

Integrasi dan Peningkatan Resiliensi pada Remaja dalam rangka Pencegahan Bahaya Narkoba di SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe

Integration and Increasing Resilience in Adolescents in the Context of Preventing the Dangers of Drugs at SMA Negeri 7 Lhokseumawe City

Riza Musni^(1*), Safuwani⁽²⁾, Asrul Fahmi⁽³⁾, Syara Fina⁽⁴⁾, Anis Safira⁽⁵⁾

^{1 & 3}Program Studi Keperawatan, Universitas Malikussaleh, Indonesia

^{2, 4 & 5}Program Studi Psikologi, Universitas Malikussaleh, Indonesia

*Corresponding author: rizamusni@unimal.ac.id

Abstrak

Pencegahan bahaya narkoba perlu dilakukan secara internal maupun eksternal. Secara internal, remaja dapat meningkatkan resiliensi yang dimilikinya. Situasi tersebut setelah analisa, perlu pencegahan agar tidak berisiko terjadi penyalahgunaan narkoba. Pada tahap awal metode penyelesaian masalah dilakukan kajian tentang potensi resiliensi para siswa remaja dan selanjutnya dilakukan edukasi tentang integrasi dan peningkatan resiliensi dalam rangka pencegahan bahaya narkoba. Sasaran kegiatan ini adalah para siswa di SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe yang berjumlah 103 orang. Sebelum kegiatan telah dilakukan *pre test*, nilai rata-rata 50,87; sedangkan hasil *post test* menunjukkan adanya peningkatan dan diperoleh nilai 67,9. Para peserta sangat antusias dalam diskusi dan menyimak materi yang disampaikan oleh narasumber. Target luaran adalah terjadinya proses internalisasi dan integrasi peningkatan resiliensi pada siswa remaja dalam pencegahan bahaya narkoba. Hasil akhir para siswa dapat menggunakan resiliensi yang dimilikinya untuk mengelola berbagai stressor yang terjadi sehingga mampu meningkatkan potensi diri dalam rangka pencegahan bahaya narkoba. Agar dapat diketahui secara luas oleh masyarakat maka hasil pengabdian ini di publikasikan melalui media *online* dan jurnal nasional.

Kata Kunci: Integrasi; Resiliensi; Cegah Narkoba.

Abstract

Prevention of the dangers of drugs needs to be done internally and externally. Internally, teenagers can increase their resilience. After analysis, this situation requires prevention to avoid the risk of drug abuse occurring. In the initial stage of the problem solving method, a study was carried out on the potential for resilience of teenage students and then education was carried out about integration and increasing resilience in the context of preventing the dangers of drugs. The target of this activity was students at SMA Negeri 7 Lhokseumawe City, totaling 103 people. Before the pre-test was carried out, the average score was 50.87; while the post test results showed an increase and a score of 67.9 was obtained. The participants were very enthusiastic in the discussion and listened to the material presented by the resource persons. The output target is the internalization and integration process of increasing resilience in adolescent students in preventing the dangers of drugs. The final result is that students can use their resilience to manage various stressors that occur so that they can increase their potential in order to prevent the dangers of drugs. In order to be widely known by the public, the results of this service are published through online media and national journals.

Keywords: Integration; Resilience; Drug Prevention.

Rekomendasi mensitasi :

Musni, R., Safuwani, S., Fahmi, A., Fina, S. & Safira, A. (2023), Integrasi dan Peningkatan Resiliensi pada Remaja dalam rangka Pencegahan Bahaya Narkoba di SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe. *Gotong Royong : Jurnal Pengabdian, Pembinaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 3 (1): 33-38.

PENDAHULUAN

Saat ini keadaan perekonomian masyarakat menurun dengan cepat, permintaan meningkat, namun pendapatan belum tentu meningkat. Dalam situasi seperti ini, orang tua terkadang memiliki keterbatasan waktu dan uang untuk mengontrol perilaku anak, terutama remaja.

Seiring berjalannya waktu, tantangan dan ancaman akibat risiko sosial yang harus dihadapi remaja semakin besar (Sunarti, dkk, 2018). Ancaman bisa datang dari keluarga, lingkungan sosial, atau media sosial. Perkembangan media teknologi khususnya media sosial juga menjadi salah satu penyebab permasalahan dikalangan remaja. Hal ini didukung oleh data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2011 hingga 2016 yang menunjukkan 7.698 kasus anak berhadapan dengan hukum dan 2.435 kasus anak di dunia pendidikan (pelaku tawuran, pelaku kekerasan di sekolah, dan lainnya). Terdapat pula 1.709 kasus yang melibatkan anak terkait kekerasan, pornografi, dan *cybercrime*. Data ini menunjukkan pentingnya resiliensi remaja untuk melindungi diri mereka dari berbagai perilaku yang dapat membahayakan masa depan mereka (Sunarti, dkk, 2018).

Menurut Santrock (dalam Sora, 2016), masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Usia remaja berkisar antara 10 hingga 22 tahun. Perubahan yang dialami remaja mempengaruhi perkembangan psikologisnya, antara lain perubahan pikiran, emosi, dan perilaku dalam jangka waktu singkat (Santrock, 2007). Selain itu, Hurlock (dalam Sora, <https://jp3km.jurnalp3k.com/index.php/j-p3km>

2016) menjelaskan bahwa keadaan gejala atau ketidakstabilan emosi remaja merupakan hasil dari upaya mereka untuk beradaptasi dengan pola perilaku baru dan ekspektasi sosial baru. Kondisi ini dapat menyebabkan remaja mengalami kemarahan, depresi, dan kesulitan memproses emosi, serta dapat memicu munculnya berbagai permasalahan seperti kesulitan akademik, penyalahgunaan zat, gangguan makan, dan kenakalan remaja.

Penyalahgunaan narkoba yang sering terjadi merupakan masalah narkoba yang berdampak pada banyak aspek masyarakat. Remaja yang sedang mengalami permasalahan psikologis atau ekonomi kemungkinan besar akan terjerumus dalam kebingungan atas permasalahan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan upaya baik secara internal maupun eksternal untuk mencegah remaja terpapar narkoba. Salah satu upaya internal mudah yang dapat dilakukan generasi muda untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi adalah memiliki resiliensi.

Menurut Antari dkk (2023), resiliensi dapat membantu siapa pun mengurangi berbagai dampak negatif. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit kembali dalam mengatasi situasi sulit. Resiliensi dapat dikatakan sebagai kemampuan manusia dalam menghadapi, mengatasi, memperoleh kekuatan, bahkan mencapai perubahan diri setelah mengalami kesakitan (kesulitan). Menurut Siebert (2005), resiliensi mengacu pada kemampuan mengatasi perubahan hidup dengan baik, menjaga kesehatan, mudah pulih dari kesulitan, mengatasi kesulitan, dan beradaptasi dengan kehidupan ketika cara-cara lama tidak lagi sesuai dengan kondisi yang ada. menimbulkan masalah, itu berisiko. Sayangnya, masih banyak

remaja yang belum memahami apa itu resiliensi dan bagaimana resiliensi dapat membantu mereka mengoptimalkan perkembangannya.

Kebanyakan individu adalah makhluk biasa, namun setiap individu memiliki kemungkinan dan kekuatan khusus. Setiap individu tersandung dan jatuh dari waktu ke waktu, namun setiap orang mempunyai kemampuan untuk bangkit kembali dan bergerak maju. Kemampuan tersebut adalah resiliensi (Lisani & Susandari, 2017). Selain itu, Antari dkk (2023) menyatakan bahwa orang yang resilien mampu bertahan dalam tekanan atau kesedihan dan tidak akan menunjukkan suasana hati negatif yang berkepanjangan. Ketika resiliensi seseorang meningkat, ia meningkatkan potensinya, menjadi lebih optimis, berani, dan dewasa secara emosional.

Menurut Desmita (2014) (dalam Katkar, K., dkk (2021), individu resilien memiliki beberapa ciri. Kemampuan melayani orang lain dan menggunakan kecakapan hidup (kemampuan mengambil keputusan yang baik, ketegasan, pengendalian impuls, dan pemecahan masalah), kemampuan bersosialisasi (kemampuan berteman, membentuk hubungan yang positif), rasa humor, locus of control internal, otonomi, pandangan positif terhadap masa depan, fleksibilitas, kemampuan untuk terus belajar, kemampuan untuk mengarahkan diri sendiri, kompetensi pribadi dan harga diri.

Sedangkan aspek yang membangun resiliensi meliputi kemampuan pribadi, standar dan ketekunan yang tinggi, rasa percaya diri, toleransi terhadap emosi negatif dan kekuatan terhadap tekanan, penerimaan positif terhadap perubahan, interaksi sosial yang baik dengan orang lain, serta pengendalian emosi dan

spiritualitas. (Connor & Davidson, 2003 dalam Katkar, K., dkk, 2021). Sedangkan faktor yang mempengaruhi resiliensi ada dua jenis, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan kemampuan yang berasal dari diri sendiri, dan lingkungan merupakan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi resiliensi individu (Herdiani, 2018).

Selain itu, ada tujuh keterampilan lain yang harus dimiliki individu agar memiliki resiliensi. Pertama, seni memahami pikiran negatif yang menghambat kemajuan. Kedua, hindari jebakan keinginan menyalahkan diri sendiri. Ketiga, kenali ketakutan bawah sadar. Keempat, kembangkan keterampilan pemecahan masalah. Kelima, tempatkan masalah pada konteks yang tepat. Keenam, tetap tenang dan fokus saat menghadapi suatu masalah. Ketujuh, segera menerapkan prinsip resiliensi (Reivich & Shatté, 2002, dalam Kurniawan, dkk. 2019).

Namun menurut Mauna, dkk (2021), sangat disayangkan masih banyak generasi muda yang belum memahami apa itu resiliensi dan bagaimana hal tersebut dapat membantu generasi muda mengoptimalkan perkembangannya. Kurangnya resiliensi remaja dapat berdampak negatif terhadap kemampuan mereka dalam mengatur emosi, sehingga mengakibatkan terjadinya kenakalan remaja, seperti perkelahian siswa dan pelaku kekerasan di sekolah.

Kurangnya resiliensi remaja dapat berdampak negatif terhadap kemampuan mereka dalam mengatur emosi, sehingga mengakibatkan terjadinya kenakalan remaja seperti perkelahian siswa, pelaku kekerasan di sekolah, dan penyalahgunaan narkoba. Untuk meminimalisir permasalahan yang muncul maka perlu dilakukan integrasi dan peningkatan

resiliensi remaja khususnya remaja di SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe dalam rangka pencegahan risiko narkoba.

Wawancara dengan kepala SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe mengungkapkan bahwa siswa sekolah tersebut umumnya berasal dari masyarakat sekitar Kecamatan Muara Satu (Batuphat, Rancong dan sekitarnya), dimana hampir 80% diantaranya berasal dari kelas sosial ekonomi rendah). Di sekolah, kedisiplinan dan pola pembelajaran dilaksanakan sesuai kurikulum dan aturan yang berlaku. Namun dalam pengamatan sehari-hari, terkadang ditemukan siswa terlambat masuk kelas, pakaiannya tidak rapi, ada yang bermain, dan ada pula yang merokok walaupun tidak berada di lingkungan sekolah. Analisa singkat menunjukkan bahwa keadaan ini memerlukan pencegahan agar tidak terjadi risiko keterlibatan dalam geng motor, penyalahgunaan narkoba, pornografi, dan lain-lain, yang tidak bermanfaat bagi pembangunan di masa depan. Sehubungan dengan hal tersebut, diperlukan upaya untuk meningkatkan integrasi dan resiliensi generasi muda dalam rangka pencegahan risiko narkoba.

BAHAN DAN METODE PELAKSANAAN

Berikut metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan:

- a) Perencanaan awal, dalam mengelola kegiatan awal, tim melakukan observasi, wawancara dan *Focus Group Discussion* (FGD). Selain dilakukan secara tim, FGD juga dilakukan bersama mitra kerja. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperoleh kesepakatan bersama mengenai permasalahan yang dihadapi mitra dan pelaksanaannya.

- b) Persiapan, langkah-langkah persiapan yang dilakukan adalah:

1. Melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe untuk melaksanakan layanan tersebut. Kegiatan yang dilakukan meliputi observasi terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan sekolah, fasilitas dan sumber daya yang tersedia dalam proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, serta pengurusan perizinan.
2. Melakukan analisis data dan FGD lanjutan bersama tim, termasuk mengidentifikasi jumlah siswa yang mengikuti kegiatan.
3. Bernegosiasi lebih lanjut dengan pihak sekolah mengenai materi, peralatan, lokasi, dan jumlah peserta.
4. Siapkan bahan dan sumber daya sesuai dengan fokus penelitian.

- c) Pelaksanaan kegiatan

1. *pretes*, dilakukan terhadap 103 siswa yang mengikuti kegiatan.
2. Observasi dan wawancara tentang resiliensi siswa secara umum.
3. Secara khusus, memberikan pelatihan untuk meningkatkan integrasi dan resiliensi remaja.
4. Memberikan pendidikan tentang risiko narkoba dan metode pencegahannya.
5. Lakukan beberapa teknik untuk melibatkan siswa dan meningkatkan resiliensi mereka.
6. *Posttes* diakhiri setelah diskusi dan tanya jawab. *Posttest* juga dilakukan dengan soal yang sama dengan *pretest*.
7. Memantau dan melaksanakan pembinaan khususnya mengenai kondisi resiliensi pasca kegiatan.

- d) Evaluasi selain *prates* dilakukan juga kegiatan pasca ujian, evaluasi langsung terhadap materi dan kegiatan untuk kesesuaian, apresiasi dan pesan, serta manfaat bagi siswa.

- e) Perolehan Impact, membandingkan hasil *prates dan posttest* dan penilaian langsung yang diberikan siswa dapat memberikan masukan yang berarti bagi kedua belah pihak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan utamanya adalah sosialisasi/edukasi. Integrasi dan Peningkatan Resiliensi pada Remaja dalam rangka Pencegahan Bahaya Narkoba di SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe, dilaksanakan dengan baik dan dilaksanakan di kampus. Terdapat 103 peserta (siswa) (dari 105 yang sebelumnya menyetujui) didampingi oleh beberapa guru.

Narasumber utama yang disampaikan antara lain kondisi perkembangan remaja rentan narkoba, resiliensi remaja dan teknik sederhana meningkatkan resiliensi remaja di SMA Negeri 7 Lhokseumawe. Peserta sangat antusias mengikuti diskusi dan mendengarkan materi yang disampaikan narasumber.

Pretest dan *posttest* dilakukan untuk mengetahui kemampuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan. Rata-rata hasil *pretest* 103 peserta adalah 50,87 dan hasil *posttest* adalah 67,9. Hasil *posttest* menunjukkan rata-rata peningkatan pengetahuan setelah mendapat pelatihan ini. Pemantauan juga dilakukan untuk menentukan implementasi pemahaman resiliensi untuk mencegah risiko narkoba. Kegiatan ini berlangsung selama dua hari dan menghasilkan evaluasi pelaksanaan yang sangat baik.

Bagi perguruan tinggi seperti Universitas Malikussaleh, kegiatan ini akan memperkuat sosialisasi dan promosi, sehingga perguruan tinggi dapat lebih dikenal masyarakat, memberikan solusi sesuai kebutuhan, dan meningkatkan perjanjian kerjasama (MoA).Menerapkan

kolaborasi (IA) yang dapat meningkatkan KPI universitas.

Bagi tim pelaksana, kegiatan ini berupa peningkatan pemahaman kerjasama dan sosialisasi dengan mitra dan pendukung lainnya. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang sosialisasi di lingkungan sekolah. Bagi pemangku kepentingan, kegiatan ini akan membantu upaya meningkatkan resiliensi siswa dalam mencegah risiko narkoba.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah: a) biasanya kegiatan dilakukan berdasarkan kesepakatan para pihak. b) Antusiasme pimpinan, guru dan siswa terhadap kegiatan sangat baik. c) Rata-rata pengetahuan siswa meningkat sebagai hasil dari *pre* dan *posttes* yang dilakukan. d) Kegiatan tambahan berupa pemantauan dan evaluasi akan dilakukan sesuai kesepakatan para pihak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih, dengan hormat disampaikan kepada Rektor Universitas Malikussaleh, LPPM Universitas Malikussaleh (pimpinan dan anggota), Dekan Fakultas Kedokteran, mitra kerja dalam hal ini Kepala SMA Negeri 7 Kota Lhokseumawe dan seluruh guru, para siswa, tim pengabdian kepada masyarakat dan seluruh pihak yang membantu.

DAFTAR PUSTAKA

Antari, NKW., Jayanti, DMAD., Sanjiwani, AAS. (2023). Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. Volume: 11 No 2, Mei 2023, e-ISSN 2655-8106, p-ISSN2338-2090. FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang bekerjasama dengan PPNI Jawa Tengah

- Herdiani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Kurniawan, Y., Nashori, F., Sulistyarini, I (2019). Terapi Kelompok Pendukung untuk Meningkatkan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Talasemia. *Jurnal Ilmiah Psikologi: PSYMPATHIC*. eISSN: 2502-2903, pISSN: 2356-3591. Volume 6, Nomor 1, 2019: 31-40. DOI: 10.15575/psy.v6i1.4207
- Lisani., Susandari. (2017). Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Pada Penderita Kanker Payudara Pasca Mastektomi di Bandung Cancer Society. *Prosiding Psikologi*, hal 896–903. ISSN: 2460-6448
- Mauna, Akbar, Z., Zakiah, E. (2012). Program Remaja Tangguh untuk Meningkatkan Resiliensi pada Remaja di Desa Kalisapu, Kecamatan Slawi, Kabupaten Tegal, Jawa Tengah. *Sarwahita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol. 18 No. 2 Tahun 2021, hal 128-136, DOI: <https://doi.org/10.21009/sarwahita.182.2>. P-ISSN: 0216-7484. E-ISSN: 2597-8926
- Santrock, J. W. (2007). *Life Span Development*. New York: The Mc. GrawHill Companies
- Siebert, A. (2005). *The Resiliency Advantage: Master Change, Thrive Under Pressure, and Bounce Back from Setbacks*. California: Berret Koehler Publisher, Inc
- Sora, D. S. (2016). *Gambaran Life Skill Siswa SMA di Kota Padang*. Skripsi. Universitas Andalas.
- Sunarti, E., Islamia, I., Rochimah, N., Ulfa, M. (2018). Resiliensi Remaja: Perbedaan Berdasarkan Wilayah, Kemiskinan, Jenis Kelamin, dan Jenis Sekolah. *Jur. Ilm. Kel & Kons*, 11(2), 157-168.