P-ISSN 3026-2097
E- ISSN 3026-1546

Jurnal Pendekar nusantara

Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Vol 4, No 1, Oktober 2026, Hal 50 - 57

DOI : https://doi.org/10.37776/pend.v4i1.2351

PULAU SEHAT JIWA KUAT: PENGUATAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MASYARAKAT PESISIR BELAKANG PADANG

Wilda Fasim Hasibuan[1], Yuditia Prameswari[2], Izura Rochma[3], Cevy Amelia[4] Maryana[5], Rismaida P.A Napitupulu[6], Metha Arisandi[7]

[1,2,3,4,5,6]Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Batam

[1,2,3,4,5,6]Program Studi Psikologi

Email: wilda@univbatam.ac.id

Keywords :
Psychological Well-Being, Psychoeducation, Adolescents, Self-Control, Peer Support

Kata Kunci :
Kesejahteraan Psikologis, Psikoedukasi, Remaja, Self Control, Dukungan Teman Sebaya

Abstract, *Psychological well-being among coastal adolescents is shaped by their ability to regulate themselves, build supportive peer relationships, and make healthy decisions. This community service activity aimed to strengthen students' understanding of psychological well-being, self-control, and assertive skills in responding to negative peer pressure, including invitations to use drugs. The program involved 20 seventh-grade students at SMP Negeri 2 Belakang Padang, a coastal island community, using a participatory psychoeducation method. Activities included a pre-test, ice breaking, material delivery, an interactive quiz, role play, the reflective activity "My Future Shield," and a post-test. Data were analyzed descriptively by comparing conditions before and after the activity. Results showed the average score increased from 44.60 to 46.05, the minimum score rose from 33 to 40, and the standard deviation decreased from 4.988 to 3.187, indicating a more even distribution of understanding. A total of 55% of participants showed a score increase. Participant engagement throughout the activity was very good. The activity strengthened participants' preventive awareness, self-control, and healthy decision-making, and has potential for sustainable development as a school-based psychological well-being program for coastal communities.*

Abstrak, Kesejahteraan psikologis remaja di wilayah pesisir dipengaruhi oleh kemampuan mengendalikan diri, membangun relasi pertemanan yang suportif, dan mengambil keputusan yang sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memperkuat pemahaman siswa tentang kesejahteraan psikologis, self-control, serta keterampilan asertif dalam menghadapi tekanan teman sebaya yang negatif, termasuk ajakan menggunakan narkoba. Program dilaksanakan pada 20 siswa kelas VII SMP Negeri 2 Belakang Padang sebagai bagian dari masyarakat pulau pesisir melalui metode psikoedukasi partisipatif, meliputi pre-test, ice breaking, penyampaian materi, kuis interaktif, role play, aktivitas reflektif "Tameng Masa Depanku", dan post-test. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil menunjukkan rata-rata skor meningkat dari 44,60 menjadi 46,05, nilai minimum naik dari 33 menjadi 40, dan standar deviasi menurun dari 4,988 menjadi 3,187, menandakan pemahaman yang lebih merata. Sebanyak 55% peserta mengalami peningkatan skor. Partisipasi peserta selama kegiatan tergolong sangat baik. Kegiatan ini

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

memperkuat kesadaran preventif, self-control, dan pengambilan keputusan sehat peserta, sehingga berpotensi dikembangkan secara berkelanjutan sebagai program penguatan kesejahteraan psikologis berbasis sekolah di masyarakat pesisir.

1. PENDAHULUAN

Kesejahteraan psikologis merupakan bagian penting dari kualitas hidup masyarakat pesisir, termasuk remaja yang tumbuh di wilayah kepulauan seperti Belakang Padang. Masa remaja adalah periode transisi yang ditandai perubahan biologis, psikologis, dan sosial; pada fase ini individu memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, mudah dipengaruhi lingkungan, dan sedang mencari jati diri. Kondisi tersebut membuat remaja memerlukan dukungan untuk mengenali emosi, mengelola dorongan, membangun relasi yang sehat, dan mengambil keputusan yang bertanggung jawab.

Tantangan terhadap kesejahteraan psikologis remaja dapat muncul dari berbagai perilaku berisiko, salah satunya penyalahgunaan narkoba. Penyalahgunaan narkoba tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan mental, fungsi kognitif, prestasi akademik, dan hubungan sosial. Di Indonesia, survei BNN bersama BRIN menunjukkan prevalensi penyalahgunaan narkotika tahun 2023 mencapai 1,73% atau sekitar 3,33 juta penduduk usia 15-64 tahun, dengan sekitar 312 ribu di antaranya remaja (BNN, 2023). Data ini menegaskan pentingnya upaya penguatan faktor pelindung psikologis sejak usia sekolah.

Psikoedukasi tentang perilaku hidup sehat dan bahaya narkoba dapat meningkatkan pengetahuan remaja sekaligus menjadi upaya preventif dalam menjaga kesejahteraan psikologis. Kurangnya pengetahuan mengenai risiko narkoba, dampak penyalahgunaan, dan kemampuan menghadapi pengaruh negatif dari lingkungan dapat meningkatkan kerentanan remaja. Karena itu, edukasi yang sesuai dengan usia peserta penting untuk membentuk sikap positif, kesadaran diri, dan perilaku hidup sehat.

Selain pengetahuan, self-control berperan penting dalam kesejahteraan psikologis remaja. Individu dengan pengendalian diri yang baik cenderung mampu mempertimbangkan konsekuensi tindakan, mengelola dorongan sesaat, serta berani menolak ajakan negatif. Sebaliknya, self-control yang rendah dan pengaruh teman sebaya yang negatif dapat meningkatkan risiko keterlibatan dalam perilaku yang merugikan diri. Studi Ivaniushina dan Titkova (2021) menunjukkan hubungan antara rendahnya self-control, pergaulan dengan teman sebaya pengguna zat, dan frekuensi penggunaan zat pada remaja.

Hasil observasi awal dan koordinasi dengan SMP Negeri 2 Belakang Padang menunjukkan bahwa siswa kelas VII, sebagai remaja awal di lingkungan pesisir, masih membutuhkan penguatan untuk memahami kesejahteraan psikologis, bahaya penyalahgunaan narkoba, pentingnya self-control, dan keterampilan menolak ajakan negatif. Sebagian peserta telah mengenal istilah narkoba, tetapi pemahaman mengenai dampak, faktor risiko, strategi pencegahan, serta cara menjaga diri dan relasi pertemanan yang sehat masih perlu ditingkatkan.

Salah satu bentuk intervensi yang relevan adalah psikoedukasi partisipatif. Psikoedukasi memadukan pemberian informasi, diskusi, tanya jawab, dan aktivitas reflektif untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong perubahan perilaku. Dalam penguatan kesejahteraan psikologis, kegiatan ini tidak hanya menyampaikan informasi mengenai bahaya narkoba, tetapi juga membantu remaja memahami situasi berisiko, mengenali dukungan yang tersedia, dan melatih keterampilan menghadapi tekanan lingkungan. Penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi dan edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran remaja dalam pencegahan penyalahgunaan narkoba (Ardi Ferdiarto & Rusyid Affandi Psikologi, n.d. 2025).

Kegiatan penguatan kesejahteraan psikologis diharapkan menjadi ruang belajar bagi remaja untuk mengenali risiko, mempertimbangkan konsekuensi keputusan, memilih pergaulan yang positif, serta mengembangkan keberanian untuk menyampaikan penolakan secara asertif. Dengan demikian, pencegahan penyalahgunaan narkoba diposisikan sebagai salah satu bagian dari upaya menjaga

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

kesehatan mental, relasi sosial, dan masa depan remaja di masyarakat pesisir.

Berdasarkan kondisi tersebut, mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Batam melaksanakan psikoedukasi bagi siswa kelas VII SMP Negeri 2 Belakang Padang. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman peserta tentang kesejahteraan psikologis dan bahaya narkoba, memperkuat self-control, meningkatkan keterampilan menghadapi pengaruh negatif teman sebaya secara asertif, serta menumbuhkan kesadaran untuk membangun gaya hidup sehat. Melalui kegiatan ini, peserta diharapkan memiliki pengetahuan dan keterampilan praktis yang dapat diterapkan sehari-hari untuk menjaga diri, membangun relasi positif, dan mengambil keputusan yang mendukung masa depan mereka.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Belakang Padang, Kecamatan Belakang Padang, Kota Batam, Kepulauan Riau, pada 21 Juli 2026. Sasaran kegiatan adalah 20 siswa kelas VII yang dipilih melalui koordinasi dengan pihak sekolah. Peserta merupakan bagian dari remaja yang tumbuh di lingkungan masyarakat pulau pesisir Belakang Padang.

Program menggunakan metode psikoedukasi dengan pendekatan partisipatif yang menggabungkan penyampaian informasi, diskusi, permainan edukatif, simulasi, dan refleksi. Pendekatan ini dipilih untuk menguatkan pemahaman peserta tentang kesejahteraan psikologis, keterampilan pengendalian diri, dan pengambilan keputusan sehat melalui pengalaman belajar yang interaktif.

Kondisi awal menunjukkan bahwa peserta didik berada pada fase remaja awal yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, terutama teman sebaya. Pemahaman mengenai kesejahteraan psikologis, bahaya penyalahgunaan narkoba, self-control, serta keterampilan menolak ajakan negatif masih perlu diperkuat. Kegiatan dirancang sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran diri, dan kemampuan peserta menjaga kesehatan psikologis dalam kehidupan sehari-hari.

Tahapan kegiatan diawali dengan pre-test untuk mengidentifikasi pengetahuan awal peserta mengenai kesejahteraan psikologis, narkoba, self-control, dan pengaruh teman sebaya. Selanjutnya dilakukan ice breaking melalui permainan tebak gambar untuk membangun suasana belajar yang aktif. Materi yang disampaikan mencakup pengertian kesejahteraan psikologis, pentingnya menjaga diri dan relasi sosial, pengertian serta dampak narkoba, faktor risiko, konsep dan cara meningkatkan self-control, pengaruh teman sebaya, strategi menolak ajakan negatif, peran keluarga, sekolah, dan masyarakat, serta gaya hidup sehat.

Untuk memperkuat pemahaman peserta, kegiatan dilanjutkan dengan kuis interaktif sesuai materi. Peserta kemudian mengikuti role play tentang cara merespons ajakan negatif secara asertif sebagai latihan keterampilan menghadapi situasi berisiko. Setelah itu, peserta mengikuti aktivitas reflektif "Tameng Masa Depanku", yaitu menuliskan cita-cita, orang yang disayangi, dan alasan menjaga diri dari perilaku yang merugikan, termasuk narkoba. Kegiatan diakhiri dengan post-test.

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan meliputi lembar *pre-test* dan *post-test*, media presentasi berupa *PowerPoint*, LCD proyektor, laptop, lembar kertas "Tameng Masa Depanku", alat tulis, hadiah kuis, serta kamera atau telepon genggam untuk dokumentasi kegiatan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta, serta observasi langsung terhadap partisipasi dan respons selama kegiatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan berdasarkan hasil evaluasi dan observasi proses psikoedukasi.

Target kegiatan adalah meningkatnya pemahaman peserta tentang kesejahteraan psikologis, bahaya penyalahgunaan narkoba, dan pentingnya self-control dalam pengambilan keputusan; meningkatnya kemampuan mengenali serta menghadapi pengaruh negatif teman sebaya; dan tumbuhnya keberanian menyampaikan penolakan secara asertif. Peserta juga diharapkan memiliki motivasi lebih kuat untuk menjaga kesehatan psikologis, memilih lingkungan pergaulan positif, dan mewujudkan cita-cita melalui gaya hidup sehat.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

Kegiatan psikoedukasi penguatan kesejahteraan psikologis dilaksanakan pada 21 Juli 2026 di SMP Negeri 2 Belakang Padang dengan melibatkan 20 siswa kelas VII sebagai peserta. Rangkaian kegiatan terdiri atas pre-test, permainan tebak gambar, penyampaian materi, kuis interaktif, role play, aktivitas reflektif "Tameng Masa Depanku", post-test, dan dokumentasi. Seluruh tahapan terlaksana sesuai rencana tanpa kendala berarti.

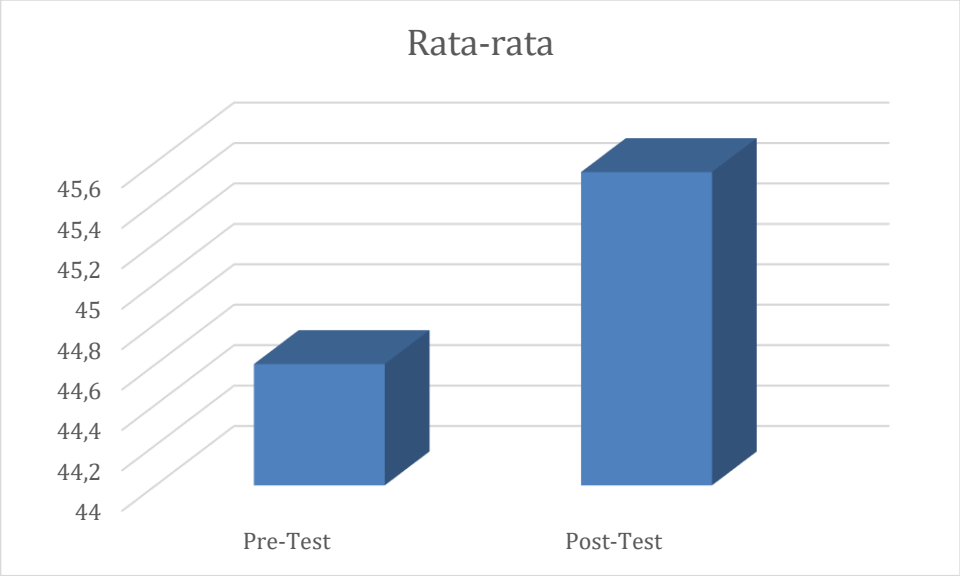
Sebelum kegiatan dimulai, peserta mengerjakan pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal tentang kesejahteraan psikologis, bahaya narkoba, pengaruh teman sebaya, self-control, dan strategi menolak ajakan negatif. Observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah mengenal istilah narkoba, tetapi masih membutuhkan penguatan mengenai cara menjaga diri, mengelola pengaruh teman sebaya, dan mengambil keputusan yang sehat.

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif *Pre-Test* dan *Post-Test*

Pengukuran	N	Rata-rata	Standar Deviasi	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Pre-Test	20	44,60	4,988	33	50
Post-Test	20	46,05	3,187	40	50

Berdasarkan Tabel 1, rata-rata skor peserta meningkat dari 44,60 pada pre-test menjadi 46,05 pada post-test. Nilai minimum juga meningkat dari 33 menjadi 40, sedangkan standar deviasi menurun dari 4,988 menjadi 3,187. Hasil ini menunjukkan kecenderungan peningkatan pemahaman peserta mengenai materi kesejahteraan psikologis, self-control, dan pencegahan perilaku berisiko, serta penyebaran skor yang lebih merata setelah kegiatan.

Setelah Tabel 1, grafik perbandingan rata-rata dapat ditempatkan dengan keterangan berikut:



Gambar 1. Perbandingan Rata-rata Skor Pre-Test dan Post-Test Peserta

Selain membandingkan nilai rata-rata, perubahan skor setiap peserta juga dianalisis untuk melihat jumlah peserta yang mengalami peningkatan, memperoleh nilai tetap, atau mengalami

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

penurunan.

Tabel 2. Perubahan Skor Pre-Test dan Post-Test Peserta

Perubahan Skor	Jumlah Peserta	Persentase
Meningkat	11	55%
Tetap	5	25%
Menurun	4	20%
Total	**20**	**100%**

Sebanyak 55% peserta mengalami peningkatan skor setelah mengikuti psikoedukasi. Selain itu, 25% peserta memperoleh skor tetap dan 20% mengalami penurunan skor. Secara keseluruhan, total skor peserta meningkat dari 892 menjadi 921.

3.2 PARTISIPASI PESERTA SELAMA KEGIATAN

Selama kegiatan berlangsung peserta menunjukkan partisipasi yang sangat baik. Seluruh peserta mengikuti setiap tahapan, dari pre-test hingga post-test. Pada sesi penyampaian materi, peserta aktif menjawab pertanyaan dan berdiskusi tentang kesejahteraan psikologis, bahaya narkoba, pengaruh teman sebaya, dan pentingnya self-control.

Pada sesi kuis interaktif peserta antusias menjawab pertanyaan dan memperoleh hadiah. Kegiatan role play berlangsung baik; peserta mampu mempraktikkan cara merespons ajakan negatif secara asertif. Melalui aktivitas "Tameng Masa Depanku", peserta menuliskan cita-cita, orang yang disayangi, serta alasan pribadi untuk menjaga diri dan kesejahteraan psikologis. Beberapa peserta secara sukarela membacakan hasil refleksinya di depan kelas.

3.3 DAMPAK KEGIATAN

Berdasarkan observasi dan evaluasi pre-test serta post-test, kegiatan memberi dampak positif terhadap peserta. Peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang kesejahteraan psikologis, bahaya narkoba, self-control, pengaruh teman sebaya, dan strategi merespons ajakan negatif. Aktivitas "Tameng Masa Depanku" membantu peserta menghubungkan pilihan hidup sehat dengan cita-cita, relasi yang bermakna, dan masa depan mereka.

Pendekatan partisipatif mendorong peserta lebih aktif dalam proses belajar. Kombinasi materi, permainan edukatif, kuis, simulasi, dan refleksi membuat peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi memperoleh pengalaman langsung untuk mengenali situasi berisiko, mengekspresikan pendapat, dan memilih respons yang lebih sehat.

Inovasi kegiatan berupa aktivitas reflektif "Tameng Masa Depanku" membantu peserta mengaitkan materi dengan tujuan hidup dan sumber dukungan pribadi. Peserta menuliskan cita-cita, orang yang disayangi, serta alasan menjaga diri dari perilaku berisiko. Aktivitas ini menjadikan pesan kesejahteraan psikologis dan pencegahan lebih personal serta mudah diingat.

3.4 PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa psikoedukasi penguatan kesejahteraan psikologis memberikan kecenderungan perubahan positif pada skor peserta. Rata-rata skor meningkat dari 44,60 menjadi 46,05, dengan kenaikan 1,45 poin. Nilai minimum meningkat dari 33 menjadi 40, sementara standar deviasi menurun dari 4,988 menjadi 3,187. Secara individual, 11 peserta (55%) mengalami peningkatan, 5 peserta (25%) memperoleh skor tetap, dan 4 peserta (20%) mengalami penurunan. Temuan ini menunjukkan penguatan pemahaman peserta mengenai perilaku hidup sehat, self-control, dan kemampuan menghadapi pengaruh teman sebaya.

Peningkatan skor tidak terlalu besar karena sebagian besar peserta telah memiliki pengetahuan awal yang cukup tinggi. Rata-rata pre-test mencapai 44,60 dari skor maksimal 50 atau sekitar 89,2%. Kondisi ini menunjukkan ruang peningkatan yang relatif terbatas (ceiling effect). Karena itu, psikoedukasi terutama berperan memperkuat pemahaman yang sudah ada dan mengaitkannya dengan keterampilan menjaga kesejahteraan psikologis sehari-hari.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Secara deskriptif, kecenderungan peningkatan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian Asri et al. (2023), yang menggunakan penyuluhan interaktif, ceramah, dan tanya jawab kepada pelajar serta memperoleh peningkatan pengetahuan mengenai definisi, jenis, dampak, dan bahaya penyalahgunaan narkoba. Temuan tersebut menunjukkan bahwa informasi yang disesuaikan dengan usia peserta dapat mendukung remaja memahami risiko dan mengambil pilihan yang lebih sehat.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian Ferdiarto et al. (n.d.) yang menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pencegahan penyalahgunaan narkoba. Dalam konteks kegiatan ini, pencegahan tersebut dipahami sebagai bagian dari penguatan kesejahteraan psikologis. Perbedaan besarnya peningkatan hasil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan awal, jumlah peserta, karakteristik sasaran, materi, serta durasi kegiatan.

Pendekatan partisipatif merupakan salah satu kekuatan program. Psikoedukasi tidak hanya dilakukan melalui penyampaian materi, tetapi juga ice breaking, diskusi, kuis interaktif, role play, dan refleksi "Tameng Masa Depanku". Kombinasi ini mengurangi pola pembelajaran satu arah dan memberi kesempatan peserta terlibat secara kognitif, emosional, dan sosial. Kajian Lize et al. (2017) menunjukkan program pencegahan berbasis sekolah yang interaktif lebih efektif daripada ceramah semata karena memberi ruang bagi pengembangan keterampilan dan interaksi aktif.

Sesi role play menghubungkan pengetahuan dengan keterampilan praktis. Peserta tidak hanya memperoleh informasi tentang perilaku berisiko, tetapi juga berlatih menghadapi ajakan negatif dari teman sebaya. Melalui simulasi, peserta dapat mempraktikkan komunikasi asertif, menyampaikan penolakan dengan tegas, memberi alasan yang jelas, menjauh dari situasi berisiko, dan mencari dukungan dari orang dewasa yang dipercaya. Keterampilan ini mendukung rasa aman dan kesejahteraan psikologis remaja.

Penekanan terhadap pengaruh teman sebaya sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja. Penerimaan kelompok dan hubungan pertemanan berperan besar dalam pembentukan sikap serta perilaku. Ivaniushina dan Titkova (2021) menunjukkan bahwa perilaku penggunaan zat pada remaja berkaitan dengan proses pengaruh dan pemilihan teman sebaya. Oleh karena itu, penguatan kesejahteraan psikologis perlu membekali siswa dengan self-control, kemampuan mengambil keputusan, keberanian menolak tekanan kelompok, dan keterampilan memilih lingkungan pergaulan yang sehat.

Materi self-control membantu peserta memahami pentingnya mempertimbangkan konsekuensi sebelum mengambil keputusan. Pengendalian diri berperan ketika remaja menghadapi rasa ingin tahu, kebutuhan diterima kelompok, atau situasi emosional yang dapat mengarahkan pada perilaku berisiko. Pendekatan ini penting karena penguatan kesejahteraan psikologis tidak hanya menekankan informasi, tetapi juga keterampilan mengelola diri dalam kehidupan sehari-hari.

Aktivitas "Tameng Masa Depanku" memperkuat aspek reflektif. Peserta menghubungkan pilihan menjaga diri dari narkoba dan perilaku berisiko dengan cita-cita, orang yang disayangi, dan alasan pribadi untuk hidup sehat. Aktivitas ini mengubah materi umum menjadi lebih personal sehingga dapat memperkuat motivasi internal, harapan, dan orientasi masa depan peserta.

Partisipasi peserta tergolong sangat baik. Seluruh peserta mengikuti tahapan kegiatan dari pre-test sampai post-test; pada sesi diskusi dan kuis, mereka aktif menjawab pertanyaan serta menyampaikan pendapat. Pada role play, peserta mampu mempraktikkan respons asertif terhadap ajakan negatif, sedangkan pada aktivitas "Tameng Masa Depanku", beberapa peserta membacakan hasil refleksinya. Tingginya partisipasi menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif menciptakan suasana belajar yang aktif dan mendukung.

Dampak kegiatan tidak hanya terlihat pada peningkatan skor evaluasi, tetapi juga keterlibatan peserta selama pembelajaran. Peserta menunjukkan pemahaman lebih baik mengenai bahaya narkoba, self-control, dan cara menghadapi tekanan teman sebaya. Melalui refleksi, peserta menghubungkan keputusan sehari-hari dengan cita-cita dan masa depan. Kondisi ini menunjukkan manfaat kegiatan pada pengetahuan, kesadaran preventif, dan aspek psikologis remaja.

Penggunaan aktivitas reflektif "Tameng Masa Depanku" yang dipadukan dengan role play dan kuis interaktif menjadi inovasi kegiatan. Kombinasi ini memberi pengalaman belajar yang bermakna karena peserta menerima informasi, mempraktikkan keterampilan respons asertif, dan mengaitkan materi dengan tujuan hidup. Pendekatan tersebut mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan perilaku dalam penguatan kesejahteraan psikologis.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, antara lain jumlah peserta relatif sedikit, pelaksanaan satu kali pertemuan, dan evaluasi segera setelah kegiatan sehingga belum menggambarkan keberlanjutan perubahan pengetahuan, keterampilan, maupun kesejahteraan psikologis peserta dalam jangka panjang.
Program serupa disarankan dilakukan berkelanjutan melalui beberapa sesi dengan melibatkan guru, orang tua, dan pihak terkait di masyarakat pesisir. Penguatan dukungan sosial di sekolah, keluarga, dan lingkungan sekitar dapat membantu mempertahankan pengetahuan, self-control, serta keterampilan menghadapi pengaruh teman sebaya. Evaluasi lanjutan juga diperlukan untuk melihat keberlanjutan dampak program.
Secara keseluruhan, psikoedukasi ini memperkuat pengetahuan dan kesadaran preventif peserta mengenai perilaku berisiko serta mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Pendekatan partisipatif melalui materi, kuis, role play, dan refleksi meningkatkan keterlibatan peserta. Meskipun peningkatan skor belum besar, kegiatan ini berpotensi dikembangkan sebagai edukasi kesehatan psikologis berbasis sekolah bagi masyarakat pesisir Belakang Padang.

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui psikoedukasi penguatan kesejahteraan psikologis di SMP Negeri 2 Belakang Padang terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang ditetapkan. Kegiatan memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai kesejahteraan psikologis, bahaya penyalahgunaan narkoba, pentingnya self-control dalam mengambil keputusan, serta kemampuan menghadapi pengaruh negatif teman sebaya. Peningkatan terlihat pada kenaikan rata-rata skor post-test dibandingkan pre-test, nilai minimum yang meningkat, dan penyebaran skor yang lebih merata.

Keberhasilan kegiatan didukung metode psikoedukasi partisipatif yang mengombinasikan materi, diskusi, permainan edukatif, kuis interaktif, role play, dan aktivitas reflektif "Tameng Masa Depanku". Rangkaian ini menciptakan suasana belajar aktif dan menyenangkan sehingga peserta memperoleh pengetahuan sekaligus kesempatan melatih komunikasi asertif, pengambilan keputusan, dan motivasi menjaga diri demi mewujudkan cita-cita. Tingginya partisipasi menunjukkan kesesuaian pendekatan dengan karakteristik remaja awal di lingkungan pesisir.

Kegiatan ini bermanfaat sebagai upaya promotif dan preventif untuk memperkuat kesejahteraan psikologis remaja di lingkungan sekolah. Walaupun peningkatan skor pengetahuan tidak besar karena pengetahuan awal peserta cukup baik, program mampu memperkuat pemahaman, kesadaran preventif, dan perilaku hidup sehat. Psikoedukasi partisipatif berpotensi dikembangkan secara berkelanjutan sebagai bagian dari penguatan kesehatan psikologis dan lingkungan sosial yang suportif di masyarakat pesisir Belakang Padang.

SARAN

Program psikoedukasi serupa disarankan dilaksanakan berkelanjutan melalui beberapa sesi agar penguatan kesejahteraan psikologis, self-control, dan keterampilan menghadapi pengaruh teman sebaya dapat berkembang lebih mendalam serta bertahan lama. Pelaksanaan juga sebaiknya melibatkan guru, orang tua, tokoh masyarakat, dan pihak terkait sebagai dukungan untuk membangun lingkungan pesisir yang kondusif bagi perkembangan remaja.

Evaluasi lanjutan jangka menengah dan panjang perlu dilakukan untuk mengetahui keberlanjutan perubahan pengetahuan, sikap, keterampilan, dan kesejahteraan psikologis peserta. Kegiatan berikutnya dapat melibatkan peserta lebih besar, sekolah dengan karakteristik berbeda, serta unsur masyarakat pesisir yang lebih luas agar manfaat program dapat dievaluasi secara lebih menyeluruh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala SMP Negeri 2 Belakang Padang beserta seluruh guru dan siswa kelas VII yang telah memberikan dukungan, kerja sama, serta berpartisipasi aktif selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Batam melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang telah

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

memfasilitasi terselenggaranya kegiatan, serta kepada seluruh anggota tim KKN dan pihak-pihak yang telah memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak memperoleh pendanaan khusus dari lembaga pemerintah, komersial, maupun organisasi nirlaba.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan dalam pelaksanaan kegiatan maupun penyusunan artikel ini. Seluruh proses perencanaan, pelaksanaan, analisis data, hingga penyusunan naskah dilakukan secara independen tanpa adanya pengaruh dari pihak mana pun yang berpotensi menimbulkan konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

Asri, Y., Priasmoro, D. P., Indari, Patria, D. K. A., Aminah, T., & Koesrini, J. (2023). Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Narkoba Pada Remaja. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(3), 223–230. https://doi.org/10.58545/djpm.v2i3.187

BNN, O. H. (2023, November 29). BNN RI Selenggarakan Uji Publik Hasil Pengukuran Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba Tahun 2023. https://bnn.go.id/bnn-ri-selenggarakan-uji-publik-hasil-pengukuran-prevalensi-penyalahgunaan-narkoba-tahun-2023/

Ferdiarto, M. A., Ghozali, R., Affandi, S., & Psi, M. A. (n.d.). PERANAN PSIKOEDUKASI SELF-DEVELOPMENT UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DALAM PENCEGAHAN PENYALAHGUNAAN NARKOBA PADA SISWA SMK. *Proceedings of Symposium*, *3*, 2025.

Ivaniushina, V., & Titkova, V. (2021). Peer influence in adolescent drinking behavior: A meta-analysis of stochastic actor-based modeling studies. *PLoS ONE*, *16*(4 April). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250169

Lize, S. E., Iachini, A. L., Tang, W., Tucker, J., Seay, K. D., Clone, S., DeHart, D., & Browne, T. (2017). A Meta-analysis of the Effectiveness of Interactive Middle School Cannabis Prevention Programs. *Prevention Science*, *18*(1), 50–60. https://doi.org/10.1007/s11121-016-0723-7

Prevalensi Narkoba di Indonesia 2023 | PDF. (n.d.). Scribd. Retrieved August 5, 2026, from https://id.scribd.com/document/873232854/Infografis-Survei-Nasional-Penyalahgunaan-Narkoba-2023n

World Drug Report 2023. (n.d.). United Nations : Office on Drugs and Crime. Retrieved August 7, 2026, from //www.unodc.org/unodc/en/data-and-analysis/world-drug-report-2023.html

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.