

Pelatihan Keterampilan Konselor Sebaya Dalam Mencegah Penyalahgunaan Narkoba Dikalangan Masyarakat Kecamatan Rambah

Anelvi Novita Sari¹, Annisa Fadillah², Indri Reskiana³, Desi Lestari⁴, Maskhairani Harahap⁵

1,2,3,4,5 Bimbingan Konseling-Universitas Rokania

Email : anelvinovitasari010298@gmail.com

Abstract : Program pelatihan keterampilan konselor sebaya di Kecamatan Rambah bertujuan untuk meningkatkan kapasitas remaja dalam mencegah penyalahgunaan narkoba melalui pendekatan edukatif, interaktif, dan berbasis pemberdayaan masyarakat. Metode pelaksanaannya menggunakan pendekatan deskriptif-partisipatif yang melibatkan ceramah, diskusi, permainan peran, lokakarya pengembangan diri, serta penyusunan rencana tindak lanjut. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja mengenai jenis-jenis narkoba, faktor risiko, tanda-tanda penyalahgunaan narkoba, dampaknya, serta peraturan hukum yang relevan. Pelatihan ini juga berhasil meningkatkan keterampilan konseling dasar seperti mendengarkan secara aktif, komunikasi empatik, dan pemberian dukungan emosional. Selain itu, para peserta menjadi lebih mampu memanfaatkan waktu luang secara produktif melalui kegiatan seperti pemetaan waktu, mengidentifikasi minat dan bakat, serta membentuk kelompok olahraga. Program ini juga berdampak positif dalam meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan bekerja sama, dan kesiapan peserta untuk menjadi agen perubahan di lingkungan mereka. Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan kontribusi yang signifikan dalam membangun kapasitas masyarakat setempat untuk melakukan upaya pencegahan narkoba secara mandiri dan berkelanjutan.

Kata kunci: *Penyalahgunaan Narkoba, Konselor Sebaya, Pemberdayaan Masyarakat, Pencegahan*

Abstract: The peer counselor skills training program in Rambah Subdistrict aims to enhance the capacity of adolescents in preventing drug abuse through educational, interactive, and community-empowerment-based approaches. The implementation method uses a descriptive-participatory approach involving lectures, discussions, role-plays, self-development workshops, and the preparation of follow-up action plans. The results show an increase in adolescents' knowledge regarding types of drugs, risk factors, signs of drug abuse, its impacts, and relevant legal regulations. The training also successfully improved basic counseling skills such as active listening, empathetic communication, and providing emotional support. In addition, participants became more capable of using their free time productively through activities such as time mapping, identifying interests and talents, and forming sports groups. The program also had a positive impact on enhancing self-confidence, teamwork abilities, and the participants' readiness to become agents of change in their communities. Overall, this activity made a significant contribution to building the local community's capacity to independently and sustainably carry out drug prevention efforts.

Keywords: *Drug Abuse, Peer Counselors, Community Empowerment, Prevention*

PENDAHULUAN

Penyalahgunaan narkoba hingga kini tetap menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius karena menimbulkan dampak negatif terhadap kondisi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi masyarakat (Liu et al., 2023). Upaya pencegahan yang efektif memerlukan pendekatan berlapis dan berkesinambungan, khususnya pada tingkat komunitas dan kelompok remaja yang rentan terhadap pengaruh lingkungan. Salah satu strategi yang terbukti efektif dalam promosi kesehatan dan pencegahan perilaku berisiko adalah pendekatan berbasis sebaya (*peer-based approach*). Melalui interaksi antar teman sebaya yang berlangsung secara alami, penyampaian informasi dan nilai positif dapat menjadi lebih mudah diterima karena adanya kedekatan emosional, rasa percaya, serta kesetaraan peran (Dodd et al., 2022).

Penelitian Dodd et al. (2022) menunjukkan bahwa program edukasi berbasis sebaya di sekolah mampu meningkatkan literasi kesehatan, memperkuat norma sosial positif, serta menurunkan kecenderungan perilaku berisiko. Temuan ini diperkuat oleh Liu et al. (2023) yang menegaskan bahwa integrasi peran *peer* dalam kerangka pencegahan remaja sangat penting karena dapat memperluas jangkauan intervensi dan meningkatkan keberterimaan pesan pencegahan. Sementara itu, Eddie et al. (2025) menyoroti pentingnya layanan dukungan pemulihan berbasis sebaya atau *Peer Recovery Support Services* (PRSS), yang berfungsi membantu individu berisiko untuk terhubung dengan layanan profesional serta mempertahankan perubahan perilaku. Pendekatan ini menekankan kolaborasi antara tenaga profesional dan rekan sebaya yang memiliki pengalaman langsung dalam pemulihan.

Laporan Badan Narkotika Nasional (BNN) menunjukkan bahwa tren peningkatan penyalahgunaan narkoba terjadi tidak hanya pada kalangan pelajar dan mahasiswa, tetapi juga pada masyarakat umum, terutama kelompok usia produktif. Kondisi ini menimbulkan kekhawatiran karena berdampak pada masa depan generasi muda serta stabilitas sosial. Meskipun berbagai program pencegahan telah dijalankan oleh pemerintah dan lembaga terkait, sebagian besar masih berorientasi pada pendekatan formal dan belum sepenuhnya menjangkau basis komunitas. Salah satu pendekatan yang dinilai potensial adalah konseling sebaya (*peer counseling*), yaitu pelatihan bagi individu yang memiliki kedekatan sosial dengan kelompok sasaran untuk memberikan edukasi, dukungan, serta pendampingan. Namun, di Kecamatan Rambah Samo, upaya untuk membentuk dan melatih konselor sebaya masih terbatas.

Minimnya keterampilan konseling, kurangnya pelatihan yang terstruktur, serta lemahnya dukungan kelembagaan menjadi faktor penghambat efektivitas pencegahan narkoba di tingkat masyarakat. Dampaknya, risiko penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja dan dewasa muda semakin meningkat. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan terbentuk kapasitas lokal yang mampu menjalankan pencegahan narkoba secara mandiri dan berkelanjutan. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat menghasilkan model pelatihan konselor sebaya berbasis komunitas yang relevan dengan kondisi sosial masyarakat Rambah Samo.

Menurut Horn et al. (2025), keberhasilan PRSS sangat bergantung pada kejelasan sistem pelatihan, supervisi, serta evaluasi kinerja pendukung sebaya di lapangan. Oleh karena itu, pelatihan yang diberikan tidak hanya berorientasi pada pengetahuan teoritis, tetapi juga harus mengembangkan keterampilan

konseling, komunikasi empatik, serta kemampuan manajemen kasus berbasis komunitas. Melihat pentingnya peran *peer educator* dan konselor sebaya, kegiatan pengabdian ini berfokus pada pelatihan keterampilan konseling sebaya dalam upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba di Kecamatan Rambah Samo. Pelatihan ini diharapkan mampu memperkuat kapasitas masyarakat dalam melakukan deteksi dini, memberikan dukungan sosial, serta melakukan rujukan kepada pihak profesional bila diperlukan (Eddie et al., 2025; Horn et al., 2025; WHO, 2022; UNODC, 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif-partisipatif yang menekankan pelibatan aktif peserta pada setiap tahap kegiatan. Metode ini sesuai dengan pandangan bahwa pendekatan partisipatif memungkinkan masyarakat terlibat sebagai subjek, bukan objek, sehingga mendukung proses pemberdayaan sosial (Chambers, 1994; Creswell, 2014). Pendekatan ini dipilih karena sejalan dengan prinsip pemberdayaan masyarakat, yakni menempatkan warga khususnya remaja sebagai aktor utama dalam proses perubahan sosial (Ife & Tesoriero, 2008).

Pelaksanaan kegiatan penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yang dirancang secara terstruktur untuk memastikan bahwa program berjalan efektif dan sesuai dengan kebutuhan remaja di Kecamatan Rambah. Tahapan pertama adalah identifikasi peserta, yang dilakukan melalui kerja sama dengan tokoh masyarakat serta organisasi kepemudaan. Teknik penentuan peserta melalui kolaborasi komunitas ini lazim digunakan dalam penelitian berbasis masyarakat (Stringer, 2014). Peserta yang dipilih merupakan remaja berusia 15–22 tahun dari Desa Rambah sebanyak 15 orang.



Gambar 1. Observasi Lapangan

Tahapan berikutnya adalah pengumpulan data, yang dilakukan tanpa menggunakan metode pre-test dan post-test agar proses pelatihan berlangsung natural dan tidak membebani peserta dengan instrumen evaluasi formal. Pengumpulan informasi dilakukan melalui observasi langsung, di mana fasilitator mengamati dinamika interaksi peserta, antusiasme, dan partisipasi mereka dalam setiap sesi. Observasi langsung merupakan salah satu teknik utama dalam penelitian kualitatif karena memungkinkan peneliti memahami perilaku dalam konteks alami (Patton, 2015).

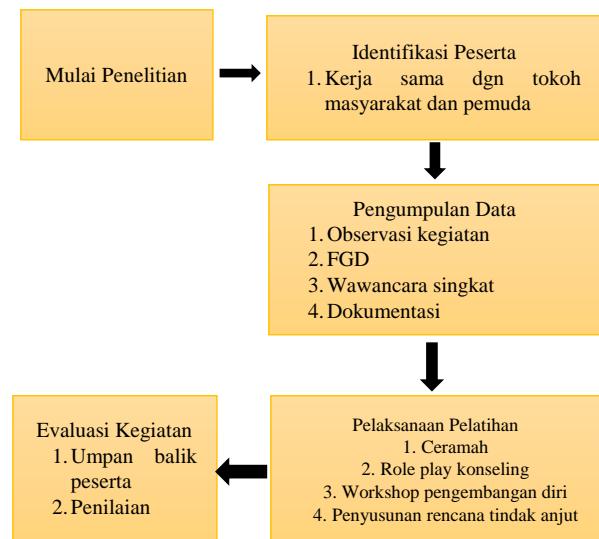
Selain itu dilakukan diskusi kelompok terarah (FGD) untuk menggali pemahaman, pandangan, serta pengalaman peserta terkait isu narkoba dan peran konselor sebaya. FGD merupakan teknik yang efektif untuk mengeksplorasi opini dan pengalaman sosial kelompok (Morgan, 1997). Wawancara singkat dilakukan dengan tokoh masyarakat maupun peserta untuk mengetahui perubahan perilaku dan pemahaman mereka secara kualitatif. Seluruh proses kegiatan juga didukung dengan dokumentasi berupa foto, video, serta catatan lapangan sebagai sumber data tambahan (Bogdan & Biklen, 2007).

Pelatihan ini dilaksanakan menggunakan berbagai metode pembelajaran interaktif dan partisipatif. Bentuk kegiatan meliputi ceramah interaktif yang memberikan pemahaman dasar mengenai bahaya narkoba dan peran konselor sebaya dalam pencegahan penyalahgunaan

narkoba. Metode ceramah interaktif dapat meningkatkan pemahaman kognitif peserta melalui dialog dua arah (Silberman, 2006). Untuk memperkuat keterampilan praktis, peserta dilibatkan dalam role play atau simulasi konseling dasar sehingga mereka dapat berlatih memberikan dukungan emosional, mendengarkan secara aktif, dan menyampaikan pesan edukatif secara efektif. Role play merupakan teknik pelatihan efektif untuk pembelajaran keterampilan interpersonal (Joyce, Weil, & Calhoun, 2009). Selain itu, peserta mengikuti workshop pengembangan diri yang mencakup manajemen waktu, komunikasi efektif, kepemimpinan, dan strategi membangun kegiatan produktif.

Pada sesi akhir, peserta difasilitasi untuk menyusun rencana program yang dapat diterapkan di lingkungan desa masing-masing sebagai tindak lanjut dari pelatihan. Penyusunan rencana aksi merupakan elemen penting dalam pendekatan pemberdayaan berbasis partisipasi (Wallerstein, 2006).

Tahap terakhir dari metode pelaksanaan adalah evaluasi kegiatan yang dilakukan secara kualitatif. Evaluasi ini mencakup pengumpulan umpan balik dari peserta mengenai pemahaman mereka terhadap materi, kenyamanan selama mengikuti pelatihan, serta manfaat yang mereka rasakan. Dalam penelitian kualitatif, evaluasi berbasis umpan balik sangat penting untuk memahami dampak program dari perspektif peserta (Cohen, Manion, & Morrison, 2018). Tahap kegiatan bisa dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 2. Gambar Pemecahan Masalah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberdayaan remaja sebagai konselor sebaya memiliki urgensi yang kuat dalam upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba, khususnya di Kecamatan Rambah yang memiliki karakter sosial cukup dinamis. Remaja merupakan kelompok usia yang memiliki pola komunikasi unik karena mereka lebih mudah menjalin kedekatan emosional dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang dewasa. Pendekatan konseling sebaya memungkinkan terjadinya dialog yang lebih jujur, santai, dan tanpa tekanan moral sehingga informasi mengenai bahaya narkoba dapat diterima dengan lebih efektif. Dalam situasi di mana sekolah dan lembaga formal tidak selalu mampu menjangkau seluruh ruang pergaulan remaja, kehadiran konselor sebaya menjadi sangat penting karena mereka dapat mengisi celah tersebut. Mereka juga berpotensi membangun lingkungan sosial yang lebih positif, menekan pengaruh buruk dari pergaulan bebas, serta menciptakan jejaring dukungan yang mendorong remaja lain untuk menjauhi narkoba. Dengan adanya agen pencegahan dari kalangan remaja sendiri, resistensi terhadap penyuluhan menjadi lebih rendah, sementara

pesan-pesan edukatif dapat diterima dengan lebih mudah dan relevan.



Gambar 3. Pemberian Materi Oleh Ketua Pelaksanaan

Materi pelatihan yang diberikan kepada peserta disusun secara komprehensif agar tidak hanya meningkatkan pengetahuan mereka mengenai bahaya narkoba, tetapi juga memperkuat kapasitas diri sebagai konselor sebaya. Materi tentang bahaya dan dampak narkoba memberikan pemahaman mendalam mengenai efek fisik, psikologis, sosial, hingga dampak hukum, dilengkapi dengan contoh kasus nyata yang membuat peserta lebih memahami risiko nyata penyalahgunaan narkoba. Peserta juga memperoleh pelatihan keterampilan konseling dasar seperti teknik mendengarkan aktif, mengelola percakapan sensitif, bersikap nonjudgmental, memberikan dukungan emosional, serta mengarahkan teman yang membutuhkan bantuan kepada pihak berwenang bila diperlukan. Selain itu, pelatihan ini menekankan pembangunan karakter dan kepemimpinan agar peserta mampu menjadi teladan di lingkungannya.

Pasca pelatihan, peserta mulai memahami mengenai bahaya narkoba. Para peserta tidak hanya mampu mengidentifikasi berbagai faktor-faktor yang dapat memicu penyalahgunaannya pada kalangan remaja. Selain itu, mereka dapat mengenali tanda dan gejala awal seseorang yang mulai terlibat dalam penyalahgunaan narkoba serta mampu

menjelaskan dampak buruk narkoba dari aspek fisik, mental, ekonomi, hingga sosial.



Gambar 4. Foto Bersama Dengan Pemuda dan Pemuda Kecamatan Rambah

Peningkatan lain yang terlihat adalah kemampuan remaja dalam memanfaatkan waktu luang secara lebih produktif melalui tema kegiatan “Remaja Produktif: Mengubah Waktu Luang Menjadi Peluang Tanpa Narkoba.” Melalui serangkaian aktivitas seperti pemetaan penggunaan waktu (*time mapping*), identifikasi minat dan bakat, serta penyusunan rencana kegiatan mingguan, para peserta berhasil merancang berbagai aktivitas positif yang dapat mereka jalankan secara konsisten. Salah satu bentuk nyata dari inisiatif tersebut adalah terbentuknya kelompok olahraga seperti futsal, voli, dan badminton.

Selain peningkatan pengetahuan dan keterampilan, kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap perkembangan karakter peserta, terutama dalam aspek kepercayaan diri. Melalui diskusi kolaboratif, presentasi kelompok, dan pengerjaan proyek, remaja mendapatkan kesempatan untuk melatih kemampuan menyampaikan pendapat, bekerja sama, serta memecahkan masalah secara kreatif. Pengalaman tersebut mendorong tumbuhnya rasa percaya diri sebagai individu yang mampu memberikan pengaruh positif di lingkungan sekitarnya.

KESIMPULAN

Pelatihan keterampilan konselor sebaya di Kecamatan Rambah merupakan langkah strategis dan tepat sasaran dalam mencegah penyalahgunaan narkoba. Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada penyampaian materi, tetapi juga pemberdayaan karakter dan kreativitas remaja. Melalui tema “*Remaja Produktif: Mengubah Waktu Luang Menjadi Peluang Tanpa Narkoba*”, pelatihan berhasil mendorong remaja untuk lebih aktif, berdaya, dan mampu menjadi role model di lingkungannya.

SARAN

Pelatihan konselor sebaya di Kecamatan Rambah perlu dilanjutkan secara berkala dengan dukungan berkelanjutan dari pemerintah desa, sekolah, dan lembaga terkait. Diperlukan juga sistem pendampingan dan evaluasi rutin agar keterampilan peserta terus berkembang dan program pencegahan narkoba dapat berjalan lebih efektif serta menjangkau lebih banyak remaja di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Narkotika Nasional. (2024). *Data dan Statistik Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia Tahun 2023–2024*. Jakarta: BNN Republik Indonesia.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (2007). *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods* (5th ed.). Pearson.
- Chambers, R. (1994). *Participatory Rural Appraisal (PRA): Challenges, potentials and paradigm*. *World Development*, 22(10), 1437–1454.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research Methods in Education* (8th ed.). Routledge.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Dodd, H., Williams, K., & Parker, J. (2022). Peer-based health education and youth risk behavior prevention: A systematic review of school interventions. *Journal of Health Promotion Research*, 10(2), 115–128.
- Eddie, D., Alvarez, J., & Wilkens, C. (2025). Peer Recovery Support Services (PRSS): Enhancing community engagement in addiction prevention and recovery. *Addiction Research & Theory*, 33(1), 45–59.
- Horn, B., McLaughlin, R., & Peters, S. (2025). Evaluating training and supervision systems for peer recovery support specialists: A community-based model. *Journal of Substance Abuse Prevention*, 18(1), 32–47.
- Ife, J., & Tesoriero, F. (2008). *Community Development: Community-Based Alternatives in an Age of Globalisation* (3rd ed.). Pearson Education.
- Joyce, B., Weil, M., & Calhoun, E. (2009). *Models of Teaching* (8th ed.). Pearson.
- Liu, Y., Zhang, L., & Wang, X. (2023). Community-based interventions and peer integration in adolescent substance abuse prevention: A global perspective. *International Journal of Public Health Studies*, 7(3), 201–214.

Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research* (2nd ed.). SAGE Publications.

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative Research & Evaluation Methods* (4th ed.). SAGE Publications.

Silberman, M. (2006). *Active Training: A Handbook of Techniques, Designs, Case Examples, and Tips* (3rd ed.). Pfeiffer.

Stringer, E. T. (2014). *Action Research* (4th ed.). SAGE Publications.

UNODC. (2023). *World Drug Report 2023*. United Nations Office on Drugs and Crime.

Wallerstein, N. (2006). What is the evidence on effectiveness of empowerment to improve health? *WHO Regional Office for Europe*.

WHO. (2022). *Youth Substance Use Prevention: A Guide for Health Promotion*. World Health Organization.