

SEMINAR ANTI NARKOBA DAN POLA HIDUP SEHAT

Khalid Rijaluddin¹, Andi Alif Tunru², Rahmat Ilahi³, Fadilah Nurdin⁴

Universitas Muhammadiyah Bone^{1,3}, Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda²
Universitas Muhammadiyah Sinjai⁴

khalidrijaluddin@unimbone.ac.id¹, andialif3333@gmail.com²,
rahmatilahi@unimbone.ac.id³ fadilahnurdin4@gmail.com⁴

Abstrak

Seminar ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya narkoba dan pentingnya menjalani gaya hidup sehat. Dalam seminar ini, akan dibahas berbagai aspek terkait narkoba, termasuk dampak sosial, kesehatan, dan ekonomi yang ditimbulkannya. Selain itu, peserta seminar juga akan diberikan informasi dan panduan tentang bagaimana menjalani pola hidup sehat. Dengan menghadirkan pakar dalam bidang narkoba dan kesehatan, seminar ini akan memberikan wawasan mendalam tentang bahaya narkoba dan manfaat gaya hidup sehat. Peserta diharapkan akan lebih memahami risiko narkoba serta mampu mengambil langkah-langkah konkret untuk menjalani hidup yang lebih sehat dan bebas dari narkoba. Dengan demikian, seminar ini diharapkan dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba dan peningkatan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan

Kata kunci: Pencegahan Narkoba; Gaya Hidup Sehat

Abstract

This seminar aims to increase public awareness about the dangers of drugs and the importance of living a healthy lifestyle. In this seminar, various aspects related to drugs will be discussed, including the social, health and economic impacts they cause. Apart from that, seminar participants will also be given information and guidance on how to live a healthy lifestyle. By presenting experts in the field of drugs and health, this seminar will provide in-depth insight into the dangers of drugs and the benefits of a healthy lifestyle. Participants are expected to better understand the risks of drugs and be able to take concrete steps to live a healthier and drug-free life. Thus, it is hoped that this seminar can contribute to efforts to prevent drug abuse and improve the quality of life of society as a whole

Keywords: Drug Prevention; Healthy Lifestyle

Artikel disubmit: 08-11-2023 disetujui tanggal: 18-12-2023 Artikel Dipublish: 20-12-2023

Corresponden Author: Khalid Rijaluddin, e-mail: khalidrijaluddin@unimbone.ac.id

DOI: <http://dx.doi.org/10.31851/dedikasi.v6i2.13814> 

PENDAHULUAN

Pariwisata olahraga hadir seiring dengan perkembangan zaman, masalah penyalahgunaan

narkoba dan gaya/pola hidup tidak sehat semakin menjadi perhatian serius dalam masyarakat. Kelurahan Mampotu, yang terletak di Kecamatan Amali, juga tidak

WAHANA DEDIKASI

terlepas dari tantangan ini. Penyalahgunaan narkoba dan pola hidup tidak sehat dapat berdampak buruk pada kesehatan, ekonomi, dan stabilitas sosial di tingkat kelurahan.

Kami sadar bahwa untuk mengatasi masalah ini, perlu adanya upaya bersama dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, masyarakat, dan organisasi non-pemerintah. Oleh karena itu, kami Mahasiswa KKN Dik Angkatan 3 UNIM Bone Kelurahan Mompotu merasa perlu menyelenggarakan seminar tentang anti narkoba dan gaya/pola hidup sehat sebagai langkah awal untuk mengedukasi masyarakat sekaligus membuka ruang diskusi yang positif.

Melalui seminar ini, kami berharap dapat menciptakan kesadaran bersama tentang bahaya penyalahgunaan narkoba dan pentingnya menjalani gaya hidup sehat. Kami juga ingin memotivasi warga Kelurahan Mampotu untuk aktif terlibat dalam upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba terutama pada remaja karena Remaja merupakan aset dan investasi bagi perkembangan dan kemajuan bangsa (Ratnawati dan Siregar, t.t.). Oleh karena itu kualitas sumber daya manusia serta kesehatan remaja baik fisik, kejiwaan maupun sosialnya perlu ditingkatkan terus menerus dan simultan.

Dalam pengoptimalan pencegahan narkoba perlu adanya pengembangan ilmu baik berupa modul atau buku sehingga masyarakat dapat teredukasi melalui modul tersebut. Salah satu penulis pengembangan modulu (Fitria dan Edi Harapan, t.t.)

mengemukakan tujuan dari peningkatan modul anti norkoba adalah untuk mengetahui pengembangan modul sebagai bahan ajar pembelajaran anti narkoba, untuk mengetahui kualitas modul dalam pembelajraan anti narkoba ditinjau dari segi kelayakan isi, kelayakan Bahasa, kelayakan penyajian, dan kelayakan gambar, serta untuk mengetahui keefektifan penggunaan bahan ajar berupa modul dalam pembelajaran anti narkoba. Selain penerapan pada modul disekolah juga telah menerapkan Materi mengenai narkoba dimasukkan kedalam pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) tetapi hanya sebagai materi kecil (Mansawan dkk. 2021). Upaya lain seperti sosialisasi dari pihak kepolisian dan/atau pihak kesehatan juga dilakukan tetapi angka penggunaan narkoba pada pelajar atau remaja tetap meningkat. Dengan melihat data pengguna narkoba pada remaja yang terus meningkat maka diperlukan upaya yang lebih intensif untuk menurunkan angka ini. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan mengintegrasikan pendidikan mengenai narkoba kedalam kurikulum sekolah. Melalui kurikulum dalam sekolah semua siswa di Indonesia memiliki kesempatan yang sama untuk mempelajari bahayanya narkoba. Materi mengenai narkoba juga dapat dipelajari dengan lebih mendalam agar murid lebih memahami mengenai narkoba dan dampaknya. Selain pendidikan jasmani ada lagi satu mata pelajaran yang mengejar bahaya narkoba dan menjadi perhatian yang penting

WAHANA DEDIKASI

antinarkoba sudah dimulai sejak SD, SMP dan SMA yang mencakup pengetahuan tentang narkoba dan bahayanya, peningkatan harga diri, dan pembentukan asertasi. Integrasi pendidikan anti narkoba pada kurikulum Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti mencakup tiga domain, yakni domain pengetahuan (kognitif), sikap dan perilaku (afeksi), dan keterampilan (psikomotorik). Implementasi pendidikan antinarkoba di jenjang sekolah menggunakan strategi integratif-inklusif (Machali 2014). Manajemen pembelajaran pendidikan antinarkoba dapat diintegrasikan di semua mata pelajaran, baik agama maupun umum.

Dengan adanya pemahaman mengenai anti narkoba dan pola hidup sehat dapat meningkatkan keamanan serta meningkatkan kualitas hidup mereka melalui pola hidup yang lebih sehat, serta dapat membuat kondisi fisik meningkat baik warga maupun atlet yang ada pada daerah tersebut, sehingga dapat melakukan aktivitas sehari-hari bagi masyarakat dan buat atlet dapat fokus mengikuti kegiatan pelatihan karena salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi adalah faktor kondisi fisik yang dimiliki oleh atlet (Yenes, Mukhtarsyaf, dan Pratama 2023)

Selain peningkagtan kondisi fisik hal lain yang menguntungkan ketika kita menerapkan pola hidup sehat yaitu dapat meningkatkan karekter kita di masyarakat, karakter juga dapat memmpengaruhi dunia kerja. Karena karakter yang baik dari seseorang bisa membuat orang

berperilaku jujur di dunia kerja (Santos dkk. 2022).

Peningkatan pola hidup sehan akan terhindar juga dari penyakit saperti salah satunya penyakit hipertensi atau darah tinggi. Seperti kita ketahui Hipertensi adalah salah satu jenis penyakit tidak menular yang bersifat kronis, berlangsung sepanjang hayat dan bersifat silent killer, dengan angka prevalensi yang sangat tinggi khususnya pada usia dewasa dan lansia (Zulfitri dkk. 2019). Oleh karena itu kita harus lebih fokus pada pola hidup sehat, peran keluarga sangatlah penting dalam peningkatan kesehatan karena mencegah terjadinya komplikasi akibat kondisi hipertensi yang tidak terkontrol melalui gaya hidup sehat sehari-hari. Penyakit darah tinggi yang lebih dikenal sebagai hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari semua kalangan masyarakat, mengingat dampak yang ditimbulkannya baik jangka pendek maupun jangka panjang sehingga membutuhkan penanggulangan jangka panjang yang menyeluruh dan terpadu (Anam 2016). Penyakit hipertensi menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitasnya (kematian) yang tinggi. Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi dari berbagai faktor resiko yang dimiliki seseorang. Berbagai penelitian telah menghubungkan antara berbagai faktor resiko terhadap timbulnya hipertensi.

Seminar ini diharapkan akan menjadi platform untuk berbagi informasi, pengalaman, dan solusi

WAHANA DEDIKASI

konkret dalam mengatasi masalah ini. Dengan kolaborasi yang kuat antara pemerintah, komunitas, dan berbagai pihak terkait, kita dapat bersama-sama menciptakan Kelurahan Mampotu yang bebas dari narkoba dan penuh dengan gaya hidup sehat.

Ada beberapa tren yang cocok diterapkan pada pola hidup sehat seperti Food combining adalah tren baru gaya hidup sehat masa kini yang dimotivasi kebutuhan fisiologis yang merupakan hirarki kebutuhan manusia paling dasar untuk dapat mempertahankan hidup termasuk juga menjaga agar tubuh tetap bugar dan sehat serta terbebas dari segala macam penyakit (Sufa, Christantyawati, dan Jusnita 2017).

Dalam seminar ini, kami akan membahas berbagai aspek terkait narkoba, gaya hidup sehat, serta langkah-langkah konkret yang dapat diambil oleh individu dan komunitas untuk mendukung perubahan positif di Kelurahan Mampotu.

Seminar Anti Narkoba dan Gaya Hidup Sehat adalah langkah proaktif yang diambil di Kelurahan Mampotu untuk mengatasi masalah ini. Seminar ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dampak negatif narkoba pada individu dan masyarakat serta pentingnya gaya hidup sehat.

BAHAN DAN METODE

Pada kegiatan ini diikuti oleh kalangan toko agama, masyarakat, siswa, serta aparat kelurahan Mampotu, serta beberapa siswa

perwakilan setiap satuan pendidikan di wilayah Kelurahan Mampotu.

Dan yang menjadi narasumber dari seminar yang diadakan di kelurahan Mampotu yaitu Kapolsek dan dosen-dosen yang berkopeten pada bidang kesehatan dan paham mengenai masalah narkoba, sehingga dapat memberikan informasi yang tepat dan tepat

Seminar anti narkoba yang di lanjutkan oleh seminar gaya hidup sehat yang melibatkan beberapa pertanyaan dari siswa dan tokoh masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 8 September 2023 Kelurahan Mampotu, Kecamatan Amali.

Langkah-langkah Pelaksanaan diawali dengan diskusi dengan Kepala Lurah Mampotu mengenai kegiatan seminar yang akan dilakukan yaitu anti narkoba dan pola gaya hidup sehat yang dimana, dan menjelaskan manfaat dari kegiatan tersebut seperti meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai bahaya narkoba dan pola hidup sehat yang bertujuan untuk kehidupan masyarakat Kelurahan Mampotu dan akhirnya disepakati kemudian dilanjutkan untuk melakukan persuratan ke Polsek Amali dan narasumber atau pemateri pada kegiatan seminar dan dilanjutkan persuratan ke tokoh agama, masyarakat, pemuda, remaja mesjid, serta melibatkan langsung siswa setiap satuan pendidikan Kelurahan Mampotu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seminar Anti Narkoba dan Gaya/Pola Hidup Sehat yang

WAHANA DEDIKASI

diselenggarakan di POKJA Kelurahan Mampotu, Kecamatan Amali. Seminar ini dihadiri oleh masyarakat Kelurahan Mampotu yang memiliki minat kuat dalam memerangi penyalahgunaan narkoba dan meningkatkan pola hidup sehat. Seminar ini bertujuan

untuk mendorong perubahan positif dalam perilaku dan pola pikir masyarakat Kelurahan Mampotu, serta untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat dan bebas narkoba.



Gambar 1. Seminar anti narkoba dan pola/gaya hidup sehat

Dalam seminar ini, disampaikan pentingnya upaya pencegahan narkoba di tingkat kelurahan ini mencakup edukasi tentang bahaya narkoba. Beberapa hasil utama dari seminar ini yakni peserta seminar mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang bahaya narkoba dan dampak negatifnya pada individu dan masyarakat. Acara ini memperkuat solidaritas dalam komunitas Kelurahan Mampotu dalam upaya bersama untuk melawan narkoba dan mendorong gaya hidup sehat. Para peserta mendapatkan informasi tentang pentingnya gaya hidup sehat, termasuk makanan sehat,

olahraga, serta pentingnya memperbanyak mengkonsumsi air putih.

Dalam seminar, membahas berbagai jenis narkoba yang umumnya digunakan, serta dampak kesehatan dan sosial yang sering kali merusak. Kami juga mengedukasi tentang bagaimana mengenali tanda-tanda penyalahgunaan narkoba dan bagaimana mencari bantuan jika dibutuhkan. Kami menyoroti peran penting Kelurahan Mampotu dalam upaya memerangi narkoba di tingkat komunitas. Kami mendorong kolaborasi antara warga, pemerintah setempat, dan lembaga non-profit untuk menciptakan lingkungan yang bebas dari narkoba.

Seminar ini memberikan informasi tentang kebiasaan sehari-hari yang dapat meningkatkan kesehatan secara keseluruhan, termasuk pentingnya mengonsumsi makanan sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan menjaga kesehatan mental. Kami menginformasikan peserta tentang sumber daya lokal yang tersedia untuk mendukung individu yang berjuang melawan penyalahgunaan narkoba atau masalah kesehatan mental. Ini termasuk pusat rehabilitasi, layanan kesehatan mental, dan jaringan dukungan komunitas. Terdapat beberapa langkah yang dapat diperbuat. Pertama, selalu waspada dengan perkembangan teknologi, canggihnya teknologi membuat para pengedar dapat dengan mudah melancarkan niatnya untuk mengedarkan obat terlarang tersebut. Kedua, tanamkan keteladanan agar dapat memberi bimbingan dan

WAHANA DEDIKASI

dorongan untuk berbuat lebih baik. Ketiga adalah peduli, sekaligus hal paling penting untuk mencegah dan memberantas penyalahgunaan narkoba (Saputra 2021).

Kami juga menyoroti pentingnya gaya hidup sehat dalam seminar ini. Ini mencakup pola makan seimbang, olahraga teratur, tidur yang cukup, serta membiasakan mengkonsumsi air mineral. Menekankan pentingnya kerja sama dengan pihak terkait seperti lembaga pemerintah, organisasi masyarakat, dan praktisi kesehatan untuk mengatasi masalah narkoba dan gaya hidup tidak sehat secara holistik. Penyebab yang sering terjadinya penyalahgunaan narkoba dilingkungan masyarakat disebabkan oleh beberapa faktor yang berkisananbungan yaitu: 1) Faktor letak geografi Indonesia atau wilayah; 2) Faktor ekonomi atau pendapatan; 3) Faktor kemudahan memperoleh obat atau fasilitator; 4) Faktor keluarga dan masyarakat atau eksternal dan internal; 5) Faktor kepribadian atau individual; 6) Faktor fisik dari individu yang menyalahgunakannya

Seminar ini juga memberikan informasi tentang Gaya hidup atau life style seseorang berbeda-beda. Seperti halnya merokok. Kebiasaan merokok dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Merokok dapat memicu timbulnya berbagai penyakit, alcoholic atau peminum alkohol juga merupakan gaya hidup yang tidak baik, Olahraga sebagai life style seseorang juga akan berdampak terhadap kesehatan seseorang, Kebiasaan atau perilaku buruk juga

dapat berdampak buruk bagi kesehatan. Sebagai contoh perilaku jarang mandi dan sering meminjam baju dari teman bisa menyebabkan gangguan kesehatan berupa penyakit kulit scabies, Mandi termasuk salah satu dari personal hygiene yang harus di perhatikan. Selain mandi, banyak aspek lainnya dari personal hygiene yang mempengaruhi kesehatan. Salah satu contohnya adalah rutin memotong dan membersihkan kuku. Ketidakpatuhan terhadap penjagaan kebersihan kuku dapat mempengaruhi kesehatan dan menimbulkan penyakit yaitu infeksi cacing (Adliyani, t.t.).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat harus diterapkan dalam setiap sisi kehidupan manusia kapan saja dan dimana saja termasuk di dalam lingkungan kampu dan tempat tinggal karena perilaku merupakan sikap dan tindakan yang akan membentuk kebiasaan sehingga melekat dalam diri seseorang. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. PHBS merupakan salah satu pilar utama dalam Indonesia Sehat dan merupakan salah satu strategi untuk mengurangi beban negara dan masyarakat terhadap pembiayaan kesehatan. Sehat adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi

WAHANA DEDIKASI

Dalam seminar ini terdapat Permasalahan, Solusi dan Indikator keberhasilan seperti: (1) Masyarakat di Kelurahan Mampotu, Kecamatan Amali, menghadapi peningkatan kasus penyalahgunaan narkoba yang merusak kesehatan dan merugikan individu serta lingkungan, solusinya Mengadakan seminar untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bahaya narkoba dan cara menghindarinya dan indikator keberhasilannya adalah Memantau sejauh mana komunitas di Kelurahan Mampotu terlibat dalam mendukung individu yang ingin berubah dan meninggalkan penyalahgunaan narkoba. (2) Minimnya kesadaran masyarakat akan pentingnya gaya/pola hidup sehat, seperti kurangnya aktivitas fisik dan konsumsi makanan tidak sehat, berkontribusi pada masalah kesehatan, solusinya Mengadakan sesi edukasi yang fokus pada pentingnya gaya/pola hidup sehat, termasuk olahraga, nutrisi, dan keseimbangan mental dan indikator keberhasilannya adalah Mengukur peningkatan pengetahuan masyarakat tentang bahaya narkoba dan perubahan positif dalam pola hidup.

Solusi dalam memiliki gaya hidup sehat sehingga seseorang memiliki kesehatan yang baik adalah dengan membantu menumbuhkan kesadaran akan perlunya memiliki gaya hidup yang sehat. Melalui pemahaman yang baik, diharapkan lahir pemikiran positif yang memotivasi diri untuk melakukan aktivitas merawat kesehatan yang baik. Harapan yang lebih jauh adalah aktivitas yang sehat itu dilakukan secara rutin,

sehingga aktivitas itu akan berubah menjadi perilaku dan kemudian menjadi gaya hidupnya sehari-hari (Sumarwati dkk. 2022). Bentuk kegiatan yang mendukung solusi ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang gaya hidup sehat sebagai fondasi memiliki masa depan yang lebih baik

Berdasarkan hasil seminar ini tentu memiliki peran penting untuk meningkatkan pemahaman dan komitmen masyarakat di Kelurahan Mampotu untuk menghindari narkoba dan menerapkan gaya hidup sehat. Dengan kerja sama aktif dari seluruh kelurahan, kami berharap dapat menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan bebas dari narkoba.

KESIMPULAN

Seminar Anti Narkoba dan Gaya/Pola Hidup Sehat yang diselenggarakan di Pokja Kelurahan Mampotu, Kecamatan Amali memiliki tujuan yang sangat baik.

Acara ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya narkoba dan pentingnya gaya hidup sehat. Berdasarkan acara tersebut, beberapa kesimpulan dapat diambil:

1. Kesadaran tentang bahaya narkoba penting dalam seminar ini berhasil menyampaikan informasi tentang bahaya narkoba kepada peserta. Hal ini penting untuk mencegah penyalahgunaan narkoba di masyarakat.
2. Gaya hidup sehat harus didorong melalui acara ini,

WAHANA DEDIKASI

masyarakat juga diingatkan tentang pentingnya gaya hidup sehat. Promosi gaya hidup sehat seperti olahraga, pola makan seimbang, dan menjauhi kebiasaan merusak kesehatan sangat diperlukan.

3. Peran aktif pemerintah setempat sangat penting dalam mengatasi masalah narkoba dan mempromosikan gaya hidup sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Zaraz Obella Nur. t.t. "Pengaruh Perilaku Individu terhadap Hidup Sehat."
- Anam, Khairul. 2016. "GAYA HIDUP SEHAT MENCEGAH PENYAKIT HIPERTENSI" 3 (2).
- Fitria, Verawati Happy, dan Edi Harapan. t.t. "PENGEMBANGAN MODUL ANTI NARKOBA." *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan)* 6.
- Machali, Imam. 2014. "Integrasi Pendidikan Anti Narkoba dalam Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Kurikulum 2013." *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam* 8 (2): 229–44.
<https://doi.org/10.21580/nw.2014.8.2.579>.
- Mansawan, Anthony Hanoch, Cahyani Mega Ayu Lestari Putri, Christian Nathaniel, dan Nabila Ramadhani Nugroho. 2021. "Anti-Drug Education in the Curriculum." *ALTRUISTIK : Jurnal Konseling dan Psikologi Pendidikan* 1 (2).
<https://doi.org/10.24114/altrui.stik.v1i2.26227>.
- Muhammad, Fahri dkk. "Sosialisasi Anti Narkoba dan Kepemimpinan Terhadap Generasi Muda" *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, Universitas Muhammadiyah Jakarta, 26 Oktober 2022.
- Ratnawati, Diah, dan Tatiana Siregar. t.t. "Optimalisasi Peran Satgas Remaja Anti Narkoba Sebagai Progam Pendamping Kelurahan Bersinar."
- Santos, Maria Herlinda Dos, Ardo Okilanda, Tiara Noviarini, A Anwar Ishar, Andi Nahdia T Walinga, dan Dede Dwiansyah Putra. 2022. "KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DALAM MEMBANGUN KARAKTER ERA 5.0."
- Saputra, Dedi. 2021. "SOSIALISASI ANTI HOAX, ANTI NARKOBA, SERTA PENGEMBANGAN UMKM DI DESA KUBU KABUPATEN KUBU RAYA." *Mafaza : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1 (1): 35–43.
<https://doi.org/10.32665/mafaza.v1i1.262>.
- Setyawan, Iwan dan Sri Sulistyawati. "Mewaspadaai Bahaya Penyalahgunaan Narkotika Pada Kalangan Masyarakat" *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian*, 2019.

WAHANA DEDIKASI

- Sufa, Siska Armawati, Nevrettia Christantyawati, dan Raden Ayu Erni Jusnita. 2017. "Tren Gaya Hidup Sehat dan Saluran Komunikasi Pelaku Pola Makan Food Combining." *Jurnal Komunikasi Profesional* 1 (2). <https://doi.org/10.25139/jkp.v1i2.473>.
- Supu, Idawati dan Trisnawaty J. Buhongo. "Pemberdayaan Masyarakat dalam Memberantas Peredaran dan Penyalagunaan Narkoba" *Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo*, 2021.
- Sumarwati, Made, Wastu Adi Mulyono, Desiyani Nani, Keksi Girindra Swasti, dan Haidar Amr Abdilah. 2022. "Pendidikan Kesehatan tentang Gaya Hidup Sehat Pada Remaja Tahap Akhir." *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 5 (1): 36–48. <https://doi.org/10.31294/jabdmas.v5i1.11354>.
- Yenes, Ronni, Fadh Mukhtarsyaf, dan Angga Okta Pratama. 2023. "SOSIALISASI PELATIHAN KONDISI FISIK ATLET DI KONI KABUPATEN AGAM PROVINSI SUMATERA BARAT."
- Zulfitri, Reni, Ganis Indriati, Yufitriana Amir, dan Fathra Annis Nauli. 2019. "PEMBERDAYAAN KELUARGA SADAR HIPERTENSI (GADARSI) DALAM PENINGKATAN GAYA HIDUP SEHAT PENDERITA HIPERTENSI." *Jurnal Ners Indonesia* 9 (2): 182. <https://doi.org/10.31258/jni.9.2.182-188>.