Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi
https://journal.hasbaedukasi.co.id/index.php/jurmie
Halaman : 712-728

DARI REHABILITASI MENUJU PEMULIHAN BERKELANJUTAN: STRATEGI PSIKOLOGIS DALAM PENCEGAHAN KEKAMBUHAN PENYALAHGUNAAN NARKOBA

Anwar Feriansyah[1], A Fakhrul Rahman Athari[2], Ahmadin Ahmad Thohar[3]
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Indonesia [1,2,3]
Email: 226602105173@students.uin-suska.ac.id[1], 226602105194@students.uin-suska.ac.id[2], ahmaddin@uinsuska.ac.id[3]

Informasi

Volume : 3
Nomor : 11
Bulan : November
Tahun : 2026
E-ISSN : 3062-9624

Abstract

Drug abuse is a public health problem requiring continuous treatment because individuals remain at risk of relapse after rehabilitation. This study aimed to identify psychological and psychosocial strategies for preventing relapse among individuals with drug abuse through a Systematic Literature Review (SLR). The study employed an SLR design by searching Google Scholar for journal articles published between 2021 and 2026. Articles were selected based on their relevance to drug abuse, psychological or psychosocial interventions, rehabilitation, recovery, and relapse prevention. From 53 identified articles, 12 journal articles met the inclusion criteria after title, abstract, and full-text screening. The findings identified 10 forms of interventions that can support recovery and relapse prevention, including mindfulness-integrated cognitive behavioral therapy, distress tolerance training, narrative therapy, positive psychology, social rehabilitation, spiritual approaches, and social support. These interventions were generally associated with reduced craving, psychological distress, and emotional dysregulation, as well as improved motivation, psychological well-being, identity, and social functioning. The review indicates that relapse prevention requires a comprehensive approach that addresses both individual psychological processes and the social environment surrounding recovery. The novelty of this study lies in integrating psychological and psychosocial strategies across different rehabilitation contexts into a single synthesis. These findings provide a reference for developing more comprehensive and sustainable relapse prevention programs and for future research examining their long-term effectiveness using larger samples and direct relapse outcomes.

Keyword: *abuse, relapse, psychological intervention, rehabilitation, systematic literature review*

Abstrak

Penyalahgunaan narkoba merupakan masalah kesehatan yang membutuhkan penanganan berkelanjutan karena individu tetap berisiko mengalami kekambuhan setelah rehabilitasi. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi strategi psikologis dan psikososial dalam pencegahan kekambuhan pada individu dengan penyalahgunaan narkoba melalui Systematic Literature Review (SLR). Penelitian menggunakan desain SLR dengan menelusuri artikel jurnal melalui Google Scholar yang diterbitkan pada tahun 2021–2026. Artikel diseleksi berdasarkan relevansinya dengan penyalahgunaan narkoba, intervensi psikologis atau psikososial, rehabilitasi, pemulihan, dan pencegahan kekambuhan. Dari 53 artikel yang ditemukan, sebanyak 12 artikel jurnal memenuhi kriteria inklusi setelah melalui penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap. Hasil telaah mengidentifikasi 10 bentuk intervensi yang

dapat mendukung pemulihan dan pencegahan kekambuhan, meliputi mindfulness-integrated cognitive behavioral therapy, pelatihan toleransi distres, terapi naratif, psikologi positif, rehabilitasi sosial, pendekatan spiritual, dan dukungan sosial. Intervensi tersebut secara umum berkaitan dengan penurunan craving, distres psikologis, dan disregulasi emosi, serta peningkatan motivasi, kesejahteraan psikologis, identitas, dan fungsi sosial. Temuan menunjukkan bahwa pencegahan kekambuhan memerlukan pendekatan komprehensif yang memperhatikan proses psikologis individu dan lingkungan sosial dalam pemulihan. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian berbagai strategi psikologis dan psikososial dari beragam konteks rehabilitasi dalam satu sintesis. Temuan ini dapat menjadi acuan dalam pengembangan program pencegahan kekambuhan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan serta penelitian selanjutnya mengenai efektivitas jangka panjangnya.

Kata Kunci : *penyalahgunaan narkoba, kekambuhan, intervensi psikologi, rehabilitasi, systematic literature review*

A. PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang terus berkembang. UNODC (2025) memperkirakan bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 316 juta orang berusia 15–64 tahun, atau sekitar 6% dari populasi dunia, yang menggunakan narkoba. Angka ini meningkat dibandingkan tahun 2013 yang berada pada 5,2%. Di Indonesia, survei prevalensi BNN melalui Indonesia Drugs Report 2025 mencatat terdapat sebanyak 46.749 kasus tindak pidana narkoba. Pada tahun yang sama, jumlah penyalahguna yang memperoleh layanan rehabilitasi tercatat hanya sebanyak 19.474 do BNN maupun Kemenkes, atau hanya 41,6 % yang mendapatkan program lanjutan (BNN, 2025). Jumlah tersebut masih jauh lebih kecil dibandingkan perkiraan jumlah penyalahguna, sementara cakupan layanan formal di Indonesia juga belum mencapai target yang diharapkan (Yamada et al., 2021). Dampak penyalahgunaan narkoba pun tidak hanya berkaitan dengan penggunaan zat, tetapi dapat meluas ke berbagai aspek kehidupan. Analisis terhadap 6.790 klien rehabilitasi BNN menunjukkan bahwa 65,08% berada pada tingkat keparahan adiksi berat. Masalah pekerjaan serta masalah keluarga dan sosial yang serius juga ditemukan berkaitan dengan tingkat keparahan tersebut (Dewabhrata et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa penanganan penyalahgunaan narkoba membutuhkan proses yang tidak hanya berfokus pada penghentian penggunaan zat, tetapi juga berlangsung secara berkelanjutan.

Rehabilitasi menjadi salah satu upaya utama dalam menangani penyalahgunaan narkoba. Selain untuk menghentikan penggunaan narkoba, proses rehabilitasi juga untuk memperbaiki kualitas hidup individu melalui pemberian dukungan mental, emosional, serta keterampilan hidup yang dibutuhkan untuk hidup mandiri tanpa narkoba (Nasution dan Prasetyo, 2024). Studi pada pria dengan ketergantungan narkoba jenis metamfetamin yang mengikuti program komunitas terapeutik menunjukkan bahwa keberhasilan pemulihan tidak hanya dilihat dari

kemampuan berhenti menggunakan narkoba, tetapi juga dari kondisi psikologis, fungsi sosial, dan kualitas hidup mereka (Hendriko et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan rehabilitasi tidak cukup dilihat dari apakah seseorang berhenti menggunakan zat. Pendekatan yang hanya menekankan detoksifikasi medis juga dinilai belum memadai karena individu tetap membutuhkan intervensi psikososial untuk mengubah pola pikir dan perilaku maladaptif yang berkaitan dengan penggunaan zat (Utami et al., 2026). Temuan tersebut sejalan dengan meta-analisis Dutra et al. (2008) yang menunjukkan bahwa terapi psikososial memberikan manfaat dengan ukuran efek sedang bagi individu dengan gangguan penggunaan narkoba. Artinya, proses rehabilitasi perlu diarahkan pada pemulihan yang lebih luas agar perubahan yang terjadi tidak berhenti ketika individu selesai menjalani program rehabilitasi.

Tantangan yang kemudian muncul adalah mempertahankan pemulihan setelah individu kembali ke lingkungan kehidupannya. Gangguan penggunaan zat dipandang sebagai kondisi kronis yang memiliki kecenderungan untuk kambuh, dengan tingkat kekambuhan sekitar 40–60%, sebagaimana kondisi kronis lain seperti hipertensi dan asma (McLellan et al., 2000). Penelitian Ramadas et al. (2021) juga menunjukkan bahwa lebih dari dua pertiga individu kembali menggunakan zat dalam satu tahun setelah menjalani perawatan. Di Indonesia, penelitian terhadap 165 klien di pusat rehabilitasi BNN Jawa Barat menemukan bahwa sekitar 63% berisiko mengalami relapse metamfetamin pada tingkat sedang (Hendianti & Uthis, 2018). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa angka kekambuhan dapat mencapai sekitar 70% (Pratitis & Fananni, 2024; Thamrin et al., 2026). Meskipun angka tersebut berbeda-beda bergantung pada karakteristik populasi dan definisi relapse yang digunakan, temuan-temuan tersebut sama-sama menunjukkan bahwa kekambuhan merupakan persoalan yang perlu mendapat perhatian dalam proses pemulihan. Relapse juga tidak selalu berarti bahwa rehabilitasi telah gagal. Relapse atau kekambuhan terjadi ketika seseorang kembali menggunakan narkoba setelah sebelumnya berhenti. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketergantungan narkoba sulit diatasi dan dapat muncul kembali ketika individu memiliki keinginan untuk menggunakan narkoba (Waruwu & Ginting, 2025).

Untuk memahami bagaimana kekambuhan dapat dicegah, penting untuk melihat faktor yang membuat seseorang kembali menggunakan narkoba (Waruwu & Ginting, 2025). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa faktor psikologis memiliki peran yang cukup kuat. Pada klien rehabilitasi BNN, risiko *relaps*e ditemukan berhubungan positif dengan *craving*, emosi negatif, dan ekspektasi terhadap hasil penggunaan zat, sedangkan *self efficacy* menunjukkan hubungan negatif dengan risiko *relapse* (Hendianti & Uthis, 2018). Dukungan sosial juga dapat berperan

melalui *self efficacy* dan resiliensi yang menjadi mediator terhadap kecenderungan relapse (Yanuarti et al., 2026). Selain itu, stres, depresi, dan kecemasan diketahui dapat meningkatkan risiko *relapse* (Rabbani & Rahmasari, 2024). Pengendalian diri juga berperan pada mantan pecandu yang mengalami kekambuhan setelah keluar dari rehabilitasi (Jannah & Satiningsih, 2023), sementara craving bersama dukungan keluarga berkaitan dengan kecenderungan relapse (Pratitis & Fananni, 2024). Kondisi psikiatrik yang lebih buruk pada klien rehabilitasi juga ditemukan berkaitan erat dengan tingkat keparahan adiksi (Dewabhrata et al., 2023). Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa upaya mencegah relapse perlu memperhatikan kemampuan psikologis individu dalam menghadapi situasi dan kondisi yang dapat mendorong penggunaan kembali.

Sejalan dengan temuan tersebut, berbagai strategi psikologis telah dikembangkan untuk membantu mencegah relapse. Model *relapse prevention* menempatkan kekambuhan sebagai kondisi yang dapat diantisipasi dengan mengenali situasi berisiko dan mempersiapkan respons alternatif ketika individu menghadapi situasi tersebut (Marlatt & Donnovan, 1985; Dutra et al., 2008). Di Indonesia, pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) telah digunakan untuk meningkatkan efikasi diri pada pecandu NAPZA (Ratih & Utami, 2018), menurunkan potensi kekambuhan pada narapidana mantan pecandu (Sari et al., 2020), serta menurunkan frekuensi kekambuhan pada remaja klien BNN (Hildayanti et al., 2026). Yamada et al. (2021) juga mengembangkan program pencegahan relapse yang menggabungkan CBT dan *motivational interviewing* untuk konteks Indonesia. Pada penelitian internasional, pelatihan toleransi distres ditemukan dapat menurunkan distres, craving, dan disregulasi emosi pada pengguna stimulan di pusat rehabilitasi (Bibi & Alyana, 2026). Terapi naratif kelompok juga menunjukkan penurunan indikator risiko relapse hingga masa tindak lanjut dua bulan (Wang et al., 2026). Sementara itu, intervensi berbasis mindfulness menunjukkan hasil yang positif dalam mengurangi craving dan gejala depresi (Ramadas et al., 2021). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa pencegahan relapse dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan psikologis dengan sasaran yang berbeda, mulai dari pengelolaan pikiran dan perilaku, regulasi emosi, hingga penguatan kemampuan individu menghadapi situasi berisiko.

Meskipun berbagai strategi tersebut telah diteliti, bukti yang tersedia masih tersebar pada pendekatan, populasi, dan jenis zat yang berbeda. Tinjauan literatur sebelumnya cenderung berfokus pada pendekatan tertentu, seperti *mindfulness* (Ramadas et al., 2021) atau CBT (Utami et al., 2026), sementara tinjauan lain berfokus pada jenis zat tertentu, seperti ganja, (Halicka et al., 2025). Studi-studi primer yang tersedia juga menggunakan karakteristik

populasi, setting rehabilitasi, bentuk intervensi, dan luaran yang beragam. Luaran yang diukur misalnya *craving*, distres psikologis, maupun risiko *relapse*. Ramadas et al. (2021) juga menunjukkan bahwa intervensi yang mereka tinjau belum banyak dievaluasi pada berbagai setting dan populasi. Keragaman tersebut membuat gambaran mengenai strategi psikologis untuk mencegah relapse masih perlu ditinjau lebih lanjut. Berdasarkan kondisi tersebut, pemahaman yang lebih terpadu mengenai strategi psikologis untuk mencegah relapse menjadi penting, terutama mengingat tingginya masalah penyalahgunaan narkoba dan besarnya risiko kekambuhan setelah rehabilitasi. Tinjauan terhadap berbagai penelitian yang telah dilakukan dapat memberikan gambaran mengenai pendekatan psikologis yang digunakan, sasaran intervensinya, serta kontribusinya terhadap proses pemulihan setelah penggunaan zat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan melihat dari studi-studi terdahulu melalui *systematic literature review* guna mengidentifikasi strategi psikologis yang digunakan dalam mencegah kekambuhan penyalahgunaan narkoba.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu mengenai strategi psikologis dalam pencegahan kekambuhan pada individu dengan penyalahgunaan atau gangguan penggunaan narkoba. Metode SLR digunakan untuk memperoleh pemahaman yang sistematis mengenai berbagai bentuk intervensi psikologis yang dapat mendukung proses pemulihan dan menurunkan risiko kekambuhan selama maupun setelah rehabilitasi. Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data Google Scholar dengan menggunakan kata kunci “psychological intervention” AND “relapse prevention” AND “drug rehabilitation”. Penelusuran dilakukan terhadap publikasi dalam rentang tahun 2021–2026 untuk memperoleh penelitian yang relevan dengan perkembangan intervensi psikologis dalam rehabilitasi dan pemulihan penyalahgunaan narkoba.

Berdasarkan hasil penelusuran awal, diperoleh sebanyak 53 artikel dari Google Scholar. Proses seleksi dilakukan secara bertahap melalui penyaringan judul, abstrak, dan pemeriksaan teks lengkap (*full-text*). Pada tahap awal, sebanyak 22 artikel dipertahankan berdasarkan kesesuaian judul dengan fokus penelitian. Selanjutnya, dilakukan penyaringan berdasarkan abstrak dan diperoleh 19 artikel yang dinilai sesuai dengan tujuan kajian. Artikel-artikel tersebut kemudian diperiksa secara menyeluruh melalui tahap pemeriksaan teks lengkap (*full-text review*). Berdasarkan pemeriksaan tersebut, sebanyak 12 artikel memenuhi seluruh

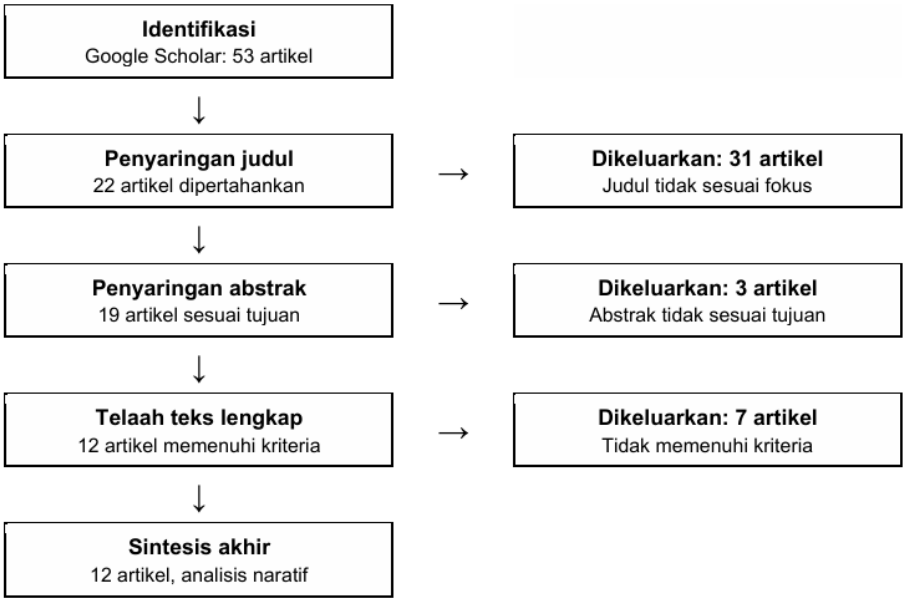
kriteria dan digunakan dalam sintesis akhir. Artikel yang dikeluarkan pada tahap seleksi tidak memenuhi kesesuaian dengan fokus penelitian, terutama karena tidak membahas intervensi psikologis atau strategi pemulihan yang berkaitan dengan pencegahan kekambuhan penyalahgunaan narkoba.

Seleksi artikel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel membahas penyalahgunaan atau gangguan penggunaan narkoba sebagai fokus penelitian; (2) penelitian membahas intervensi atau strategi psikologis yang berkaitan dengan proses rehabilitasi, pemulihan, atau pencegahan kekambuhan; (3) artikel tersedia dalam bentuk teks lengkap sehingga dapat ditelaah secara menyeluruh; (4) artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2021–2026; dan (5) artikel merupakan artikel jurnal ilmiah.

Adapun kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel yang tidak membahas penyalahgunaan atau gangguan penggunaan narkoba; (2) penelitian yang tidak berkaitan dengan intervensi psikologis, psikososial, atau strategi pemulihan yang relevan dengan pencegahan kekambuhan; (3) artikel yang tidak bisa diakses secara menyeluruh (4) publikasi yang diterbitkan di luar rentang tahun 2021–2026; dan (5) publikasi yang bukan merupakan artikel jurnal ilmiah, seperti skripsi, tesis, disertasi, maupun publikasi nonjurnal lainnya.

Artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi selanjutnya ditelaah berdasarkan beberapa karakteristik penelitian, meliputi nama peneliti dan tahun publikasi, judul penelitian, metode penelitian, karakteristik sampel atau partisipan, bentuk intervensi yang digunakan, serta hasil penelitian yang berkaitan dengan pemulihan dan pencegahan kekambuhan penyalahgunaan narkoba. Temuan dari artikel-artikel tersebut kemudian dianalisis secara naratif dengan membandingkan bentuk intervensi, karakteristik pelaksanaan, serta hasil yang diperoleh pada masing-masing penelitian. Analisis selanjutnya digunakan untuk mengidentifikasi pola strategi psikologis yang berpotensi mendukung pemulihan berkelanjutan dan menurunkan risiko kekambuhan. Berdasarkan keseluruhan proses seleksi, sebanyak 12 artikel jurnal ilmiah digunakan sebagai sumber dalam sintesis akhir penelitian.

Bagan 1. Hasil identifikasi dan seleksi artikel



C. HASIL DAN PEMBAHASAN

NO	Judul	Penulis	Tahun	Metode	Sampel	Hasil
1	The Effects of Combined Transcranial Direct Current Stimulation (tDCS) with	Alizadehgoradel	2021	Uji klinis acak (Randomized Clinical Trial) dengan rancangan mixed-model ANOVA (pre-test, post-test, follow-up 1 bulan).	80 remaja laki-laki (usia 18–21 tahun) dengan ketergantungan metamfetamin, dibagi ke dalam 4 kelompok ($n = 20$ per kelompok: tDCS, MBSAT, kombinasi PIN-CODES, dan sham).	Kelompok kombinasi tDCS + MBSAT (PIN-CODES) menunjukkan penurunan tingkat craving (keinginan kuat memakai obat) serta perbaikan emosi negatif (depresi, kecemasan, dan stres) yang paling signifikan dan bertahan lama dibandingkan kelompok intervensi tunggal maupun sham.
2	Reduction of psychological cravings and anxiety in women compulsorily isolated for detoxification using autonomous sensory meridian response (ASMR)	Mei Qi Hu, Hui Ling Li, Si Qi Huang, Yu Tong Jin, Song Song Wang, Liang Ying, Yuan Yuan Qi, Xin Yu, & Qiang Zhou	2022	Randomized Controlled Trial (RCT) dengan rancangan faktorial campuran 3-faktor (pre-test dan post-test menggunakan Addiction Stroop Task dan STAI).	122 perempuan pengguna narkoba jenis baru (metamfetamin) di pusat rehabilitasi wajib wanita Moganshan, Zhejiang ($n = 60$ kelompok ASMR, $n = 62$ kelompok kontrol).	Pelatihan ASMR secara signifikan menurunkan kecemasan seketika (state anxiety) setelah 4–6 minggu intervensi dan mengurangi bias atensi (attentional bias) terhadap petunjuk terkait narkoba (indikator penurunan psychological craving).
3	Understanding the active ingredients, barriers, and facilitators to implement brief psychological interventions for substance misuse in Indian prisons: A qualitative study	Abhishek Ghosh, Renjith R. Pillai, Jatina Vij, Pallab K. Maulik, Blessy B. George, & Debasish Basu	2025	Kualitatif dengan Framework Method berbasis Behavior Change Wheel (BCW) melalui wawancara mendalam (IDI) dan diskusi kelompok terarah (FGD).	15 warga binaan pemasyarakatan (pria usia 19–43 tahun) peserta uji klinis intervensi singkat psikososial di penjara India Utara.	Fasilisator utama perubahan perilaku meliputi dukungan sebaya (peer support), efikasi diri, dan strategi penerimaan (acceptance/ACT). Hambatan utamanya adalah ketersediaan narkoba di penjara, stigma, stres lingkungan, dan gejala putus obat (withdrawal).
4	Virtual Digital Psychotherapist App-Based Treatment in Patients With Methamphetamine Use Disorder (Echo-APP): Single-Arm Pilot	Tianzhen Chen, Liyu Chen, Shuo Li, Jiang Du, Hang Su, Haifeng Jiang, Qianying Wu, Lei Zhang, Jiayi Bao, & Min Zhao	2023	Eksperimental kuasi single-arm pilot study (pre-test dan post-test design) mengevaluasi aplikasi terapi digital berbasis manusia virtual (Echo-APP).	47 pasien dengan gangguan penggunaan metamfetamin di Pusat Rehabilitasi Narkoba Shanghai.	Intervensi MET berbasis Echo-APP satu sesi secara signifikan meningkatkan motivasi pengobatan pasien (skor SOCRATES dan kuesioner motivasi, $p < 0{,}001$) serta menurunkan tingkat craving

	Feasibility and Efficacy Study					psikologis ($p = 0,01$). Tingkat kecemasan awal (GAD-7) dan impulsivitas menjadi prediktor efikasi intervensi.
5	Christian Education Curriculum: Discipleship-Based Recovery as a Model for Character Development of Addicts in Drug Rehabilitation Centers	Roce Marsaulina & Gilbert Timothy Majesty	2025	Mixed-methods document analysis (analisis isi komputasi via NVivo 14 dan analisis kerangka tematik), dilanjutkan meta-analisis terhadap 28 studi terdahulu (2010–2020) dan uji validitas bersama praktisi.	Dokumen kurikulum dari 20 pusat rehabilitasi berbasis iman di 12 negara, 28 studi empiris terdahulu, serta 15 praktisi rehabilitasi.	Kurikulum pemulihan berbasis pemuridan efektif membentuk kembali identitas (konsep metanoia dan imago Dei) dan penalaran moral pasien. Meta-analisis menunjukkan penurunan tingkat kekambuhan (relapse) sebesar 58% pada 12 bulan pasca-rehabilitasi ($OR = 0,42$) dibanding program sekuler. Penggabungan teknik CBT dengan disiplin spiritual meningkatkan retensi pemahaman moral hingga 42% dan kepatuhan terapi sebesar 32%
6	The Effectiveness of Positive Psychology Intervention (PPI) for Persons Who Use Drugs (PWUDs)	Argel B. Masanda	2026	*Mixed-method sequential explanatory design* (Kuantitatif eksperimental *between-subject pretest-posttest design* yang dipadukan dengan kualitatif *descriptive inquiry*). Analisis data kuantitatif menggunakan uji-*t* sampel independen (*independent samples t-test*) dan kualitatif menggunakan *thematic analysis*.	40 orang pengguna narkoba laki-laki (*Persons Who Use Drugs*/PWUDs) dari pusat rehabilitasi Mega Drug Abuse Treatment and Rehabilitation Center di Filipina. Sampel dibagi secara acak (*random assignment*) ke dalam kelompok eksperimen/perlakuan ($n = 20$) dan kelompok kontrol ($n = 20$)	Intervensi *Positive Psychology Intervention* (PPI) selama 14 sesi terbukti secara signifikan meningkatkan kesejahteraan mental (*mental wellbeing*; $t(20) = -2,51$, $p = 0,02921$) dan fungsi psikologis secara keseluruhan (*overall psychological functioning*; $t(20) = -5,72$, $p = 0,00013$) pada kelompok eksperimen dibanding kelompok kontrol. Meskipun tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan pada kepuasan hidup (*life satisfaction*; $t(20) = -1,55$, $p = 0,15033$) akibat penyesuaian gaya hidup karena pembatasan pandemi, data kualitatif dan penilaian kualitatif menunjukkan evaluasi "Sangat Tinggi" (*Very High*) pada seluruh 13 konstruk intervensi (seperti *self-acceptance*, *motivation*, *self-regulation*, *hope*, dan *gratitude*). Selain itu, staf rehabilitasi mengamati perubahan perilaku yang positif, di mana peserta menjadi lebih patuh pada aturan dan aktif mengambil peran kepemimpinan.
7	From Setback to Comeback: Turning Relapse into Resilience	Fayyaz Ahmed, Jamil Ahmed Malik, & Muhammad Saghir	2026	Kualitatif deskriptif dengan analisis tematik (Thematic Analysis pendekatan induktif Braun & Clarke berbasis NVivo).	7 profesional/praktisi rehabilitasi di wilayah Rawalpindi dan Islamabad, Pakistan.	Dibutuhkan model intervensi berbasis bukti (evidence-based), integrasi nilai budaya dan agama, keterlibatan keluarga, perbaikan kognisi, pemantauan berkala, serta aktivitas luar ruang guna menekan tingkat relapse (kekambuhan)
8	Efficacy of Mindfulness Integrated Cognitive Behavior Therapy for Psychological Distress Among Patients with Substance Use Disorder: A Randomized	Amna Saeed & Sajid Iqbal Alyana	2026	Kuantitatif Randomized Controlled Trial (RCT) dengan pretest-posttest control group design.	40 laki-laki pengguna metamfetamin (ice/crystal meth) di panti rehabilitasi Islamabad dan Rawalpindi (20 eksperimen MICBT, 20 kontrol TAU).	Intervensi MICBT (10 sesi) secara signifikan menurunkan psychological distress secara keseluruhan ($t = -21.63, p < .001$), depresi, kecemasan, stres, serta tingkat

	Controlled Trial					craving (keinginan kuat memakai obat), dibanding kelompok kontrol.
9	Effectiveness of Skills for Improving Distress Intolerance (SIDI) Intervention in Reducing Psychological Distress, Craving, and Emotional Dysregulation among Individuals with Amphetamine-Type Stimulant Use Disorder	Aqsa Bibi & Sajid Iqbal Alyana	2026	Kuantitatif Randomized Controlled Trial (RCT) dengan pretest-posttest control group design.	40 laki-laki pengguna Amphetamine-Type Stimulant (ATS) di panti rehabilitasi Islamabad (20 eksperimen SIDI, 20 kontrol TAU).	Intervensi SIDI (10 sesi: 6 sesi inti & 4 sesi booster) secara signifikan menurunkan tingkat psychological distress ($M = 20.5$), craving ($M = 1.45$), dan emotional dysregulation ($M = 29.2$) dibandingkan kelompok kontrol ($p < .001$).
10	Traversing the Path of Recovery: Social Rehabilitation for NAPZA Survivors at the Cinta Kasih Bangsa Foundation Semarang Indonesia	Ahmad Kharis & Derry Ahmad Rizal	2025	Kualitatif deskriptif (data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen).	7 informan (4 informan utama/pendamping rehabilitasi YCKB dan 3 informan tambahan/masyarakat/klien).	Tahapan rehabilitasi mencakup screening, assessment, rehabilitasi sosial (konseling, psikoedukasi, olahraga, vokasional/keterampilan, bimbingan spiritual), dan terminasi. Berhasil meningkatkan pemulihan fisik/mental dan reintegrasi sosial, tetapi terhambat stigma masyarakat.
11	Integration of Islamic Spiritual Values in Tazkiyatun Nafs for the Recovery of Narcotic Addiction Clients	Wahyu Adytia Wardana	2025	Kualitatif dengan pendekatan observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi	5 klien adiksi (masa rehabilitasi > 6 bulan), konselor, dan tenaga medis di Pusat Rehabilitasi Baitu Syifa, Deli Serdang.	Integrasi nilai Islam (tazkiyah an-nafs: takhalli, tahalli, tajalli) serta Islamic CBT membentuk kesadaran spiritual/transendental (muraqabatullah), meningkatkan kedamaian batin, memperbaiki kontrol perilaku, dan menekan risiko relapse.
12	Identity Reconstruction as a Coping Mechanism in Addiction Recovery: A Pilot Stratified Randomized Controlled Trial of Narrative Therapy Group Intervention	Peipei Wang, Yanan Li, Xu Cheng, Hong Xie, Huanxian Huang, Jun Yang, Yangwei Chen, Alex Pak Ki Kwok, & Jiacheng Chen	2026	Eksperimental kuantitatif: Pilot Stratified Randomized Controlled Trial (RCT) dengan desain pre-post test dan evaluasi follow-up 2 bulan. Analisis menggunakan Repeated-Measures ANOVA 3×3.	45 pasien laki-laki di Lembaga Pemasyarakatan Rehabilitasi Narkoba Zhuhai, Tiongkok, yang dibagi acak ke dalam 3 kelompok ($n = 15$ per kelompok): Terapi Naratif (NT), Treatment-As-Usual (TAU), dan Waitlist Control (WLC).	Terdapat interaksi group $\times$ time yang signifikan pada konsolidasi identitas diri ($F = 64{,}215$; $p < 0{,}001$) dan penurunan risiko kecenderungan kekambuhan psikologis ($F = 62{,}131$; $p < 0{,}001$). Kelompok Terapi Naratif (NT) menunjukkan peningkatan identitas diri dan penurunan risiko kekambuhan secara signifikan yang bertahan hingga 2 bulan pasca-intervensi, sementara kelompok TAU mengalami penurunan risiko kekambuhan jangka pendek namun kembali mendekati angka awal pada follow-up.

Tabel 1. Hasil Systematic literature review

Berdasarkan hasil telaah terhadap 12 artikel mengenai intervensi untuk mencegah kekambuhan pada individu dengan gangguan penggunaan zat dalam konteks rehabilitasi dan pemulihan, ditemukan 10 bentuk intervensi yang dapat dikelompokkan menjadi intervensi psikologis dan intervensi psikososial. Secara umum, penelitian menunjukkan bahwa intervensi

tersebut berkaitan dengan penurunan craving, distres psikologis, dan disregulasi emosi, meskipun beberapa penelitian menunjukkan hasil yang berbeda pada aspek tertentu. Oleh karena itu, setiap bentuk intervensi dibahas berdasarkan temuan masing-masing penelitian untuk memberikan gambaran mengenai strategi yang berpotensi mendukung pencegahan kekambuhan.

Intervensi Psikologis

1. CBT terintegrasi *mindfulness*.

Intervensi ini menunjukkan potensi dalam mengurangi distres psikologis pada pengguna metamfetamin. Saeed dan Alyana (2026) menguji intervensi ini pada 40 laki-laki pengguna metamfetamin di panti rehabilitasi Islamabad dan Rawalpindi. Setelah mengikuti 10 sesi berdurasi dua jam, kelompok intervensi menunjukkan penurunan distres psikologis secara keseluruhan, termasuk depresi, kecemasan, dan stres, dibandingkan kelompok yang memperoleh perawatan seperti biasa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa integrasi mindfulness dan CBT dapat membantu mengurangi kondisi psikologis yang berkaitan dengan risiko kekambuhan.

2. *Mindfulness* yang dikombinasikan dengan stimulasi otak.

Pendekatan ini diuji pada individu yang berada pada fase abstinen awal dan mengalami craving. Alizadehgoradel et al. (2021) melibatkan 80 laki-laki berusia 18–21 tahun dengan ketergantungan metamfetamin yang dibagi ke dalam kelompok stimulasi otak, mindfulness, kombinasi keduanya, dan stimulasi *sham*. Kelompok kombinasi menunjukkan penurunan craving dan emosi negatif yang paling besar, serta efek tersebut masih terlihat pada tindak lanjut satu bulan. Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi intervensi psikologis dengan stimulasi otak berpotensi memberikan efek yang lebih kuat dibandingkan penggunaan masing-masing pendekatan secara terpisah.

3. Pelatihan toleransi distres.

Intervensi ini berfokus pada kemampuan individu dalam menghadapi tekanan emosional tanpa kembali menggunakan zat. Bibi dan Alyana (2026) menguji *Skills for Improving Distress Intolerance* (SIDI) pada 40 laki-laki pengguna stimulan tipe amfetamin di panti rehabilitasi Islamabad. Intervensi terdiri atas enam sesi inti dan empat sesi penguat. Dibandingkan kelompok yang memperoleh perawatan seperti biasa, kelompok SIDI menunjukkan penurunan distres psikologis, craving, dan disregulasi emosi secara signifikan. Hasil ini menunjukkan pentingnya kemampuan regulasi emosi dan toleransi terhadap distres dalam mendukung pencegahan kekambuhan.

4. *Motivational enhancement* berbasis aplikasi.

Pendekatan berbasis teknologi menunjukkan potensi dalam meningkatkan motivasi untuk menjalani pemulihan. Chen et al. (2023) menguji aplikasi terapis virtual Echo-APP pada 47 pasien dengan gangguan penggunaan metamfetamin di pusat rehabilitasi Shanghai. Satu sesi *motivational enhancement* meningkatkan motivasi berobat dan menurunkan craving, sedangkan kecemasan awal dan impulsivitas ditemukan sebagai prediktor efektivitas intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis aplikasi dapat menjadi alternatif untuk mendukung proses perubahan perilaku, khususnya ketika akses terhadap layanan psikologis terbatas.

5. Terapi naratif kelompok.

Terapi naratif berfokus pada perubahan cara individu memahami diri dan pengalaman adiksinya, sehingga pemulihan tidak hanya diarahkan pada pengendalian gejala, tetapi juga pada pembentukan identitas baru. Wang et al. (2026) menguji terapi naratif kelompok selama delapan minggu pada 45 laki-laki di fasilitas rehabilitasi tertutup di Zhuhai. Peserta dibandingkan dengan kelompok yang memperoleh psikoedukasi standar dan kelompok daftar tunggu. Hasil menunjukkan bahwa terapi naratif meningkatkan konsolidasi identitas diri dan menurunkan indikator risiko relapse, dengan efek yang tetap terlihat pada tindak lanjut dua bulan. Dibandingkan intervensi lain dalam telaah ini, terapi naratif menjadi salah satu pendekatan yang secara langsung mengukur perubahan risiko kekambuhan.

6. Psikologi positif.

Intervensi psikologi positif berfokus pada penguatan aspek psikologis yang mendukung proses pemulihan. Masanda (2026) menguji program 14 sesi pada 40 laki-laki di pusat rehabilitasi di Filipina. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada kesejahteraan mental dan fungsi psikologis secara keseluruhan, sedangkan kepuasan hidup tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan. Data kualitatif menunjukkan perkembangan pada penerimaan diri, motivasi, regulasi diri, harapan, dan rasa syukur. Staf juga mengamati adanya peningkatan kepatuhan terhadap aturan dan keterlibatan peserta dalam peran kepemimpinan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penguatan sumber daya psikologis dapat mendukung proses pemulihan, meskipun dampaknya terhadap relapse belum diukur secara langsung.

7. ASMR sebagai intervensi pelengkap.

ASMR menunjukkan potensi sebagai intervensi pelengkap untuk mengurangi kecemasan dan respons terhadap pemicu terkait narkoba. Hu et al. (2022) menguji ASMR pada 122

perempuan yang menjalani rehabilitasi wajib di Zhejiang. Kelompok ASMR mengalami penurunan kecemasan keadaan yang lebih besar serta penurunan bias atensi terhadap petunjuk terkait narkoba. Perubahan tersebut ditafsirkan sebagai berkurangnya craving psikologis. Studi ini juga menjadi satu-satunya penelitian dalam telaah yang secara khusus melibatkan perempuan, sehingga penerapan hasilnya pada populasi laki-laki perlu dilakukan secara hati-hati.

Intervensi Psikososial

1. Rehabilitasi sosial terpadu.

Rehabilitasi sosial menggabungkan pemulihan individu dengan kesiapan untuk kembali menjalankan fungsi sosial. Kharis dan Rizal (2025) meneliti program rehabilitasi di Yayasan Cinta Kasih Bangsa, Semarang, yang mencakup skrining, asesmen, konseling, psikoedukasi, olahraga, pelatihan keterampilan, bimbingan spiritual, hingga terminasi. Program tersebut dilaporkan mendukung pemulihan fisik dan mental serta reintegrasi sosial. Namun, stigma masyarakat masih menjadi salah satu hambatan dalam proses pemulihan. Temuan ini menunjukkan bahwa pencegahan kekambuhan tidak hanya berkaitan dengan perubahan pada individu, tetapi juga kesiapan lingkungan sosial untuk menerima individu setelah rehabilitasi.

2. Pendekatan spiritual.

Pendekatan spiritual dalam rehabilitasi menunjukkan variasi sesuai dengan nilai dan keyakinan yang digunakan dalam program pemulihan. Wardana (2025) melaporkan bahwa integrasi nilai Islam melalui konsep *tazkiyah an-nafs*, seperti zikir, salat berjamaah, tilawah Al-Qur'an, dan CBT berbasis Islam, berkaitan dengan peningkatan kedamaian batin, kontrol perilaku, dan penurunan risiko relapse pada klien di Deli Serdang. Sementara itu, Marsaulina dan Majesty (2025) melaporkan bahwa kurikulum pemulihan berbasis pemuridan Kristen berkaitan dengan pembentukan identitas dan penalaran moral serta penurunan kekambuhan pada 12 bulan pascarehabilitasi. Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa aspek spiritual dapat menjadi bagian dari strategi pemulihan, terutama ketika pendekatan yang digunakan sesuai dengan konteks nilai dan keyakinan individu.

3. Dukungan sebaya, keluarga, dan komunitas.

Dukungan sosial menjadi faktor penting dalam mempertahankan perubahan setelah proses rehabilitasi. Ghosh et al. (2025) menemukan pada 15 warga binaan di India Utara bahwa dukungan sebaya, hubungan yang suportif, efikasi diri, dan strategi penerimaan menjadi fasilitator perubahan perilaku. Sebaliknya, akses terhadap narkoba, stigma, stres lingkungan, dan gejala putus zat menjadi hambatan dalam pelaksanaan intervensi. Temuan tersebut sejalan

dengan Ahmed et al. (2026), yang menekankan pentingnya keterlibatan keluarga, pemantauan berkala, pusat komunitas, pendekatan berbasis bukti, serta integrasi nilai budaya dan agama dalam proses pemulihan. Dengan demikian, keberlanjutan pemulihan tidak hanya bergantung pada kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan menggunakan zat, tetapi juga pada dukungan sosial dan lingkungan yang mempertahankan perubahan tersebut.

Secara keseluruhan, hasil telaah menunjukkan bahwa pencegahan kekambuhan dapat dilakukan melalui kombinasi strategi psikologis dan psikososial. Intervensi psikologis terutama berfokus pada pengurangan craving, distres, disregulasi emosi, peningkatan motivasi, dan penguatan identitas pemulihan. Sementara itu, intervensi psikososial memperluas fokus pada dukungan sosial, reintegrasi, keluarga, komunitas, dan aspek spiritual. Namun, sebagian besar penelitian masih menggunakan sampel yang relatif kecil dan lebih banyak mengukur faktor yang berkaitan dengan relapse, seperti craving, distres, dan kesejahteraan, daripada kejadian relapse secara langsung. Temuan penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai gambaran awal mengenai strategi yang berpotensi mendukung pemulihan berkelanjutan, sementara efektivitasnya dalam mencegah relapse jangka panjang masih memerlukan penelitian dengan sampel yang lebih besar, pengukuran longitudinal, dan outcome relapse yang lebih langsung.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil systematic literature review terhadap 12 artikel, dapat disimpulkan bahwa pencegahan kekambuhan penyalahgunaan narkoba melibatkan strategi yang tidak hanya berfokus pada penghentian penggunaan zat, tetapi juga pada penguatan kondisi psikologis dan lingkungan sosial individu. Intervensi psikologis yang ditemukan meliputi CBT terintegrasi mindfulness, mindfulness dengan stimulasi otak, pelatihan toleransi distres, motivational enhancement berbasis aplikasi, terapi naratif, psikologi positif, dan ASMR sebagai intervensi pelengkap. Intervensi tersebut terutama menunjukkan manfaat dalam menurunkan craving, distres psikologis, disregulasi emosi, serta meningkatkan motivasi dan konsolidasi identitas pemulihan. Sementara itu, intervensi psikososial berupa rehabilitasi sosial terpadu, pendekatan spiritual, serta dukungan sebaya, keluarga, dan komunitas menunjukkan pentingnya lingkungan yang mendukung keberlanjutan pemulihan.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih menggunakan sampel yang relatif kecil dan mengukur luaran psikologis yang berkaitan dengan relapse daripada kejadian relapse secara langsung. Dengan demikian, strategi psikologis dan psikososial dalam rehabilitasi dapat

dipandang sebagai pendekatan yang berpotensi mendukung pemulihan berkelanjutan, tetapi bukti mengenai efektivitasnya dalam mencegah kekambuhan jangka panjang masih perlu diperkuat melalui penelitian dengan sampel yang lebih besar, desain longitudinal, serta pengukuran relapse secara langsung.

E. DAFTAR PUSTAKA

Ahmed, F., Malik, J. A., & Saghir, M. (2026). From setback to comeback: Turning relapse into resilience. Regional Lens, 5(1), 179–189. https://doi.org/10.55737/rl.v5i1.26168

Alizadehgoradel, J. (2021). The effects of combined transcranial direct current stimulation (tDCS) with mindfulness on negative emotions and craving in adolescents with methamphetamine dependence. International Journal of High Risk Behaviors and Addiction, 10(1), e100909. https://doi.org/10.5812/ijhrba.100909

Badan Narkotika Nasional. (2025). Indonesia drug report 2025. Pusat Penelitian, Data, dan Informasi BNN. https://puslitdatin.bnn.go.id/konten/unggahan/2025/06/IDR-2025.pdf

Bibi, A., & Alyana, S. I. (2026). Effectiveness of Skills for Improving Distress Intolerance (SIDI) intervention in reducing psychological distress, craving, and emotional dysregulation among individuals with amphetamine-type stimulant use disorder: A randomized controlled trial. Journal of Professional & Applied Psychology, 7(2), 387–399. https://doi.org/10.52053/jpap.v7i2.507

Chen, T., Chen, L., Li, S., Du, J., Su, H., Jiang, H., Wu, Q., Zhang, L., Bao, J., & Zhao, M. (2023). Virtual digital psychotherapist app-based treatment in patients with methamphetamine use disorder (Echo-APP): Single-arm pilot feasibility and efficacy study. JMIR mHealth and uHealth, 11, e40373. https://doi.org/10.2196/40373

Dewabhrata, W., Ahsan, A., Bella, A., Amalia, N., Kusuma, D., & Pertiwi, Y. B. A. (2023). Mental health, environmental, and socioeconomic geographic factors of severe drug addiction: Analysis of rehabilitation center data in Indonesia. Substance Abuse: Research and Treatment, 17, 1–10. https://doi.org/10.1177/11782218231203687

Dutra, L., Stathopoulou, G., Basden, S. L., Leyro, T. M., Powers, M. B., & Otto, M. W. (2008). A meta-analytic review of psychosocial interventions for substance use disorders. American Journal of Psychiatry, 165(2), 179–187. https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2007.06111851

Ghosh, A., Pillai, R. R., Vij, J., Maulik, P. K., George, B. B., & Basu, D. (2025). Understanding the active ingredients, barriers, and facilitators to implement brief psychological

interventions for substance misuse in Indian prisons: A qualitative study. Indian Journal of Psychiatry, 67(2), 236–244. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_634_24

Halicka, M., Parkhouse, T. L., Webster, K., Spiga, F., Hines, L. A., Freeman, T. P., Sanghera, S., Dawson, S., Paterson, C., Savović, J., Higgins, J. P. T., & Caldwell, D. M. (2025). Effectiveness and safety of psychosocial interventions for the treatment of cannabis use disorder: A systematic review and meta-analysis. Addiction, 120(11), 2181–2201. https://doi.org/10.1111/add.70084

Hendianti, G. N., & Uthis, P. (2018). Factors related to methamphetamine relapse risk among clients in the substance rehabilitation center of National Narcotics Board in West Java, Indonesia. Journal of Health Research, 32(4), 279–287. https://doi.org/10.1108/JHR-05-2018-035

Hendriko, T., Effendy, E., & Camellia, V. (2021). Effect of abstinence on psychological distress, social dysfunction, general health, and quality of life in men with methamphetamine dependence. Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences, 9(T3), 116–119.

Hildayanti. (2026). Efektivitas cognitive behavioral therapy (CBT) menurunkan frekuensi kekambuhan penggunaan narkoba pada klien remaja di BNN. NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan, 7(3), 1239–1249. https://doi.org/10.55681/nusra.v7i3.6380

Hu, M. Q., Li, H. L., Huang, S. Q., Jin, Y. T., Wang, S. S., Ying, L., Qi, Y. Y., Yu, X., & Zhou, Q. (2022). Reduction of psychological cravings and anxiety in women compulsorily isolated for detoxification using autonomous sensory meridian response (ASMR). Brain and Behavior, 12(7), e2636. https://doi.org/10.1002/brb3.2636

Jannah, F., & Satiningsih. (2023). Self-control pada pasien pecandu narkoba. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 10(3), 664–675.

Kharis, A., & Rizal, D. A. (2025). Traversing the path of recovery: Social rehabilitation for NAPZA survivors at the Cinta Kasih Bangsa Foundation Semarang Indonesia. Jurnal Al-Ijtimaiyyah, 11(1), 113–139. https://doi.org/10.22373/al-ijtimaiyyah.v11i1.29614

Marsaulina, R., & Majesty, G. T. (2025). Christian education curriculum: Discipleship-based recovery as a model for character development of addicts in drug rehabilitation centers. Dunamis, 10(1). https://doi.org/10.30648/dun.v10i1.1914

Masanda, A. B. (2026). The effectiveness of positive psychology intervention (PPI) for persons who use drugs. Journal of Primary Care & Community Health, 17, 1–7. https://doi.org/10.1177/21501319251380631

Marlatt, G. A., & Gordon, J. R. (Eds.). (1985). Relapse prevention: Maintenance strategies in the treatment of addictive behaviors. Guilford Press.

McLellan, A. T., Lewis, D. C., O'Brien, C. P., & Kleber, H. D. (2000). Drug dependence, a chronic medical illness. JAMA, 284(13), 1689–1695.

Nasution, S. P. Z., & Prasetyo, B. (2024). Analisis program rehabilitasi narkotika dan dampaknya terhadap peningkatan kualitas hidup pengguna narkoba. Jurnal Hukum Lex Generalis, 5(12).

Pratitis, N. T., & Fananni, M. R. (2024). Mencegah kekambuhan pada pecandu narkoba: Bagaimana peranan craving dan dukungan keluarga? Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 13(1), 74–94. https://doi.org/10.30996/persona.v13i1.10983

Rabbani, M. B., & Rahmasari, D. (2024). Efikasi diri pada penyintas narkoba dalam mencegah relapse. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 11(2), 772–796. https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p772-796

Ramadas, E., de Lima, M. P., Caetano, T., Lopes, J., & Dixe, M. dos A. (2021). Effectiveness of mindfulness-based relapse prevention in individuals with substance use disorders: A systematic review. Behavioral Sciences, 11(10), 133. https://doi.org/10.3390/bs11100133

Ratih, E. P., & Utami, M. S. (2018). Efektivitas terapi kognitif perilakuan untuk meningkatkan efikasi diri abstinen NAPZA. Gadjah Mada Journal of Professional Psychology, 4(2), 185–194. https://doi.org/10.22146/gamajpp.46327

Saeed, A., & Alyana, S. I. (2026). Efficacy of mindfulness integrated cognitive behavior therapy for psychological distress among patients with substance use disorder: A randomized controlled trial. Pakistan Journal of Positive Psychology, 3(3), 59–71. https://doi.org/10.67785/pjpp.3.148

Sari, N. L. K. R., Hamidah, & Marheni, A. (2020). Terapi kognitif perilaku untuk menurunkan potensi kekambuhan pada narapidana mantan pecandu narkoba. Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 12(1), 113–122. https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i1.22276

Thamrin, D. A., Dwi Putri, R. F., Mayenrisari, & Sandi, G. (2026). Dinamika perilaku relapse pengguna narkoba ditinjau dari faktor kebutuhan (need) di Balai Rehabilitasi BNN Baddoka Makassar. Jurnal ISO: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora, 6(2), 1–15. https://doi.org/10.53697/iso.v6i2.4089

United Nations Office on Drugs and Crime. (2025). World drug report 2025.

Utami, C. L., Suandika, M., & Hanum, F. (2026). Efektivitas cognitive behavior therapy pada

pecandu narkoba: Systematic literature review. SENTRI, 5(3), 2606–2616. https://doi.org/10.55681/sentri.v5i3.6049

Wang, P., Li, Y., Cheng, X., Xie, H., Huang, H., Yang, J., Chen, Y., Kwok, A. P. K., & Chen, J. (2026). Identity reconstruction as a coping mechanism in addiction recovery: A pilot stratified randomized controlled trial of narrative therapy group intervention. European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 16(5), 68. https://doi.org/10.3390/ejihpe16050068

Wardana, W. A. (2025). Integration of Islamic spiritual values in tazkiyatun nafs for the recovery of narcotic addiction clients. Al-Wa'iyah, 1(2), 52–68. https://doi.org/10.51590/wai.v1i2.14

Waruwu, B. B., & Ginting, B. (2025). Faktor penyebab relapse pada penyalahguna narkoba: Bagian rehabilitasi Badan Narkotika Nasional Provinsi Sumatera Utara. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan (JURDIKBUD), 5(3), 67–75. https://doi.org/10.55606/jurdikbud.v5i3.8519

Yamada, C., Siste, K., Hanafi, E., Ophinni, Y., Beatrice, E., Rafelia, V., Alison, P., Limawan, A., Shinozaki, T., Matsumoto, T., & Sakamoto, R. (2021). Relapse prevention group therapy via video-conferencing for substance use disorder: Protocol for a multicentre randomised controlled trial in Indonesia. BMJ Open, 11(9), e050259. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-050259

Yanuarti, T., Triaswati, R., Mohd Daud, M. N., & Ahmedy, F. (2026). Self-efficacy and resilience as mediators of the relationship between social support and relapse tendency among individuals with substance use disorder in Indonesia. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia, 12(1), 55