

## Restrukturisasi Kognitif melalui *Peer Group* dalam mengech Perilaku Seks Pranikah dan Napza di SMA Wilayah Samarinda

Muhammad Bachtiar Safrudin<sup>\*1</sup>, Pipit Feriani<sup>2</sup>, Nurul Angraeni<sup>3</sup>, Hamida Vistin Puruyaska<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

e-mail:<sup>\*1</sup> [mbs143@umkt.ac.id](mailto:mbs143@umkt.ac.id)

### Abstract.

Premarital sex and drug abuse (narcotics, alcohol, psychotropics, and other addictive substances) among adolescents, particularly high school and vocational school students, are showing increasingly alarming trends. The low level of adolescent knowledge regarding the negative impacts of these behaviors is a major factor triggering risky behavior. This community service activity aims to increase students' knowledge and cognitive restructuring through a peer-group health education intervention in high schools in the Samarinda region. The implementation method consists of three stages: initial knowledge assessment (pre-test), peer-group health education intervention, and post-test. A total of 54 students from State Senior High School 11 Samarinda were actively involved in this activity. The peer-group education model is designed to enable students to discuss, think critically, and develop positive perceptions about efforts to prevent premarital sex and drug abuse. Results of the activity showed a significant increase in knowledge after the intervention, as well as a new awareness among students to reject risky behavior and support peers in developing healthy behaviors. This activity is expected to be integrated into the school curriculum as a sustainable preventative effort to reduce premarital sex and drug abuse among adolescents.

**Keywords:** Cognitive restructuring, peer group, premarital sex, narcotics, adolescents, health education.

### Abstrak.

Perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza pada remaja SMA/SMK menunjukkan tren meningkat akibat rendahnya pengetahuan tentang risiko yang ditimbulkan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan membentuk pola pikir yang lebih sehat melalui edukasi kesehatan dan restrukturisasi kognitif dengan metode *peer group* bagi siswa di SMA wilayah Samarinda. Metode pelaksanaan meliputi tiga tahapan, yaitu pengukuran pengetahuan awal (pre-test), intervensi pendidikan kesehatan dengan pendekatan *peer group*. Sebanyak 54 siswa SMA Negeri 11 Samarinda dilibatkan secara aktif dalam kegiatan ini. Model pendidikan *peer group* dirancang agar siswa mampu saling berdiskusi, berpikir kritis, serta membentuk persepsi positif terhadap upaya pencegahan perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza dan hasil pendidikan kesehatan dievaluasi dengan melihat perubahan nilai pretest dan posttest setelah intervensi diberikan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi, serta munculnya kesadaran baru di kalangan siswa untuk menolak perilaku berisiko dan mendukung teman sebaya dalam membentuk perilaku sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pembelajaran sekolah sebagai upaya

preventif berkelanjutan dalam menekan perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza di kalangan remaja.

**Kata kunci:** *Restrukturisasi kognitif, peer group, seks pranikah, Napza, remaja, pendidikan kesehatan.*

## Pendahuluan

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza di kalangan remaja semakin meningkat, khususnya di lingkungan sekolah menengah atas (Fitrianti & Safrudin, 2021). Hasil observasi dan berbagai laporan kesehatan remaja di Samarinda memperlihatkan bahwa sebagian besar pelajar memiliki pengetahuan yang masih rendah tentang dampak negatif perilaku seks pranikah dan penggunaan Napza, baik dari sisi kesehatan fisik, psikologis, maupun social (Rahmadhayanti & Safrudin, 2021). Kondisi ini diperburuk oleh pengaruh lingkungan, media sosial, serta lemahnya kontrol diri remaja dalam menghadapi tekanan kelompok sebaya. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mampu mengubah pola pikir dan persepsi siswa terhadap perilaku berisiko tersebut (B. Safrudin & Purdani, 2024)

Berdasarkan data yang dihimpun dari Dinas Kesehatan Kota Samarinda tahun 2024, sekitar 27% remaja usia 15–19 tahun dilaporkan telah memiliki pengalaman perilaku seks pranikah, dengan 62% di antaranya mengaku tidak menggunakan alat pelindung diri saat berhubungan seksual (Safitri & Safrudin, 2020; M. B. Safrudin & Wibowo, 2021). Selain itu, survei lapangan oleh Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) di beberapa SMA/SMK di Samarinda menunjukkan bahwa 38% siswa pernah terpapar konten pornografi dan 21% mengaku mendapatkan tekanan dari teman sebaya untuk mencoba perilaku seksual (Pokja Keluarga, 2024).

Kasus penyalahgunaan Napza juga menunjukkan peningkatan, di mana 18% remaja mengaku pernah mencoba alkohol dan 7% di antaranya pernah menggunakan zat adiktif seperti obat penenang tanpa resep (Ilmy & Safrudin, 2021). Data dari Badan Narkotika Nasional (BNN) Kota Samarinda tahun 2024 mencatat bahwa sekitar 12% pengguna Napza baru berasal dari kalangan pelajar SMA/SMK (Badan Narkotika Nasional Samarinda, 2024;

Fitrianti & Safrudin, 2021). Angka-angka ini menggambarkan bahwa masalah perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza di kalangan remaja Samarinda masih cukup tinggi dan membutuhkan intervensi edukatif serta pendekatan restrukturisasi kognitif melalui model *peer group* untuk menekan angka kejadian tersebut secara berkelanjutan.

Restrukturisasi kognitif dipilih sebagai pendekatan utama karena mampu mengubah cara berpikir individu yang keliru menjadi lebih rasional dan adaptif (Ratnasari & Meiyuntariningsih, 2022). Melalui restrukturisasi kognitif, siswa diarahkan untuk mengenali kesalahan berpikir, memahami konsekuensi dari perilaku berisiko, serta menumbuhkan kesadaran diri untuk mengambil keputusan yang lebih sehat. Pendekatan ini efektif untuk membentuk perubahan perilaku jangka panjang, karena berfokus pada pembenahan pola pikir dan nilai-nilai internal individu (Goit & Natal, 2025).

Metode *peer educator* digunakan dalam kegiatan ini karena remaja lebih mudah menerima informasi dan pengaruh positif dari teman sebaya dibandingkan dari orang dewasa atau tenaga profesional. Dengan melibatkan siswa sebagai pendidik sebaya, proses edukasi menjadi lebih komunikatif, partisipatif, dan sesuai dengan konteks sosial mereka. Selain itu, model *peer group* memungkinkan terjadinya diskusi terbuka yang membangun empati, kepercayaan diri, serta dukungan sosial antar siswa (Aisyah et al., 2020; Ira et al., 2023).

SMA Negeri 11 Samarinda dipilih sebagai lokasi kegiatan karena berdasarkan data awal, sekolah ini memiliki populasi remaja dengan latar belakang sosial yang beragam dan menunjukkan kecenderungan perilaku berisiko yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Pihak sekolah juga menunjukkan dukungan penuh terhadap kegiatan pendidikan kesehatan berbasis remaja. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan wujud tanggung jawab akademik dan sosial dalam mendukung program pencegahan perilaku berisiko di kalangan remaja melalui peningkatan pengetahuan, perubahan pola pikir, dan pembentukan perilaku sehat secara berkelanjutan di lingkungan sekolah.

### Metode

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan topik “Restrukturisasi Kognitif melalui *Peer Group* dalam Mencegah Perilaku Seks Pranikah dan Penyalahgunaan

Napza” dilaksanakan selama dua hari, yaitu pada tanggal 20–21 Januari 2024 bertempat di SMA Negeri 11 Samarinda. Kegiatan ini diikuti oleh 54 siswa kelas X dan XI yang dipilih berdasarkan hasil koordinasi dengan pihak sekolah dan guru bimbingan konseling. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendidikan kesehatan dengan pendekatan restrukturisasi kognitif melalui *peer group*. Instrumen yang digunakan meliputi lembar observasi, kuesioner pengetahuan *pre-test* dan *post-test*, serta panduan diskusi *peer group*. Pelaksanaan kegiatan PKM dibagi dalam tiga tahap, yaitu:

1. Tahap Persiapan

Tahap ini dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal dan peserta kegiatan. Tim pelaksana menyiapkan seluruh kebutuhan teknis seperti media presentasi, modul edukasi, panduan restrukturisasi kognitif, serta kuesioner penilaian pengetahuan siswa. Selain itu, dilakukan pula pelatihan singkat bagi siswa yang berperan sebagai *peer educator* agar mampu berperan aktif dalam proses diskusi kelompok.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan selama dua hari berturut-turut. Hari pertama difokuskan pada pengukuran pengetahuan awal (*pre-test*) dan sesi edukasi tentang bahaya perilaku seks pranikah serta penyalahgunaan Napza. Siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil yang difasilitasi oleh *peer educator* untuk melakukan diskusi dan refleksi kognitif terhadap persepsi serta sikap mereka terkait perilaku berisiko. Hari kedua berfokus pada implementasi restrukturisasi kognitif, di mana siswa diajak untuk mengidentifikasi kesalahan berpikir dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional serta bertanggung jawab. Kegiatan ditutup dengan pengukuran pengetahuan akhir (*post-test*) dan refleksi bersama seluruh peserta.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan menggunakan desain *pre-test* dan *post-test design* untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa setelah intervensi dilakukan. Selain itu, dilakukan pula penilaian terhadap partisipasi dan dinamika kelompok selama sesi diskusi. Selanjutnya hasil nilai *pre-test* dan *post-test* diolah dengan menggunakan statistik distribusi frekuensi dalam melihat perubahan pengetahuan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pencegahan perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza. Kegiatan ini diharapkan

dapat berlanjut melalui program pembinaan remaja sekolah dan menjadi bagian dari kegiatan kurikulum ekstrakurikuler dalam mendukung pembentukan perilaku sehat dan bertanggung jawab di kalangan remaja.

### Hasil dan Pembahasan

Pengabdian kepada masyarakat dengan topik “Restrukturisasi Kognitif melalui *Peer Group* dalam Pencegahan Perilaku Seks Pranikah dan Penyalahgunaan Napza” dilaksanakan selama 2 kali pertemuan, yaitu pada tanggal 20 dan 21 Januari 2024 di SMA Negeri 11 Samarinda. Setiap sesi kegiatan dimulai dengan pengukuran pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa mengenai seks pranikah dan penyalahgunaan Napza. Setelah itu, dilakukan kegiatan inti berupa sesi diskusi dan edukasi restrukturisasi kognitif melalui pendekatan *peer group*, di mana siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil yang difasilitasi oleh *peer educator* terlatih.

Dalam setiap sesi, siswa diajak untuk mengenali pola pikir yang salah terkait perilaku berisiko, kemudian dibimbing untuk menggantinya dengan pemikiran yang rasional, positif, dan bertanggung jawab. Aktivitas kelompok dilakukan dengan metode *Peer Group*, permainan edukatif, serta studi kasus sederhana yang sesuai dengan realitas kehidupan remaja. Setelah sesi diskusi selesai, dilakukan *post-test* untuk menilai perubahan pengetahuan dan persepsi siswa setelah mengikuti kegiatan.

Setiap sesi pelaksanaan difokuskan pada topik yang berbeda: sesi pertama membahas pemahaman dasar tentang seksualitas remaja, sesi kedua tentang bahaya seks pranikah, sesi ketiga mengenai dampak dan pencegahan penyalahgunaan Napza, dan refleksi serta komitmen diri untuk hidup sehat tanpa perilaku berisiko. Hasil dari keempat sesi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga diri, menolak ajakan perilaku berisiko, serta menjadi agen perubahan positif di lingkungan sekolah. Gambaran pelaksanaan restrukturisasi kognitif melalui *peer group* pada setiap sesi ditampilkan pada gambar berikut.



Gambar 1 Pelaksanaan Edukasi Kesehatan

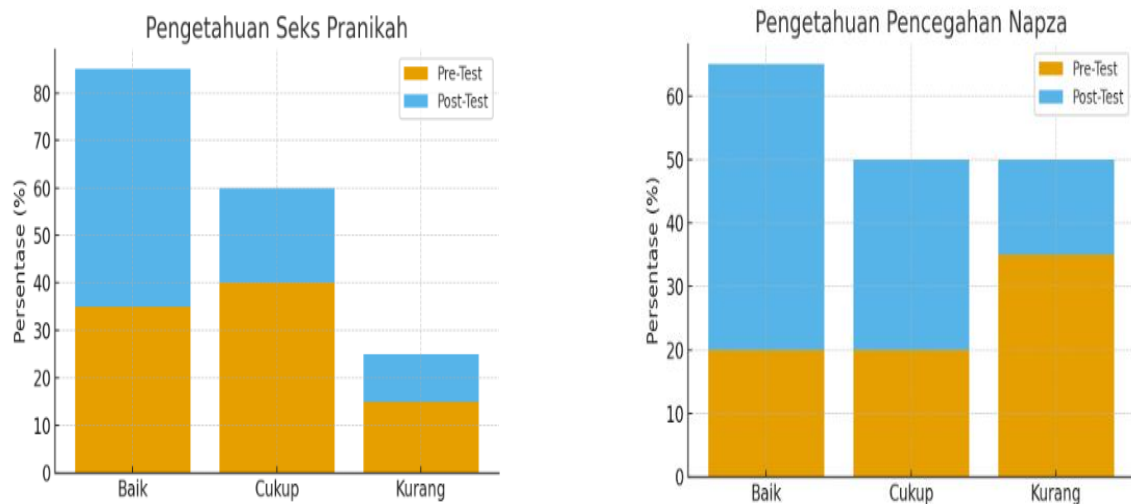
Pada sesi diskusi kelompok, suasana berlangsung dinamis dan interaktif. Para *peer educator* yang telah dilatih sebelumnya berhasil memfasilitasi proses tukar pendapat dengan baik, menciptakan ruang yang aman bagi siswa untuk menyampaikan pendapat, pengalaman, maupun pertanyaan seputar isu seksualitas dan Napza. Beberapa siswa bahkan berani mengemukakan pandangan pribadi dan menceritakan kasus nyata yang mereka temui di lingkungan pergaulan, yang kemudian dijadikan bahan refleksi bersama.

Kegiatan restrukturisasi kognitif dilakukan secara bertahap melalui pendekatan *Peer Group*, permainan edukatif, serta studi kasus yang relevan dengan kehidupan remaja. Melalui metode ini, siswa dilatih untuk mengenali pola pikir yang keliru, misalnya anggapan bahwa perilaku seks pranikah atau mencoba Napza adalah hal yang wajar di masa remaja dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional, sehat, serta berorientasi pada masa depan (Vistin Puryaska, 2025). Suasana kegiatan yang santai namun tetap edukatif membuat siswa merasa nyaman untuk terlibat aktif tanpa rasa canggung.

Secara umum, kegiatan berlangsung kondusif dan sesuai dengan rencana. Seluruh peserta menunjukkan perubahan sikap yang positif, baik dalam hal peningkatan pengetahuan maupun kesadaran terhadap risiko perilaku negatif. Evaluasi akhir melalui post-test memperlihatkan peningkatan skor pengetahuan secara signifikan, menandakan bahwa pendekatan restrukturisasi kognitif melalui *peer group* efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa. Antusiasme siswa juga tercermin dari keinginan mereka agar kegiatan serupa dapat dilaksanakan kembali secara berkelanjutan di lingkungan sekolah sebagai bagian dari program pembinaan remaja.

Tabel 1 Hasil Pengukuran *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Pencegahan Seks Pranikah dan Pencegahan Penyalahgunaan Napza

Kategori Pengetahuan Seks Pranikah	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	18.9	35	27	50
Cukup	21.6	40	10.8	20
Kurang	8.1	15	5.4	10
Kategori Pengetahuan Pencegahan Penyalahgunaan Napza				
Baik	10.5	20	18.9	45
Cukup	10.5	20	16.2	30
Kurang	18.9	35	8.1	15



Gambar 2. Hasil Pengukuran Pre dan Postest Pengetahuan Pencegahan Seks Pranikah dan Pencegahan Penyalahgunaan Napza

Pelaksanaan restrukturisasi kognitif dalam penyuluhan kesehatan pada kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan seks pranikah dilakukan melalui

beberapa tahapan yang terintegrasi (Riyanti, 2020). Kegiatan diawali dengan mengidentifikasi berbagai pikiran keliru dan persepsi negatif yang umum dimiliki remaja tentang seks pranikah, seperti anggapan bahwa perilaku tersebut merupakan hal wajar atau tidak menimbulkan risiko. Setelah itu, siswa diarahkan dalam diskusi kelompok kecil (*peer group discussion*) sehingga mereka dapat bertukar pandangan, menganalisis kesalahan berpikir, serta memahami pengaruh tekanan teman sebaya terhadap pengambilan keputusan.

Tahapan selanjutnya dilakukan fasilitator dengan memberikan informasi yang benar dan berbasis bukti mengenai risiko fisik, psikologis, dan sosial dari seks pranikah (Aprilia & Harahap, 2025). Informasi ini menjadi dasar untuk membantu siswa mengganti pikiran yang keliru dengan keyakinan baru yang lebih adaptif, seperti pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, menghargai diri, dan mampu menolak tekanan lingkungan. Proses ini diperkuat melalui latihan perilaku (*behavioral rehearsal*) berupa *role play* dan simulasi situasi berisiko agar siswa mampu menerapkan pola pikir yang telah direstrukturisasi dalam kehidupan nyata. Seluruh rangkaian kegiatan diakhiri dengan refleksi dan umpan balik, sehingga siswa dapat mengevaluasi perubahan pemahaman mereka dan memperoleh penguatan terhadap pola pikir positif yang telah dibentuk.

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendekatan restrukturisasi kognitif melalui *peer group* di SMA Negeri 11 Samarinda menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada siswa terkait pencegahan perilaku seks pranikah dan penyalahgunaan Napza. Berdasarkan hasil pengukuran *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan jumlah siswa dengan kategori pengetahuan baik. Pada aspek pengetahuan seks pranikah, kategori baik meningkat dari 35% menjadi 50%, sedangkan kategori cukup menurun dari 40% menjadi 20%. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dengan pendekatan restrukturisasi kognitif mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai risiko dan konsekuensi dari perilaku seks pranikah (Ratnasari & Meiyuntariningsih, 2022).

Peningkatan pengetahuan yang serupa juga terlihat pada aspek pencegahan penyalahgunaan Napza. Sebelum intervensi, hanya 20% siswa yang memiliki pengetahuan baik dan 45% tergolong kurang, namun setelah kegiatan, pengetahuan kategori baik meningkat menjadi 45% dan kategori kurang menurun menjadi 15%. Perubahan ini menggambarkan bahwa siswa semakin memahami bahaya penggunaan Napza serta pentingnya kemampuan menolak tekanan sosial dan pengaruh lingkungan yang negative



(Notoadmodjo, 2020). Proses diskusi kelompok dan pembelajaran melalui teman sebaya memberikan ruang bagi siswa untuk saling berbagi pengalaman, memperkuat dukungan emosional, serta menumbuhkan kesadaran kolektif untuk hidup sehat tanpa penyalahgunaan zat adiktif.

Peningkatan pengetahuan ini tidak terlepas dari efektivitas metode restrukturisasi kognitif yang digunakan dalam kegiatan (Riyanti, 2020). Melalui metode ini, siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi juga diajak untuk mengenali, menganalisis, dan memperbaiki pola pikir yang keliru terkait perilaku berisiko (Amalia et al., 2025). Kegiatan *peer group* terbukti mampu meningkatkan partisipasi aktif siswa dan menciptakan suasana pembelajaran yang lebih terbuka dan setara (Tajaruddin et al., 2025). Interaksi antar teman sebaya memungkinkan siswa untuk memahami permasalahan dari sudut pandang mereka sendiri, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna dan berdampak jangka Panjang (Vistin Puryaska, 2025).

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap bahaya seks pranikah dan penyalahgunaan Napza. Dukungan pihak sekolah dan antusiasme peserta menjadi faktor pendukung utama keberhasilan kegiatan ini. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan guru bimbingan konseling dan organisasi siswa, sehingga upaya pencegahan perilaku berisiko dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum dan budaya sekolah. Dengan demikian, siswa tidak hanya memiliki pengetahuan yang baik, tetapi juga kemampuan berpikir kritis dan tanggung jawab moral dalam menjaga diri dari perilaku yang merugikan masa depan mereka.

### Simpulan

Kegiatan ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai bahaya seks pranikah dan penyalahgunaan Napza setelah diberikan edukasi kesehatan. Pendekatan restrukturisasi kognitif efektif membantu siswa mengubah pola pikir yang keliru menjadi lebih rasional, sementara metode *peer group* menciptakan suasana belajar yang aktif dan sesuai karakter remaja. Program ini berhasil menumbuhkan komitmen siswa untuk menghindari perilaku berisiko serta mendorong mereka menjadi agen perubahan di

sekolah. Disarankan agar sekolah mengintegrasikan edukasi berbasis restrukturisasi kognitif ke dalam kegiatan pembinaan, melibatkan guru dan konselor sebagai fasilitator, serta mengembangkan kelompok *peer educator*. Kerja sama dengan puskesmas, lembaga kesehatan, dan perguruan tinggi juga perlu diperkuat untuk mendukung pencegahan perilaku berisiko secara berkelanjutan.

### Daftar Pustaka

- Aisyah, S., Syafa, M., Amiruddin, R., Kesehatan, D. P., Masyarakat, F. K., Hasanuddin, U., & Korespondensi, E. (2020). Pengaruh intervensi melalui media sosial oleh peer educator terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang HIV & AIDS. *JKMM*, 3(1). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.30597/jkmm.v3i1.10299>
- Amalia, M., Putro, H. E., Magelang, U. M., Group, O., Posttest, P., Banyubiru, D., Dukun, K., & Magelang, K. (2025). Pengaruh konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan emosional remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(April), 99–111.
- Aprilia, L., & Harahap, E. K. (2025). *Optimalisasi Peran Bina Keluarga Remaja Melalui Pusat Informasi dan Konseling Remaja dalam Mencegah Seks Bebas di Desa Mekar Sari Kecamatan Kabawetan Kabupaten Kepahiang* (p. 120). Institut Agama Islam Negeri Curup.
- Badan Narkotika Nasional Samarinda. (2024). *Hasil Capaian Kerja BNNK Samarinda Sepanjang 2021. Tangkap 12 Tersangka Narkotika dan Rehabilitasi 143 Pecandu Sabu* (p. 112). Badan Narkotika Nasional Samarinda.
- Fitrianti, D., & Safrudin, B. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perawatan Klien Napza setelah menjalani Perawatan Di Balai Rehabilitasi ( BNN ) Tanah Merah Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(2), 859–865.
- Goit, M. R. D., & Natal, Y. V. (2025). Efektivitas Konseling Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Pada Korban Kenakalan Remaja (Seks Bebas) Di UPTD PPA Sikka. *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 8(1), 97–102. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.33627/es.v8i1.3255>
- Ilmy, N. Z., & Safrudin, B. (2021). Systematic Review Hubungan Komunikasi Orang Tua dan Anak dengan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *Borneo Studies and Research*, 2(3), 1669–1679.
- Ira, N., Muthmainnah, Riris, D. R., & Yuli, P. D. (2023). *Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Menjalankan Peran Sebagai Peer Educator*. 6(5), 912–918. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.56338/mppki.v6i5.2971>
- Notoadmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. In *Rienka Cipta*. Rienka Cipta.
- Pokja Keluarga. (2024). Buku Panduan Pengelolaan Asuhan Keperawatan Keluarga di Puskesmas. In *Dinas Kesehatan Kota Samarinda* (p. 124). Dinkes Kota Samarinda.

- Rahmadhayanti, S., & Safrudin, B. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perawatan Klien Napza setelah menjalani Perawatan Di Balai Rehabilitasi ( BNN ) Tanah Merah Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 2(2), 859–865.
- Ratnasari, I., & Meiyuntariningsih, T. (2022). Restrukturisasi kognitif untuk menangani pola pikir negatif pada remaja. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 3(1).
- Riyanti, N. (2020). Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 2(1), 86–92.
- Safitri, J., & Safrudin, B. (2020). Hubungan komunikasi orang tua dan remaja dengan kenakalan remaja melalui tinjauan systematic review. *Borneo Studies and Research*, 2(1), 111–116.
- Safrudin, B., & Purdani, K. S. (2024). Pencegahan penyalagunaan napza melalui sosialisasi di smk muhammadiyah 04 samarinda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 1, 49–56.
- Safrudin, M. B., & Wibowo, T. A. (2021). Peningkatan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan perilaku seksual berisiko melalui intervensi brief terapi dan life skill (biskill) pada remaja. *Jurnal Health of Studies*, 5(2), 102–109. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.31101/jhes.2337>
- Tajaruddin, M., Wahana, H., Negara, C. K., & Prawira, R. (2025). Efektifitas Media Edukasi berbasis Augmented Reality terhadap Peningkatan Pengetahuan Pola Makan Sehat dalam Pencegahan Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 8(3).
- Vistin Puryaska, H. (2025). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Pencegahan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja di SMAN 11 Samarinda* (p. 87). Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.