

Psikoedukasi Bahaya Narkoba Bagi Psikologis Remaja

Wilda Ansar¹ | Bulgis Dirtha Rahman² | Hidayah Rezki Hamdan³ | Syakila Arischa Pranira⁴

¹ Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

²Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Makassar

¹bulgisdirtharahman99@gmail.com, ²hidayahrezkiamaliahamdan@gmail.com, ³syakilaarischaaa@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai bahaya narkoba bagi psikologis remaja melalui kegiatan psikoedukasi di SMKN 5 Makassar. Psikoedukasi dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi peran, serta penggunaan media audiovisual yang dirancang untuk memperkuat literasi peserta terkait jenis-jenis narkoba, mekanisme ketergantungan, serta dampak psikologis, sosial, dan akademik yang ditimbulkan. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti intervensi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan, di mana 71% peserta memahami bahaya narkoba setelah psikoedukasi, sedangkan peserta yang belum mengetahui tersisa 29%. Temuan ini mengindikasikan bahwa psikoedukasi yang disampaikan secara partisipatif efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan kesadaran siswa mengenai risiko penyalahgunaan narkoba. Program ini direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan melalui penguatan materi, konseling lanjutan bagi siswa berisiko, serta integrasi edukasi pencegahan ke dalam kegiatan sekolah agar peningkatan pengetahuan dapat berkembang menjadi perubahan sikap dan perilaku adaptif.

Kata Kunci: psikoedukasi, narkoba, remaja, kesehatan mental, pencegahan

PENDAHULUAN

Menurut Hurlock (2011), remaja adalah individu yang berada pada tahap perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa, ditandai oleh perubahan fisik, emosional, kognitif, dan sosial yang pesat. Pada masa ini remaja mulai mencari identitas diri, mengalami peningkatan rasa ingin tahu, serta memiliki kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya dan lingkungan sosialnya. Remaja yang menempuh pendidikan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) berada pada fase transisi penting, sehingga dinamika perkembangan tersebut menimbulkan kerentanan terhadap berbagai masalah psikososial. Jika dinamika perkembangan tidak ditangani secara baik, remaja berisiko mengalami kecemasan, stres, depresi, dan perasaan tidak berdaya. Sebagai ilustrasi, penelitian di SMK Depok melaporkan gejala berduka, keputusasaan, kecemasan, stres, dan ketidakberdayaan pada siswa. (Wijaya & Kusmawati, 2023)

Fenomena penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja menunjukkan tren peningkatan yang menimbulkan dampak negatif luas bagi individu dan lingkungan pendidikan. Fitri dan Asra (2023) menyatakan bahwa faktor demografi, posisi geografis negara, kemajuan teknologi, pengaruh globalisasi, dan sistem transportasi yang berkembang turut memengaruhi penyebaran narkoba di Indonesia. Selain itu, pergeseran nilai moral masyarakat dan meningkatnya perdagangan obat-obatan terlarang menembus berbagai lapisan masyarakat, termasuk generasi muda, sehingga memperbesar risiko penyalahgunaan. Kondisi ini diperburuk oleh data BNN yang menunjukkan Sulawesi Selatan sebagai wilayah “darurat narkoba” dengan 3.578 tersangka pada 2023 dan laporan BNNP Sulawesi Selatan tahun 2024 yang mencatat penyitaan barang bukti dalam jumlah signifikan, sehingga peredaran narkoba menjadi ancaman nyata bagi remaja.

Penyalahgunaan narkoba berimplikasi pada berbagai aspek perkembangan remaja, termasuk fungsi kognitif dan prestasi akademik yang menurun akibat penurunan motivasi dan konsentrasi belajar (Ramadhan & Darwis, 2023). Secara sosial, pengguna narkoba sering mengalami konflik dengan teman dan guru, menunjukkan perilaku agresif, serta mengalami isolasi sosial karena dijauhi lingkungan sekolah. Dampak psikologis lain meliputi gangguan emosional seperti depresi, gangguan tidur, dan penurunan minat terhadap aktivitas sosial; semua hal tersebut merusak kesehatan mental remaja. Penyebab penyalahgunaan dapat berasal dari dorongan internal individu maupun tekanan eksternal lingkungan, serta dipengaruhi oleh

sifat farmakologis zat yang bekerja pada pusat kenikmatan otak. (Elisabet, Agryani, Pratama, Jonatan, Kristiana, Teresia, & Yunita, 2022).

Narkoba, sebagai singkatan dari narkotika, zat psikotropika, dan obat-obatan berbahaya, merupakan bahan yang dapat menimbulkan ketergantungan dan mengubah sensasi serta persepsi pengguna. Zat narkotika berasal dari bahan tumbuhan, buatan, maupun campuran yang dapat menyebabkan kehilangan rasa dan ketergantungan pada penggunanya (Destiananda, Fitriana, & Cassfaka, 2025). Konsumsi narkotika dapat menimbulkan sensasi rileks dan mengurangi ketegangan, namun juga berisiko menimbulkan ketergantungan serta efek fisik seperti hilangnya nafsu makan, mual, peningkatan denyut jantung, dan peningkatan tekanan darah. Dampak psikologis dan perilaku lainnya termasuk agresivitas, kesulitan menilai situasi secara jernih, dan potensi gangguan jiwa; contoh zat yang menimbulkan efek tersebut antara lain kokain, sabu, dan ekstasi. (Elisabet, Agryani, Pratama, Jonatan, Kristiana, Teresia, & Yunita, 2022).

Temuan mengenai peningkatan kasus penyalahgunaan narkoba dan bukti peredarannya yang signifikan menunjukkan kebutuhan mendesak akan program pencegahan yang terstruktur di lingkungan sekolah. Dampak negatif pada aspek kognitif, emosional, sosial, dan prestasi akademik menuntut intervensi preventif yang berbasis pendidikan dan pemberdayaan siswa. Selain itu, faktor kemudahan akses, pengaruh teman sebaya, dan kurangnya pemahaman tentang bahaya narkoba turut menjadi latar yang memperkuat urgensi pelaksanaan program pencegahan di sekolah (Destiananda et al., 2025). Oleh karena itu, penyelenggaraan kegiatan edukatif seperti lomba poster dan psikoedukasi di sekolah diperlukan sebagai langkah sistematis untuk meningkatkan kesadaran dan mengurangi risiko penyalahgunaan.

Dalam konteks pencegahan, psikoedukasi bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai bahaya serta konsekuensi penggunaan narkoba. Kegiatan ini juga dimaksudkan untuk membekali siswa dengan keterampilan menolak pengaruh negatif teman sebaya serta strategi pengambilan keputusan sehat yang dapat melindungi mereka dari perilaku berisiko. Intervensi edukatif semacam ini diharapkan membantu menurunkan potensi penyalahgunaan melalui peningkatan literasi kesehatan dan pembentukan sikap kritis sejak dini. (Sina et al., 2024; Putri et al., 2024).

Pelaksanaan lomba poster dan psikoedukasi di sekolah diharapkan meningkatkan literasi kesehatan siswa terkait jenis-jenis narkoba dan dampaknya terhadap kesehatan fisik, fungsi kognitif, kondisi emosional, serta hubungan sosial. Selain itu, program ini diharapkan memperkuat keterampilan pengambilan keputusan yang sehat, meningkatkan kesadaran kritis untuk menghindari penggunaan narkoba, serta meneguhkan karakter dan moral peserta didik. Manfaat institusional meliputi penguatan upaya preventif sekolah dalam mengurangi insiden penyalahgunaan di lingkungan pendidikan.

Beberapa studi dan kajian sebelumnya menjadi rujukan konseptual dan empiris bagi perumusan program ini; misalnya penyuluhan oleh Sina et al. (2024) yang menekankan efektivitas penyuluhan sistematis dalam menghambat peningkatan kasus penyalahgunaan narkoba pada remaja. Kajian literatur oleh Putri et al. (2024) merekomendasikan pendidikan komprehensif berbasis sekolah sebagai langkah preventif yang efektif. Analisis Ramadhan & Darwis (2023) yang menggunakan kerangka ekologi memperlihatkan peran berbagai sistem (keluarga, teman sebaya, sekolah, media, dan budaya) dalam meningkatkan kerentanan remaja terhadap narkoba. Selain itu, observasi lapangan dan temuan Wijaya & Kusmawati (2023) serta studi peningkatan kasus di daerah lain (Destiananda et al., 2025; Fitri & Asra, 2023) menjadi dasar empiris bagi penyusunan intervensi psikoedukasi yang relevan di lingkungan SMK.

METODE

Tahapan Penelitian

Pengabdian ini menggunakan pendekatan psikoedukasi yang dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai bahaya narkoba bagi psikologis remaja serta cara mencegahnya. Psikoedukasi merupakan pendekatan edukatif yang dirancang untuk menyampaikan informasi serta keterampilan kepada individu atau keluarga dengan tujuan mengubah pemahaman terkait aspek-aspek kesehatan mental dan psikologis (Moningka, Windi & Soewastika, 2022). Psikoedukasi ini berperan dalam mengatasi gangguan psikologis dan perubahan kondisi mental sekaligus meningkatkan tingkat kepuasan pasien serta efektivitas proses pengobatan. (Fadhilah, Lubis, Nisfiary, Fitria & Sarah, 2024). Tahapan dalam program psikoedukasi ini dilakukan, sebagai berikut:

1. Perencanaan Program

- a. Merancang materi psikoedukasi yang meliputi bahaya narkoba serta dampaknya pada aspek psikologis, fisik, akademik, dan sosial.
 - b. Memilih metode penyampaian seperti ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi peran, serta alat bantu audiovisual.
 - c. Menyusun jadwal dan pembagian waktu untuk setiap sesi kegiatan.
2. Pelaksanaan Psikoedukasi
 - a. Melaksanakan kegiatan di lingkungan sekolah dengan menargetkan siswa SMK sebagai peserta prioritas.
 - b. Menyajikan konten edukatif tentang jenis-jenis narkoba, akibat penyalahgunaannya, langkah pencegahan, dan teknik menolak pengaruh teman sebaya.
 - c. Menerapkan metode partisipatif untuk mendorong diskusi aktif dan pertukaran pengalaman siswa mengenai ancaman narkoba.
 3. Evaluasi dan Tindak Lanjut
 - a. Menilai pemahaman serta kesadaran siswa pra dan pasca-psikoedukasi dengan pre-test dan post-test kuesioner sederhana.
 - b. Menganalisis pergeseran pengetahuan dan sikap terhadap penyalahgunaan narkoba.
 - c. Menyusun saran lanjutan seperti penguatan literasi kesehatan mental dan penyuluhan periodik.

Dengan metode ini, diharapkan siswa memperoleh pemahaman komprehensif mengenai bahaya narkoba, mampu mengembangkan sikap kritis, serta memiliki keterampilan untuk menolak perilaku berisiko sejak dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi bertema “Bahaya Narkoba bagi Psikologis Remaja” di SMKN 5 Makassar diikuti oleh 50 siswa aktif. Kegiatan dilaksanakan secara luring pada tanggal 17 Oktober 2025 di ruang meeting SMKN 5 Makassar, berlangsung pada pukul 09.30–11.30 WITA. Materi psikoedukasi disampaikan oleh Ibu Kasmilah, S.Pd., selaku guru Bimbingan dan Konseling SMKN 5 Makassar.



Gambar 1. Brosur pendaftaran psikoedukasi

Kegiatan dimulai dengan pemberian pre-test yang difasilitasi langsung oleh tim pelaksana, yaitu mahasiswa Kuliah Kerja Profesi (KKP) Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Pada kesempatan tersebut, tim pelaksana menyampaikan sambutan selamat datang kepada para peserta serta mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah dan guru BK atas kerja sama dalam pelaksanaan program. Selanjutnya, tim pelaksana bertindak sebagai pembawa acara yang memaparkan rangkaian kegiatan, sementara anggota tim lainnya yang berperan sebagai pemantik memberikan *ice breaking* berupa pengenalan singkat tentang zat narkoba. Penyampaian urutan kegiatan dan *ice breaking* dimaksudkan untuk memastikan seluruh peserta memahami alur kegiatan serta memperoleh gambaran awal mengenai materi yang akan dibahas.



Gambar 2. Pembukaan dan Pemberian *Pre-test*

Rangkaian kegiatan psikoedukasi dibagi menjadi tiga tahapan utama yang bertujuan memberikan pemahaman komprehensif mengenai bahaya narkoba terhadap psikologis remaja, yaitu sebagai berikut:

1. Perencanaan Program

Tahap awal meliputi penyusunan materi psikoedukasi yang memuat bahaya narkoba serta dampaknya pada aspek psikologis, fisik, akademik, dan sosial. Tim pelaksana juga menentukan metode penyampaian berupa ceramah interaktif yang dilengkapi diskusi, serta menyusun jadwal beserta pembagian waktu untuk setiap sesi agar pelaksanaan berjalan terstruktur.



Gambar 3. Perencanaan Materi

2. Pelaksanaan Psikoedukasi

Kegiatan dilaksanakan di ruang meeting dengan menempatkan siswa yang bermasalah terkait narkoba sebagai peserta prioritas, namun tetap membuka kesempatan partisipasi bagi siswa umum. Materi yang disajikan

mencakup jenis-jenis narkoba, akibat penyalahgunaan, langkah pencegahan, dan teknik menolak pengaruh teman sebaya. Metode yang digunakan bersifat partisipatif untuk mendorong diskusi aktif dan pertukaran pengalaman antar peserta sehingga pemahaman menjadi lebih aplikatif.



Gambar 4. Pelaksanaan Psikoedukasi

3. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Setelah sesi utama, diberikan post-test berupa kuesioner sederhana untuk menilai perubahan

pengetahuan dan kesadaran siswa pasca-intervensi. Data pre-test dan post-test dianalisis untuk mengidentifikasi pergeseran pengetahuan serta sikap terhadap penyalahgunaan narkoba. Berdasarkan hasil analisis tersebut, tim menyusun rekomendasi tindak lanjut, antara lain penguatan literasi mengenai bahaya narkoba, program konseling lanjutan bagi siswa bermasalah, serta integrasi materi pencegahan dalam kegiatan sekolah berkelanjutan.



Gambar 5. Evaluasi dan Pemberian *Post-test*

Melalui pelaksanaan psikoedukasi ini, diharapkan siswa memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai bahaya narkoba terhadap psikologis remaja. Secara khusus, peserta diharapkan mampu mengenali tanda-tanda bahaya narkoba pada diri sendiri maupun pada teman, memahami mekanisme penyebab kecanduan, serta menyadari dampak negatif yang ditimbulkan oleh ketergantungan. Dengan demikian, diharapkan siswa mampu mengambil keputusan yang melindungi kesejahteraan psikologisnya.

Tabel 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Kategori	Pre-test	Post-test	Persentase
Belum Mengetahui Bahaya Narkoba	30	68	29%
Memahami Mengetahui Bahaya Narkoba	73	182	71%
Total			100%

Berdasarkan Tabel 1 dan hasil evaluasi *pre-test* serta *post-test*, kegiatan psikoedukasi bertema “Bahaya Narkoba bagi Psikologis Remaja” menunjukkan peningkatan pemahaman peserta setelah intervensi. Sebelum psikoedukasi, proporsi peserta yang belum memahami bahaya narkoba lebih besar. Setelah kegiatan, proporsi peserta yang memahami meningkat menjadi 71% sedangkan yang belum mengetahui menurun menjadi 29%. Perubahan ini menandakan bahwa penyampaian materi melalui kombinasi ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan alat bantu audiovisual efektif meningkatkan literasi peserta mengenai jenis-jenis narkoba, mekanisme ketergantungan, tanda bahaya, serta strategi menolak pengaruh teman sebaya.

Lebih lanjut, pendekatan partisipatif yang mendorong diskusi aktif memungkinkan peserta mengaitkan informasi teoretis dengan pengalaman nyata, sehingga pemahaman menjadi lebih aplikatif dan mudah diingat. Keterlibatan guru BK sebagai fasilitator juga berkontribusi pada kredibilitas materi dan keterhubungan dengan konteks sekolah. Hasil ini sejalan dengan temuan studi yang menyatakan bahwa intervensi pendidikan terstruktur dan partisipatif efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap risiko narkoba.

Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi hasil. Pertama, evaluasi hanya mengandalkan kuesioner pre-test dan post-test singkat sehingga lebih mengukur perubahan pengetahuan dalam jangka pendek, bukan perubahan perilaku jangka panjang. Kedua, sampel terbatas pada peserta kegiatan ($n = 50$) sehingga generalisasi ke populasi sekolah yang lebih luas perlu dilakukan dengan hati-hati. Ketiga, tidak ada kelompok kontrol yang memungkinkan pembandingan untuk

memastikan efek intervensi murni. Keempat, instrumen penilaian yang sederhana perlu distandarisasi untuk meningkatkan reliabilitas dan validitas pengukuran.

Berdasarkan temuan dan keterbatasan tersebut, direkomendasikan langkah tindak lanjut yaitu pertama, mengadakan program penguatan berulang (booster sessions) untuk mempertahankan dan memperdalam pemahaman. Kedua, menyediakan layanan konseling lanjutan bagi siswa yang diidentifikasi berisiko. Ketiga, mengintegrasikan materi pencegahan narkoba ke dalam kurikulum atau kegiatan rutin sekolah. Keempat, melakukan evaluasi lanjutan yang menilai perubahan sikap dan perilaku serta menggunakan instrumen yang terstandar dan kelompok banding.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, psikoedukasi mengenai bahaya narkoba yang dilaksanakan pada peserta di SMKN 5 Makassar efektif meningkatkan pemahaman mengenai bahaya dan dampak narkoba; setelah intervensi proporsi peserta yang memahami bahaya narkoba mencapai 71% sedangkan yang belum mengetahui tersisa 29%. Metode ceramah interaktif, diskusi partisipatif, dan simulasi peran berkontribusi terhadap peningkatan literasi peserta. Disarankan pelaksanaan program penguatan berkala, penyediaan konseling lanjutan untuk peserta berisiko, serta integrasi materi pencegahan ke dalam kegiatan sekolah agar peningkatan pengetahuan tersebut dapat berlanjut menjadi perubahan perilaku yang adaptif dan konsisten.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada SMKN 5 Makassar yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Ibu Kasmilah, S.Pd., selaku guru Bimbingan dan Konseling, atas dukungan dan kontribusinya selama proses kegiatan berlangsung. Terima kasih kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam rangkaian aktivitas, serta kepada tim pelaksana Kuliah Kerja Profesi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar atas dedikasi dalam mempersiapkan dan melaksanakan program ini. Dukungan dari berbagai pihak tersebut menjadi

DAFTAR PUSTAKA

- BNN: Sulsel Darurat Narkoba Urutan Kelima di Indonesia. (2024, Desember 26). *JPNN.com*. <https://www.jpnn.com/news/bnn-sulsel-darurat-narkoba-urutan-kelima-di-indonesia>
- Destiananda, R., Fitriana, A. Q. Z., & Cassfaka, G. (2025). Penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja SMA di Jember. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 3(5), 39–47. <https://doi.org/10.59435/gjmi.v3i5.1599>
- Elisabet, A., Rosmaida, A., Pratama, A., Jonatan, J., Kristiana, K., Teresia, S., & Yunita, S. (2022). Penyalahgunaan Narkoba Dikalangan Remaja: Bahaya, Penyebab, Dan Pencegahannya. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 1(3), 877-886.
- Fadhilah, C. F., Lubis, I. S. L., Nisfiary, R. K., Fitria, S., & Sarah, C. (2024). Psikoedukasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Tjut Nyak Dhien. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Tjut Nyak Dhien*, 3 (1).
- Fitri, K., & Asra, Y. K. (2023). *Karakteristik remaja dan potensi penyalahgunaan narkoba*. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(2). <http://dx.doi.org/10.24014/pib.v4i2.21270>.
- Fitri, K., & Asra, Y. K. (2023). Karakteristik remaja dan potensi penyalahgunaan narkoba. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(2), 66-75.
- Hurlock, E. B. (2011). *Developmental psychology: A life-span approach* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Moningka, C., Windi, A., & Soewastika. (2022). Psikoedukasi Untuk Masyarakat Melalui Media Sosial Info Bintaro. *Jurnal Keungan dan Akuntansi Terapan*, 4 (1), 22-25.

- Ramadhan, D. N., & Darwis, R. S. (2023). *Analisis fenomena penyalahgunaan narkoba pada remaja berdasarkan teori sistem ekologi*. Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial, 6(2). <https://doi.org/10.24198/focus.v6i2.52460>.
- Sina, I., Pardiman, P., Wibowo, T. P., & Apriyanti, N. (2024). *Penyuluhan bahaya penggunaan narkoba terhadap kesehatan mental pada usia remaja*. Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 5(5), 9197–9201. <https://doi.org/10.31004/cdj.v5i5.33788>.
- Wijaya, A., & Kusmawati, A. (2023). *Psikososial remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Kota Depok. Nuansa*: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan, 16(2), 107–112. <http://dx.doi.org/10.29300/nuansa.v16i2.3714>.