di lingkungan kementerian Agama

**MEMUTUSKAN**

**MENETAPKAN:**  
Pertama

: Menunjuk Saudara :

	<b>N A M A</b>	<b>NIP</b>
<b>PEMBIMBING I</b>	Dr. Ema Yudianti, M.Si, Psikolog	197703252012003
<b>PEMBIMBING II</b>	Lukmawati, M.A	0204068501

Dosen Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang masing-masing sebagai Pembimbing pertama dan Pembimbing kedua Skripsi Mahasiswa Fakultas Psikologi atas nama Saudara :

**N a m a** : Yasmin Nurazizah  
**NIP** : 1643500118  
**Program Studi** : Psikologi Islam  
**Judul Skripsi** : Regulasi Emosi pada mantan pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang

**Masa bimbingan** : 28 November 2019 s/d 28 Mei 2020 ( Selama 6 Bulan )

**Kedua** : Kepada pembimbing pertama dan pembimbing kedua tersebut diberi hak sepenuhnya untuk merevisi Judul/kerangka Skripsi tersebut dengan sepengetahuan Fakultas.

**Ketiga** : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diubah/dibetulkan sebagaimana mestinya apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapannya.

DITETAPKAN : DI PALEMBANG  
PALANG TANGGAL : 27 Palembang 2019  
D e l a n,

**ARIS'AN RUSLI**

Tembusan :

1. Rektor UIN Raden Fatah Palembang
2. Ketua Prodi Psikologi Islam pada Fakultas Psikologi
3. Mahasiswa yang bersangkutan

Jl. Prof. K. H. Zainal Abidin Fikry No. 1 Km. 3,5 Palembang 30126  
Telp. (0711) 354868 website : [www.radenfatah.ac.id](http://www.radenfatah.ac.id)







**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)  
RADEN FATAH PALEMBANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Nomor : B- 48 /Un.09/IX/PP.09/02/2020  
Lamp : 1 (satu) Eks  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Palembang, 07 Februari 2020

Kepada Yth.  
**Kepala Rehabilitasi Narkoba  
Ar-Rahman Palembang**

di-  
**Palembang**

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Sehubungan dengan proses penyelesaian studi berupa penelitian dan penulisan karya ilmiah skripsi mahasiswa kami:

Nama : Yasmin Nurazizah  
NIM : 1643500118  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi Islam (PI)  
Rencana Tema skripsi : Regulasi Emosi pada Mantan Pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang

Maka dengan ini kami mengharapkan bantuan Bapak/Ibu untuk dapat mengizinkan mahasiswa tersebut melakukan Penelitian di instansi/perusahaan yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.*

Dekan,  
  
Ris'an Rusli

Knowledge, Quality & Integrity

Jl. Prof. K. H. Zainal Abidin Fikry No. 1 Km. 3,5 Palembang 30126  
Telp. (0711) 334968 website : [www.radenfatah.ac.id](http://www.radenfatah.ac.id)





**YAYASAN PUSAT REHABILITASI NARKOBA  
AR RAHMAN**

Jalan Firdausyongri di Kandang, Kesap, Pungsia, Kabupaten Sumantra Selatan  
Telp/Fax: 0711 - 380421 Hlp: 082292292222  
Email: y.pusatrehabilitasinarkoba.arrahman@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**

NO. 034 /YPRN-AR/V/2020

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : dr. Sukma Utama

Jabatan : Ketua Pelaksana Harian

Menerangkan bahwa :

Nama : Yasmin Nurazizah

NIM : 1643500118

Fakultas : Psikologi

Lembaga : UIN Raden Fatah Palembang

Menyatakan data diri diatas benar bahwa yang bersangkutan telah menyelesaikan Penelitian di Yayasan Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar-Rahman Palembang guna menyelesaikan tugas Skripsi dengan judul penelitian “ **Regulasi Emosi Pada Mantan Pecandu Narkoba di Pusat Rehabilitasi Narkoba Ar Rahman Palembang** ”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 02 April 2020

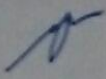
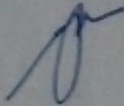
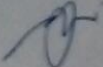
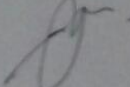
Ketua Pelaksana Harian,



  
dr. Sukma Utama

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Yasmin Nurazizah  
 NIM : 1943500118  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Pembimbing 1 : Dr. Ena Yudianti, M. Si., Psikolog.

No	Hari/Tanggal	Konsultasi Bimbingan	TTD Pembimbing
1	Jumadi-1, 17-1 0930	Revisi. LBM - Kerangka Berpikir - Metode Penelitian - Guide	
2	Senin, 3-2- 0930	- Ace Bab 1-2-3 + Guide - Buat font yang konsisten - Parafitiran	
3	Dawu, 2-3- 0930	Ace Kesimpulan	
4	Buka, 15-3- 0920	Ace Editing Masing-masing	

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Yasmin Nurazizah  
 NIM : 1643500118  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Pembimbing II : Lukmawati, MA.

No	Hari/Tanggal	Konsultasi Bimbingan	TTD Pembimbing
1	20 Des 2019	- Perbaiki Lem	—
2	7 Jan 2020	- Perbaiki Bab 3	—
3	9 Jan 2020	acc bab 3 lengkap 2 & 3	—
4	13 Jan 2020	acc bab 2 & 3 Perbaiki format daftar	—
5	14 Jan 2020	- acc Guide. - lagi tambahkan beberapa paragraf - siap ambil Ang	—
6	13 Jan 2020	acc 3 guide lengkap guide	—

**LEMBAR KONSULTASI BIBINGAN SKRIPSI**

Nama : Yasmin Nurazizah  
 NIM : 1641500118  
 Program Studi : Psikologi Islam  
 Pembimbing II : Lukmawati, MA.

No	Hari/Tanggal	Konsultasi Bimbingan	TTD Pembimbing
7	20 Feb 2020	Plan dan bag verbalis II.	✓
8	2 Maret 2020	Plan dan verbalis literatur dan All. Eggs	✓
9	1 Mei 2020	dan verbalis, dan 2 Bab 4.	✓
10	13 Mei 2020	All 2, dan verbalis	✓

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI





Nama : Yasmin Nurazizah  
NIM : 1643500118  
Program Studi : Psikologi Islam  
~~Pembimbing I~~ : Dr. Muhamad Uyun, M.Si.

✓ Uyun  
20 Mei 2020

No	Hari/Tanggal	Konsultasi Bimbingan	TTD Pembimbing
1.	25 Jun 20		
2.	19 Jul 2020	Revisi cek UUD	✓
3.	25 Ag 2020	de skit	✓

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Yasmin Nurazizah  
NIM : 1643500118  
Program Studi : Psikologi Islam  
Pembimbing II : Kiki Cahaya Setiawan, M.Si.

No	Hari/Tanggal	Konsultasi Bimbingan	TTD Pembimbing
1	28 Juni 2020		
2	19 Agustus 2020		
3	26 Agustus 2020		

## Curriculum Vitae

### DATA PRIBADI

Nama : Yasmin Nurazizah  
Tempat, Tanggal dan Lahir: Palembang, 18 Mei 1998  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Umur : 22 tahun  
Agama : Islam  
Status : Belum Menikah  
Alamat : Jalan Cut Nyak Dien No. 18 RT  
40 RW 14, Kelurahan 30 Ilir,  
Kecamatan Ilir Barat II  
Palembang, 30144.  
Telepon : 0895374873305  
Email : [yasminnurazizah18@gmail.com](mailto:yasminnurazizah18@gmail.com)

### LATAR BELAKANG

- Pendidikan Formal :
- TK Kartika II-III Palembang, Tahun 2002-2004.
  - SD Muhammadiyah 1 Palembang, Tahun 2004-2010.
  - MTs Pondok Pesantren Muqimus Sunnah Palembang, Tahun 2010-2013.
  - MAN 3 Palembang, Tahun 2013-2016.
  - S1 Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang, Tahun 2016-2020.