

KECEMASAN PADA REMAJA PECANDU EKSTASI

Bagus Satrio Jiwandono¹, Fajar Kawuryan²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muria Kudus.

Alamat e-mail : bagussj1998@gmail.com,²fajar.kawuryan@umk.ac.id,

ABSTRACT

Anxiety is a natural response to anticipating threats; however, when it becomes persistent, irrational, and intense, it can develop into an anxiety disorder that disrupts daily activities. Anxiety among adolescents, particularly drug addicts like ecstasy users, is a significant concern due to its impact on quality of life, health, interpersonal relationships, education, productivity, and healthcare costs. This study aims to analyze aspects of anxiety in adolescent ecstasy users in Kudus City through a qualitative phenomenological approach, employing observation and interviews, with data analyzed using coding and triangulation. The findings reveal that all three informants exhibited symptoms of anxiety disorders in physical, cognitive, behavioral, and emotional aspects, as well as tendencies toward social anxiety. For example, Informant 1 felt fearful upon hearing a motorbike in front of their house, assuming it was the police. Meanwhile, Informants 2 and 3 withdrew from social interactions, feared meeting new people, and experienced difficulty speaking. All three preferred spending time alone in their rooms.

Keywords: Ecstasy; Anxiety; Mental Health; Adolescents

ABSTRAK

Kecemasan adalah respons alami untuk mengantisipasi ancaman, namun jika terjadi terus-menerus, tidak rasional, dan intens, dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan yang mengganggu aktivitas harian. Masalah kecemasan pada remaja, khususnya pecandu narkoba seperti ekstasi, menjadi perhatian karena berdampak pada kualitas hidup, kesehatan, hubungan interpersonal, pendidikan, produktivitas, dan biaya kesehatan. Penelitian ini bertujuan menganalisis aspek-aspek kecemasan pada remaja pecandu ekstasi di Kota Kudus menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan metode observasi dan wawancara, serta analisis data berbasis koding dan triangulasi. Hasil penelitian, ketiga informan menunjukkan gejala gangguan kecemasan pada aspek fisik, pikiran, perilaku, dan emosi, serta kecenderungan kecemasan sosial. Misalnya, informan 1 merasa takut saat mendengar suara motor di depan rumah yang dianggap sebagai polisi, sementara informan 2 dan 3 menarik diri dari interaksi sosial, merasa takut bertemu orang baru, dan sulit berbicara. Ketiganya lebih nyaman menghabiskan waktu sendiri di kamar

Kata Kunci: Ekstasi; Kecemasan; Kesehatan Mental; Remaja

A. Pendahuluan

Kesehatan mental yang baik idealnya harus dimiliki oleh setiap

manusia, karena kesehatan mental yang baik memiliki kemampuan dalam mengelola stress dari kejadian

hidup yang wajar sehingga dapat bekerja dengan produktif, menghasilkan sesuatu, dan ikut berperan dalam suatu komunitas (Putri dkk, 2015). Pada remaja sangat penting memiliki kesehatan mental agar tidak berdampak buruk dalam perilaku dan kepribadian, jika kesehatan mental terganggu akan timbul gangguan mental. Gangguan jiwa dapat mengubah cara seseorang dalam menangani stres, bimbang dalam membuat pilihan dan memicu hasrat untuk menyakiti diri sendiri (Savitrie, 2022).

Selama masa transisi menurut Hurlock (1980) perkembangan dan pertumbuhan yang dihadapi remaja merupakan hasil dari berbagai perubahan fisik, sosial, dan emosional yang kesemuanya dapat menimbulkan kecemasan dan ketidaknyamanan.

Kecemasan adalah hal yang normal di dalam kehidupan karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan (Dewi dan Fauziah,

2018). Menurut Joewana dan Lydia (2006) permasalahan yang banyak terjadi di saat ini pada remaja adalah permasalahan pecandu narkoba. Narkoba adalah singkatan dari narkotika, psikotropika, dan bahan berbahaya.

Penelitian yang dilakukan oleh Medina dan Shear (2007) yang berjudul *Anxiety, depression, and behavioral symptoms of executive dysfunction in ecstasy users: Contributions of polydrug use*, menunjukkan bahwa pengguna ekstasi menunjukkan peningkatan tingkat gejala psikologis dan disfungsi eksekutif. Kecemasan menjadi aspek yang dominan dalam gangguan psikologis tersebut.

Mengingat potensi efek neurotoksik ekstasi, orang mungkin menduga bahwa penggunaan ekstasi secara teratur akan dikaitkan dengan peningkatan gejala mood seperti kecemasan, depresi dan disfungsi eksekutif. Memang, semakin banyak bukti mendukung hipotesis bahwa pengguna ekstasi mengalami peningkatan kadar semi-akut dan gejala kejiwaan kronis, termasuk disforia, depresi, kecemasan, serangan panik, paranoia, obsesi, permusuhan, gangguan tidur,

impulsive gangguan kontrol, dan gangguan makan (Parrott dkk, 2000).

Sundari (2004) menjelaskan kecemasan memiliki gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya yaitu jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Selain itu, gejala yang bersifat mental yaitu perasaan takut akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, dan ingin lari dari kenyataan.

Selain itu kecemasan juga memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan. Gejala-gejala kecemasan yang muncul dapat berbeda pada masing-masing orang. Fauziah & Widury (2007) menyebutkan bahwa takut dan cemas merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya suatu bahaya. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu. Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari

dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu.

Di sisi lain gangguan kecemasan memiliki dampak pada kualitas hidup, kesehatan, penyalahgunaan zat, hubungan personal dan orang tua, akademik, produktivitas pekerjaan, serta tingginya biaya dalam segi perawatan kesehatan (Thomas, 2012). Sehubungan dengan salah satu penyebab terjadinya gangguan kecemasan yaitu penyalahgunaan zat, kenyataannya Indonesia termasuk salah satu negara yang bermasalah di bidang tersebut (Thomas, 2012).

Lebih khusus lagi, beberapa penelitian yang dilakukan Thomasius dkk (2005) menunjukkan peningkatan tingkat depresi yang lebih tinggi dan tidak terkontrol pada pengguna ekstasi. Hasil penelitian dari Rosa, dkk (2007) yang berjudul *Pathways to ecstasy use in young adults: Anxiety, depression or behavioural deviance?* ini menunjukkan adanya jalur dari perilaku menyimpang awal ke gangguan penggunaan ekstasi, yang dimediasi melalui eksperimen obat-obatan terlarang pada masa remaja awal sehingga berdampak pada kecemasan.

Penelitian dari Parrott, dkk (2000) yang berjudul *Psychobiological problems in heavy 'ecstasy' (MDMA) polydrug* hasilnya menunjukkan bahwa para pecandu ekstasi menunjukkan perilaku patologis, salah satunya adalah kecemasan. Gangguan-gangguan psikobiologis ini termasuk kecemasan merupakan produksi dari penggunaan ekstasi yang masuk dalam kategori pemakaian berat, sehingga dampak perilakunya bervariasi salah satu yang menonjol adalah kecemasan.

Berdasarkan pemaparan latar belakang permasalahan di atas, penulis tertarik untuk menganalisis aspek-aspek kecemasan terhadap remaja pecandu ekstasi di Kota Kudus

B. Metode Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, menggunakan observasi dan wawancara. Fenomenologi adalah sebuah pendekatan studi yang memfokuskan pada pemahaman fenomena, termasuk penampakan, segala hal yang muncul dalam pengalaman individu, cara individu mengalami suatu hal, dan

makna yang terkandung dalam pengalaman individu tersebut. Dalam fenomenologi, perhatian tidak hanya tertuju pada fenomena itu sendiri, tetapi juga pada pengalaman sadar yang dialami oleh individu secara langsung (Kuswarno, 2009).

Dalam penelitian ini, tidak semua remaja pecandu ekstasi dapat dijadikan informan. Ada beberapa kriteria yang harus dipenuhi, yaitu bersedia memberikan informasi terkait penggunaan ekstasi, mengkonsumsi ekstasi selama kurang lebih 2 tahun, dan mengalami gejala kecanduan ekstasi, termasuk mengkonsumsi ekstasi dalam jumlah lebih besar atau lebih lama dari yang dimaksudkan, merasakan hasrat yang kuat terhadap ekstasi, terus menggunakan meskipun menyebabkan atau memperburuk konflik sosial atau interpersonal, tetap menggunakan ekstasi meskipun sadar akan dampak negatifnya terhadap kondisi fisik dan psikologis, serta mengembangkan toleransi terhadap ekstasi dan memerlukan jumlah lebih banyak untuk mencapai efek yang diinginkan. Lokasi penelitian dilakukan di Kabupaten Kudus, tepatnya rumah informan digunakan sebagai lokasi penelitian agar proses penggalan data dapat

berlangsung dengan nyaman dan efisien. Selain itu, penentuan lokasi tempat penelitian juga berdasarkan kesepakatan yang dibuat antara peneliti dan informan.

Analisis data menggunakan koding, serta kredibilitas data menggunakan triangulasi. Triangulasi merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Diluar data tersebut untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Triangulasi dibedakan menjadi empat macam sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan peneliti, sumber, metode dan teori (Pahleviannur dkk, 2022)..

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Kecemasan dapat menyebabkan stres baik secara psikologis maupun fisiologis, yang ditandai oleh ciri-ciri fisik, emosional, kognitif, dan perilaku. Jika kecemasan berlangsung secara intens atau berkelanjutan, stres psikologis tersebut berpotensi memunculkan gejala fisik (Gayatri et al., 2020). Dalam konteks penelitian ini, kecemasan menjadi dampak paling dominan yang dialami oleh pengguna atau pecandu ekstasi. Kecemasan yang berlebihan dapat

menimbulkan rasa tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Vrimadieska & Suharso, 2020).

Fenn & Byrne (2013) menjabarkan terdapat empat aspek kecemasan, yang pertama yaitu *physical symptoms* atau reaksi fisik yang terjadi pada orang yang cemas, seperti telapak tangan yang berkeringat, otot tegang, jantung berdebar, sulit bernafas, dan pusing ketika menghadapi kecemasan. Kedua yaitu *thought*, pemikiran negatif dan irasional berupa perasaan tidak mampu, tidak siap, dan merasa tidak memiliki keahlian, seperti tidak siap dalam menghadapi suatu tantangan dan tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. Ketiga *behavior*, yaitu individu dengan kecemasan akan cenderung menghindari situasi penyebab kecemasan dikarenakan individu merasa dirinya terganggu dan tidak nyaman seperti keringat dingin, mual, sakit kepala, leher kaku, dan juga gangguan tidur karena berpikir berlebihan. Keempat adalah *feelings*, yaitu suasana hati individu dengan kecemasan cenderung meliputi perasaan marah, panic, gugup yang dapat memunculkan kesulitan untuk memutuskan sesuatu seperti

perasaan gugup saat diskusi ataupun saat berbincang dengan orang lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan mengalami gejala kecemasan yang disebabkan penggunaan ekstasi. Pada aspek *physical symptoms*, informan 1 mengalami berbagai gejala fisik setelah menggunakan ekstasi, seperti jantung yang berdebar kencang, rasa mulas tanpa sebab, serta dorongan ingin BAB yang ternyata tidak menghasilkan apa-apa saat berada di WC. Hal yang sama juga dialami oleh informan 2 dan 3 yang merasakan jantung berdebar, akan tetapi pada informan 2 tidak ada keluhan lain seperti kepala pusing atau sakit perut yang muncul.

Hyman & Pedrick (2012) menjelaskan salah satu gejala kecemasan yaitu gejala fisik yang ditandai dengan perubahan frekuensi jantung, mual, muntah, ketegangan otot, berkeringat dan nafas yang cepat. Pernyataan serupa juga dituliskan oleh Hanafia (2013) bahwa gejala fisik yang dialami oleh seseorang yang mengalami kecemasan yaitu sesak nafas, nyeri dada, jantung berdebar, mual, pernapasan cepat, nafsu makan hilang, sakit kepala, pusing,

ketegangan otot, berkeringat, susah menahan BAK dan panik.

Selain itu efek dari penggunaan ekstasi pada setiap informan memunculkan kecemasan pasca mengkonsumsi ekstasi dengan durasi yang berbeda-beda. Informan 3, efek ekstasi mulai dirasakan sekitar 30 menit setelah dikonsumsi, yang membuat informan 3 merasakan sensasi “mekengkeng” atau ketegangan otot di beberapa bagian tubuh. Pada informan 2, jantung berdebar dirasakan sekitar 10 hingga 15 menit setelah menggunakan ekstasi, sedangkan informan 1 mengalami kecemasan setelah menggunakan ekstasi hingga 4 sampai 6 jam.

Pada aspek *thought*, informan 1 merasa bahwa setelah enam jam menggunakan ekstasi, beban pikirannya seolah menghilang, memberikan perasaan bebas untuk berkhayal dan merasakan ketenangan, meskipun hanya sementara. Sementara informan 2 setelah efek cemas hilang, ia memilih untuk tidur atau mencari aktivitas lain untuk mengalihkan pikiran berlebihan yang muncul ketika melamun. Sedangkan informan 3 setelah menggunakan ekstasi sering merasa cemas, bingung dan sulit mengingat

dan kehilangan kepercayaan diri yang membuatnya enggan bersosialisasi dengan orang lain. Informan 3 tetap menggunakan ekstasi karena dianggap membantu bekerja, terutama saat lembur, agar tetap terjaga dan menyelesaikan tugas bengkel tanpa lelah.

Clark & Beck (2011) menyebutkan individu yang mengalami kecemasan menunjukkan gejala seperti rasa takut tidak dapat menyelesaikan masalah, takut mendapatkan komentar dan umpan balik yang negatif, kurang konsentrasi dan focus, serta sulit melakukan penalaran. Lebih lanjut Stuart (2013) menyatakan respon kognitif individu yang mengalami kecemasan yaitu perhatian yang mudah terganggu, konsentrasi yang buruk, kecenderungan melupakan sesuatu, hambatan berpikir, menurunnya jangkauan persepsi, menurunnya kreativitas dan produktivitas, mudah bingung, kewaspadaan yang berlebihan, kehilangan objektivitas, timbulnya perasaan takut kehilangan control, ketakutan yang tidak wajar, meningkatnya frekuensi kilas balik dan mengalami mimpi buruk. Beberapa respon tersebut dialami ketiga informan yang akan dibahas pada aspek behavior.

Pada aspek *behavior*, setelah menggunakan ekstasi informan 1 mengalami rasa takut yang tidak beralasan dan selalu menganggap suara motor yang berhenti di depan rumahnya adalah polisi, hingga informan 1 harus memeriksa keadaan hingga berkali-kali. Selain itu informan 1 juga mengalami kesulitan tidur selama kurang lebih enam jam meskipun efek obat sudah hilang dan mengalami halusinasi. Berbeda dengan informan 2, kecemasan yang muncul sering kali diatasi dengan cara bermain HP dan game untuk mengalihkan perhatian dari rasa cemas. Penggunaan ekstasi pada informan 2 seringkali membuatnya merasa malas untuk beraktivitas dan takut untuk bersosialisasi dengan orang baru. Sama halnya dengan informan 2, informan 3 juga mampu mengatasi kecemasan yang muncul dengan mengalihkan perhatian seperti menonton video, bermain game dan menjalankan aktivitas pekerjaan di bengkel. Hal ini dilakukan informan 3 agar tidak merasa bingung atau gelisah.

Kecemasan yang dirasakan penyalahguna ekstasi merupakan manifestasi dari keyakinan irasional yang dimiliki, yaitu bahwa ia tidak dapat bertahan menghadapi stress

dan kecemasan tanpa bantuan zat tersebut (Umam dkk, 2017). Keyakinan irasional ini membuat individu memiliki toleransi stress yang rendah dan kecemasan yang tidak wajar seperti yang dialami ketiga informan.

Pada aspek *feelings*, informan 1 merasakan campuran emosi setelah menggunakan ekstasi, seperti kemarahan yang meningkat, kepanikan ketika bertemu orang baru, frustrasi, hingga berperilaku seperti orang yang kehilangan akal saat sedang dalam kondisi tertekan. Hal sama dialami informan 2 ketika dalam kondisi tertekan, ia merasa khawatir akan kemungkinan yang tidak diinginkan, sehingga merasakan ketegangan saat dihadapkan dengan situasi tertentu. Informan 2 juga mengalami kesulitan dalam berbicara karena gugup, dan pada saat setelah menggunakan ekstasi, informan 2 merasa emosional, seringkali mudah marah dan sangat sensitive terhadap situasi yang menjengkelkan. Perasaan gugup dan cemas saat berbicara juga dialami oleh informan 3. Setelah menggunakan ekstasi, rasa gugupnya semakin sering muncul, membuatnya cemas akan melakukan kesalahan dalam komunikasi.

Kecemasan merupakan istilah yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak tenteram, dan sebagainya yang disertai dengan berbagai keluhan. Hal ini didukung oleh Maramis (1980) yang mengatakan kecemasan adalah suatu ketegangan, rasa tidak aman, kekhawatiran yang timbul karena dirasakan akan mengalami kejadian yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan data temuan lapangan, ketiga informan menunjukkan beberapa ciri atau karakteristik yang mengarah pada kecemasan sosial. Brecht (2000) menjelaskan bahwa kecemasan sosial merupakan rasa takut dan khawatir yang berlebihan jika berada bersama dengan orang lain dan merasa cemas pada situasi sosial karena kekhawatiran akan mendapat penilaian atau balikan evaluasi dari orang lain, tetapi akan merasa baik ketika sedang sendirian.

Seperti informan 1 yang merasa takut ketika mendengar suara motor yang berhenti di depan rumahnya dan mengasumsikan suara motor tersebut adalah polisi yang hendak mendatangnya. Serta informan 2 dan 3 yang merasa takut ketika menemui orang baru, menarik diri dari lingkungan dan membuatnya

kesulitan untuk berkata-kata. Ketiga informan cenderung merasa nyaman ketika berada sendirian di dalam kamar.

Leary & Dobbins (1983) menjelaskan bahwa secara sosial individu-individu yang cemas cenderung memperlihatkan beberapa ciri sebagai berikut; (a) cenderung mengurangi keterlibatan dirinya dalam situasi pertemuan dengan lingkungan sosial, (b) cenderung menarik diri dari lingkungan sosial ketika merasa dirinya tidak nyaman, dan (c) cenderung menghindari situasi sosial yang diperkirakan dapat menimbulkan kecemasan bagi dirinya. Pendapat lain juga dipaparkan oleh Maleshko & Alden (1993) bahwa individu yang mengalami kecemasan sosial cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan persahabatan dengan individu lain, sulit untuk berkomunikasi dengan individu lain, dan cenderung lebih menutup diri terhadap lingkungan sosial.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan mengalami berbagai gejala kecemasan akibat penggunaan ekstasi. Pada aspek

gejala fisik (*physical symptoms*), informan 1 mengalami beberapa keluhan fisik setelah mengonsumsi ekstasi, seperti jantung berdebar kencang, rasa mulas tanpa sebab, dan dorongan ingin buang air besar, meskipun akhirnya tidak ada hasil ketika di toilet. Gejala serupa dialami oleh informan 2 dan 3, seperti jantung berdebar, tetapi informan 2 tidak melaporkan adanya keluhan lain seperti pusing atau sakit perut.

Pada aspek pikiran (*thought*), informan 1 merasakan beban pikirannya hilang sementara setelah enam jam menggunakan ekstasi, sehingga ia merasa bebas berkhayal dan mendapatkan ketenangan. Sebaliknya, informan 2 mengatasi kecemasan pasca-penggunaan dengan tidur atau melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan pikiran yang berlebihan. Sementara itu, informan 3 sering merasa cemas, bingung, sulit mengingat, serta kehilangan rasa percaya diri, sehingga enggan bersosialisasi. Meski demikian, informan 3 tetap menggunakan ekstasi karena dianggap membantu tetap terjaga saat lembur di bengkel dan menyelesaikan pekerjaan tanpa merasa lelah.

Pada aspek perilaku (*behavior*), informan 1 menunjukkan rasa takut

yang tidak beralasan, seperti mengira suara motor yang berhenti di depan rumah adalah polisi, sehingga memeriksa keadaan berulang kali. Ia juga mengalami kesulitan tidur selama enam jam meskipun efek obat sudah hilang dan mengalami halusinasi. Berbeda dengan informan 2, kecemasan yang muncul sering kali dialihkan dengan bermain ponsel atau game. Namun, penggunaan ekstasi membuatnya malas beraktivitas dan takut bersosialisasi dengan orang baru. Sama seperti informan 2, informan 3 juga mengalihkan kecemasan dengan menonton video, bermain game, atau menyibukkan diri dengan pekerjaan di bengkel agar tidak merasa gelisah.

Pada aspek perasaan (*feelings*), informan 1 mengalami campuran emosi setelah menggunakan ekstasi, seperti marah yang meningkat, panik saat bertemu orang baru, frustrasi, hingga berperilaku seperti kehilangan akal dalam kondisi tertekan. Informan 2 juga merasakan kekhawatiran terhadap hal-hal yang tidak diinginkan, sehingga menjadi tegang dalam situasi tertentu. Ia juga mengalami kesulitan berbicara akibat gugup dan menjadi sangat emosional, mudah marah, serta sensitif terhadap situasi yang

menjengkelkan setelah menggunakan ekstasi. Informan 3 juga mengalami rasa gugup yang semakin sering muncul pasca-penggunaan ekstasi, membuatnya cemas akan berbuat kesalahan saat berbicara dengan orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Alati, R., Kinner, S. A., Hayatbakhsh, M. R., Al Mamun, A., Najman, J. M., & Williams, G. M. 2007. Pathways to ecstasy use in young adults: anxiety, depression or behavioural deviance? *Drug and alcohol dependence*, 92(1-3), 108-115.
- Brecht, G. 2000. *Mengenal dan Menanggulangi Kekhawatiran*. Jakarta: Prenhallindo.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. 2011. *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice*. Guilford Press.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia
- Hyman, B. M., & Pedrick, C. 2012. *Anxiety disorders*. Twenty-First Century Books.
- Inggriane Puspita Dewi, Diana Fauziah. 2018. PENGARUH TERAPI SEFT TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA PARA PENGGUNA NAPZA. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 2(2) 2017.
- Leary & Dobbins. 1983. Sosial Anxiety, Sexual Behavior, and Contraceptive Use. *Journal of Personality and Sosial Psychology*, Vol. 45, No. 6, 1347-1354.
- Lydia Harlina Martono dan Satya Joewana, 2006. *Membantu Pemulihan Pecandu Narkoba dan Keluarga*, Jakarta: Balai Pustaka.

- Maleshko & Alden. 1993. Anxiety and Self-Disclosure: Toward a Motivational Model. *Journal of Personality and Sosial Psychology*, Vol. 64, No. 6, 1000- 1009
- Maramis, W. E. 1980. Psikiatri keahiman. Dalam: Catatan ilmu kedokteran jiwa.
- Medina, Krista Lisdahl, Shear Paula K. 2007. Anxiety, depression, and behavioral symptoms of executive dysfunction in ecstasy users: Contributions of polydrug use. *Drug and Alcohol Dependence* 87, 303–311.
- Parrott, A. C., Sisk, E., & Turner, J. J. D. 2000. Psychobiological problems in heavy 'ecstasy'(MDMA) polydrug users. *Drug and alcohol dependence*, 60(1), 105-110.
- Savitrie, E. 2022. Mengenal Pentingnya Kesehatan Mental Pada Remaja. Yankes.Kemkes.Go.Id.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/362/mengenal-pentingnya-kesehatan-mental-pada-remaja.
- Stuart, G. W. 2013. *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing (10th Ed)*. Elsevier Saunders.
- Thomas, J. 2012. *Anxiety and Depression in Children and Adolescents*. USA: Springer
- Thomasius, R., Petersen, K.U., Zapletalova, P., Wartberg, L., Zeichner, D., Schmoldt, A., 2005. Mental disorders in current and former heavy ecstasy (MDMA) users. *Addiction* 100, 1310–1319.
- Umam, M. K., Bahri, A. S., & Ariastuti, R. 2017. *Pengaruh Assertiveness Training Terhadap Kecemasan Pada Pecandu Narkoba Dalam Proses Pemulihan* (Doctoral dissertation, Universitas Sahid Surakarta).