

Peningkatan Pemahaman Siswa Terhadap Masa Transisi Remaja Menuju Pendewasaan Serta Bahaya Penyalahgunaan Narkoba dan Dampaknya Pada Kesehatan Remaja

Risma Eka Desiyani¹, Lucky Dita Agustiansyah², Santi Endrawati³

¹ Universitas Bina Bangsa, Indonesia

^{2,3} Universitas Mathla'ul Anwar, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Risma Eka Desiyani

E-mail: rismalucky25@gmail.com

Abstrak

Masa remaja adalah masa dimana banyak terjadi berbagai proses yang dialami seorang individu baik secara fisik maupun psikis. Untuk itu sosialisasi ini bertujuan untuk dapat memaparkan apa saja perkembangan yang terjadi pada masa remaja menuju pendewasaan serta bahaya dari penyalahgunaan narkoba dan pengaruhnya terhadap kesehatan remaja baik kesehatan reproduksi, gizi seimbang untuk remaja maupun kesehatan mental dari kecemasan yang dialaminya. Metode yang akan digunakan dalam sosialisasi ini adalah studi pustaka dari berbagai sumber referensi data, serta memberikan beberapa kuesioner. Dari analisis ini akan ditemukan masalah apa yang umum mereka alami dan apa latar belakang dari permasalahan tersebut secara general. Bagaimana mereka memotivasi diri, apakah cukup dengan peran self-motivation, lalu, apakah mereka membutuhkan motivasi dari orang lain dalam menangani masalah ini, lalu bagaimana konteks nya terhadap seseorang yang lebih menutup diri, serta mereka yang menganggap masalah dan stres yang mereka alami hanya angin lalu, serta bagaimana dengan kesehatan mental mereka dewasa ini. Dengan kondisi ini peran motivasi terhadap diri sendiri seperti self-love hingga self-awareness cukup berperan penting. Peran orang terdekat juga hal yang penting dalam membantu mereka meluapkan perasaan.

Kata kunci - NAPZA, Remaja, Kesehatan reproduksi, Gizi seimbang, Kesehatan mental, Motivasi diri, Psikolog

Abstract

Adolescence is a time when there are many processes experienced by an individual, both physically and psychologically. For this reason, this socialization aims to be able to explain what developments occur in adolescence towards maturity and the dangers of drug abuse and its effects on adolescent health, both reproductive health, balanced nutrition for adolescents and mental health from the anxiety they experience. The method to be used in this socialization is a literature study from various data reference sources, as well as providing several questionnaires. From this analysis will be found what problems they commonly experience and what is the background of these problems in general. How do they motivate themselves, is it enough with the role of self-motivation, then, do they need motivation from other people in dealing with this problem, then how is the context devoured by someone who is more closed off, and those who think the problems and stress they experience are just winds. Then, how about their mental health today. With this condition, the role of self-motivation, such as self-love and self-awareness, plays an important role. The role of the closest people is also important in helping them express their feelings.

Keywords - Drug, Adolescent, Reproductive health, Balanced nutrition, Mental health, Self-motivation, Psychologist

PENDAHULUAN

Narkotika adalah zat atau obat baik yang bersifat alamiah, sintetis, maupun semi sintetis yang menimbulkan efek penurunan kesadaran, halusinasi, serta daya rangsang. Sementara menurut UU Narkotika pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa narkotika merupakan zat buatan atau pun yang berasal dari tanaman yang memberikan efek halusinasi, menurunnya kesadaran, serta menyebabkan kecanduan. Obat-obatan tersebut dapat menimbulkan kecanduan jika pemakaiannya berlebihan. Pemanfaatan dari zat-zat itu adalah sebagai obat penghilang nyeri serta memberikan ketenangan. Penyalahgunaannya bisa terkena sanksi hukum.

Penyalahgunaan obat terlarang masih merupakan salah satu masalah remaja di Indonesia, karena sekitar 27,32% pengguna narkoba di Indonesia berasal dari kalangan pelajar dan mahasiswa. Dari hasil survei (Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, 2016), angka prevalensi terbanyak penyalahgunaan narkoba adalah pernah mencoba memakai dan alasan untuk bersenang-senang. Pernah mencoba memakai tertinggi pada tahun 2016 berada pada kelompok Sekolah Menengah Atas. Angka prevalensi pernah pakai penyalahgunaan narkoba paling tinggi yaitu di D.I Yogyakarta (6.6%), diikuti DKI Jakarta (5.3%) dan Sumatera Barat (4.7%) (Badan Narkotika Nasional, 2017).

Penyalahgunaan narkoba bisa berdampak negatif tak hanya pada kesehatan fisik dan mental, namun juga kesehatan reproduksi pria maupun wanita. Sebab, narkoba juga bisa menyebabkan masalah serius seperti penyakit menular seksual (PMS), infertilitas, dan kanker. Pada wanita, narkoba dan alkohol bisa menyebabkan komplikasi terkait kehamilan. Sedangkan pada pria, mereka mungkin mengalami satu atau lebih masalah reproduksi akibat penggunaan narkoba dan alkohol. Karena itu dilansir dari Drug Abuse, pria dan wanita sangat perlu memahami efek narkoba pada sistem reproduksinya.

METODE

Metode yang digunakan dalam sosialisasi ini adalah dalam bentuk kuesioner. Kuesioner adalah daftar pertanyaan tertulis yang diberikan kepada subjek yang diteliti untuk mengumpulkan informasi yang dibutuhkan. Kuesioner dibedakan dua macam yaitu kuesioner tertutup dan kuesioner terbuka. Kuesioner tertutup berisikan pertanyaan dengan pilihan jawaban, sedangkan kuesioner terbuka berisi pertanyaan dengan jawaban berupa opini. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan mengajukan kuesioner tertutup dan terbuka secara tertulis terhadap objek yang diteliti yaitu para remaja usia 12-14 tahun. Analisis data kemudian dilakukan dengan menghubungkan teori yang sudah dibahas dengan opini narasumber yang dilakukan secara tertulis yang kemudian dikonstruksikan secara deskriptif.

1. Sasaran : Siswa dan Siswi SMP NEGERI 23 Kota Serang
2. Susunan Acara : Pembukaan, Materi, Diskusi tanya jawab, Pengisian kuesioner, dan penutup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan di SMP NEGERI 23 Kota Serang KP. GELAM KEC. CIPOCOK JAYA pada tanggal 08 Agustus 2023, pada pukul 09:00 – 13:00 WIB.

Narkoba

1. Pengertian Narkoba

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika, bahan adiktif lainnya. Secara etimologis narkoba atau narkotika berasal dari bahasa Inggris narcose atau narcosis yang berarti menidurkan dan pembiusan. Narkotika berasal dari bahasa Yunani yaitu narke atau narkam yang berarti terbius sehingga tidak merasakan apa-apa. Narkotika berasal dari perkataan narcotic yang artinya sesuatu yang dapat menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan efek stupor (bengong), bahan-bahan pembius dan obat bius. Dan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia mengistilahkan narkoba atau narkotika adalah obat yang dapat menenangkan syaraf, menghilangkan rasa sakit, menimbulkan rasa

mengantuk atau merangsang. Narkoba adalah obat untuk menenangkan saraf, menghilangkan rasa sakit, dan menidurkan (dapat memabukkan, sehingga dilarang dijual untuk umum). Narkoba mempunyai banyak macam, bentuk, warna, dan pengaruh terhadap tubuh. Akan tetapi dari sekian banyak macam dan bentuknya, narkoba mempunyai banyak persamaan, diantaranya adalah sifat adiksi (ketagihan), daya toleran (penyesuaian) dan daya habitual (kebiasaan) yang sangat tinggi. Ketiga sifat inilah yang menyebabkan pemakai narkoba tidak dapat lepas dari “cengkraman” nya. Narkoba terdiri dari dua zat, yakni narkotika dan psikotropika. Dan secara khusus dua zat ini memiliki pengertian, jenis (golongan), serta diatur dengan undang-undang yang berbeda. Narkotika diatur dengan Undang-undang No.35 Tahun 2009, sedangkan psikotropika diatur dengan Undang-undang No.5 Tahun 1997. Dua undang-undang ini merupakan langkah pemerintah Indonesia untuk meratifikasi Konferensi PBB Gelap Narkotika Psikotropika Tahun 1988. Narkotika, sebagaimana bunyi pasal 1 UU No.22 Tahun 1997 didefinisikan sebagai zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik buatan atau semi buatan yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, mengurangi sampai menimbulkan nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan.

2. Bahaya dan Dampak Penyalahgunaan Narkoba

a. Dehidrasi

Penyalahgunaan zat tersebut bisa menyebabkan keseimbangan elektrolit berkurang. Akibatnya badan kekurangan cairan. Jika efek ini terus terjadi, tubuh akan kejang-kejang, muncul halusinasi, perilaku lebih agresif, dan rasa sesak pada bagian dada. Jangka panjang dari dampak dehidrasi ini dapat menyebabkan kerusakan pada otak.

b. Halusinasi

Halusinasi menjadi salah satu efek yang sering dialami oleh pengguna narkoba seperti ganja. Tidak hanya itu saja, dalam dosis berlebih juga bisa menyebabkan muntah, mual, rasa takut yang berlebih, serta gangguan kecemasan. Apabila pemakaian berlangsung lama, bisa mengakibatkan dampak yang lebih buruk seperti gangguan mental, depresi, serta kecemasan terus-menerus.

c. Menurunnya Tingkat Kesadaran

Pemakai yang menggunakan obat-obatan tersebut dalam dosis yang berlebih, efeknya justru membuat tubuh terlalu rileks sehingga kesadaran berkurang drastis. Beberapa kasus si pemakai tidur terus dan tidak bangun-bangun. Hilangnya kesadaran tersebut membuat koordinasi tubuh terganggu, sering bingung, dan terjadi perubahan perilaku. Dampak narkoba yang cukup berisiko tinggi adalah hilangnya ingatan sehingga sulit mengenali lingkungan sekitar.

d. Kematian

Dampak narkoba yang paling buruk terjadi jika si pemakai menggunakan obat-obatan tersebut dalam dosis yang tinggi atau yang dikenal dengan overdosis. Pemakaian sabu-sabu, opium, dan kokain bisa menyebabkan tubuh kejang-kejang dan jika dibiarkan dapat menimbulkan kematian. Inilah akibat fatal yang harus dihadapi jika sampai kecanduan narkotika, nyawa menjadi taruhannya.

e. Gangguan Kualitas Hidup

Bahaya narkoba bukan hanya berdampak buruk bagi kondisi tubuh, penggunaan obat-obatan tersebut juga bisa mempengaruhi kualitas hidup misalnya susah berkonsentrasi saat bekerja, mengalami masalah keuangan, hingga harus berurusan dengan pihak kepolisian jika terbukti melanggar hukum.

Berdasarkan hasil dari beberapa pertanyaan yang telah dibuat dalam bentuk kuesioner. Masalah – masalah yang terjadi pada remaja transisi cukup beragam. Depresi yang mereka alami salah satunya berasal dari faktor keluarga. faktor keluarga salah satu penyebab internal dalam masalah psikis pada seorang anak. Karena keluarga merupakan lingkungan utama pada setiap pertumbuhan anak. Keluarga yang selalu dalam masalah akan secara tidak langsung mendidik anak dengan sesuatu yang keras. Sehingga menjadikan pribadi mereka yang pemarah, keras kepala, dan tidak mau diatur. Bagaimana peran mereka itu sangat berpengaruh terhadap dampak positif maupun negatif. Dalam kasus lain, faktor dari lingkungan luar yang belum bisa menerima kehadiran mereka dalam suatu kelompok juga memicu munculnya perasaan yang berpengaruh pada psikis. Beberapa orang introvert

merasa terbebani dengan stigma bahwa mereka membosankan, tidak asik, dan sulit diajak bicara. Remaja atau bahkan orang dewasa dengan situasi ini akan sangat merasa terkuras energinya jika berbicara dengan orang diluar circle-nya.

Lingkungan seperti ini ialah suatu lingkungan yang lepas dari pengawasan dan bimbingan. Lingkungan seperti ini dicita-citakan oleh sekelompok anak-anak muda yang ingin mencari kebebasan tersendiri. Kelompok ini diawali dengan perbuatan-perbuatan yang sifatnya demonstratif dengan menonjolkan nama gang mereka "Gang Gaul" Kegiatan selanjutnya dari kelompok ini ialah dengan tindak kekerasan, perkelahian, perkosaan, kejahatan, dan tindakan-tindakan lainnya yang negatif, termasuk penggunaan narkoba dan obat-obat keras secara bebas dan berlebihan. Lingkungan seperti ini pada saat sekarang memberikan rangsangan yang sangat keras kepada remaja yang jiwanya di tuntut untuk mendapat kebebasan dan kebebasan-kebebasan.

Beberapa penelitian membuktikan perlunya waktu yang relatif lama untuk keberhasilan suatu program pencegahan penyalahgunaan narkoba hingga ke tingkat perubahan perilaku. Untuk itu diperlukan adanya pelajaran mengenai penanggulangan bahaya narkoba pada remaja yang dapat dimasukkan ke dalam kurikulum SD, SMP, maupun SMU.



Gambar 1.
Kegiatan Sosialisasi



Gambar 2.
Dokumentasi Kegiatan

KESIMPULAN

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap bahaya dampak dari penyalahgunaan narkoba, dan pergaulan bebas. Rendahnya pemahaman, mengakibatkan

peningkatan pesat pernikahan dini, penyalahgunaan narkoba, dan pergaulan bebas. Pernikahan dini memiliki dampak buruk bagi kesehatan reproduksi, dan memerlukan kematangan/kedewasaan baik mental maupun fisik, dan adanya pemahaman yang siap sebelum menjalani pernikahan. Bahaya narkoba, dan pergaulan bebas berdampak pada generasi penerus bangsa dan perlu adanya kesadaran siswa. Terdapat hubungan antara Pembelajaran Kesehatan Reproduksi Remaja dengan pengetahuan NAPZA di SMPN 23 Kota Serang, dimana pada kelompok siswa SMPN 23 Kota Serang yang telah diberikan pembelajaran kesehatan reproduksi remaja, jumlah siswa yang mengetahui tentang NAPZA lebih banyak dibandingkan yang belum mendapatkan pembelajaran.

Masalah pencegahan penyalahgunaan NAPZA bukanlah menjadi tugas dari sekelompok orang saja, melainkan menjadi tugas kita bersama. Upaya pencegahan penyalahgunaan NAPZA yang dilakukan sejak dini sangatlah baik, tentunya dengan pengetahuan yang cukup tentang penanggulangan tersebut. Peran orang tua dalam keluarga dan juga peran pendidik di sekolah sangatlah besar untuk pencegahan dan penanggulangan NAPZA. Pada remaja khususnya siswa SMPN 23 Kota Serang yang belum diberikan pembelajaran, diberlakukan juga kebijakan pembelajaran kesehatan reproduksi remaja, sehingga pengetahuan remaja siswa SMPN 23 Kota Serang akan kesehatan reproduksi, khususnya NAPZA meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N. (2013). Kesehatan Reproduksi Remaja. http://cyber.unissula.ac.id/journal/dosen/publikasi/210104090/635Kespro_Remaja.pdf
- Al-Mighwar, M. (2006). Psikologi Remaja, Petunjuk Bagi Guru dan Orangtua. Pustaka Setia.
- Ali, M. da. A., & M. (2010). Psikologi Remaja. Bumi Aksara.
- Mangku, M P, Mudji W, Arief S, Ulani Y. Pencegahan Narkoba Sejak Usia Dini. Jakarta: 202 Vol. 1 | No. 3 | Desember 2014 | Jurnal Kesehatan Reproduksi: 196 - 202 Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia, 2007. pdf (upi.edu) .
<https://ejournal.upi.edu/index.php/jpis/article/viewFile/29495/pdf>
- Sabili Nomor 14 Tahun XIV, 24 Januari 2008. Dewi, dkk. (2012). Perilaku Seksual Remaja. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Upaya Mempersiapkan Masa Pubertas Pada Anak. Portal Garuda
- Soetrisno et al., Hubungan Pembelajaran Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Pengetahuan Tentang Napza Siswa SMU di Surakarta
- Widodo. Perilaku dalam Upaya Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba pada Remaja Desa Gonilan Sukoharjo. Jawa Tengah. 2009
- Y. N. E. Sary, "Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal," J-PENGMAS (Jurnal Pengabd. Kpd. Masyarakat), vol. 1, no. 1, p. 45, 2017..