

Stres dan Strategi *Coping* Remaja Penyalahguna Narkoba yang Menjalani Program Pasca Rehabilitasi di Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur

Tisnalia Merdy Andyastanti*, Oedojo Soedirham, Rika Subarniati

Universitas Airlangga, Jl. Dr. Ir. H. Soekarno Surabaya, Jawa Timur, 60115, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: tisnalia.merdy.andyastanti-2016@fkm.unair.ac.id

Paper received: 17-11-2020; revised: 29-3-2021 accepted: 20-6-2022

Abstract

Drug abuse is a problem that must be taken seriously. Coping strategies are a way to deal with situations that are felt to be pressing and burdening someone beyond one's abilities. The purpose of this study was to see the coping strategies possessed by adolescent drug abusers who are undergoing post-rehabilitation programs at the East Java National Narcotics Agency. The research method uses qualitative methods with a phenomenological approach. In-depth interviews were conducted with five teenage informants. The result is that the stress experienced by teenagers is due to family. The type of coping strategy that is used is emotion focused coping and problem focused coping.

Keywords: coping strategy; adolescent; post rehabilitation

Abstrak

Penyalahgunaan narkoba merupakan masalah yang harus ditanggapi dengan serius. Strategi *coping* merupakan cara untuk menghadapi situasi yang dirasa menekan dan membebani seseorang melebihi kemampuan yang dimiliki. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat strategi *coping* yang dimiliki oleh remaja penyalahguna narkoba yang sedang menjalani program pasca rehabilitasi di Badan Narkotika Nasional Jawa Timur. Metode penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Dilakukan wawancara mendalam terhadap lima informan remaja. Hasil yang didapat adalah stres yang dialami oleh para remaja adalah karena keluarga. Jenis strategi coping yang dilakukan adalah strategi *coping* yang berpusat pada emosi (*emotion focused of coping*) serta berpusat pada pemecahan masalah (*problem focused coping*).

Kata kunci: strategi coping; remaja; pasca rehabilitasi

1. Pendahuluan

Penyalahgunaan narkoba telah menjadi salah satu masalah kesehatan serius di dunia. Tercatat 271 juta jiwa (5,5%) dari penduduk di seluruh dunia berusia 15-64 tahun telah menggunakan narkoba (UNODC, 2017). Di Indonesia sendiri pada tahun 2019 telah terjadi kenaikan sebesar 0,03% dari sebelumnya yang menunjukkan trend penurunan selama beberapa tahun (BNN, 2019). Dari 13.320 orang penyalahguna yang mengalami rehabilitasi, hanya 3404 orang yang menjalani program pasca rehabilitasi (BNN, 2019).

Narkoba menurut Undang-undang No. 35 Republik Indonesia (2009), tentang narkoba merupakan zat yang jika masuk ke tubuh manusia (diminum, dihirup, disuntik) dapat menjadikan pemakainya mengalami perubahan pikiran, suasana hati atau perasa, bahkan perilaku. Narkoba sendiri dapat mengakibatkan ketergantungan (adiksi), kelebihan dosis (overdosis) dan gejala bebas pengaruh (withdrawal syndrome). Pembagian narkoba dibagi menjadi 2, yaitu kelompok narkotika dan kelompok depressant.

Program pasca rehabilitasi merupakan salah satu program yang terdapat dalam Badan Narkotika Nasional (BNN) Undang-undang no 35 Republik Indonesia (2009). Program pasca rehabilitasi merupakan sebuah program lanjutan dari program rehabilitasi dengan jangka waktu pelaksanaan program minimal adalah 4 bulan. Tujuan dari diadakannya layanan pasca rehabilitasi adalah untuk mempertahankan kepulihan, mengembangkan minat dan bakat agar lebih produktif, dan juga memberikan persiapan kepada penyalahguna narkoba agar dapat kembali di masyarakat dan memiliki fungsi sosial (Deputi Bidang Rehabilitasi, 2019).

Keberhasilan program pasca rehabilitasi ada pada data angka relapse mantan penyalahguna narkoba. Setyawati (2015), mendefinisikan relaps sebagai peristiwa mantan penyalahguna narkoba yang dalam kurun waktu tertentu tidak memakai narkoba (abstinensia) akan tetapi sekarang kembali menggunakan dan terus mengonsumsi narkoba. Berdasarkan data BNN, angka relapse dari mantan penyalahguna pada tahun 2018 adalah sebesar 70% (Republika, 2018).

Program pasca rehabilitasi menasar pada remaja dan dewasa. Masa remaja merupakan masa perubahan fisik, sosial emosional, kognitif, dan juga perubahan moral. Pada masa ini terdapat perubahan sosial yang arahnya adalah pada eksplorasi hubungan lawan jenis, pencarian identitas diri, perasaan terpisah dari orang tua, dan juga fokus pertemanan pada teman sebaya (Hazen et al., 2008). Tiga tahapan remaja adalah sebagai berikut: (1) remaja awal (berusia 10-13 tahun), remaja pertengahan (berusia 14-16 tahun), dan yang terakhir adalah remaja akhir (berusia 17-19 tahun) (UNICEF, 2006).

Remaja dalam masa peralihan mudah mengalami stres. Stres didefinisikan sebagai berbagai kejadian yang terjadi (tuntutan internal maupun lingkungan) yang menuntut, membebani, atau bahkan melebihi sebuah kapasitas individu dalam beradaptasi. Dengan kata lain, stres membuat tubuh dan pikiran seseorang mengalami gangguan dan menuntut serta membebani individu yang bersangkutan untuk segera bertindak. Lazarus & Folkman (1984) dan Hurriyati (2010), menyampaikan bahwa remaja yang mengalami relapse ternyata berkaitan dengan ketidakmampuan mereka dalam melakukan coping pada situasi yang dianggap sebagai konflik.

Coping stres menurut Lazarus & Folkman (1984) adalah usaha yang dipergunakan untuk mengelola permasalahan atau tuntutan-tuntutan yang berasal dari lingkungan maupun individu tersebut menggunakan sumberdaya yang tersedia. Coping stres adalah upaya yang dilakukan seseorang untuk membuat stres yang terjadi menjadi berkurang atau bahkan netral. Dengan kata lain coping stres merupakan upaya yang dilakukan untuk mengatasi situasi situasi dan tuntutan yang berasal dari lingkungan atau individu dengan tujuan agar mengurangi dan menetralsisir stres yang terjadi.

Strategi coping merupakan langkah yang dilakukan agar seseorang dapat mengatasi permasalahan (situasi dan tuntutan) yang dirasa menekan dan membebani melebihi sumber daya yang ada. Lazarus & Folkman (1984), menyampaikan bahwa terdapat dua macam strategi coping, di antaranya adalah *problem focused coping* (strategi coping yang berorientasi pada masalah) dan juga *focused emotional focused coping* (strategi coping yang berorientasi pada emosi). Penjelasan dari kedua strategi coping adalah sebagai berikut.

Problem focused coping

Problem focused coping merupakan strategi coping dengan cara menghadapi permasalahan langsung. *Problem focused coping* mencakup *planful strategy coping* (upaya mengubah situasi dengan pendekatan analitis), *confrontative coping* (upaya mengubah situasi dengan mengambil resiko), dan *seeking social support* (mencari dukungan dari sosial dari pihak luar).

Emotional focused coping

Emotional focused coping adalah strategi coping yang bertujuan untuk mengelola atau meredakan stres emosional pada seseorang ketika melakukan interaksi dengan lingkungan. *Emotional focused coping* dibagi menjadi positif reappraisal (membentuk makna positif dan meningkatkan religiusitas), *accepting responsibility* (penerimaan akan tanggung jawab), *self-controlling* (pengendalian diri dalam perasaan maupun tindakan), *distancing* (menjaga jarak agar masalah yang ada tidak menjadi belenggu), *escape avoidance* (menghindarkan diri dari masalah yang dihadapi)

Remaja penyalahguna narkoba dengan berbagai masalah yang dapat menimbulkan kondisi relaps apabila tidak dihadapi dengan strategi coping yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi stres dan strategi coping pada remaja penyalahguna narkoba yang sedang menjalani program pasca rehabilitasi di Badan Nasional Narkotika Provinsi Jawa Timur.

2. Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Cara pengambilan data menggunakan *in depth interview* dengan triangulasi waktu dan sumber. Informan diperoleh dari lima orang remaja penyalahguna narkoba yang sedang menjalani program pasca rehabilitasi di Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur. Teknik pengambilan sampel mirip dengan teknik *purposive sampling* yaitu mengambil sampel penelitian dengan tujuan tertentu. Adapun jumlah informan yang diambil adalah sebanyak 5 orang dari 20 orang remaja yang menjalani program rehabilitasi. Waktu pelaksanaan penelitian adalah di bulan Agustus 2018-Januari 2019. Analisa data menggunakan Model Miles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data, dan konklusi/verifikasi (Sugiyono, 2016). Penelitian ini telah melalui uji etik dan juga mendapatkan *informed consent* dari para informan.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan kepada 5 orang informan remaja penyalahguna narkoba yang sedang menjalani program pasca rehabilitasi di Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur. Informan yang diwawancarai diberi kode RP (Remaja Penyalahguna) RP 1, RP 2, RP 3, RP 4, dan RP 5. Pertemuan dilakukan di rumah dan di tempat umum sesuai dengan permintaan informan. Informan berada pada tingkatan kelas yang sama dan juga bersekolah di tempat yang sama. Data ringkasan informan adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Ringkasan Data Informan Remaja Penyalahguna Narkoba yang sedang Menjalani Program Pasca Rehabilitasi di Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur

Informan	Kelas	Jenis Kelamin	Umur (tahun)	Pertemuan
RP 1	2 SMK	Laki-laki	18	Rumah

RP 2	2 SMK	Laki-laki	18	Rumah
RP 3	2 SMK	Laki-laki	17	Mall
RP 4	2 SMK	Laki-laki	17	Mall
RP 5	2 SMK	Perempuan	17	Warung makan

Terdapat beberapa faktor pencetus timbulnya stres pada informan RP, di antaranya adalah keluarga, teman, dan pacar. RP 1, 4, dan 5 menyatakan bahwa faktor pencetus timbulnya stres adalah dari keluarga.

“Faktor pencetus stres ya emosi itu mbak. Ya sering dimarahi mbak, sama orang tua. Gimana mbak, aku lek tambah dimarahi ya tambah berontak” (RP 1, 2018)

“Faktor stres aku dari kebanyakan dari keluarga, mbak. Ya gitu mbak sering dimarahin. Aku pernah ngerasa gak diperlakukan adil mbak. kan aku punya adek. Orangtuaku kan juga cerai mbak (RP 5, 2018).

Penguatan dari kondisi ini dikatakan oleh pendamping lapangan. Pendamping lapangan merupakan orang yang berperan mendampingi informan dalam menjalani program pasca rehabilitasi.

“Secara general, lingkungan keluarga yang bikin dia stres. Biasanya faktor ini yang dia buat cerita ada apa-apanya. Jadi dia harus menceritakan ke orang lain dia ada apa-apanya” (PL, 2018)

Strategi coping yang dilakukan oleh informan adalah dengan menyelesaikan tugasnya sampai dengan selesai. Informan berani menghadapi masalahnya hingga masalah ini tuntas. Perilaku informan dapat dikategorikan tindakan strategi coping dengan pendekatan planful strategy coping. Kuotasi yang mewakili adalah ada pada kalimat berikut.

“Kalo ada masalah ya gak nyerah mbak. dihadapin gitu ya gak menyerah sampe akhirnya masalahnya selesai” (RP 4, 2018)

Permasalahan yang dihadapi akan memunculkan timbulnya stres yang ada pada remaja penyalahguna narkoba. Berikut kuotasi mengenai penyelesaian masalah berupa seeking social support yang dialami oleh informan.

“... (ada) sing (yang) mbantu (membantu) gitu mbak, trus akhirnya bisa gitu mbak. Awalnya gak mikir gitu eh akhirnya bisa gitu mbak. Tiba-tiba ada yang (mem)bantu buat (me)nyelesaikan masalahnya” (RP 5, 2018)

Cara lain yang dilakukan oleh RP dalam menghadapi stres adalah dengan bermain bersama temannya. Dengan bermain bersama temannya, maka RP dapat melepaskan stres yang dialami sehingga hal itu dapat menjernihkan pikiran mereka. Kegiatan lain yang dilakukan adalah sholat dan juga mengikuti kegiatan positif seperti aktif dalam kegiatan kampung (kegiatan karang taruna). Adapun bermain bersama teman dan mengikuti kegiatan keagamaan termasuk dalam positive reappraisal dalam emotional focused coping. Hal ini ada dalam kuotasi sebagai berikut.

“faktor yang bikin saya gak stres ya main. kalo stres di rumah ya maen keluar. kumpul sama yang lain. maen sama temen-temen (teman-teman)” (RP 5, 2018)

“...dengan sholat sama ikut kegiatan kegiatan yang positif” (RP 1, 2018)

Strategi coping terkait dengan self-controlling terlihat dalam pernyataan informan yang sekarang sudah dapat mengendalikan emosinya untuk tidak marah ketika menghadapi masalah. Kuotasi yang mendukung pernyataan di atas adalah sebagai berikut.

“Kalau ada sesuatu yang terjadi di luar kendali, aku ya pernah lepas kontrol mbak. Ngamuk-ngamuk gitu, kayak memecah-mecahin apa. biasanya kalo dimarahin orangtua. Bertengkar-bertengkar gitu. tapi sekarang jarang” (RP 5, 2018)

Peraturan dan kebijakan yang terkait dengan penanggulangan NAPZA adalah ada pada Undang-undang no 36 Republik Indonesia (2009a) tentang kesehatan dan juga Undang-undang no 35 Republik Indonesia (2009b) tentang narkotika. Pada peraturan tersebut juga dijelaskan mengenai kegiatan dan tujuan dari program pasca rehabilitasi yang arahnya adalah pada pengembalian mantan penyalahguna narkotika kepada masyarakat dan dapat berfungsi secara sosial. Program pasca rehabilitasi sendiri merupakan salah satu program yang dimiliki oleh Badan Narkotika Nasional Provinsi Jawa Timur.

Remaja adalah sebuah masa transisi dengan pengalaman dan banyak tantangan baru (Guo et al., 2018). Remaja yang menjadi informan dalam penelitian ini adalah remaja akhir dengan kisaran usia adalah 17-18 tahun. Penelitian dilakukan saat remaja berusia 17 tahun ke atas, sehingga dapat dikatakan bahwa informan yang diteliti ada pada fase remaja akhir. Penelitian yang dilakukan oleh Larson & Ham (1993) rata-rata efek negatif lebih banyak terjadi pada remaja yang lebih tua dibandingkan dengan remaja yang lebih muda.

Stres yang dialami oleh informan dari penelitian ini kebanyakan berasal dari keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hurriyati (2010) yang menyatakan bahwa stres dari mantan penyalahguna narkotika disebabkan oleh konflik dengan ayah. Konflik yang timbul berlangsung terus sehingga mempengaruhi remaja dalam memberikan sebuah coping yang maladaptif berupa relapse atau penggunaan narkotika kembali. Poin relapse seorang penyalahguna atau pecandu narkotika menjadi sebuah titik balik bagi keluarga dan lingkungannya, karena perjuangan yang dilakukan untuk kembali terbebas menjadi narkotika akan diulang lagi dari pertama. Gázquez Linares et al., (2016), dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa alasan penggunaan narkotika pada remaja disebabkan oleh karena kurangnya dukungan yang diberikan oleh keluarga.

Keluarga merupakan pondasi awal dalam kehidupan seseorang. Pengalaman psikologi yang tidak menyenangkan di masa kecil yang didapat dari keluarga dapat menjadikan seseorang jatuh dalam keadaan depresi, konsep diri yang rendah, dan mekanisme coping maladaptif pada seseorang (Hayward et al., 2020). Kemampuan manajemen stres sendiri juga dipengaruhi oleh kesehatan psikologis seorang anak di keluarga (Dewi & Soekandar, 2019).

Strategi coping merupakan langkah dalam menangani stres. Coping sendiri memiliki peranan penting dalam kehidupan seseorang terutama dengan kesehatan mental yang dimiliki (Moosa & Munaf, 2012). Strategi coping yang dilakukan oleh informan dari hasil penelitian di atas mencakup problem focused coping dan juga emotional focused coping. Macam dari problem focused coping yang dilakukan adalah planful strategy coping dan seeking social support. Hal ini dilakukan informan untuk mengatasi masalah dan juga stres yang terjadi dalam kehidupan mereka. Strategi coping yang beragam ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Sprinthall & Collins (1995), bahwa remaja dalam mengatasi stres menggunakan strategi coping yang beragam. Ramadhani dan Hendarti (2017) juga mengungkapkan bahwa masing-masing remaja memiliki strategi coping yang berbeda dalam merespons stres yang datang. Manajemen stres membutuhkan mekanisme coping yang tepat sehingga dapat menurunkan kadar stres yang dialami (Ramadhani dan Hendarti, 2017).

Informan dalam melakukan strategi coping tampak pada kemampuan mereka dalam melakukan problem focused coping. Penggunaan problem focused coping sering dipakai oleh banyak orang dalam memecahkan masalah. Hal ini dianggap efektif untuk mengurangi stres yang timbul akibat masalah yang terjadi (Nur et al., 2018).

Planful strategy coping tampak dalam hal pemecahan masalah yang timbul oleh karena merasa khawatir dengan masa depan mereka. Upaya yang dilakukan adalah berupa belajar serta bekerja dengan baik agar mereka dapat meraih masa depan yang cerah. Beberapa hal yang dirasa mengganggu juga disampaikan kepada orang yang dipercaya seperti guru bimbingan konseling, pendamping lapangan (petugas yang mendampingi saat dilakukan program pasca rehabilitasi) dan juga teman sebaya. Upaya ini dilakukan untuk mencari dukungan sosial yang tepat untuk membantu penyelesaian masalah yang dihadapi.

Penelitian yang sejalan dengan penelitian di atas adalah penelitian yang dilakukan oleh Ulpa (2015). Dalam penelitian tersebut dikatakan bahwa strategi coping yang dimiliki oleh remaja kebanyakan adalah problem focused coping dengan fokus adalah pada penyelesaian masalah, restrukturisasi kognitif, dan juga dukungan sosial. Penelitian lainnya yang mirip dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan di Thailand oleh (Hsiao et al., 2010). Dalam penelitian itu disebutkan bahwa dukungan sosial dan juga pemecahan masalah secara terencana merupakan bentuk dari strategi coping yang dilakukan oleh remaja.

Salah satu strategi coping yang dilakukan oleh informan adalah emotional focused coping dengan melakukan positive reappraisal dan self-controlling. Positive reappraisal berkaitan dengan mengikuti kegiatan keagamaan dan juga kegiatan sosial. Penelitian yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh (Robertson et al., 2010). Dalam penelitian tersebut dikatakan bahwa penyalahguna narkoba yang memilih meningkatkan religiusitasnya kemungkinan dapat mengontrol stresnya dan menghindari penggunaan narkoba. Self-controlling diwujudkan dengan pengendalian diri dengan baik ketika berhadapan dengan stres. Penelitian yang memiliki kemiripan dengan hal ini adalah penelitian Wills (1994) (Setiawan, 2021). Penelitian ini mengungkapkan bahwa kontrol internal yang berkaitan dengan pengendalian diri ternyata berkaitan secara signifikan dengan penggunaan zat pada remaja.

4. Simpulan

Stres yang dihadapi oleh remaja penyalahguna narkoba yang menjalani program pasca rehabilitasi narkoba adalah berasal dari permasalahan keluarga. Strategi coping dalam mengatasi permasalahan tersebut adalah problem focus coping dan juga emotional focus coping. Adanya permasalahan yang lebih kompleks pada remaja akhir mengakibatkan perlunya strategi coping sesuai masalah yang dihadapi dan juga karakter yang dimiliki oleh remaja. Saran untuk penelitian ke depan adalah perlu dilakukan perancangan penelitian mengenai deteksi dini stres dan penguatan strategi coping pada remaja penyalahguna narkoba yang menjalani proses rehabilitasi maupun pasca rehabilitasi sehingga ke depannya diharapkan tidak terjadi relaps.

Daftar Rujukan

- BNN. (2019). Press release akhir tahun Kepala BNN: Jadikan narkoba musuh kita bersama. Jakarta.
- Deputi Bidang Rehabilitasi. (2019). Petunjuk teknik pelaksanaan kegiatan pasca rehabilitasi.
- Dewi, K. S., & Soekandar, A. (2019). Kesejahteraan anak dan remaja pada keluarga bercerai di Indonesia: Reviu naratif. *Wacana*, 11(1), 42–78.
- Gázquez Linares, J. J., Pérez Fuentes, M. del C., Molero Jurado, M. del M., Barragán Martín, A. B., Martos Martínez, Á., & Sánchez Marchán, C. (2016). Drug use in adolescents in relation to social support and reactive and proactive aggressive behavior. *Psicothema*.
- Guo, L., Tian, L., & Huebner, E. S. (2018). Family dysfunction and anxiety in adolescents: A moderated mediation model of self-esteem and perceived school stress. *Journal of School Psychology*, 69, 16–27.
- Hayward, L. E., Vartanian, L. R., Kwok, C., & Newby, J. M. (2020). How might childhood adversity predict adult psychological distress? Applying the identity disruption model to understanding depression and anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 265, 112–119.
- Hazen, E., Schlozman, S., & Beresin, E. (2008). Adolescent psychological development: a review. *Pediatrics in Review*, 29(5), 161–168.
- Hsiao, Y., Chien, L., Wu, L., Chiang, C., & Huang, S. (2010). Spiritual health, clinical practice stress, depressive tendency and health-promoting behaviours among nursing students. *Journal of Advanced Nursing*, 66(7), 1612–1622.
- Hurriyati, E. A. (2010). Mengapa Pengguna Narkoba pada Remaja Akhir Relapse? *Humaniora*, 1(2), 303–314.
- Larson, R., & Ham, M. (1993). Stress and "storm and stress" in early adolescence: The relationship of negative events with dysphoric affect. *Developmental Psychology*, 29(1), 130.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Moosa, E., & Munaf, S. (2012). Emotion and problem focused coping strategies: A comparative study of psychiatric patients and normal adults. *J IPEDR*, 53, 96–100.
- Nur, A., Tuasikal, A., & Retnowati, S. (2018). Kematangan emosi, problem-focused coping, emotion-focused coping dan Kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama. *Gajah mada Journal of Psychology*, 4 (2), 105–118.
- Republik Indonesia. (2009a). Undang-undang no. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan.
- Republik Indonesia. (2009b). Undang-undang No 35 Tentang Narkotika Tahun 2009. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Republika, R. (2018). BNN: 70 persen pecandu narkoba relapse setelah rehabilitasi. *Republika*. <https://www.republika.co.id/berita/nasional/hukum/%098/03/20/p5w2eo428-bnn-70-persen-pecandu%09%09narkoba-relapse-setelah-rehabilitasi>
- Robertson, A. A., Xu, X., & Stripling, A. (2010). Adverse events and substance use among female adolescent offenders: Effects of coping and family support. *Substance Use & Misuse*, 45(3), 451–472.
- Setiawan, A. (2021). Survei efektivitas pembelajaran daring PJOK pada masa pandemi Covid- 19 terhadap siswa MTS NU 06 Sunan Abinawa. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 1(x), 106–121.
- Setyawati, S. (2015). *Buku seri bahaya narkoba penyalahgunaan narkoba (Jilid 3)*. PT. Tita Asih Jaya.
- Sprinthall, N., & Collins, W. . (1995). *Adolescent psychology, a developmental view (3rd ed.)*.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Ulpa, E. P. (2015). Strategi koping pada siswa SMA di Kota Malang. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 12(1), 65–69.
- UNICEF. (2006). *Adolescent development: perspectives and frameworks*. United Nation Children's Fund (UNICEF) Headquarters, 1–24.
- UNODC, W. (2017). *United nations office on drugs and crime. World Drug Report*.