

Peran Edukasi *Mental Block* dan Penyuluhan Narkoba sebagai Langkah Awal Membangun Resiliensi Remaja (Desa Tegal Kunir Lor, Kec. Mauk)

Sandy Kalamuddin¹, Muhammad Riski Wahyudi², Hayyi Lana Min Amrina Rosyada³, Shelani⁴, Putri Nabila⁵, Muhamad Riza Dzul Fahmi Aly⁶, Mohamad Asrori Mulky⁷

¹⁻⁷Sekolah Tinggi Ilmu Syariah Nahdlatul Ulama (STISNU) Nusantara Tangerang
Email: ¹sandykalamuddin07@gmail.com, ²riskistar123@gmail.com, ³hayyilana02@gmail.com,
⁴shelaniputri0@gmail.com, ⁵putrinabila20555@gmail.com, ⁶rizafahmi571@gmail.com,
⁷moh.asrori.mulky@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang sarat dengan kerentanan psikososial, terutama terkait dengan kesehatan mental dan risiko penyalahgunaan narkoba. Kondisi ini menuntut adanya intervensi yang proaktif untuk membangun resiliensi atau ketangguhan diri remaja. Artikel ini bertujuan menganalisis peran sinergis edukasi mental block dan penyuluhan narkoba sebagai pendekatan dualistik untuk meningkatkan pemahaman yang menjadi fondasi dalam membangun resiliensi remaja. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui kegiatan pengabdian masyarakat (Kuliah Kerja Mahasiswa/KKM) yang dilaksanakan di Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha, Kecamatan Mauk. Partisipan adalah siswa setingkat Madrasah Tsanawiyah (MTs) yang mengikuti program psikoedukasi dan penyuluhan secara partisipatif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemahaman terhadap mental block sebagai faktor kerapuhan internal memperkuat relevansi penyuluhan narkoba sebagai ancaman eksternal. Siswa mengalami peningkatan kesadaran akan pentingnya pengelolaan kesehatan mental sebagai benteng utama pencegahan perilaku berisiko. Disimpulkan bahwa pendekatan dualistik yang mengintegrasikan penguatan psikologis internal dengan pengetahuan faktual eksternal merupakan strategi efektif untuk meningkatkan literasi psikologis dan kewaspadaan remaja, yang merupakan komponen fundamental dan langkah awal yang penting dalam upaya membangun resiliensi, serta layak dipertimbangkan sebagai model intervensi psikoedukatif pada konteks serupa.

Kata kunci: *Kuliah kerja mahasiswa (KKM); mental block; pencegahan narkoba; psikoedukasi; resiliensi remaja*

ABSTRACT

Adolescence is a developmental period characterized by psychosocial vulnerability, particularly related to mental health and the risk of drug abuse. This condition requires proactive interventions to build resilience in adolescents. This article aims to analyze the synergistic role of mental block education and drug abuse counseling as a dualistic approach to enhance the understanding that forms the foundation for building adolescent resilience. The study employed a descriptive qualitative method through a community service program (Kuliah Kerja Mahasiswa/KKM) conducted at the Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha, Mauk District. Participants were junior secondary school students (Madrasah Tsanawiyah/MTs) who engaged in the psychoeducation and counseling program in a participatory manner. The results indicated that an understanding of mental blocks as an internal vulnerability factor reinforced the relevance of drug abuse counseling as an external threat. Students demonstrated increased awareness of the importance of managing mental health as a primary safeguard against risky behaviors. It is concluded that the dualistic approach, which integrates internal psychological reinforcement with external factual knowledge, is an effective strategy for enhancing psychological literacy and awareness among adolescents, which are fundamental components and a crucial first step in the effort to build resilience, and is worthy of consideration as a psychoeducational intervention model in similar contexts.

Keywords: *Adolescent resilience; community service program; drug prevention; mental block; psychoeducation.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat krusial, mengandung perubahan biologis, kognitif, dan sosial secara simultan. Fase ini sering kali diwarnai kerentanan psikososial yang dapat menghambat aktualisasi potensi diri (Patton dkk., 2016). Secara internal, remaja rentan mengalami *mental block* hambatan psikologis yang membatasi berpikir adaptif, pengambilan keputusan, dan pengembangan diri. Secara eksternal, penyalahgunaan narkoba menjadi faktor risiko serius yang dapat memperburuk kondisi mental dan sosial remaja.

Dari perspektif nasional, kondisi ini tergolong serius. Berdasarkan Survei I-NAMHS (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*), sekitar 1 dari 3 remaja (34,9%) atau sekitar 15,5 juta remaja di Indonesia menghadapi setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dan sekitar 1 dari 20 remaja (5,5% atau sekitar 2,45 juta) mengalami gangguan mental penuh sesuai kriteria DSM-5 (Gloriobarus, 2022)). Sayangnya, hanya sekitar 2%-2,6% dari mereka yang mengakses layanan profesional kesehatan mental dalam periode tersebut.

Dalam konteks penyalahgunaan narkoba, Badan Narkotika Nasional (BNN) melaporkan bahwa pada tahun 2024, prevalensi penyalahgunaan narkoba sebesar 1,73%, yang setara dengan 3,33 juta orang usia 15–64 tahun (BNN, 2025). Dari jumlah tersebut, 312 ribu di antaranya adalah remaja. Kelompok remaja ini memiliki potensi penyalahgunaan yang tinggi, dipicu oleh faktor internal seperti rasa penasaran dan dorongan dari teman sebaya.

Kondisi ini juga mencerminkan situasi yang dialami remaja di Desa Tegal Kunir Lor, Kecamatan Mauk, Kabupaten Tangerang. Di desa ini, akses informasi dan layanan kesehatan mental masih terbatas, literasi psikososial rendah, dan tekanan lingkungan dapat mendorong perilaku berisiko. Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha sebagai lembaga pembinaan remaja di daerah tersebut memainkan peran penting dalam mendukung penguatan mental remaja. Namun demikian, intervensi berbasis edukasi dan pendampingan tetap sangat dibutuhkan untuk memperkuat kapasitas mereka menghadapi tantangan kehidupan.

Sebagai pendekatan konseptual, psikoedukasi dipilih karena mampu memadukan elemen edukatif dan psikologis untuk membekali individu dengan pemahaman, kesadaran (*self-awareness*), dan keterampilan praktis dalam menghadapi tekanan hidup secara adaptif. Studi menunjukkan bahwa psikoedukasi yang berfokus pada *meaning in life learning* dapat meningkatkan *self-awareness* siswa secara signifikan (Syahril, Firman, & Afdal, 2023). Intervensi yang menggabungkan elemen edukasi internal dan eksternal misalnya, edukasi tentang kontrol internal dan penyuluhan risiko luar seperti penyalahgunaan zat sesuai dengan pendekatan teori lokus kontrol (Rotter, 1954) dan bukti bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan lokus kontrol internal dan perilaku adaptif (Wijayanti, Sobirin, & Rochana, 2019). Di samping itu, program pencegahan narkoba yang menekankan pengaruh eksternal (*social influences*) telah terbukti meningkatkan kewaspadaan terhadap risiko penyalahgunaan zat dalam jangka panjang (Environmental Health & Preventive Medicine, 2006).

Konsep resiliensi ditetapkan sebagai luaran utama dari intervensi ini. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk bangkit atau berfungsi adaptif meski menghadapi tekanan atau kesulitan (Ungar, 2012; Zimmerman, 2013). Pemahaman mental block diharapkan membantu remaja mengenali dan menanggulangi hambatan berpikir, sedangkan penyuluhan narkoba memperkuat kemampuan mereka dalam menolak ajakan menyalahgunakan zat terlarang. Dengan demikian, psikoedukasi tidak hanya mencerdaskan dan meningkatkan kesadaran, tetapi juga menjadi sarana protektif dalam pengembangan kapasitas diri secara komprehensif.

Prosedur kerja program psikoedukasi ini dirancang melalui tiga tahap sistematis. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha, penyusunan materi edukatif berbasis kebutuhan lokal, dan identifikasi karakteristik spesifik remaja sasaran melalui survei awal dan focus group discussion. Tahap pelaksanaan terdiri dari serangkaian workshop interaktif, sesi diskusi kelompok terfokus, simulasi penanganan situasi berisiko, dan pendampingan individual bagi remaja yang memerlukan perhatian khusus. Tahap evaluasi mencakup pengukuran tingkat pemahaman peserta melalui pre-test dan post-test, assessment perubahan sikap menggunakan skala resiliensi, serta monitoring berkelanjutan untuk memastikan internalisasi materi dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan konkret yang akan dilaksanakan meliputi workshop "Mengenali dan Mengatasi *Mental Block*" dengan metode ceramah interaktif, role playing situasional, dan analisis studi kasus personal; penyuluhan "Bahaya Narkoba dan Strategi Pencegahan" melalui presentasi multimedia, diskusi panel dengan narasumber ahli dari BNN dan psikolog, serta sharing session dengan penyintas rehabilitasi; dan sesi "Building Resilience" yang menggunakan pendekatan experiential learning melalui games psikologis, refleksi diri terstruktur, dan penyusunan rencana aksi personal jangka pendek dan panjang. Setiap sesi dirancang dengan durasi 2-3 jam dan melibatkan maksimal 25 peserta untuk memastikan efektivitas interaksi dan personalisasi pendekatan sesuai dengan karakteristik individual peserta.

Partisipasi aktif Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha menjadi kunci keberhasilan program ini. Pada tahap persiapan, yayasan berperan dalam identifikasi dan rekrutmen peserta berdasarkan kriteria usia (13-18 tahun), penyediaan fasilitas ruang dan peralatan pendukung, serta koordinasi teknis pelaksanaan termasuk penjadwalan yang sesuai dengan aktivitas rutin pembinaan. Selama implementasi, pengurus yayasan akan terlibat sebagai co-fasilitator untuk memastikan kesesuaian materi dengan nilai-nilai dan konteks budaya lokal, mendampingi proses adaptasi peserta, dan memberikan dukungan emosional bagi remaja yang mengalami kesulitan dalam mengikuti kegiatan. Pada tahap evaluasi, yayasan bertanggung jawab dalam monitoring pascakegiatan melalui observasi perubahan perilaku sehari-hari dan integrasi hasil pembelajaran ke dalam program pembinaan rutin yang sudah berjalan. Kolaborasi ini memastikan keberlanjutan dampak program bahkan setelah kegiatan formal berakhir, sekaligus memperkuat kapasitas kelembagaan yayasan dalam penanganan isu kesehatan mental remaja secara berkelanjutan.

Kebutuhan program ini bersifat multi-pihak dengan manfaat berlapis yang saling memperkuat. Bagi remaja, program ini memberikan peningkatan literasi kesehatan mental melalui pemahaman komprehensif tentang mental block, penguatan kemampuan protektif terhadap bahaya narkoba dengan strategi penolakan yang aplikatif, dan pengembangan resiliensi personal sebagai bekal menghadapi tantangan masa depan. Bagi Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha, program ini memperkaya materi pembinaan karakter yang telah ada dengan pendekatan psikoedukatif yang terstruktur dan meningkatkan kapasitas pendampingan remaja melalui transfer pengetahuan dan keterampilan kepada pengurus yayasan. Bagi tim akademik, program ini menjadi sarana penerapan teori psikologi perkembangan dalam konteks nyata, pengembangan model intervensi kontekstual yang sesuai dengan karakteristik masyarakat pedesaan, dan peningkatan kepekaan sosial terhadap dinamika kompleks kehidupan remaja di lingkungan dengan keterbatasan sumber daya. Secara sistemik, kegiatan ini diharapkan menciptakan dampak berkelanjutan: memperkuat kapasitas adaptif individu dalam menghadapi tekanan internal dan eksternal, mengoptimalkan fungsi kelembagaan mitra sebagai agen perubahan sosial di tingkat komunitas, dan memberikan kontribusi akademik berupa prototipe intervensi psikoedukasi yang dapat direplikasi dan diadaptasi di komunitas serupa dengan penyesuaian konteks lokal yang relevan.

A. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan program pengabdian ini disusun secara sistematis menggunakan pendekatan Psikoedukasi Partisipatif. Pendekatan ini dipilih karena mampu memadukan aspek psikologis dan edukatif, sekaligus menempatkan peserta dalam hal ini remaja sebagai subjek aktif dalam perancangan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Psikoedukasi partisipatif berfokus pada pentingnya suara, pengalaman, dan kebutuhan peserta sehingga materi yang disampaikan menjadi relevan, menarik, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut (Wright dkk., 2024), pendekatan partisipatif yang melibatkan pemuda dalam pengembangan konten dapat meningkatkan relevansi dan daya tarik program literasi kesehatan mental digital.

Pelaksanaan program ini diawali dengan pemetaan kebutuhan remaja melalui observasi dan diskusi awal bersama pengurus Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha. Tahap ini penting untuk memahami tantangan yang mereka hadapi, baik berupa hambatan internal seperti mental block maupun ancaman eksternal berupa penyalahgunaan narkoba. Berdasarkan hasil pemetaan tersebut, tim KKM kemudian menyusun modul psikoedukasi yang dirancang dengan bahasa sederhana, visual menarik, serta strategi penyampaian yang interaktif agar mudah diterima oleh peserta.

Proses implementasi dilakukan dalam bentuk sesi tatap muka yang mengombinasikan penyampaian materi, diskusi kelompok, permainan reflektif, dan simulasi pengalaman. Dengan metode partisipatif, peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, melainkan juga diajak berdialog, menyampaikan pandangan, dan merumuskan strategi bersama untuk menghadapi tantangan yang mereka alami. Hal ini sejalan dengan temuan (Larsson dkk., 2018) yang menekankan bahwa pendekatan partisipatif dalam intervensi kesehatan dan kesejahteraan memungkinkan keterlibatan yang lebih besar dari anak dan remaja, serta meningkatkan keberlanjutan program.

Program ditutup dengan sesi refleksi bersama, di mana peserta berbagi pengalaman dan pemahaman baru yang mereka peroleh, serta menyusun rencana aksi kecil untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, evaluasi dilakukan secara partisipatif melalui umpan balik dari peserta dan pengurus yayasan. Untuk mengukur efektivitas penyampaian materi secara lebih spesifik, tim pelaksana melakukan asesmen sederhana pada awal (pra-kegiatan) dan akhir (pasca-kegiatan) sesi. Asesmen ini dilakukan menggunakan metode tanya jawab lisan secara acak kepada beberapa peserta dan pengisian kuesioner singkat dengan pertanyaan terbuka. Pertanyaan difokuskan pada pemahaman dasar peserta mengenai definisi mental block, dampaknya, serta pengetahuan tentang jenis dan bahaya narkoba. Pendekatan ini dipilih untuk menjaga suasana tetap interaktif dan tidak terlalu formal, sekaligus untuk mendapatkan gambaran langsung mengenai perubahan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah intervensi diberikan.

Dengan demikian, metode psikoedukasi partisipatif ini tidak hanya menambah pengetahuan remaja, tetapi juga memperkuat kapasitas mereka dalam membangun resiliensi dan menjaga diri dari pengaruh negatif narkoba.

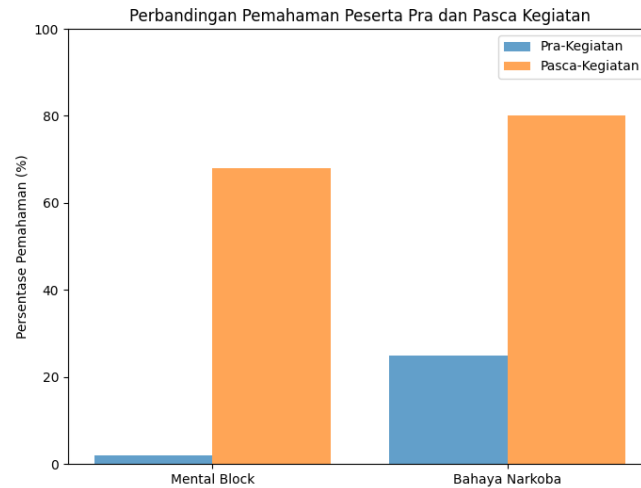
B. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi “Dari Rapuh Menjadi Tangguh: Peran Edukasi Mental Block dan Penyuluhan Narkoba sebagai Langkah Awal Membangun Resiliensi Remaja” yang dilaksanakan di Yayasan Rumah Yatim dan Dhuafa Rydha, Desa Tegal Kunir Lor, Kecamatan Mauk, dihadiri oleh kurang lebih 50 orang peserta. Peserta terdiri dari remaja binaan yayasan, pengurus yayasan, serta beberapa tokoh masyarakat yang peduli terhadap isu kesehatan mental dan pencegahan penyalahgunaan narkoba di kalangan generasi muda.

Deskripsi Hasil Kegiatan

Materi kegiatan dibagi menjadi dua bagian utama, yaitu pemahaman tentang mental block dan penyuluhan narkoba. Pada awal kegiatan dilakukan asesmen singkat untuk memetakan pengetahuan dasar peserta. Hasilnya menunjukkan bahwa pemahaman mengenai mental block masih sangat terbatas, dengan hanya 1 orang peserta (sekitar 2%) yang mampu memberikan definisi sederhana dan relevan. Sementara itu, mengenai narkoba, pengetahuan peserta relatif lebih baik, meskipun masih terbatas, dengan sekitar 1/4 peserta (25%) yang mampu menjelaskan apa itu narkoba dan menyebutkan dampak negatifnya.

Setelah kegiatan psikoedukasi yang melibatkan ceramah interaktif, diskusi kelompok, studi kasus, dan simulasi singkat, terjadi peningkatan yang cukup signifikan. Berdasarkan evaluasi pasca kegiatan, diketahui bahwa 68% peserta mampu menjelaskan kembali konsep mental block, termasuk faktor penyebab, dampak terhadap prestasi, dan strategi sederhana untuk mengatasinya. Sedangkan pemahaman tentang narkoba meningkat lebih tinggi, dengan 85% peserta mampu menjelaskan jenis-jenis narkoba, bahaya fisik dan psikis yang ditimbulkan, serta langkah-langkah pencegahan. Peningkatan pemahaman ini dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 1 - Grafik Perbandingan Pemahaman Materi

Selain hasil kuantitatif, secara kualitatif juga diperoleh data berupa respons positif dari peserta. Beberapa peserta mengaku baru pertama kali memahami bahwa mental block adalah hambatan psikologis yang bersumber dari diri sendiri, bukan semata-mata faktor eksternal. Sementara itu, dalam sesi narkoba, peserta mengekspresikan kekhawatiran mereka terhadap maraknya penyalahgunaan narkotika di lingkungan sekitar, sekaligus menunjukkan komitmen untuk menjauhi perilaku berisiko tersebut.

Analisis Dampak

Peningkatan pemahaman yang signifikan tersebut menegaskan bahwa psikoedukasi partisipatif bukan sekadar sarana transfer informasi, melainkan juga wahana pembelajaran yang memungkinkan peserta untuk mengonstruksi pengetahuan dan keterampilan secara mandiri. Proses diskusi, permainan reflektif, dan studi kasus yang dihadirkan dalam sesi pelatihan membantu peserta melihat hubungan antara konsep “mental block” dan situasi nyata yang mereka hadapi dalam keseharian. Mekanisme ini memperluas ruang berpikir kritis dan memberikan pengalaman langsung tentang bagaimana strategi pengelolaan pikiran dapat diterapkan dalam konteks personal maupun sosial.

Selain memperkaya literasi kesehatan mental, kegiatan ini juga menunjukkan pengaruh positif terhadap aspek sosial-emosional peserta. Beberapa remaja mengaku lebih mampu mengungkapkan perasaan dan menghargai pengalaman orang lain setelah mengikuti sesi berbagi kelompok. Interaksi yang suportif antar peserta, serta dukungan dari fasilitator dan pengurus yayasan, menciptakan iklim psikologis yang aman untuk eksplorasi diri. Lingkungan yang kondusif semacam ini menjadi faktor penting dalam menumbuhkan rasa memiliki (sense of belonging) dan mengurangi isolasi emosional yang sering kali menjadi pemicu perilaku menyimpang.

Temuan lain yang patut dicatat adalah munculnya inisiatif kolektif di kalangan peserta untuk saling mengingatkan dan menjaga agar tidak terjebak dalam pengaruh negatif teman sebaya, terutama yang berkaitan dengan penyalahgunaan narkoba. Inisiatif ini menunjukkan bahwa psikoedukasi partisipatif mampu menumbuhkan

kesadaran sosial dan tanggung jawab bersama, yang merupakan salah satu indikator keberhasilan intervensi berbasis komunitas.

Kegiatan juga memunculkan dampak tidak langsung pada pihak pengurus yayasan. Mereka mendapatkan inspirasi untuk mengintegrasikan materi serupa dalam program pembinaan rutin. Dengan demikian, manfaat intervensi tidak berhenti pada peserta, tetapi meluas menjadi penguatan kapasitas kelembagaan dalam mendampingi remaja secara berkesinambungan.

Dari sisi teori, temuan ini mendukung pandangan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman dan partisipasi aktif mendorong terjadinya internalisasi nilai secara lebih mendalam dibandingkan metode ceramah pasif semata (Larsson et al., 2018). Hasil ini juga sejalan dengan kerangka literasi kesehatan yang dikemukakan oleh Nutbeam & Kickbusch (2000), yang menekankan bahwa peningkatan pemahaman menjadi fondasi bagi perubahan sikap dan perilaku preventif.

Namun demikian, dampak positif yang teridentifikasi masih memerlukan penguatan melalui tindak lanjut jangka panjang. Tanpa pendampingan atau kesempatan untuk mempraktikkan materi dalam keseharian, ada kemungkinan pengetahuan dan motivasi yang diperoleh akan berkurang seiring waktu. Oleh karena itu, pengurus yayasan dan pihak terkait disarankan untuk menyediakan ruang refleksi berkala, misalnya pertemuan bulanan atau kelompok diskusi kecil, agar peserta tetap memiliki wadah untuk memperdalam keterampilan yang telah dipelajari dan saling memberikan dukungan.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menegaskan bahwa pendekatan psikoedukasi partisipatif efektif tidak hanya dalam meningkatkan pengetahuan, tetapi juga dalam memperkuat aspek resiliensi psikologis dan solidaritas sosial remaja. Jika dipelihara secara berkelanjutan, dampak tersebut berpotensi menjadi pondasi bagi terbentuknya komunitas muda yang sehat secara mental, kritis, dan lebih siap menghadapi tantangan internal maupun eksternal.

Tantangan yang Dihadapi

Meski secara umum berjalan dengan baik, kegiatan ini menghadapi beberapa tantangan yang perlu dicatat untuk perbaikan di masa mendatang. Pertama, perbedaan tingkat literasi peserta cukup memengaruhi dinamika kelas. Ada peserta yang cepat memahami konsep, sementara sebagian lain memerlukan penjelasan berulang dengan bahasa yang lebih sederhana. Kedua, keterbatasan waktu membuat materi yang bersifat kompleks, seperti teknik manajemen mental block, hanya bisa diberikan pada level pengenalan, belum sampai pada tahap praktik mendalam. Ketiga, faktor lingkungan sosial, terutama adanya stigma mengenai pembahasan narkoba, sempat membuat sebagian peserta enggan terbuka pada awal kegiatan. Namun, pendekatan yang inklusif dan dialogis berhasil mencairkan suasana.



Gambar 2 - Sesi tanya jawab Peserta

Keterhubungan dengan Teori

Temuan ini menguatkan teori bahwa pendekatan psikoedukasi partisipatif memberikan efek positif pada pembelajaran non-formal, khususnya pada kelompok usia remaja. Keterlibatan aktif peserta memungkinkan terjadinya proses internalisasi yang lebih mendalam, sesuai dengan prinsip *learning by doing* yang ditekankan dalam pendekatan konstruktivistik. Selain itu, materi mengenai mental block sejalan dengan konsep psikologi kognitif yang menekankan bahwa persepsi dan keyakinan internal dapat menjadi faktor penghambat pencapaian (Beck & Dozois, 2011) Adapun pemahaman mengenai narkoba sesuai dengan kerangka teori pencegahan berbasis literasi kesehatan (Nutbeam & Kickbusch, 2000) yang menyebutkan bahwa peningkatan literasi kesehatan merupakan fondasi penting dalam perubahan perilaku preventif.

Refleksi dan Implikasi

Kegiatan ini memberikan gambaran bahwa intervensi singkat melalui pendekatan psikoedukasi partisipatif mampu meningkatkan pemahaman remaja terkait mental block dan bahaya narkoba secara signifikan. Meskipun tim KKM tidak melakukan tindak lanjut berupa pendampingan lanjutan, kegiatan ini tetap meninggalkan bekal pengetahuan dan kesadaran baru bagi peserta.

Dari hasil evaluasi, sebagian besar peserta mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih siap menghadapi tantangan psikologis internal seperti mental block dan lebih waspada terhadap pengaruh negatif narkoba di lingkungan sekitar. Beberapa pengurus yayasan juga menyatakan minat untuk mengintegrasikan materi serupa dalam kegiatan rutin mereka, meski dengan pendekatan sederhana dan sesuai kapasitas.



Gambar 3 - Foto Bersama seluruh Peserta

Implikasi penting dari kegiatan ini adalah bahwa edukasi semacam ini sebaiknya tidak bersifat insidental, melainkan perlu dikembangkan secara berkelanjutan oleh pihak-pihak yang lebih dekat dengan peserta, seperti pengurus yayasan, sekolah, maupun komunitas lokal. Dengan demikian, meski tim KKM tidak melanjutkan program secara langsung, kegiatan ini dapat menjadi pemicu (*trigger*) bagi lahirnya kesadaran kolektif untuk menjaga kesehatan mental remaja dan memperkuat benteng sosial terhadap narkoba.

Keterbatasan Penelitian

Penulis menyadari bahwa kegiatan pengabdian dan laporan ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan untuk interpretasi hasil yang lebih objektif.

Fokus pada Pemahaman Bukan Resiliensi Langsung, Instrumen evaluasi yang digunakan hanya mengukur tingkat pemahaman peserta mengenai materi yang disampaikan, bukan konstruk resiliensi secara langsung. Resiliensi merupakan sebuah kapasitas psikologis yang kompleks, dan peningkatannya idealnya diukur menggunakan skala psikometrik yang tervalidasi, bukan hanya berdasarkan perubahan pengetahuan kognitif.

Absennya Kelompok Kontrol, Desain kegiatan ini tidak melibatkan kelompok kontrol (kelompok pembanding yang tidak menerima intervensi). Hal ini membuat sulit untuk menyimpulkan secara definitif bahwa peningkatan pemahaman yang terjadi disebabkan murni oleh program yang diberikan dan bukan karena faktor-faktor lainnya.

Evaluasi Jangka Pendek, Evaluasi dampak dilakukan sesaat setelah kegiatan berakhir. Oleh karena itu, laporan ini tidak dapat menyajikan data mengenai keberlanjutan dampak jangka panjang, seperti apakah pemahaman tersebut dapat bertahan lama dan benar-benar diinternalisasi menjadi perilaku preventif dalam kehidupan sehari-hari.

C. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi ini berhasil memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai mental block dan bahaya narkoba. Pendekatan psikoedukasi partisipatif terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental dan kesadaran akan bahaya narkoba di kalangan remaja. Peningkatan pemahaman ini merupakan langkah awal yang krusial dan menjadi fondasi penting bagi remaja untuk mulai membangun resiliensi dalam menghadapi tantangan internal maupun eksternal. Secara praktis, kegiatan ini telah membuka ruang dialog kritis dan menumbuhkan kesadaran bahwa dengan bekal pengetahuan yang tepat, remaja memiliki potensi untuk menjadi lebih tangguh.

Secara teoritis, hasil ini memperkuat penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa psikoedukasi berbasis partisipasi mampu meningkatkan literasi kesehatan mental dan memperkuat kapasitas resiliensi remaja. Secara praktis, kegiatan ini telah membuka ruang dialog kritis mengenai tantangan psikologis dan risiko penyalahgunaan narkoba,

sekaligus menumbuhkan kesadaran kolektif bahwa remaja memiliki potensi untuk menjadi lebih tangguh secara mental.

Saran

Sebagai tindak lanjut dari kegiatan sosialisasi tersebut diperlukan strategi untuk memperkuat efek positif kegiatan ini. Salah satunya adalah pelibatan pengurus yayasan dan tokoh pemuda sebagai fasilitator agar keberlanjutan program dapat terjaga. Selain itu, penggunaan media pembelajaran yang lebih kreatif dan variatif, misalnya video pendek atau poster edukatif, dapat membantu menarik minat remaja dan memperkuat pemahaman mereka. Kolaborasi dengan sekolah dan lembaga terkait juga disarankan agar dampak kegiatan dapat menjangkau lebih banyak kelompok sasaran.



Gambar 4 - Foto bersama peserta tanya jawab



Gambar 5 - Penyampaian materi

Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai intervensi sesaat, tetapi juga dapat menjadi model pemberdayaan remaja yang berkelanjutan. Jika dilakukan secara konsisten, pendekatan ini berpotensi menumbuhkan generasi muda yang lebih tangguh, kritis, dan mampu menjaga diri dari ancaman narkoba maupun hambatan psikologis internal.

Ucapan Terima Kasih

Penulis dan seluruh tim pelaksana Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) dengan tulus menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, serta fasilitas sehingga kegiatan sosialisasi “Dari Rapuh Menjadi Tangguh:

Peran Edukasi Mental Block dan Penyuluhan Narkoba sebagai Langkah Awal Membangun Resiliensi Remaja” di Desa Tegal Kunir Lor dapat terlaksana dengan baik.

Ucapan terima kasih pertama-tama ditujukan kepada Kepala Desa Tegal Kunir Lor yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas bagi terselenggaranya kegiatan ini. Penghargaan yang setinggi-tingginya juga kami sampaikan kepada Kepala Yayasan Rumah Yatim Dhuafa Rydha, yang telah memberikan kesempatan, ruang, serta partisipasi aktif dalam mendampingi anak-anak binaan selama kegiatan berlangsung.

Kami juga mengucapkan terima kasih kepada pengurus yayasan, tokoh masyarakat, dan para relawan lokal yang turut membantu kelancaran acara dengan penuh dedikasi. Tidak lupa, apresiasi mendalam kami berikan kepada para peserta, yakni remaja Yayasan Rydha, yang telah berpartisipasi aktif, memberikan tanggapan positif, dan menjadikan kegiatan ini bermakna.

Akhirnya, penghargaan kami sampaikan kepada pihak kampus STISNU Nusantara Tangerang, para dosen pembimbing, serta rekan-rekan mahasiswa KKM yang telah bekerja sama dengan penuh semangat, komitmen, dan tanggung jawab. Semoga segala kontribusi yang telah diberikan menjadi amal jariyah dan membawa manfaat berkelanjutan bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Beck, A. T., & Dozois, D. J. (2011). Cognitive therapy: Current status and future directions. *Annual review of medicine*, 62(1), 397–409.
- BNN. (2025, Agustus 8). BNN Edukasi maba UI, cegah narkoba di kalangan remaja. <https://bnn.go.id/bnn-edukasi-maba-ui-cegah-narkoba-di-kalangan-remaja/>
- Environmental Health & Preventive Medicine. (2006). Effectiveness of drug abuse prevention program focusing on social influences among high school students: 15-month follow-up study. *Environmental Health & Preventive Medicine*, 11, 75–81. BioMed Central
- Gloriabarus. (2022, Oktober 24). Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental. Universitas Gadjah Mada. <https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental/>
- Larsson, I., Staland-Nyman, C., Svedberg, P., Nygren, J. M., & Carlsson, I.-M. (2018). Children and young people’s participation in developing interventions in health and well-being: A scoping review. *BMC Health Services Research*, 18(1), 507. <https://doi.org/10.1186/s12913-018-3219-2>
- Nutbeam, D., & Kickbusch, I. (2000). Advancing health literacy: A global challenge for the 21st century. *Dalam Health promotion international* (Vol. 15, Nomor 3, hlm. 183–184). Oxford University Press.
- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., Arora, M., Azzopardi, P., Baldwin, W., Bonell, C., Kakuma, R., Kennedy, E., Mahon, J., McGovern, T., Mokdad, A. H., Patel, V., Petroni, S., Reavley, N., Taiwo, K., ... Viner, R. M. (2016). Our future: A Lancet commission on adolescent health

- and wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423–2478. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00579-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00579-1)
- Rezapour, T., McLean, K. L., Psederska, E., Niki Maleki, K., Ekhtiari, H., & Vassileva, J. (2025). Neuroscience-informed psychoeducation for addiction: A conceptual and feasibility study. *Frontiers in Psychiatry*, 16, Article 1527828. PMC
- Rotter, J. B. (1954). *Social Learning and Clinical Psychology*. Prentice Hall. (Teori Lokasi Kontrol internal vs eksternal). [Jika menggunakan sumber teori asli]
- Syahrial, M., Firman, & Afdal. (2023). Psychoeducation Based On Meaning Life Learning Values To Increase Students' Self-Awareness In Studying In Junior High School. *Manajia: Journal of Education and Management*, 2(2). manajia.my.id
- Ungar, M. (Ed.). (2012). *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice*. Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-0586-3>
- Wijayanti, I., Sobirin, M. A., & Rochana, N. (2019). Effects of Psychoeducation on Internal Health Locus of Control and Self Care in Patients with Heart Failure (Tesis, Universitas Diponegoro).
- Wright, M., Reitegger, F., Gasteiger-Klicpera, B., Vidmar, M., Veldin, M., & Borzucka-Sitkiewicz, K. (2024). Youth voices: A participatory approach to promoting mental health literacy through digital means. *European Journal of Public Health*, 34(Supplement_3), ckae144.1704. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae144.1704>
- Zimmerman, M. A. (2013). Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health. *Health Education & Behavior*, 40(4), 381–383. <https://doi.org/10.1177/1090198113493782>