

**PENGARUH TERAPI TEKNIK *THOUGHT STOPPING* TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN PASIEN REHABILITASI NAPZA**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan



Oleh

Amelia Fitri

NIM 2007597

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

**PENGARUH TERAPI TEKNIK *THOUGHT STOPPING* TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN PASIEN REHABILITASI NAPZA**

Oleh
Amelia Fitri
NIM 2007597

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Program Studi Keperawatan

© Amelia Fitri 2024
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

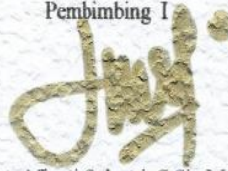
LEMBAR PENGESAHAN

AMELIA FITRI

**PENGARUH TERAPI TEKNIK *THOUGHT STOPPING* TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN PASIEN REHABILITASI NAPZA**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. apt. Afianti Sulastri, S.Si., M.Pd.

NIP 19800728 201012 2 002

Pembimbing II



Irma Darmawati, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom.

NIPT 920200419870509201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan UPI



Dr. Hj. Linda Amalia, S.Kp., M.K.M.

NIP 19680316 199203 2 004

**PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN SKRIPSI DAN
PERNYATAAN BEBAS PAGIARISME**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Pengaruh Terapi Teknik *Thought Stopping* Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Rehabilitasi NAPZA**” ini sepenuhnya merupakan hasil kerja saya sendiri, tanpa adanya plagiarisme atau pengambilan materi dari sumber lain yang melanggar norma-norma etika akademik yang diakui dalam komunitas ilmiah. Saya bertanggung jawab penuh atas isi dari dokumen ini dan bersedia menerima konsekuensi atau hukuman yang mungkin diberikan jika suatu saat ditemukan pelanggaran etika atau tuntutan atas originalitas karya ini dari pihak manapun.

Bandung, Januari 2024

Yang Menyatakan,



Amelia Fitri

NIM. 2007597

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena rahmat dan karunia-nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Adapun judul skripsi ini adalah “**Pengaruh Terapi Teknik *Thought Stopping* Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Rehabilitasi NAPZA**” skripsi ini disusun untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Peneliti mengakui bahwa terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, baik dari segi konten maupun teknik penulisannya. Dengan rendah hati, peneliti terbuka terhadap segala bentuk kritik dan saran yang konstruktif demi peningkatan kualitas skripsi ini. Peneliti berharap agar Tuhan Yang Maha Kuasa memberikan berkah dan rahmat-Nya kepada semua yang telah memberikan bantuan yang berarti. Peneliti juga berharap agar skripsi ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keperawatan.

Bandung, Januari 2024

Amelia Fitri

Peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tidak terhingga kepada setiap individu yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan bimbingan, arahan, dukungan moral, dan bantuan material dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Penghargaan tinggi diberikan kepada semua yang telah berkontribusi, baik dalam memberikan tenaga, ide, atau bentuk dukungan lainnya. Penulis secara khusus menyampaikan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. R. Boyke Mulyana, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Dr. H. Dian Budiana, M.Pd. Selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Prof. Dr. Komarudin, M.Pd. Selaku Wakil Dekan Bidang Keuangan dan Sumber Daya Manusia Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Mustika Fitri, Phd. Selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Dr. Hj. Linda Amalia, S.Kp., M.KM. Selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
6. Suci Tuty Putri, S.Kep., Ners., M.Kep. Sebagai Dosen Pembimbing Akademik, beliau telah memberikan dukungan sejak awal masa perkuliahan, termasuk memberi izin kepada penulis untuk mengajukan proposal skripsi, memungkinkan penulis untuk bekerja pada skripsi secara optimal. Selain itu, beliau juga telah memberikan arahan, bimbingan, dan pengetahuan yang berharga kepada penulis selama proses penyelesaian skripsi.
7. Dr. Apt. Afianti Sulastri, S.Si., M.Pd. Sebagai Dosen Pembimbing I, yang telah dengan murah hati menyediakan waktunya untuk memberi penulis arahan dan bimbingan serta membagikan ilmunya dengan baik selama proses penyelesaian skripsi.
8. Irma Darmawati, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom. Sebagai Dosen Pembimbing II, yang telah berbaik hati mengalokasikan waktunya untuk menyampaikan

petunjuk, bimbingan, dan ilmu pengetahuan kepada penulis sepanjang proses penulisan skripsi.

9. Keluarga besar yang sangat dicintai, khususnya orang tua yang sangat dihormati dan dicintai, Bapak H. Dudi Hidayat dan Ibu Hj. Dian Damayanti, serta saudara-saudara terkasih Adelia Putri dan Razka Arfan Alhusayn, yang telah senantiasa memberikan doa, motivasi, pengorbanan, cinta, dan dukungan dalam segala yang saya lakukan, memungkinkan saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga dan memberi kesehatan serta umur yang berkah kepada keluarga saya. Amin.
10. Teman-teman seangkatan Keperawatan 2020 yang telah bersama-sama selama masa perkuliahan, memberikan dukungan dan doa selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Terima kasih kepada diri sendiri atas ketekunan dan perjuangan yang telah dilakukan hingga saat ini. Berhasil mengatasi berbagai tantangan dan tidak pernah memilih untuk menyerah, terlepas dari kesulitan proses penyusunan skripsi, adalah suatu prestasi yang layak dihargai. Apresiasi diri atas kegigihan dan kesabaran dalam menghadapi berbagai hambatan dan ujian. Terima kasih karena telah kuat dalam menghadapi tantangan internal yang tak terduga. Terima kasih karena telah bertahan menghadapi berbagai rintangan kehidupan yang tak terprediksi. Terima kasih karena memilih untuk terus hidup dan merayakan eksistensi diri hingga saat ini, meskipun terkadang merasa putus asa. Terima kasih karena tetap menjadi individu yang selalu berusaha tanpa kenal lelah. Semoga selalu ada kebahagiaan di mana pun kamu berada, dan selalu merayakan keberadaanmu di dunia ini dengan segala sesuatu yang memberimu alasan untuk hidup. Pastikan jiwa ini selalu berkontribusi pada kebaikan di semesta ini.
12. Penulis menyampaikan terima kasih yang mendalam kepada semua yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu, yang telah memberikan bantuan selama masa perkuliahan. Semoga segala kebaikan mereka dibalas oleh Allah SWT. Amin.

Penulis berharap agar Allah SWT selalu memberikan balasan atas segala

kebaikan yang telah diterima. Skripsi ini tentu memiliki berbagai kekurangan, dan penulis terbuka terhadap saran serta kritik untuk meningkatkan kualitas karya ini, dengan harapan dapat bermanfaat bagi peneliti dan para pembaca secara luas.

Bandung, Januari 2024

Amelia Fitri
NIM. 2007597

ABSTRAK

**PENGARUH TERAPI TEKNIK *THOUGHT STOPPING* TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN PASIEN REHABILITASI NAPZA**

AMELIA FITRI

NIM 2007597

e-mail: ameliafitri@upi.edu

Pendahuluan: Kecemasan merupakan suatu keadaan emosional yang diwarnai oleh perasaan tidak nyaman, tegang, dan kecemasan yang berlebih terhadap kejadian atau situasi khusus. Gejala yang muncul dapat berupa fisik dan psikologis, termasuk detak jantung yang cepat, berkeringat lebih, kekhawatiran berlebih tentang masa depan, masalah dalam tidur, menggigil, dan sebagainya. Jika kecemasan ini berlarut-larut dan tidak dihadapi, bisa menghambat proses pemulihan, menurunkan kualitas hidup, dan meningkatkan kemungkinan kembali ke penggunaan NAPZA. **Tujuan:** Studi ini bertujuan untuk menilai efektivitas terapi *Thought Stopping* dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien rehabilitasi NAPZA. **Metode penelitian:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain Pre-eksperimental dan model "One-Group Pretest-Posttest". Penelitian melibatkan 30 pasien rehabilitasi NAPZA di Lapas Perempuan Kelas IIA Bandung pada tanggal 18 Desember 2023 – 5 Januari 2024 dengan menggunakan metode total sampling. **Hasil dan pembahasan:** Temuan menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam tingkat kecemasan sebelum dan setelah terapi *Thought Stopping*, dengan penurunan rata-rata dari 34.46 menjadi 19.03, atau penurunan sebesar 15.43 poin, menegaskan bahwa terapi ini efektif dalam mengurangi kecemasan pada pasien rehabilitasi NAPZA. **Simpulan:** Berdasarkan kajian yang telah dilakukan, penulis memperoleh simpulan yang menunjukkan bahwa metode *Thought Stopping* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien rehabilitasi NAPZA. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi integrasi teknik *Thought Stopping* dengan terapi lain dan untuk menilai efektivitas jangka panjangnya dalam mencegah relaps.

Kata Kunci : Terapi, Teknik *Thought Stopping*, Kecemasan

ABSTRACT

**THE EFFECT OF *THOUGHT STOPPING* TECHNIQUE THERAPY ON
REDUCING ANXIETY IN DRUG REHABILITATION PATIENTS**

AMELIA FITRI

NIM 2007597

e-mail: ameliafitri@upi.edu

Introduction: Anxiety is an emotional state characterized by feelings of discomfort, tension, and excessive anxiety about a specific event or situation. Symptoms can be both physical and psychological, including rapid heartbeat, increased sweating, excessive worry about the future, problems sleeping, chills, and so on. If this anxiety persists and is not dealt with, it can hinder the recovery process, reduce quality of life, and increase the likelihood of returning to drug use. **Objective:** This study aims to assess the effectiveness of Thought Stopping therapy in reducing anxiety levels in drug rehabilitation patients. **Research method:** This study used quantitative research with Pre-experimental design and "One-Group Pretest-Posttest" model. The study involved 30 drug rehabilitation patients at Class IIA Bandung Women's Prison on December 18, 2023 - January 5, 2024 using the total sampling method. **Results and discussion:** The findings showed a significant difference in anxiety levels before and after Thought Stopping therapy, with an average decrease from 34.46 to 19.03, or a decrease of 15.43 points, confirming that this therapy is effective in reducing anxiety in drug rehabilitation patients. **Conclusion:** Further research is needed to explore the integration of Thought Stopping techniques with other therapies and to assess its long-term effectiveness in preventing relapse.

Keywords: Therapy, Thought Stopping Technique, Anxiety

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN SKRIPSI DAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Konsep NAPZA	11
2.1.1 Pengertian NAPZA	11
2.1.2 Jenis-Jenis NAPZA.....	11
2.2 Konsep Rehabilitasi	15
2.2.1 Definisi Rehabilitasi	15
2.2.2 Jenis Rehabilitasi	15
2.2.3 Tahap-Tahap Rehabilitasi.....	16
2.2.4 Faktor Penyalahgunaan.....	17
2.2.5 Faktor Keberhasilan Rehabilitasi Narkoba	20

2.3	Konsep Kecemasan	21
2.3.1	Definisi Kecemasan	21
2.3.2	Tingkatan Kecemasan	23
2.3.3	Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan	26
2.3.4	Tanda dan Gejala Kecemasan	27
2.3.5	Dampak Kecemasan	29
2.4	<i>Thought Stopping</i>	30
2.4.1	Definisi Terapi <i>Thought Stopping</i>	30
2.4.2	Tujuan Teknik <i>Thought Stopping</i>	31
2.4.3	Manfaat Teknik <i>Thought Stopping</i>	32
2.4.4	Konsep Teknik <i>Thought Stopping</i>	32
2.4.5	Prinsip – Prinsip Teknik <i>Thought Stopping</i>	33
2.4.6	Indikasi <i>Thought Stopping</i>	33
2.4.7	Proses Pelaksanaan Terapi <i>Thought Stopping</i>	33
2.5	Hasil Penelitian yang Relevan	38
2.6	Kerangka Berpikir	40
2.7	Hipotesis	42
BAB III METODE PENELITIAN		43
3.1	Desain Penelitian	43
3.2	Responden	43
3.3	Populasi dan Sampel	43
3.3.1	Tempat Penelitian	43
3.4	Instrument Penelitian	44
3.5	Prosedur Penelitian	45
3.5.1	Pengukuran Tingkat Kecemasan Awal:	46
3.5.2	Memberikan Intervensi <i>Thought Stopping</i>	46
3.5.3	Pengukuran Tingkat Kecemasan Pasca-Intervensi	47
3.5.4	Definisi Operasional	47
3.6	Analisis Data	49
3.7	Etika Penelitian	50
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		52

4.1 Temuan Hasil Penelitian.....	52
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian.....	52
4.1.2 Uji Normalitas.....	53
4.1.3 Uji Hipotesis	53
4.2 Pembahasan Temuan Hasil dari Penelitian	55
4.2.1 Pengaruh terapi metode <i>Thought Stopping</i> terhadap penurunan kecemasan pada pasien rehabilitasi NAPZA di Lapas Perempuan Kelas IIA Bandung	55
4.2.2 Keterbatasan Penelitian.....	67
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....	68
5.1 Kesimpulan	68
5.2 Implikasi dan Rekomendasi	68
5.2.1 Implikasi	68
5.2.2 Rekomendasi.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.....	42
----------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	48
Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian	52
Tabel 4.2 One Sample <i>Shapiro-Wilk</i>	53
Tabel 4.3 Uji Hipotesis.....	53
Tabel 4.4 Uji Paired Sampel t Test.....	54
Tabel 4.5 Uji One Way ANOVA	54
Tabel 4.7 Uji Post Hoc	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur	78
Lampiran 2 <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety</i> (HARS)	87
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	92
Lampiran 4 Surat Permohonan Rekomendasi Izin Penelitian.....	93
Lampiran 5 Surat Balasan Rekomendasi Izin Penelitian	94
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	95
Lampiran 7 Data Penelitian.....	98
Lampiran 8 Hasil Kuesioner Tingkat Kecemasan HARS	102
Lampiran 9. Tabulasi Skor Skala HARS	108
Lampiran 10 Uji Normalitas	109
Lampiran 11 Uji Paired Sampel t Test	110
Lampiran 12. Uji One Way Anova.....	111
Lampiran 13. Uji Etik	118
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	119
Lampiran 15. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing I.....	121
Lampiran 16. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing II.....	123
Lampiran 17. Lembar Revisi Seminar Proposal	124
Lampiran 18. Lembar Revisi Sidang Akhir Skripsi	125
Lampiran 19. Riwayat Hidup.....	126

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, N. N., & Mubin, M. (2020). Penurunan Kecemasan Pasien Rehabilitasi Napza Menggunakan Terapi Teknik *Thought Stopping*. *Ners Muda*, 1(3), 207–213.
- Amanda, M., Humaidi, S., & Santoso, M. (2017). Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja (Adolescent Substance Abuse). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 339–345.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stres kerja*. Syria Studies.
- Baingana, F., Al’Absi, M., Becker, A., & Pringle, B. (2015). Global research challenges and opportunities for mental health and substance-use disorders. *Nature*, 527(7578), S172–S177.
- Bandelow, B., Allgulander, C., Baldwin, D., Costa, D. L., Denys, D., Dilbaz, N., & Zohar, J. (2023). World Federation of Societies of Biological Psychiatry (WFSBP) guidelines for treatment of anxiety, obsessive-compulsive and posttraumatic stress disorders–Version 3. Part I: Anxiety disorders. *The World Journal of Biological Psychiatry*, 24(2), 79–117.
- Best, D., Beckwith, M., Haslam, C., Alexander Haslam, S., Jetten, J., Mawson, E., & Lubman, D. (2016). Overcoming alcohol and other drug addiction as a process of social identity transition: The social identity model of recovery (SIMOR). *Addiction Research & Theory*, 24(2), 111–123.
- Candra, Wayan, I., Harini, I. G. A., & Sumirta, I. N. (2017). *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa*.
- Caniago, R., Susilo, A., Valensius, J., & Daffa, M. (2023). Pelarangan Penggunaan Ganja Dalam Sektor Medis: Kasus Sirup Anti-Kejang Yang Tak Lagi Aman Bagi Pengidap Cerebral Palsy. *Jurnal Fusion*, 3(1), 41–57.
- Daitch, C. (2018). Cognitive behavioral therapy, mindfulness, and hypnosis as treatment methods for generalized anxiety disorder. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 6(1), 57–69.
- Darmawati, I., Dharmansyah, D., Lindayani, L., & Alfyani, R. (2021). Life skill remaja dalam pencegahan HIV/AIDS. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*

- (*Comprehensive Nursing Journal*), 7(1), 66-73.
- Darmawati, I., Dharmansyah, D., Noviyanti, R., & Rohaedi, S. (2021). Implementing Benson's relaxation therapy to decrease depression in elderly. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17(14), 161-165.
- Darmawati, I., & Yuniar, D. Emotional Quotient Remaja Kota Bandung. *JURNAL PENDIDIKAN KEPERAWATAN INDONESIA*, 4(1), 52-59.
- Dasri, Z., Wahyuningsih, M., & Mindarsih, E. (2021). Perbedaan Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Dan Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida di Puskesmas Tempel II. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(1), 125–137.
- Dis, J. N. M. (2017). Psychometric Properties of the Reconstructed Hamilton Depression and Anxiety Scales. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 205(8), 656–664.
- Edmawati, M. (2020). Strategi konseling kelompok dengan teknik CBT Berbasis daring untuk meningkatkan psychological well being siswa di tengah pandemi COVID-19. In *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 99–106.
- Emergency Nurses Association, Hammond, B. B., & Zimmermann, P. G. (2017). *Keperawatan Gawat Darurat and Bencana Sheehy* (A. Kurniati, Y. Trisyani, & S. Theresia (eds.); 1st Editio). Elsevier.
- Endang, S. (2018). Prospektif Pengaturan Euthanasia di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Penegakan Hukum*, 5(2), 94–100.
- Erford, B. (2016). *40 Teknik yang harus Diketahui Setiap Konselor*. Pustaka Pelajar.
- Erlin, F., & Malfasari. (2017). *Terapi Thought Stopping (TS) Untuk Ansietas Mahasiswa Praktek Klinik Dirumah Sakit*. 2(3), 444–450.
- Fraghini, C. (2019). Juvenile Delinquency Dalam Bentuk Penyalahgunaan Narkoba. *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(1), 77–95.
- Hakim, M. (2023). Bahaya Narkoba Alkohol: cara islam mencegah, mengatasi, dan melawan. *Nuansa Cendekia*.
- Hardi, E., Ermayulis, D., & Masril, M. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy untuk Meningkatkan

- Kontrol Diri Siswa. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(2), 141–149.
- Hechanova, M., Alianan, A., Calleja, M., Melgar, I., Acosta, A., Villasanta, A., & Cue, M. (2018). The development of a community-based drug intervention for Filipino drug users. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 12(12).
- Hidayati, E., & Riwayati. (2015). Efektifitas Terapi *Thought Stopping* Terhadap Ansietas Klien Dengan HIV / AIDS di Wilayah Kota Semarang. *The 2 Nd University Research Coloquium*, 359–365.
- Ifdil, & Anissa, D. F. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93–99.
- Indriyati, I., Herawati, V., & Sutrisno, S. (2023). Efektifitas Terapi *Thought Stopping* dan Senam Lima Jari Terhadap Tingkat Fatigue. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 11–17.
- Jarnawi. (2020). Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 60–73.
- Kabain, H. (2020). *Jenis Jenis Napza dan Bahayanya*. Alprin.
- Karismatika, I. (2019). Pendekatan Konseling Bagi Remaja Pecandu Napza. *SUCCESS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Pendidikan*, 1(2), 40–54.
- Kemenkes RI. (2018). *Undang-undang Narkotika* (1st ed). kementerian kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Manajemen Pencegahan dan Penatalaksanaan Gangguan Penggunaan NAPZA oleh Tenaga Kesehatan*.
- Lemmens, L., DeRubeis, R., TanSchulte-Strathaus, J., & Huibers, M. (2021). Therapy Processes Associates With Sudden Gains in Cognitivr Therapy for Depression: Exploring Therapeutic Changes in the Sessions Surrounding the Gains. *PubMed Central*.
- Maharani, A., & Naqiyah, N. (2022). *Thought Stopping* Techniques to Reduce Social Anxiety. *Bisma The Journal of Counseling*, 6(2).
- Melisa, M. (2020). *Determinan Kecemasan Pada Pengguna Narkotika di Kota Palembang Tahun 2020*.
- Mubarak. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Salemba. Medika.

- Muhit, A., & Nasir. (2016). *Buku Dasar-dasar Keperawatan Jiwa* (1st ed). Salemba Medika.
- Mulyadi, F., Fakhrurrozi, M., & Rohayati, D. (2015). Psikologi Konseling. *Konseling*.
- Mulyaningsih, S., & Pertiwi, C. (2019). Analisis Tindakan Preventif Penggunaan Narkoba Pada Remaja Usia Produktif Di Surabaya Menggunakan Pyd Logic Model Studi Kasus: Rumah Ranjau Sman 21 Surabaya. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 185.
- Mulyenti, S. (2019). Effect *Thought Stopping* (Ts)/Negative Thinking Stop To Thinking Process Drugs Abuse At Lembaga Pembinaan Khusus Anak Pekanbaru. *JPK: Jurnal Proteksi Kesehatan*, 8(2), 8–12.
- Muyasaroh, Hanifah, H., Baharudin, Y. H., Fadjarin, N. N., Pradana, T. A., & Ridwan, M. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. *Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Nahdatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap*.
- Nabila, F. (2015). *Perbedaan Self Estem Pada Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan Yang Menggunakan NAPZA*. BINUS University.
- Niarti, D., Pamungkas, M., & Wati, N. (2021). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Dengan Penyalahgunaan Narkotika*.
- Novrika, B. (2022). Pengaruh Terapi *Thought Stopping* Terhadap Ansietas Pasien Pra Operasi di RSUD Bangkinang. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 106–113.
- Nugraha, A. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22.
- Nurfitria, S. (2017). *Penerapan Acceptance And Commitment Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Siswa Pada Pelajaran Fisika Kelas XI SMAN 3 Surabaya*.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Nursalim, M. (2014). *Strategi Dan Interfensi Konseling*. Akademia.

- Pauzana, A. (2022). Konseling Kelompok Mengurangi Kecemasan Residen Rehabilitasi dengan Masalah Penyalahgunaan Narkoba. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(11), 3705–3708.
- Price, O., Man, N., Sutherland, R., Bruno, R., Dietze, P., Salom, C., & Peacock, A. (2023). Disruption to Australian heroin, methamphetamine, cocaine and ecstasy markets with the COVID-19 pandemic and associated restrictions. *International Journal of Drug Policy*, 113(10), 39–76.
- Purbanto, H., & Hidayat, B. (2023). Systematic Literature Review: Penyalahgunaan Narkoba di Kalangan Remaja dalam Perspektif Psikologi dan Islam. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 20(1), 1–13.
- Puspitasari, Y. (2020). Efek Penyalahgunaan Neuroenhancement. *Jurnal Medika Hutama*, 361–368.
- Rasdini, I. (2019). Intervensi Kognitif Terhadap Kecemasan Remaja Paska Erupsi Gunung Agung. *Jurnal Gema Keperawatan*, 12(2).
- Saeffulloh, A., & Syarif, M. (2019). *Model Pendidikan Islam bagi Pecandu Narkotika*. Deepublish.
- Salsabila, S., Hadnyanawati, H., & Wulandari, E. (2021). Prevalensi Karies dan Erosi pada Narapidana Pengguna Narkotika Jenis Sabu-Sabu di Lembaga Pemasarakatan Klas II-A Kabupaten Jember. *STOMATOGNATIC-Jurnal Kedokteran Gigi*, 18(2), 52–55.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). Penurunan tingkat kecemasan anak akibat hospitalisasi dengan penerapan terapi bermain. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(1), 9–12.
- Simamora, A., & Simamora, F. (2023). Penerapan Teknik *Thought Stopping* (TS) Dalam mengatasi kecemasan pecandu Narkoba Pada Warga Binaan Lapas Kelas IIB Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 5(3), 103–109.
- Subantara, I., Dewi, A., & Suryani, L. (2020). Rehabilitasi terhadap Korban Penyalahgunaan Narkotika di Badan Narkotika Nasional Provinsi Bali. *Jurnal Preferensi Hukum*, 1(1), 243–248.
- Sulastri, A., Amalia, R., & Sumartini, S. (2018). Gambaran perubahan psikososial

dan sistem pendukung pada orang dengan hiv/aids (odha) di rumah cemara geberkalong bandung.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sukamto, E. (2018). *Gerakan Kelompok Dasa Keluarga Siaga Narkoba*. Rohima Press.
- Sumartini, S., Nur Rahmawati, M., & Rohaedi, S. (2019). Tingkat stres dan indikator stres pada remaja yang melakukan pernikahan dini.
- Suminar, A. (2020). *Dokter Jiwa Sebut Kecemasan Terhadap Covid-19 Adalah Adaptasi Normal*. January 28, 2020.
- Suparto, T. A., Puspita, A. P. W., Sulastri, A., & Pragholapati, A. (2021). Kecerdasan Emosional dan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan pada Pembelajaran Daring Saat Pandemi Covid-19. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871*, 12(4), 239-249.
- Sutrisno, I. T. (2018). *Pengaruh Spiritual Caring Dengan Murottal Terhadap Stres, Cemas, Dan Depresi Pada Pasien Kanker Serviks Stadium IIIB Yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Dr. Soetomo Surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Suryati, S., Yesika, R., Zuhra, M., Suzana, D., Ifadah, E., Makmuriana, L., & Puspitasari, L. (2023). *Buku Ajar Farmakologi Dalam Keperawatan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Suryawati. (2015). *GM Mengajak: Raih Prestasi Tanpa Narkoba*. Gajah Mada University Press.
- Ugmsehat. (2020). *NAPZA, Zat Candu yang Berbahaya*. Universitas Gajah Mada.
- UNODC. (2022). *World Drug Report 2022*. <https://www.unodc.org/unodc/data-and-analysis/world-drug-report-2022.html>
- Usraleli, U. (2022). The Application of *Thought Stopping* (TS)/Stopping Negative Thinking and Assertive Training (AT)/Assertive Behavior to Drug Abusers in Class II A Correctional Institutions Pekanbaru. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 38–48.

- Usraleli, U., & Forwaty, E. (2022). Penerapan *Thought Stopping* (TS) dan Assertive Training (AT) terhadap Kecemasan Warga Binaan Sebelum Bebas di Lembaga Perempuan Kelas II A Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 589–590.
- Wahyudi, Indra, Bahri, S., & Handayani, P. (2019). Aplikasi Pembelajaran Pengenalan Budaya Indonesia. *Jurnal Teknik Komputer*, 5(2), 277–82.
- Wahyuningsih, S. (2020). Terapi *Thought Stopping*, Relaksasi Progresif dan Psikoedukasi Terhadap Penurunan Ansietas Pasien GGK yang Menjalani hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 648–660.
- Yani, S., & Putri, L. (2020). Penerapan Terapi *Thought Stopping* Untuk Mengatasi Remaja Pecandu Minuman Keras. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(2), 87–90.
- Yenes, E., & Karneli, Y. (2022). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy dengan Teknik *Thought Stopping* untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Narapidana Penyalahgunaan Narkoba di Lapas Klas IIB Lubuk Basung. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 7(2), 46–53.
- Yuli, & Winanti, A. (2019). Upaya Rehabilitasi Terhadap Pecandu Narkotika Dalam Perspektif Hukum Pidana. *ADIL: Jurnal Hukum*, 10(1).
- Zahara, S., Fabiani, R., Y, Z., & Humaedi, S. (2021). Penyalahgunaan Napza dalam Dunia Entertainment. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(2), 165.