

# PENYULUHAN BAHAYA NARKOBA DAN MEROKOK PADA REMAJA DI SMA SWASTA CAHAYA MEDAN

<sup>1</sup> Paul Tobing, <sup>2</sup> Budi Dharmanta, <sup>3</sup> Maestro Bina utama Simanjuntak, <sup>4</sup> Suryadi Rimbun, <sup>5</sup> Suryati Sinurat, <sup>6</sup> Nisya Dwi Putri Saragih, <sup>7</sup> Ilyona Tania Nembesa Ginting, <sup>8</sup> Gabriela Selin Siahaan, <sup>9</sup> Krisna Sembiring, <sup>10</sup> Yohana Wina S. Br Simbolon, <sup>11</sup> Ralin Yeswita Simangunsong, <sup>12</sup> Magdalena Febriani, <sup>13</sup> Angelia Saveq Liria Laia, <sup>14</sup> Ditaronauli Kristina Gorat, <sup>15</sup> Piniel Kevin Saragih

Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia, Medan, Indonesia  
Email : ptobink@gmail.com

## ABSTRACT

*Smoking and drug abuse are two public health problems that have widespread impacts on individuals and the social environment. The harmful substances contained in cigarettes, such as nicotine, tar, and carbon monoxide, have been proven to increase the risk of heart disease, lung cancer, and various respiratory disorders. Meanwhile, drug use can cause damage to the nervous system, mental health disturbances, decreased cognitive function, and long-term dependence. In addition to health issues, these behaviors also lead to social and economic consequences, including increased healthcare costs, family disruptions, and potential criminal activity. A health education session on the dangers of smoking and drug abuse was conducted on Thursday, November 14, 2025, starting at 08:00 WIB, with a total of 22 participants. The results of the session indicated an improvement in participants' understanding of the health risks associated with smoking and drug use. After receiving the education, students demonstrated a significant increase in knowledge regarding the dangers of these behaviors. This article aims to provide a comprehensive overview of the impacts of smoking and drug abuse and to emphasize the importance of preventive efforts through education and social support.*

**Keywords:** *Smoking Hazards, Drug Abuse, Health Education, Prevention*

## ABSTRAK

*Merokok dan penyalahgunaan narkoba merupakan dua masalah kesehatan masyarakat yang berdampak luas terhadap individu maupun lingkungan sosial. Kandungan zat berbahaya dalam rokok, seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida, terbukti meningkatkan risiko penyakit jantung, kanker paru, serta berbagai gangguan pernapasan. Sementara itu, penggunaan narkoba dapat menimbulkan kerusakan sistem saraf, gangguan kesehatan mental, penurunan fungsi kognitif, serta ketergantungan yang bersifat jangka panjang. Selain aspek kesehatan, kedua perilaku ini juga memberikan konsekuensi sosial dan ekonomi, termasuk meningkatnya beban biaya kesehatan, gangguan kehidupan keluarga, dan potensi kriminalitas. Kegiatan penyuluhan terkait bahaya merokok dan narkoba dilaksanakan pada hari Kamis, 14 November 2025, mulai pukul 09.00 WIB dengan jumlah peserta sebanyak 22 orang. Hasil pelaksanaan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai risiko kesehatan yang ditimbulkan oleh rokok dan narkoba. Setelah mendapatkan edukasi, siswa-siswi menunjukkan penambahan wawasan yang signifikan terkait bahaya kedua perilaku tersebut. Artikel ini bertujuan menyajikan gambaran komprehensif mengenai dampak merokok dan narkoba serta menegaskan pentingnya upaya pencegahan melalui edukasi dan dukungan lingkungan sosial.*

**Kata Kunci:** *Bahaya Merokok, Penyalahgunaan Narkoba, Edukasi Kesehatan, Penyuluhan*

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Merokok dan penyalahgunaan narkoba merupakan dua tantangan kesehatan masyarakat yang paling signifikan dan kompleks di tingkat

global maupun nasional. Kedua perilaku adiktif ini berakar dari ketergantungan pada zat psikoaktif nikotin pada rokok dan berbagai senyawa pada narkotika yang secara fundamental merusak fungsi biologis

dan sosial individu. Rokok, yang mengandung ribuan zat kimia berbahaya termasuk karsinogen, adalah penyebab utama penyakit tidak menular (PTM) yang dapat dicegah.<sup>4</sup>

Di Indonesia, masalah merokok telah mencapai tingkat epidemi, dengan tren peningkatan yang mengkhawatirkan. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan, diperkirakan ada sekitar 70 juta orang di Indonesia yang masih aktif merokok, dan ini termasuk proporsi yang cukup besar dari kalangan remaja usia 10 hingga 18 tahun.<sup>4</sup> Angka prevalensi yang tinggi ini secara langsung berkontribusi pada angka morbiditas dan mortalitas yang ekstrem. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa merokok membunuh lebih dari 8 juta orang setiap tahunnya secara global, termasuk sekitar 1,3 juta perokok pasif. Angka kematian di Indonesia akibat merokok dan penyakit terkait tembakau mencapai ratusan ribu jiwa per tahun. Dampak ini tidak hanya terbatas pada kesehatan paru-paru dan jantung, tetapi juga membebani sistem Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) dengan klaim yang terus meningkat untuk penyakit-penyakit terkait tembakau.<sup>4, 10</sup>

Ancaman ganda lainnya datang dari penyalahgunaan narkoba. Zat-zat adiktif ini menyebabkan kerusakan fatal pada sistem saraf pusat, memicu gangguan kejiwaan, serta menghancurkan fungsi sosial dan ekonomi pengguna. Di Indonesia, Badan Narkotika Nasional (BNN) menyatakan bahwa walaupun berbagai langkah pencegahan telah ditempuh, peredaran dan penyalahgunaan narkoba masih merupakan persoalan yang sangat mendalam. Laporan Survei Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia 2023, yang dirilis oleh BNN, menunjukkan bahwa jutaan individu,

terutama mereka yang berada di usia muda antara 15 dan 24 tahun, telah terkena dampak atau bahkan terlibat dalam penyalahgunaan narkoba.<sup>8, 10</sup>

Secara global, World Drug Report 2024 yang dikeluarkan oleh UNODC (United Nations Office on Drugs and Crime) menunjukkan bahwa jumlah orang yang menggunakan narkoba meningkat hingga 292 juta orang di seluruh dunia pada tahun 2022.<sup>8</sup> Peningkatan ini diperparah dengan munculnya zat psikoaktif baru (*New Psychoactive Substances*), yang membuat upaya penanganan menjadi semakin kompleks. Di Indonesia sendiri, aparat penegak hukum (Polri) mencatat terungkapnya 38.934 kasus peredaran narkoba sepanjang Januari hingga Oktober 2025, dengan barang bukti sitaan mencapai ratusan ton.<sup>6</sup> Angka kriminalitas yang tinggi, penularan penyakit infeksi seperti HIV/AIDS melalui penggunaan jarum suntik, serta keterbatasan akses ke layanan rehabilitasi yang layak, menjadikan penggunaan rokok dan narkoba sebagai krisis yang saling terjalin erat satu sama lain.<sup>1, 2</sup>

### **Identifikasi dan Perumusan Masalah**

Berdasarkan data dan konteks yang mengungkapkan tingginya jumlah remaja perokok serta bahaya penyalahgunaan narkoba di Indonesia, langkah-langkah pencegahan dan pendidikan yang spesifik amat diperlukan, terutama dalam lingkungan sekolah. Dalam konteks pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini, SMA Swasta Cahaya Medan diidentifikasi sebagai kelompok sasaran yang memerlukan intervensi preventif yang kuat, terutama karena adanya kesenjangan pengetahuan yang signifikan di kalangan siswa-siswi mengenai dampak destruktif jangka panjang dari merokok dan narkoba terhadap kesehatan fisik dan mental. Selain itu, faktor lingkungan sekolah dan

tekanan teman sebaya juga menjadi faktor risiko tinggi yang memerlukan penanaman keterampilan hidup (*life skills*) agar siswa mampu menolak ajakan rokok dan narkoba secara efektif. Berdasarkan kondisi ini, fokus utama kegiatan ini adalah menjawab pertanyaan kunci, yaitu bagaimana tingkat pengetahuan awal siswa-siswi SMA Swasta Cahaya Medan mengenai bahaya fisik dan psikologis yang ditimbulkan oleh kedua zat adiktif tersebut, serta bagaimana program penyuluhan dan edukasi interaktif ini dapat secara efektif meningkatkan kesadaran dan menguatkan ketahanan diri siswa-siswi terhadap pengaruh negatif dari ajakan untuk merokok dan menyalahgunakan narkoba.

### **TUJUAN DAN MANFAAT**

Penyuluhan ini diselenggarakan dengan tujuan utama untuk memperkaya pengetahuan siswa-siswi SMA Swasta Cahaya Medan mengenai spektrum bahaya kesehatan, dampak psikososial, serta ancaman hukum yang terkait dengan konsumsi rokok dan penyalahgunaan narkoba.

Di samping itu, kegiatan ini berupaya menajamkan kesadaran siswa-siswi SMA Swasta Cahaya Medan terhadap berbagai faktor pemicu perilaku adiktif di lingkungan sekitar mereka. Hal ini dilakukan untuk mendorong adopsi gaya hidup sehat yang bebas dari zat berbahaya, seperti menjaga pergaulan positif, mengisi waktu luang dengan kegiatan produktif, serta meningkatkan kemampuan mereka dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab. Target jangka panjang dari penyuluhan ini adalah menurunkan potensi inisiasi merokok dan penyalahgunaan narkoba di area sekolah, sekaligus mengedukasi siswa tentang pentingnya upaya preventif dan penjangkauan dini bagi teman sebaya yang mungkin membutuhkan bantuan.

### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode penyuluhan mengenai Bahaya

Narkoba dan Merokok pada Remaja pada hari Jumat, 14 November 2025 Pukul 09.00 – Selesai di Kelas 10.5 SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan, dengan rincian kegiatan sebagai berikut :

#### **1. Mitra Pengabdian**

Mitra pengabdian dalam kegiatan Penyuluhan Bahaya Narkoba dan Merokok pada Remaja adalah siswa-siswi Kelas 10.5 SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan. Dalam kegiatan ini Mitra berperan aktif dalam melaksanakan program penyuluhan yang dilakukan oleh kelompok Tutorial A8 Stambuk 2022 Universitas Methodist Indonesia, Serta mitra juga mendengarkan dengan baik materi yang dipaparkan kelompok Tutorial A8. Selain Itu dibalik berlangsungnya kegiatan penyuluhan ini, Pihak Sekolah juga memberikan dukungan penuh terhadap kegiatan ini, baik dari sisi waktu, fasilitas maupun partisipasi aktif dari para guru dan siswa SMAS Cahaya Medan.



**Gambar 1.** Dokumentasi bersama siswa-siswi kelas 10.5 SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.

#### **2. Materi pengabdian**

Narkoba (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif) adalah kelompok zat yang mampu memengaruhi fungsi tubuh hingga mengubah tingkat kesadaran, menekan atau menghilangkan rasa sakit, serta berpotensi menimbulkan ketergantungan yang berat. Penyalahgunaan terjadi ketika zat tersebut digunakan di luar indikasi medis untuk mendapatkan efek psikoaktif.<sup>1</sup>

Sementara itu, Rokok adalah produk tembakau yang mengandung nikotin, yang berfungsi sebagai zat adiktif utama, dibakar dan dihisap untuk tujuan rekreasi, meskipun memiliki konsekuensi kesehatan yang fatal.<sup>10</sup>

Kandungan Berbahaya dalam Narkoba dan Rokok :

1. Kandungan Narkoba: Setiap jenis narkoba mengandung zat aktif yang menyebabkan efek adiktif (misalnya, Metamfetamina pada sabu atau THC pada ganja). Bahaya terbesar sering datang dari bahan campuran dan kontaminasi proses produksi, seperti pelarut kimia industri, yang sangat merusak organ vital. Narkoba suntik membawa risiko tambahan penularan penyakit menular melalui jarum Bersama.<sup>5</sup>
2. Kandungan Rokok: Asap rokok mengandung lebih dari 7.000 jenis bahan kimia, dan sedikitnya 70 di antaranya telah terbukti bersifat karsinogenik. Di antara berbagai zat tersebut, terdapat tiga komponen yang dianggap paling berbahaya, yaitu nikotin yang menimbulkan ketergantungan, tar yang dapat menumpuk dan berperan dalam terbentuknya kanker paru, serta karbon monoksida gas beracun yang mengikat hemoglobin dan menghambat distribusi oksigen ke organ-organ penting dalam tubuh.<sup>10</sup>

Pengaruh rokok dan narkoba pada tubuh bersifat menyeluruh dan menimbulkan kerusakan secara langsung. Pada perokok, efek jangka pendek saja sudah dapat terlihat melalui meningkatnya denyut jantung serta tekanan darah. Jika berlangsung lama, kebiasaan ini menjadi faktor utama terjadinya Penyakit Jantung Koroner, stroke, hampir seluruh kasus kanker paru (sekitar 90%), serta berbagai gangguan pernapasan kronis seperti Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) yang secara bertahap menghancurkan fungsi paru-

paru<sup>8</sup>, sementara itu, narkoba, baik stimulan yang memicu detak jantung sangat cepat, peningkatan suhu tubuh ekstrem, dan risiko serangan jantung mendadak, maupun depresan yang dapat menyebabkan perlambatan hingga kegagalan pernapasan fatal (overdosis), secara umum juga menyebabkan kerusakan permanen pada hati, ginjal, dan sistem saraf pusat<sup>10</sup>.

Penyalahgunaan kedua zat ini secara signifikan memengaruhi kimia otak dan fungsi kognitif, di mana nikotin pada rokok dapat bertindak sebagai stimulan ringan yang memberikan rasa senang sesaat, tetapi ketergantungan yang ditimbulkannya meningkatkan risiko kecemasan dan depresi saat tubuh kekurangan nikotin<sup>3</sup>, dan bahkan remaja yang merokok memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan mental di kemudian hari<sup>9</sup>; sementara itu, narkoba secara langsung mengubah struktur dan fungsi otak yang bertanggung jawab atas suasana hati dan pengambilan keputusan<sup>9</sup>, menimbulkan efek psikis yang umum meliputi perubahan suasana hati drastis, kecemasan tinggi, psikosis, delusi/paranoia<sup>5</sup>, dan menyebabkan penurunan fungsi kognitif yang serius, memengaruhi konsentrasi dan memori jangka pendek.<sup>8</sup>

Perbedaan antara perokok aktif yaitu mereka yang benar-benar menghisap asap tembakau dan perokok pasif atau tidak langsung, yakni orang yang tidak merokok tetapi tetap menghirup paparan asap dari lingkungan sekitar (sering disebut asap samping atau *secondhand smoke*), menjadi hal yang sangat penting untuk dipahami, sebab meskipun Perokok Aktif menghirup dosis zat berbahaya yang lebih tinggi, paparan Asap Rokok Pasif justru jauh lebih berbahaya daripada yang disadari, karena asap samping mengandung partikel dan bahan kimia beracun yang lebih pekat dan dapat langsung memicu penyakit jantung,

stroke, paparan asap rokok pasif juga berkaitan dengan meningkatnya risiko kanker paru pada orang dewasa. Pada anak-anak, efeknya jauh lebih serius, karena dapat memicu sindrom kematian bayi mendadak (SIDS), infeksi telinga berulang, asma, hingga pneumonia. Dengan berbagai dampak tersebut, para ahli menyimpulkan bahwa tidak ada batas paparan asap rokok pasif yang dapat dianggap aman.<sup>10</sup>

Pencegahan agar terhindar dari kecanduan harus fokus pada penguatan pertahanan diri dan pemilihan lingkungan yang sehat, di mana hal ini meliputi :

- Edukasi dan Komitmen Diri  
Memperoleh pengetahuan akurat dan membuat komitmen pribadi yang teguh untuk tidak pernah mencoba.<sup>1</sup>
- Penguatan Ketahanan Diri  
Aktif mengembangkan kemampuan untuk menolak tekanan negatif dari teman sebaya secara tegas.<sup>7</sup>
- Aktivitas Positif  
Mengalihkan waktu luang dan energi ke kegiatan produktif seperti olahraga, seni, dan pengembangan minat, yang efektif mengurangi risiko mencari pelarian pada zat adiktif.<sup>5</sup>
- Pemilihan Lingkungan  
Menghindari lingkungan pergaulan atau tempat-tempat yang sudah jelas terlibat dalam penyalahgunaan rokok atau narkoba.<sup>8</sup>

Cara memutus kecanduan narkoba dan rokok memerlukan intervensi terstruktur, di mana Kecanduan Narkoba memerlukan intervensi profesional melalui :

1. Detoksifikasi  
Penghentian penggunaan zat di bawah pengawasan medis untuk mengatasi gejala putus zat (withdrawal).<sup>2</sup>
2. Rehabilitasi Non-Medis  
Terapi perilaku kognitif, konseling kelompok dan individu, serta dukungan keluarga untuk

mengidentifikasi pemicu dan membangun hidup baru tanpa narkoba.<sup>2</sup>

Sementara Memutus Kecanduan Merokok (Berhenti Merokok) dapat dilakukan melalui penetapan Niat dan Tanggal Berhenti total dengan membuang semua produk tembakau, penggunaan Terapi Pengganti Nikotin (NRT), seperti permen karet atau *patch* nikotin untuk mengurangi gejala putus zat, serta memanfaatkan Dukungan Sosial dengan mengandalkan keluarga, teman, dan layanan konseling berhenti merokok yang disediakan oleh pemerintah atau pusat kesehatan.



**Gambar 2.** Suasana saat memberikan materi kepada siswa- siswi kelas 10.5 SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.



**Gambar 3.** Suasana saat melakukan Yel- yel dikelas 10.5 SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.

3. Alat dan Bahan  
Alat peraga yang digunakan berupa poster sederhana yang diperlihatkan melalui Power Point yang ditampilkan saat Pemaparan Materi. Selama kegiatan

berlangsung, setelah materi selesai dipaparkan diadakan sesi tanya jawab dan dokumentasi bersama siswa- siswi Kelas 10.5 SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.



**Gambar 4.** Poster yang dipakai sebagai materi penyuluhan Bahaya Narkoba dan Merokok pada Remaja di SMAS CAHAYA MEDAN.

#### 4. Sasaran pengabdian

Sasaran utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah siswa-siswi SMA Swasta Cahaya Medan. Kelompok usia remaja ini dianggap sangat krusial karena berada dalam fase rentan (*vulnerable*) terhadap eksplorasi perilaku berisiko, seperti mencoba rokok atau terpapar penyalahgunaan narkoba. Kerentanan ini didorong oleh tekanan kelompok sebaya (*peer influence*), kebutuhan untuk diakui, dan keingintahuan tinggi terhadap zat adiktif.

Oleh karena itu, menjadi esensial untuk membekali mereka dengan informasi yang akurat dan keterampilan psikososial yang memadai. Edukasi yang terfokus pada kelompok sasaran ini diharapkan dapat menumbuhkan ketahanan diri yang kuat, memungkinkan mereka untuk mengambil keputusan yang sehat dan menjauhkan diri dari rokok dan

narkoba, sehingga risiko penyalahgunaan zat di lingkungan sekolah dan keluarga dapat diminimalisir secara efektif.



**Gambar 5.** Dokumentasi bersama guru- guru di SMAS CAHAYA MEDAN, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai demam tifoid dilakukan pada hari Jumat, 14 November 2025 pukul 09.00 – selesai, di SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan secara langsung kepada siswa – siswi SMAS Cahaya Medan, Kecamatan Medan Baru, Kota Medan sebanyak 22 peserta.

Tahapan kegiatan yang dilaksanakan, yaitu :

#### 1. Persiapan

- Menentukan lokasi penyuluhan
- Melakukan koordinasi awal serta pengurusan izin kepada pihak sekolah untuk menyepakati jadwal dan waktu pelaksanaan kegiatan.

#### 2. Tahap Pelaksanaan

- Pembukaan oleh MC
- Sambutan dari wali kelas
- Sambutan dan perkenalan dari pihak pemateri
- Membawakan materi dengan media powerpoint
- Memberikan kesempatan kepada para peserta untuk menyampaikan pertanyaan.

- Memberikan kuis/pertanyaan kepada peserta mengenai bahaya narkoba dan merokok
- Sesi foto Bersama
- Penutupan oleh MC
- Merapikan seluruh perlengkapan dan ruang kegiatan, kemudian berpamitan kepada pihak sekolah sebagai tanda bahwa kegiatan telah berakhir.

### 3. Evaluasi

Berdasarkan keseluruhan pelaksanaan yang telah dilakukan, program pengabdian masyarakat di SMA Swasta Cahaya Medan menunjukkan capaian yang memuaskan dan berhasil memenuhi sasaran utama yang telah ditetapkan. Tujuan awal, yaitu meningkatkan pengetahuan komprehensif siswa-siswi mengenai dampak fisik dan psikologis dari penyalahgunaan narkoba dan rokok, terbukti tercapai dengan baik. Selain aspek pengetahuan, penyuluhan ini juga berhasil menumbuhkan kesadaran kritis siswa mengenai faktor-faktor risiko yang dapat menjerumuskan mereka ke perilaku adiktif, sekaligus memotivasi mereka untuk mengadopsi gaya hidup sehat bebas zat berbahaya, yang mencakup penguatan keterampilan menolak dan pemilihan lingkungan pergaulan yang positif.

Secara ringkas, program ini memberikan dampak signifikan dalam upaya preventif di lingkungan sekolah dengan meningkatkan pemahaman dan kewaspadaan siswa-siswi SMA Swasta Cahaya Medan terhadap bahaya ganda narkoba dan rokok. Keberhasilan ini juga ditandai dengan tingginya tingkat interaksi dan partisipasi aktif yang ditunjukkan oleh siswa-siswi selama sesi tanya jawab, yang mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan relevan dan mampu memicu keingintahuan serta pemikiran reflektif mereka.

## KESIMPULAN

Penyuluhan mengenai bahaya penyalahgunaan narkoba dan merokok yang

telah dilaksanakan secara komprehensif di SMA Swasta Cahaya Medan berhasil mengoptimalkan tujuan utamanya, yaitu memberikan peningkatan pemahaman dan kesadaran yang mendalam kepada siswa-siswi. Materi yang disampaikan mencakup risiko fatal pada kesehatan fisik dan mental, konsekuensi sosial-hukum dari kedua zat adiktif tersebut, hingga strategi efektif untuk membangun ketahanan diri.

Sebelum kegiatan penyuluhan ini dilakukan, teridentifikasi bahwa sebagian siswa memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai dampak jangka panjang dari merokok, serta kurang memahami mekanisme penolakan terhadap tawaran narkoba. Namun, setelah sesi interaktif dilaksanakan, terjadi peningkatan pengetahuan yang terukur dan antusiasme siswa yang tinggi, yang terefleksikan melalui partisipasi aktif dalam sesi diskusi.

Meskipun intervensi edukasi tunggal ini telah menunjukkan efektivitasnya dalam menanamkan pengetahuan, program ini perlu dilanjutkan secara periodik untuk memastikan pembentukan sikap dan perilaku sehat yang permanen. Oleh sebab itu, pihak sekolah diharapkan dapat memasukkan materi pencegahan narkoba dan rokok ke dalam kurikulum maupun kegiatan ekstrakurikuler secara berkala. Dengan adanya tindak lanjut yang berkelanjutan, diharapkan siswa-siswi dapat sepenuhnya menerapkan gaya hidup bebas zat adiktif, sehingga menciptakan lingkungan sekolah yang aman, produktif, dan terbebas dari ancaman adiksi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2022). *Materi Edukasi Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkotika (P4GN)*.<sup>1</sup>
- Badan Narkotika Nasional (BNN) RI. (2023). *Laporan Hasil Survei Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia*.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2021). *Health Effects of Cigarette Smoking*.<sup>3</sup>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Hari Tanpa Tembakau Sedunia. *Panduan Pelaksanaan "Rokok: Ancaman Kesehatan Dan Lingkungan,"* 6–11. [Diakses dari laman resmi Kemenkes pada November 2025].<sup>4</sup>

National Institute on Drug Abuse (NIDA). (2020). *Drugs, Brains, and Behavior: The Science of Addiction*.<sup>5</sup>

Pusat Pelaporan dan Analisis Transaksi Keuangan (PPATK). (2025). *Kasus Narkoba Terungkap dari Januari Hingga Oktober 2025*.<sup>6</sup>

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (2018). *Prevention of Substance Use and Mental Health Disorders*.<sup>7</sup>

United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). (2024). *UNODC World Drug Report 2024: Harms of world drug problem continue to mount amid expansions in drug use and markets*.<sup>8</sup>

Volkow, N. D. , K. G. F. , & M. A. T. (2016). Neurobiologic Advances from the Brain Disease Model of Addiction. *New England Journal of Medicine*.<sup>9</sup>

World Health Organization (WHO). (2025). *Tobacco Fact Sheet*. [Diakses dari laman resmi WHO pada November 2025].<sup>10</sup>