



## Tekanan Teman Sebaya dan Strategi Edukatif Psikologis dalam Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba di Kalangan Remaja

Aviva Leonisa<sup>1\*</sup>, Velista Joyselin Kurniawan<sup>2</sup> & Gita Azzahra<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia, [aviva.705220387@stu.untar.ac.id](mailto:aviva.705220387@stu.untar.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia, [velista.705220251@stu.untar.ac.id](mailto:velista.705220251@stu.untar.ac.id)

<sup>3</sup>Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia, [gita.705220454@stu.untar.ac.id](mailto:gita.705220454@stu.untar.ac.id)

\*Corresponding Author: [aviva.705220387@stu.untar.ac.id](mailto:aviva.705220387@stu.untar.ac.id)<sup>1</sup>

**Abstract:** *Drug abuse among adolescents is an increasingly worrying national problem, with younger users. This article examines adolescents' vulnerability factors to drugs, in particular peer pressure as the main psychological aspect, as well as educational and psychological strategies as preventive measures. The method used is descriptive qualitative through literature studies and field observations in the community service program with BNN North Jakarta. The results of the analysis showed that peer pressure played a significant role in the onset of drug abuse. Educational approaches based on strengthening life skills, increasing self-efficacy, and strengthening assertive abilities are effective in shaping adolescents' resilience to negative influences. The active role of families, schools, and government institutions such as BNN is a key factor in the success of prevention. Preventive strategies that are in accordance with adolescent characteristics can increase self-resilience and reduce the rate of drug abuse among the younger generation.*

**Keywords:** *rug abuse, adolescents, peer pressure, prevention, psychological education, life skills, self-efficacy, BNN*

**Abstrak:** Penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja merupakan permasalahan nasional yang semakin mengkhawatirkan, dengan usia pengguna yang semakin muda. Artikel ini mengkaji faktor-faktor kerentanan remaja terhadap narkoba, khususnya tekanan teman sebaya sebagai aspek psikologis utama, serta strategi edukatif dan psikologis sebagai upaya pencegahan. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif melalui studi pustaka dan pengamatan lapangan dalam program pengabdian masyarakat bersama BNN Jakarta Utara. Hasil analisis menunjukkan bahwa tekanan teman sebaya berperan signifikan dalam awal penyalahgunaan narkoba. Pendekatan edukatif berbasis penguatan keterampilan hidup, peningkatan self-efficacy, dan penguatan kemampuan asertif efektif membentuk ketahanan remaja terhadap pengaruh negatif. Peran aktif keluarga, sekolah, dan lembaga pemerintah seperti BNN menjadi faktor kunci dalam keberhasilan pencegahan. Strategi preventif yang sesuai dengan karakteristik remaja dapat meningkatkan ketahanan diri dan menekan angka penyalahgunaan narkoba di kalangan generasi muda.

---

**Kata Kunci:** penyalahgunaan narkoba, remaja, tekanan teman sebaya, pencegahan, edukasi psikologis, keterampilan hidup, self-efficacy, BNN

---

## PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja telah menjadi isu nasional yang semakin memprihatinkan dalam dua dekade terakhir (World Health Organization, 2021; Sussman & Arnett, 2014). Remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam masa transisi penting dari kanak-kanak menuju dewasa, di mana proses pencarian jati diri, kebutuhan untuk diterima secara sosial, serta eksplorasi terhadap lingkungan menjadi sangat dominan (Santrock, 2016). Fase remaja ditandai dengan perubahan neurobiologis yang signifikan, khususnya pada sistem limbik yang berperan dalam pemrosesan emosi dan reward-seeking behavior (Steinberg, 2013; Casey et al., 2019). Pada fase ini, remaja rentan terhadap berbagai bentuk tekanan eksternal, terutama dari lingkungan sosial terdekatnya, seperti kelompok sebaya. Salah satu bentuk tekanan yang paling umum dan signifikan adalah peer pressure atau tekanan teman sebaya, yaitu kondisi ketika individu merasa terdorong untuk mengikuti perilaku, sikap, atau nilai-nilai kelompok demi mendapatkan penerimaan atau menghindari penolakan sosial (Yuliana & Saputra, 2020). Dalam konteks penyalahgunaan narkoba, tekanan teman sebaya seringkali menjadi faktor awal yang mendorong seorang remaja untuk mencoba zat terlarang meskipun secara pribadi memiliki resistensi atau nilai yang bertentangan.

Menurut data (Badan Narkotika Nasional BNN, 2023), terdapat peningkatan prevalensi penggunaan narkoba pada usia remaja, dengan usia pengguna pertama kali yang terus menurun hingga menyentuh kelompok usia siswa sekolah dasar. Temuan ini sejalan dengan laporan dari United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC, 2022) yang menekankan bahwa tren global menunjukkan peningkatan konsumsi narkoba pada kelompok usia muda, dengan risiko jangka panjang terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial. (Squeglia et al. 2009) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa penggunaan zat adiktif di usia remaja dapat mengganggu perkembangan otak, terutama pada area prefrontal cortex yang berperan dalam pengambilan keputusan, kontrol impuls, dan regulasi emosi. Studi neuroimaging terbaru oleh (Luciana et al, 2018) dan (Heitzeg et al, 2015) juga menunjukkan bahwa substansi adiktif dapat mengalterasi struktur dan fungsi otak remaja secara permanen, berdampak pada kemampuan kognitif dan regulasi perilaku.

Penelitian lain oleh (Maxwell, 2002) menegaskan bahwa tekanan teman sebaya merupakan prediktor kuat dalam perilaku berisiko remaja, termasuk penyalahgunaan zat. Dalam konteks ini, konformitas sosial menjadi mekanisme psikologis utama yang memperkuat perilaku penyimpangan, di mana individu menyesuaikan diri terhadap kelompok demi menghindari pengucilan atau mendapatkan pengakuan. Remaja dengan tingkat self-esteem rendah dan keterampilan sosial yang terbatas akan lebih rentan terhadap pengaruh negatif ini. (Bandura, 1997) dalam teorinya tentang self-efficacy menekankan pentingnya keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menghindari perilaku negatif, termasuk tekanan untuk menggunakan narkoba.

Meskipun upaya preventif telah dilakukan oleh berbagai pihak, seperti sekolah, keluarga, dan lembaga negara, efektivitas program pencegahan masih menghadapi tantangan dalam menjangkau aspek psikologis dan sosial remaja secara holistik (Faggiano et al, 2014). Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga memberdayakan remaja dengan keterampilan hidup (life skills) seperti kemampuan komunikasi asertif, pengambilan keputusan yang tepat, dan pengelolaan tekanan sosial. Strategi ini telah terbukti efektif dalam berbagai penelitian, termasuk oleh (Botvin et al,

2001) melalui program Life Skills Training, yang secara signifikan menurunkan prevalensi penggunaan zat di kalangan siswa.

Dalam upaya memberikan kontribusi terhadap pencegahan penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja, artikel ini mengangkat tema tekanan teman sebaya sebagai fokus utama, dengan meninjau dari perspektif psikologi dan edukasi. Melalui analisis literatur dan pengalaman implementasi program edukatif bersama BNN Jakarta Utara, artikel ini bertujuan mengidentifikasi bentuk tekanan sosial yang dialami remaja, serta menawarkan strategi pencegahan berbasis pendekatan psikologis dan edukatif yang relevan dan aplikatif dalam konteks sekolah dan keluarga.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui studi pustaka dan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk edukasi pencegahan narkoba yang dilaksanakan di beberapa sekolah menengah atas di wilayah Jakarta Utara. Data diperoleh dari observasi langsung, wawancara informal, serta dokumentasi kegiatan edukatif bekerja sama dengan BNN Jakarta Utara. Analisis dilakukan dengan pendekatan tematik terhadap isu-isu yang diangkat dari hasil kegiatan serta literatur yang relevan.

Pelaksanaan proyek kemanusiaan ini diawali dengan proses perencanaan program yang dilakukan secara internal oleh tim mahasiswa. Proses ini mencakup identifikasi masalah sosial yang relevan, dalam hal ini penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja, serta penyusunan konsep kegiatan yang akan dilakukan di lingkungan sekolah. Setelah konsep dasar tersusun, tahap selanjutnya adalah melakukan koordinasi dan diskusi dengan pihak instansi terkait, khususnya Badan Narkotika Nasional (BNN) Jakarta Utara, serta dosen pembimbing untuk mendapatkan masukan dan pengesahan program. Dalam diskusi tersebut, disepakati bahwa program akan mengusung tema “Tekanan Teman Sebaya: Cara Bijak Menolak”, dengan pendekatan edukatif dan partisipatif.

Langkah berikutnya adalah penyusunan materi edukatif dan pengadaan perlengkapan teknis. Materi yang disiapkan mencakup paparan tentang jenis-jenis narkoba, dampak penggunaannya, serta strategi menolak ajakan teman sebaya secara asertif. Selain itu, dipersiapkan alat bantu seperti poster, permainan edukatif, dan media presentasi. Kemudian, tim melakukan koordinasi dengan Suku Dinas Pendidikan Jakarta Utara untuk menentukan sekolah sasaran dan menjadwalkan kegiatan. Sosialisasi dilakukan melalui pertemuan resmi antara pihak BNN, Dinas Pendidikan, dan kepala sekolah dari berbagai SMP yang menjadi target kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan edukatif dilakukan di lima sekolah, yaitu SMPN 55, SMPN 65, SMPN 95, SMP Barunawati, dan SMP Yanindo, dengan format kegiatan selama dua hari untuk setiap sekolah. Hari pertama terdiri dari sesi pemaparan materi dan role playing, sementara hari kedua diisi dengan pembuatan poster anti-narkoba dan talkshow bersama praktisi BNN. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah interaktif, simulasi, diskusi kelompok, permainan edukatif, dan evaluasi pemahaman melalui pre test dan post-test.

Program ini juga mencakup pengumpulan dan analisis data untuk mengevaluasi efektivitas intervensi. Data diperoleh dari hasil pre-test dan post-test siswa serta observasi keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung. Selain kegiatan di sekolah, tim mahasiswa juga berpartisipasi aktif dalam kegiatan di kantor BNN Jakarta Utara, termasuk menyusun konten edukasi digital dan membantu pelaksanaan program-program internal BNN yang berkaitan dengan pencegahan penyalahgunaan narkoba.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah: (a) Metode ceramah, digunakan oleh narasumber dari tim mahasiswa dan BNN untuk menjelaskan konsep-konsep dasar mengenai narkoba, dampaknya terhadap remaja, serta pentingnya kemampuan asertif dalam

menolak ajakan negatif; (b) Metode diskusi dan tanya jawab, digunakan untuk memperdalam pemahaman siswa mengenai materi yang disampaikan dan memberi ruang partisipasi aktif dalam mengemukakan pandangan serta pengalaman pribadi; (c) Metode pelatihan keterampilan sosial, khususnya teknik menolak ajakan negatif secara asertif, dilakukan melalui role playing dan simulasi dalam kelompok; (d) Metode kampanye kreatif, seperti pembuatan poster dan penyampaian pesan anti-narkoba melalui media visual, yang bertujuan memperkuat pesan edukatif dan mendorong ekspresi diri siswa.

Kegiatan ini dilakukan dalam empat tahap utama, yaitu:

- 1) Tahap identifikasi dan asesmen awal: Tim mahasiswa melakukan pengumpulan data dan identifikasi karakteristik peserta di masing-masing sekolah, yang bertujuan untuk menyesuaikan materi dengan kondisi psikososial dan tingkat pemahaman siswa. Selain itu, tim juga menjalin komunikasi dengan pihak sekolah dan BNN Jakarta Utara untuk merancang strategi pelaksanaan kegiatan.
- 2) Tahap perencanaan dan koordinasi: Dalam tahap ini, tim menyusun materi edukasi, merancang media pembelajaran, memilih narasumber, dan menetapkan alur kegiatan. Koordinasi dilakukan dengan Suku Dinas Pendidikan Wilayah Jakarta Utara untuk menentukan sekolah sasaran. Tim juga membentuk grup komunikasi sebagai sarana koordinasi antara mahasiswa, pihak BNN, guru, dan panitia sekolah.
- 3) Tahap pelaksanaan kegiatan: Kegiatan di sekolah dimulai dengan sesi pembukaan dan pre-test. Hari pertama diisi dengan pemaparan materi “Tekanan Teman Sebaya: Cara Bijak Menolak” serta role playing teknik penolakan. Hari kedua meliputi pembuatan poster, talkshow bersama BNN, dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan. Pendekatan interaktif digunakan untuk menjaga partisipasi aktif siswa dan memastikan materi tersampaikan secara efektif.
- 4) Tahap evaluasi dan tindak lanjut: Di akhir kegiatan, dilakukan evaluasi hasil pre-test dan post-test untuk mengukur efektivitas intervensi. Selain itu, tim melakukan diskusi internal bersama pihak sekolah dan BNN mengenai dampak kegiatan serta saran untuk keberlanjutan program. Tim juga mengumpulkan dokumentasi sebagai laporan kegiatan dan data pendukung untuk nalisis hasil.

Gambar 1

Diagram alur metode pelaksanaan proyek kemanusiaan



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari observasi dan kegiatan edukatif menunjukkan bahwa mayoritas remaja belum memiliki keterampilan asertif yang memadai dalam menghadapi tekanan teman sebaya. Strategi edukatif yang diterapkan, yaitu melalui modul “Cerdas Tanpa Narkoba”, berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap bahaya narkoba dan pentingnya bersikap

tegas menolak ajakan negatif. Strategi ini diperkuat dengan peran aktif guru dan orang tua, serta sinergi dengan BNN sebagai pemateri yang relevan dan kredibel.

Kegiatan Proyek Kemanusiaan yang dilaksanakan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara di bawah program MBKM ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sosial siswa terkait penolakan terhadap tekanan teman sebaya dalam konteks penyalahgunaan narkoba. Kegiatan ini dilaksanakan di lima sekolah di wilayah Jakarta Utara, dengan pendekatan partisipatif dan interaktif, mencakup pemaparan materi, role playing, pembuatan poster, dan talkshow bersama praktisi dari Badan Narkotika Nasional (BNN) Jakarta Utara.

Selama pelaksanaan kegiatan, siswa-siswi sangat antusias mengikuti materi dan aktif dalam berbagai sesi diskusi dan simulasi. Materi utama yang disampaikan meliputi definisi dan jenis-jenis narkoba, dampaknya terhadap kesehatan dan kehidupan sosial remaja, serta keterampilan untuk menolak ajakan negatif secara asertif. Penyampaian materi dilakukan dengan pendekatan psikologi perkembangan dan komunikasi remaja, yang disesuaikan dengan gaya belajar visual-auditori siswa SMP. Simulasi peran dan permainan edukatif terbukti mampu meningkatkan keterlibatan serta pemahaman siswa. Untuk mengukur efektivitas program, dilakukan evaluasi melalui pre-test dan post-test terhadap 129 siswa peserta kegiatan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dari 54,70 pada pre-test menjadi 56,57 pada post-test. Uji statistik Paired Samples T-Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), yang menandakan bahwa peningkatan tersebut bermakna secara statistik. Hal ini membuktikan bahwa intervensi edukatif yang dilakukan memiliki dampak positif terhadap peningkatan pemahaman siswa.

Selain itu, siswa juga diminta mengisi kuesioner pemahaman sebagai bentuk evaluasi non-tes. Hasilnya ditampilkan pada tabel berikut:

Pertanyaan	Paham	Cukup Paham	Tidak Paham
Saya memahami bahaya narkoba bagi remaja	83	46	0
Saya memahami apa itu tekanan teman sebaya	79	50	0
Saya tahu cara menolak ajakan negatif dari teman secara asertif	75	51	3
Saya merasa percaya diri untuk berkata “tidak” pada ajakan buruk	70	54	5

**Tabel 2. Matriks Indikator Capaian Kegiatan**

Kegiatan	Indikator Capaian Kegiatan	Capaian
Pelatihan bahaya narkoba dan tekanan teman sebaya	Peningkatan pemahaman siswa terhadap dampak narkoba dan tekanan sosial sebaya	siswa menunjukkan pemahaman konsep dasar narkoba dan tekanan sebaya
Role playing teknik penolakan ajakan negatif	Meningkatkan kemampuan asertif siswa dalam simulasi situasi nyata	Siswa mampu mempraktikkan penolakan secara langsung dan rasional
Pembuatan poster kampanye anti narkoba	Mendorong kreativitas siswa menyampaikan pesan moral secara visual	Poster mencerminkan pemahaman dan komitmen siswa terhadap isu narkoba

---

Talkshow dengan BNN dan diskusi reflektif	Memberikan wawasan praktis dari narasumber langsung dan memperkuat key message	Siswa aktif bertanya dan merespons materi narasumber
---	--	--

---

Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa mengenai bahaya narkoba dan tekanan teman sebaya, tetapi juga memperkuat keterampilan praktis yang relevan dengan kehidupan sosial mereka sehari-hari. Pendekatan berbasis partisipasi terbukti lebih efektif dalam menjangkau siswa dengan latar belakang yang beragam. Selain sebagai media edukasi, kegiatan ini juga mempererat hubungan antara sekolah dan lembaga pemerintah (BNN) dalam upaya pencegahan narkoba berbasis komunitas.

## KESIMPULAN

Tekanan teman sebaya merupakan faktor signifikan dalam penyalahgunaan narkoba oleh remaja. Diperlukan strategi pencegahan yang tidak hanya informatif, tetapi juga membangun ketahanan psikologis melalui pendekatan edukatif yang sesuai dengan perkembangan remaja. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan lembaga seperti BNN sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang suportif dan aman dari pengaruh negatif.

Program Proyek Kemanusiaan bertema “Tekanan Teman Sebaya: Cara Bijak Menolak” yang dilaksanakan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara bekerja sama dengan BNN Jakarta Utara telah memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai bahaya penyalahgunaan narkoba. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial siswa melalui metode pelatihan asertif, diskusi interaktif, role playing, serta kampanye kreatif dalam bentuk pembuatan poster.

Berdasarkan hasil evaluasi pre-test dan post-test, terjadi peningkatan pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan, yang dibuktikan melalui skor post-test yang lebih tinggi secara signifikan. Kegiatan ini juga membekali siswa dengan kemampuan untuk mengidentifikasi bentuk tekanan teman sebaya dan strategi untuk menolak ajakan negatif dengan cara yang sehat dan bertanggung jawab. Pelibatan aktif pihak sekolah, narasumber dari BNN, serta pendekatan yang komunikatif dan partisipatif menjadikan program ini relevan, aplikatif, dan berdampak langsung bagi kehidupan sosial remaja.

Dengan demikian, kegiatan ini dapat menjadi model edukasi preventif yang efektif dan berkelanjutan dalam mendukung upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba di lingkungan sekolah. Ke depannya, kolaborasi lintas sektor seperti ini diharapkan terus ditingkatkan untuk memperluas jangkauan edukasi dan memperkuat ketahanan psikologis generasi muda terhadap pengaruh negatif lingkungan sosial.

## REFERENSI

- BNN. (2023). Laporan Tahunan Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba. Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia. Tersedia secara daring: <https://bnn.go.id/laporan-tahunan-pencegahan-narkoba-2023>
- Casey, B. J., Heller, A. S., Gee, D. G., & Cohen, A. O. (2019). Development of the emotional brain. *Neuroscience Letters*, 693, 29-34. <https://doi.org/10.1016/j.neulet.2017.11.055>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton. <https://archive.org/details/300656427ErikHEriksonIdentityYouthAndCrisisIWWNortonCompany1968>
- Heitzeg, Mary & Cope, Lora & Martz, Meghan & Hardee, Jillian. (2015). Neuroimaging Risk Markers for Substance Abuse: Recent Findings on Inhibitory Control and Reward System Functioning. *Current Addiction Reports*. 2. 10.1007/s40429-015-0048-9..

- Luciana, M., Bjork, J. M., Nagel, B. J., et al. (2018). Adolescent neurocognitive development and impacts of substance use: Overview of the adolescent brain cognitive development (ABCD) baseline neurocognition battery. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 32, 67-79. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2018.02.006>
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education. <https://archive.org/details/adolescence-by-santrock-john-w>
- Setiadi, E. M. (2021). *Sosiologi: Pemahaman Fakta dan Gejala Permasalahan Sosial*. Jakarta: Kencana.
- Steinberg, L. (2013). The influence of neuroscience on US Supreme Court decisions about adolescents' criminal culpability. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(7), 513-518. <https://doi.org/10.1038/nrn3509>
- Sugiyono. *Beberapa (2017). edisi Metode tersedia Penelitian di Pendidikan*. Google <https://books.google.com/books?id=2t3hDAAAQBAJ>
- Sussman, S., & Arnett, J. J. (2014). Emerging adulthood: developmental period facilitative of the addictions. *Evaluation & the Health Professions*, 37(2), 147-155. DOI: <https://doi.org/10.1177/0163278714521812>
- World Health Organization. (2021). *World drug report 2021: Global overview of drug demand and supply*. United Nations Office on Drugs and Crime.