

Psikoedukasi Kontrol Diri sebagai Bentuk *Relapse Prevention* pada Warga Binaan Kasus Narkoba

Dwi Nastiti¹, Ghozali Rusyid Affandi^{1*}, Zaki Nur Fahmawati¹, Riska Dwi Mitasari¹

[1] Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Abstract

Self-Control Psychoeducation as a Form of Relapse Prevention for Residents Involved in Drug Cases. This research was conducted based on the phenomenon of recovery and relapse episodes in inmates involved in drug cases. The occurrence of a relapse hinders the achievement of one of the SDGs goals, namely ensuring a healthy life and improving the welfare of the population at all ages. Therefore, this research needs to be carried out. According to Marlal and Gordon. The factor that influences the tendency to relapse is weak self-control (Wulandari et al., 2020). One way that can be done to prevent relapse is by providing psychoeducation related to self-control. The aim of this research is to apply self-control psychoeducation as a form of relapse prevention for inmates involved in drug cases. This research uses the Pretest-Posttest Design experimental method. The participants in this research were 29 inmates with drug cases who returned to prison with the same case (relapse) who were selected based on non-probability sampling. Measurement of the level of understanding of self-control using the Self-Control Scale. Data analysis used t-test analysis on pre-test and post-test results with the help of JASP version 17 The results of the analysis show that of the 29 inmates who took part in psychoeducation, there were 18 inmates whose understanding of self-control increased, 7 remained the same and 4 decreased. This research hopes that inmates will be able to maximize their self-control so that they will not relapse when they leave prison, and can focus more on getting a decent life.

Keywords: Self-control; Relapse Prevention; Inmates Involved in Drug Cases

Article Info

Artikel History: Submitted: 2024-08-31 | Published: 2024-12-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v14i4.11071>

Vol 14, No 4 (2024) Page: 894 - 901

(*) Corresponding Author: Ghozali Rusyid Affandi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, ,
Email: ghozali@umsida.ac.id



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](#), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

PENDAHULUAN

Permasalahan yang sering terjadi di dalam kehidupan Masyarakat, salah satunya yaitu penyalahgunaan dan ketergantungan obat-obatan terlarang atau narkoba. Angka prevalensi penyalahgunaan narkoba tingkat nasional setahun terakhir berada pada angka 1,80% dari seluruh penduduk Indonesia yang berusia 15 sampai dengan 64 tahun. Angka tersebut mencerminkan bahwa penyalahgunaan narkoba sebanyak 3.419.188 orang dari 186.616.874 orang penduduk Indonesia yang berumur 15 sampai 64 tahun (Karso, n.d.) Dengan kata lain, rasio penyalahgunaan narkoba di Indonesia adalah 1:55 atau dari setiap 55 orang penduduk Indonesia berusia 15 sampai 64 tahun terdapat satu orang yang menyalahgunakan narkoba.

Narkoba merupakan zat yang jika dikonsumsi manusia, baik secara oral yaitu diminum, dihirup, ataupun disuntikan, dapat mengubah, suasana hati atau perasaan, dan perilaku dan pikiran seseorang (AMANDA et al., 2017). Penggunaan narkoba akan mempengaruhi masalah kesehatan, seperti infeksi saluran pernafasan, nyeri, penurunan berat badan, dan juga berpengaruh terhadap kesehatan mental seperti terjadi depresi, agresif, dan gelisah (Klee & Reid, 1998)(Wulandari et al., 2020).

Rehabilitasi narkoba merupakan cara untuk memulihkan pengguna agar terbebas dari narkoba. Proses rehabilitasi memerlukan waktu yang tidak sebentar. Terlebih jika pengguna tersebut telah kecanduan narkoba dalam waktu lama. Setelah menjalani rehabilitasi mantan pecandu diharapkan mampu menjalankan pola hidup kearah yang lebih sehat seperti makan makanan sehat, makan dan tidur teratur, menjalani olahraga teratur, melatih mengatasi stress, melakukan kegiatan yang produktif, serta aktif dalam kegiatan kemasyarakatan dan organisasi sosial (BNN Kota Bandung, 2021). Pemberian rehabilitasi sejalan dengan tujuan dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang dikutip dari Bappenas yang antara lain adalah menjamin Kehidupan yang Sehat dan Meningkatkan Kesejahteraan Penduduk di Segala Usia.

Kenyataannya, berdasarkan informasi yang diperoleh dari Kepala Lapas Kelas IIA Sidoarjo, ada sebanyak 715 dari 1200 warga binaan yang merupakan pelaku penyalahgunaan narkoba dan sebanyak 172 merupakan warga binaan dengan kasus narkoba yang mengalami relapse. Meski menjalani rehabilitasi dan terlepas dari ketergantungan narkoba untuk jangka waktu tertentu mantan pengguna tetap memiliki kecenderungan untuk menggunakan zat-zat tersebut secara mendadak dan tidak terkendali, terutama ketika suasana hati sedang kacau. Hal inilah yang membuat beberapa pecandu mengalami *relapse*. *Relapse* atau kambuh bukan menjadi hal baru dalam kasus pemulihan dari ketergantungan narkoba jenis manapun. (Badan Narkotika Jawa Timur, 2021). Berdasarkan National Institute on Drug Abuse (NIDA) terdapat sekitar 40-60% orang yang pernah menjalani rehabilitasi mengalami *relapse* (Mulya et al., 2021). Menurut Marlatt dan Gordon relapse adalah proses dimana pecandu menggunakan kembali narkoba setelah melewati periode abstinence selama proses rehabilitasi. dimana periode relapse dapat terjadi beberapa minggu maupun beberapa bulan sebelum individu memutuskan untuk kembali mengkonsumsi narkoba (Wulandari et al., 2020). Gorski dan Miller (1982) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek *relapse*, yaitu *emotional relapse* merupakan tahap ketika emosi individu dan perilaku yang mengarah pada *relapse* seperti munculnya perasaan gelisah,. Aspek kedua *mental relapse* merupakan tahap ketika individu mengalami dilema untuk kembali mengonsumsi narkoba. Aspek ketiga yaitu *physical relapse*. merupakan tahap ketika individu mencari barang, menemui penjual dan menggunakan narkoba lagi. Individu akan sulit untuk menghentikan proses *relapse* apabila telah sampai di tahap ini (Mulya et al., 2021). Terjadinya relapse bukan berarti program

rehabilitasi gagal, karena *relapse* adalah bagian yang wajar dari proses pemulihan, tetapi menghambat tercapainya salah satu tujuan SDGs yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan penduduk di segala usia.

Menurut Marlat dan Gordon, faktor yang mempengaruhi kecenderungan *relapse* adalah *high risk situation* seperti kondisi emosi negatif, tekanan sosial, coping yaitu kemampuan untuk menghadapi *high-risk situation* yang dapat mengarahkan individu menggunakan narkoba; yaitu berpikir positif tentang dampak narkoba; dan *abstinence violation effect* (kecenderungan untuk terus melakukan perilaku terlarang dan mengabaikan niat untuk tidak melakukan apa pun). Semua faktor tersebut mengarah pada pengendalian atau kontrol diri yang lemah dapat menyebabkan individu mengalami *relapse* (Wulandari et al., 2020).

Ghufroon & Risnawati (2010) mengatakan kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan, mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi, untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi agar sesuai dengan orang lain (Wahyudi & Rohyati, 2019). Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial, yang kemudian dapat melakukan penyesuaian diri, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersifat hangat dan terbuka. Menurut Averill (1973), kontrol diri memiliki tiga aspek utama yaitu: kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Ketiga aspek ini menjadi penting bagi individu dalam menentukan model perilaku mana yang akan ditampilkan (Wahyudi & Rohyati, 2019).

Kristianingsih (2009) memprediksi bahwa setelah keluar dari penjara, narapidana kemungkinan besar akan melakukan tindak kriminalitas seperti yang dilakukan sebelumnya, terutama pada narapidana narkoba. Hal tersebut karena selama berada di lapas narapidana memiliki kontrol diri yang lemah, tidak ada usaha untuk menjadi diri yang ideal, dan juga belum terdapat program pembinaan untuk menumbuhkan kontrol diri (Wulandari et al., 2020)

Godaan terbesar lainnya bagi mantan pecandu narkoba adalah saat bertemu dengan teman sesama pemakai dahulu dan mendapatkan teman atau lingkungan baru tetapi juga akrab dengan narkoba. Wolfe & Higgins (2008) Pengaruh dari teman-teman sesama pemakai dahulu memberikan andil yang cukup besar untuk mantan pengguna narkoba mengonsumsi narkoba kembali. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan kontrol diri yang memadai bagi mereka yang ingin berhenti menggunakan narkoba (Thalib et al., 2024). Kontrol diri juga berfungsi untuk mengatur, mengarahkan berbagai bentuk perilaku yang berkonsekuensi positif, membimbing tingkah laku sendiri, dan akan menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Ermayulis et al., 2019).

Mengacu pada hal tersebut, dibutuhkan kemampuan kontrol diri yang baik pada mantan pengguna narkoba agar tidak *relapse* kembali. Kedudukan kontrol diri, termasuk pada mantan pengguna narkoba, dapat dikatakan penting dari perspektif lain pembiasaan psikis, seperti kegelisahan, tekanan mental, karakteristik yang obsesif-kompulsif, serta gejala somatic (Fajrin, 2021). Salah satu pendekatan untuk mencegah terjadinya *relapse* yaitu dengan mengadakan psikoedukasi.

Psikoedukasi adalah kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya gangguan psikologis di suatu kelompok (Permata et al., 2020). Psikoedukasi kontrol diri dianggap relevan dan bermanfaat untuk narapidana yang mengalami *relapse* karena membantu memahami kembali diri mereka sendiri, termasuk faktor-faktor yang mungkin telah menyebabkan *relapse*. Menurut Thalib (2010), kontrol diri yang tidak dilatih dengan baik maka akan

memengaruhi individu untuk melakukan tindakan negatif (Madjid, A. N. F., & Aswar, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Handershot, Witkiewitz, George, dan Marlatt menunjukkan bahwa program *relapse prevention* (pencegahan kekambuhan) pada kasus penyalahgunaan narkoba efektif untuk menurunkan kecanduan dan mengurangi penggunaan narkoba (Wulandari et al., 2020).

Tingginya tingkat relapse yang terjadi pada Lapas kelas IIA Sidoarjo, melatarbelakangi peneliti melakukan penelitian ini, dan bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh psikoedukasi kontrol diri terhadap terhadap *relapse prevention* pada warga binaan kasus narkoba di Lapas kelas IIA Sidoarjo. Hipotesis penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh positif pemberian psikoedukasi kontrol diri sebagai relaps prevention pada warga binaan kasus narkoba. Pemberian psikoedukasi meningkatkan pemahaman terkait kontrol diri warga binaan kasus narkoba sebagai bentuk *relapse prevention*. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi untuk memberi masukan warga binaan agar mampu memaksimalkan kontrol dirinya agar tidak akan *relaps* saat sudah keluar dari Lapas, dan bisa lebih fokus mendapatkan kehidupan yang layak. Selain itu penerapan program psikoedukasi bisa dimanfaatkan lapas untuk penanganan masalah yang ada, khususnya psikoedukasi kontrol diri bagi warga binaan kasus narkoba di Lapas, maupun mengembangkan bidang ilmu psikologi.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen *One Group Pretest-Posttest Design*, yaitu penelitian dengan melakukan pengambilan data sebelum dan setelah pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen. Hal ini membantu dalam mengevaluasi perubahan yang terjadi sebagai hasil dari perlakuan.

Partisipan

Populasi warga binaan dengan kasus narkoba yang mengalami *relapse*, yaitu warga binaan yang kembali ke lapas dengan kasus yang sama (*relapse*) sebanyak 172, dan sampel pada penelitian ini yaitu warga binaan yang dipilih berdasarkan *non probability sampling* yaitu warga binaan yang bersedia menjadi partisipan sebanyak 29 orang.

Instrumen Penelitian

Dalam mengukur tingkat pemahaman kontrol diri, dibutuhkan alat ukur psikologi yaitu Skala Kontrol diri yang merupakan skala adopsi dari skala kontrol diri yang disusun oleh Rula Yusifa (2023). Skala Kontrol Diri dirancang berdasarkan aspek kontrol diri Averill (1973), yaitu: kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan untuk orang dewasa mantan pengguna narkoba yang terdiri dari 20 item. Skala ini dibuat menggunakan model skala Guttman yang aitemnya berupa pernyataan dengan dua jawaban alternatif, yaitu Iya dan Tidak (Rula, 2023). Skala kontrol diri yang digunakan memiliki reliabilitas sebesar 0.613. Pengambilan data akan dikumpulkan pada saat *pre-test* dan *post-test*.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisis *t-test* pada hasil *pre-test* dan *post-test* dengan bantuan Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP) versi 17 untuk mengetahui adanya perbedaan antara hasil *pre-test* dan hasil *post-test*

setelah dilakukannya psikoedukasi. Sebelum analisis data peneliti melakukan uji asumsi, meliputi normalitas dan homogenitas,

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pertama dilakukan uji normalitas, dan pada tabel 1 memperlihatkan bahwa nilai $p < 0.01$ artinya data tidak terdistribusi dengan normal karena nilai signifikan $p < 0.05$ maka analisis yang harus digunakan yaitu uji non-parametrik *Wilcoxon's signed-rank*.

Tabel 1. *Test of Normality (Shapiro-Wilk)*

	W	p
Total Pre Test - Total Post Test	0.763	< .001

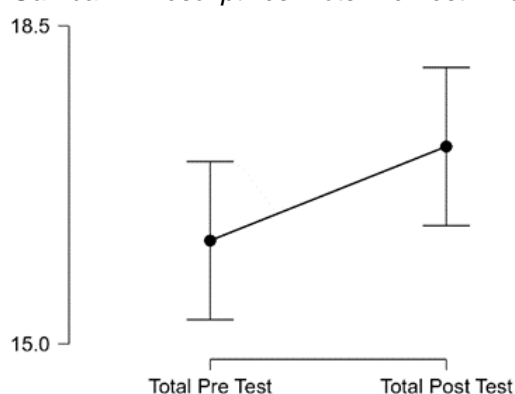
Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Hasil Hasil uji deskriptif pada tabel 2 menunjukkan bahwa nilai *mean* dari *pre-test* sebesar 16.138 dan nilai *mean post test* yaitu 17.172 artinya terdapat peningkatan pemahaman terkait kontrol diri dari *pre-test*, sebelum diberikan psikoedukasi dan *post-test*, setelah diberikan psikoedukasi kontrol diri. Hal ini sejalan dengan hasil uji deskriptif *plots* pada gambar 1 di bawah, yang memperlihatkan adanya peningkatan pemahaman tentang kontrol diri antara *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 2. Hasil Uji Deskriptif

	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Total Pre Test	29	16.138	2.263	0.42	0.14
Total Post Test	29	17.172	3.434	0.638	0.2

Gambar 1. *Descriptives Plots Pre Test - Post Test*



Hasil uji Hipotesis pada tabel 3 menunjukkan bahwa nilai $p > 0.001$ artinya tidak signifikan. Pada parameter lokasi, *Hoodges-Lehmann* menunjukkan nilai -2, artinya terdapat perbedaan nilai median dari data *pre-test* dan *post-test* sebesar -2. Nilai *Rank-Biserial* didapati sebesar 0.607, dimana *Rank-Biserial* (*rB*) dapat dianggap sebagai besaran efek dan diinterpretasikan sama dengan korelasi *r Pearson* (Bagaskara & Akmal, 2020). Nilai tersebut menunjukkan besaran efek yang besar, artinya psikoedukasi memberikan efek yang besar terhadap hasil *post test*. (Bagaskara & Akmal, 2020).

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

<i>Paired Samples t-test</i>								
<i>Measure 1</i>	<i>Measure 2</i>	<i>W</i>	<i>z</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	<i>Hodges-Lehmann Estimate</i>	<i>Rank-Biserial Correlation</i>	<i>SE Rank-Biserial Correlation</i>
Total Pre Test	- Total Post Test	59	-2.6		0.009	-2	-0.607	0.229
<i>Note. Wilcoxon signed-rank test.</i>								

Analisa hasil *pre-test* dan *post-test* pada tabel 4 memperlihatkan bahwa secara umum terdapat peningkatan pemahaman warga binaan dengan kasus narkoba terkait kontrol diri. Pada tabel 4 yang mendeskripsikan hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa dari 29 warga binaan yang mengikuti psikoedukasi, sebanyak 18 warga meningkat pemahamannya tentang kontrol diri, 7 warga menetap dan 4 warga menurun.

Tabel 4. Hasil Pre Test - Post Test

No	<i>pre-test</i>			<i>post-test</i>			keterangan
	jml sby	tot skor pre test	kategori kontrol diri	jml sby	tot skor post test	kategori kontrol diri	
1	3	19-20	tinggi	2	20	tinggi	tetap
				1	10	rendah	menurun
				16	19-20	tinggi	meningkat
2	24	13-18	sedang	5	13 & 16	sedang	tetap
				3	8,11,12	rendah	menurun
3	2	11-12	rendah	2	15	sedang	meningkat

Penelitian ini menguji pengaruh psikoedukasi kontrol diri sebagai bentuk relapse prevention pada warga binaan kasus narkoba di lapas kelas IIA Sidoarjo. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian psikoedukasi tentang kontrol diri. Hasil ini menunjukkan hipotesis peneliti diterima bahwa pemberian psikoedukasi kontrol diri berpengaruh positif sebagai relaps prevention pada warga binaan kasus narkoba. Dengan demikian, pemberian psikoedukasi meningkatkan pemahaman terkait kontrol diri warga binaan kasus narkoba sebagai bentuk relapse prevention.

Walsh (2010) pemberian psikoedukasi dapat membantu individu menghadapi tantangan tertentu di tiap tingkat perkembangan manusia sehingga mereka dapat terhindar dari masalah yang berkaitan dengan tantangan yang mereka hadapi (Setiani et al., 2009). Pemberian psikoedukasi berarti sebuah proses pemberian pemahaman atau pendidikan psikologis pada individu atau kelompok tentang suatu hal.

Dengan demikian pemberian psikoedukasi perlu diterapkan pada warga binaan kasus narkoba, terutama psikoedukasi kontrol diri sebagai relaps prevention. Ketika berinteraksi dengan orang lain, seseorang mencoba untuk menunjukkan perilaku yang menggambarkan dirinya. Kontrol diri yang rendah pada individu merupakan salah satu penyebab ketidakpekaan, impulsivitas, pengambilan keputusan yang tidak tepat dan lain sebagainya Respon perilaku yang tepat dapat menghindarkan diri dari pengaruh negatif (Madjid, A. N. F., & Aswar, 2021).

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurdin, dkk (2021) dengan judul Psikoedukasi Kontrol Diri Sebagai Bentuk Relapse Prevention Pada Warga Binaan Kasus Narkoba Di Rutan Klas 1 Makasar, menyatakan bahwa warga binaan setelah dilaksanakannya psikoedukasi kontrol diri menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan baru mengenai kontrol diri untuk mencegah relapse (Nur et al., 2021).

Selain itu, penelitian yang dilakukan Wulandari, dkk (2020), tentang Pelatihan Kontrol Diri untuk Mencegah Relapse pada Narapidana Kelompok Rehab Mantan Pecandu Narkoba di Lapas. Hasilnya menyatakan bahwa pelatihan kontrol diri dapat mencegah relapse pada narapidana mantan pecandu narkoba (Wulandari et al., 2020).

Apabila dilihat secara terinci, hasil pemberian psikoedukasi menunjukkan tidak semua warga binaan mengalami peningkatan pemahaman kontrol diri. Dari 29 warga binaan yang mengikuti psikoedukasi, sebanyak 18 warga meningkat pemahamannya tentang kontrol diri, 7 warga menetap dan 4 warga menurun. Hal ini bisa terjadi karena penelitian eksperimen dengan one group pre-test post test design tidak ada pengontrolan pada semua faktor yang mungkin mempengaruhi hasil pemberian perlakuan. Desain metode penelitian eksperimen ini belum maksimal karena masih ada variabel luar yang bisa mempengaruhi hasil pemberian treatment, (Djaali, 2021), dalam hal ini pemberian psikoedukasi kontrol diri agar warga binaan memperoleh pemahaman bahwa kontrol diri menentukan apakah warga binaan kasus narkoba akan mengalami relapse atau tidak,

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi kontrol diri mampu meningkatkan pemahaman tentang kontrol diri sebagai *relapse prevention* pada warga binaan kasus narkoba di lapas kelas IIA Sidoarjo. Bagi warga binaan kasus narkoba pada Lapas kelas IIA Sidoarjo mengambil pembelajaran dari psikoedukasi kontrol diri agar tidak mengalami *relapse*. Bagi peneliti selanjutnya menjadikan hasil penelitian ini sebagai masukan bagi penelitian dengan topik masalah yang sama.

REFERENSI

- AMANDA, M. P., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja (Adolescent Substance Abuse). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 339–345. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14392>
- Bagaskara, S., & Akmal, S. Z. (2020). *Analisis Statistik Menggunakan JASP: Buku Panduan untuk Mahasiswa*. April.
- Djaali. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Ermayulis, D., Hardi, E., Agama, I., Negeri, I., & Batusangkar, I. (2019). *Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Pengaruh Konseling*. 01(02), 141–149.
- Fajrin, F. A. (2021). *Pengaruh Self-Control terhadap Kepatuhan Narapidana*. 8(September), 102–115.
- Karso, A. J. (n.d.). *Peranan dan Upaya-Upaya Badan Narkotika Nasional (BNN) dalam Pemberantasan, Pencegahan Kejahatan Narkotika di Indonesia*. Eureka.
- Madjid, A. N. F., & Aswar, A. T. (2021). *Efek Kemampuan Kontrol Diri Dalam Menekan Perilaku*. 6(January), 1–12.
- Mulya, D. R., Murdiana, S., & Mansyur, A. Y. (2021). *Hubungan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Relapse pada Warga Binaan Pemasyarakatan Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Sungguminasa*. 1(2).

- Nur, M., Nurdin, H., Indriani, N., Azizah, N., & Rahmadhani, N. (2021). *Psikoedukasi Kontrol Diri sebagai Bentuk Relapse Prevention pada Warga Binaan Kasus Narkoba di Rutan Klas 1 Makassar*. 1(2), 124–130.
- Permata, V. D. B., Indria, D. M., & ... (2020). Pengaruh psikoedukasi pencegahan penyalahgunaan narkoba terhadap pengetahuan, motivasi dan perilaku pada siswa SMA. *Jurnal Kedokteran ...*, 8(2), 1–7.
<http://riset.unisma.ac.id/index.php/jkkfk/article/view/7980>
- Rula, Y. (2023). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Agresivitas Pada Para Mantan Pengguna Narkoba (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung)*.e.
- Setiani, T. P., Psikologi, F., & Paramadina, U. (2009). *Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Kemampuan Adaptasi Sosial Pada Mahasiswa Baru*. 1–8.
- Thalib, T., Koanda, N., Lestari, E., & Yumna, A. S. (2024). *Kontrol Diri pada Mantan Pecandu Narkoba : Sebuah Studi Fenomenologi*. 2(1), 278–285.
- Wahyudi, I., & Rohyati, E. (2019). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Melanggar Peraturan pada Santri Pondok Pesantren X di Kabupaten Sleman*. 15(1), 27–33.
- Wulandari, P. D., Alfian, I. N., & Widiasavitri, P. N. (2020). *Pelatihan Kontrol Diri untuk Mencegah Relapse pada Narapidana Kelompok Rehab Mantan Pecandu Narkoba di Lapas*. 6(2), 175–182.