

## **PENYULUHAN BAHAYA PENGGUNAAN NARKOBA TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA USIA REMAJA**

**Ibnu Sina<sup>1</sup>, Pardiman<sup>2</sup>, Tito Parta Wibowo<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3)</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas Bina Bangsa

e-mail: ibnu.sina@binabangsa.ac.id<sup>1</sup>, pardiman727@gmail.com<sup>2</sup>, titopartawibowo@gmail.com<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Remaja adalah masa dimana seorang individu mengalami perubahan dan perkembangan, baik dalam perubahan fisik, kognitif dan psikososial. Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi dan kehidupan sosial. Tidak hanya perubahan fisik, cara berpikir pun ikut berubah. Mereka akan mulai mencoba-coba sesuatu yang terlihat menarik. Dan kerap kali tidak memikirkan konsekuensi yang akan diterima dari perbuatan yang dilakukan. Misalnya mencoba rokok, obat-obatan terlarang, narkoba, seks yang tidak aman, dan lain sebagainya. Salah satu cara untuk mencegah peningkatan kasus penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja adalah dengan meningkatkan pengetahuan dan persepsi remaja tentang narkoba melalui penyuluhan. Tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah Pencegahan dan penanggulangan penyalahgunaan narkoba dikalangan remaja, serta untuk memperkuat moral dan kepribadian remaja saat ini dan masa depan. Hasil yang diharapkan yaitu meningkatnya pemahaman peserta didik di usia remaja tentang jenis-jenis narkoba, bagaimana penyalahgunaan narkoba berdampak pada kesehatan fisik, mental, pendidikan, sosial, dan ekonomi.

**Kata kunci:** Remaja, Bahaya Penggunaan Narkoba

### **Abstract**

Adolescence is a period when an individual experiences change and development, both in physical, cognitive and psychosocial changes. Psychological changes that occur in adolescents include intellectual, emotional and social life. Not only physical changes, the way of thinking also changes. They will start trying out something that looks interesting. And often they don't think about the consequences they will receive from their actions. For example, trying cigarettes, illegal drugs, drugs, unsafe sex, and so on. One way to prevent an increase in cases of drug abuse among teenagers is to increase teenagers' knowledge and perceptions about drugs through education. The aim of this outreach activity is to prevent and control drug abuse among teenagers, as well as to strengthen the morals and personality of current and future teenagers. The expected result is increased understanding of students in adolescence about the types of drugs, how drug abuse has an impact on physical, mental, educational, social and economic health.

**Keywords:** Teenagers, Dangers of Drug Use

### **PENDAHULUAN**

Remaja adalah masa dimana seorang individu mengalami perubahan dan perkembangan, baik dalam perubahan fisik, kognitif dan psikososial. Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi dan kehidupan sosial. Masa remaja adalah masa pertumbuhan dari anak-anak menjadi dewasa. Masa remaja melakukan pengendalian diri, Pada masa tersebut, ada dua hal yang penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri Yang pertama adalah perubahan lingkungan, dan yang kedua adalah sifat internal remaja, yaitu sifat-sifat yang ada di dalam diri mereka sendiri, yang membuat mereka lebih bergejolak dari pada masa perkembangan lainnya (Shidiq, 2018). Tidak hanya perubahan fisik, cara berpikir pun ikut berubah. Mereka akan mulai mencoba-coba sesuatu yang terlihat menarik. Dan kerap kali tidak memikirkan konsekuensi yang akan diterima dari perbuatan yang dilakukan. Misalnya mencoba rokok, obat-obatan terlarang, narkoba, seks yang tidak aman, dan lain sebagainya

Sebagian peneliti menggambarkan masa remaja sebagai masa dimana seorang mulai berkembang dan mengeksplorasi dirinya sendiri untuk mencari identitas diri yang nyata. Bukan lagi sekedar nama dan garis keturunan, tetapi lebih pada identifikasi sikap, minat, bakat, dan kecenderungan lainnya yang sejatinya didasarkan pada kemungkinan remaja untuk lebih berperan atau mendapatkan otonomi dalam lingkungan di mana mereka merasa nyaman dan diterima. Beberapa hal menunjukkan bahwa perkembangan sosial seseorang sangat penting untuk mencegah perilaku menyimpang. Sebagai salah satu penyimpangan di antara melalui pertemanan. Pertemanan merupakan langkah awal dimana

remaja akan lebih kuat dan berani secara bersama melakukan berbagai kenakalan termasuk menggunakan narkoba.

Narkoba adalah obat atau zat yang terbuat dari zat kimia sintetis atau semisintetis (buatan) atau alami dari tanaman. Narkoba dapat memengaruhi sistem syaraf, terutama otak, jika masuk ke dalam tubuh secara oral (melalui mulut), dihirup (melalui hidung), atau intravena (melalui jarum suntik). Jika digunakan secara berlebihan dapat menyebabkan kecanduan yang menyebabkan berbagai masalah, termasuk masalah fisik, mental, dan fungsi sosial (Eleanora, 2011). Pengguna narkoba dapat menjadi ketergantungan. Ketergantungan adalah suatu kebiasaan yang dilakukan berulang-ulang untuk mendapatkan kepuasan, sehingga jika hasratnya tidak terpenuhi, akan menyebabkan perilaku yang tidak diinginkan (Fitri, 2014). Pengguna narkoba yang berlebihan bisa mengakibatkan overdosis hingga menyebabkan kematian.

Narkoba dapat merusak perkembangan mental generasi muda, baik untuk pengguna maupun orang lain (Amanda, 2017). Narkoba sebagai zat sangat di perlukan untuk perawatan medis, seringkali narkoba disalahgunakan dengan cara yang tidak sesuai dengan standar pengobatan. Jika ini ditambahkan ke peredaran narkoba secara ilegal, akan menimbulkan akibat yang sangat merugikan bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan, terutama generasi muda yang dapat merusak kehidupan dan nilai-nilai budaya bangsa (Multazam, 2018). Berbagai upaya yang dilakukan untuk mencegah penyalahgunaan narkoba, khususnya dikalangan remaja. Salah satu cara untuk mencegah penyalahgunaan narkoba adalah dengan memberikan penyuluhan dan sosialisasi tentang bahaya penyalahgunaan narkoba kepada peserta didik, berkomunikasi dengan orangtua peserta didik, dan berusaha memberikan respons yang serius dan tepat terhadap masalah narkoba.

Selain itu penyalagunaan narkoba sangat merusak aspek kesehatan mental para pengguna itu sendiri. Orang yang sehat mentalnya adalah mereka yang dapat hidup selaras dengan lingkungan mereka, melakukan kewajiban mereka, dan menerima hak mereka yang seharusnya mereka miliki. Menurut Merriam Webster, kesehatan mental adalah keadaan emosional dan psikologis yang baik di mana seseorang dapat memanfaatkan kemampuan emosi dan kognitif mereka, berpartisipasi dalam komunitasnya, dan memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Hingga saat ini, penyebaran narkoba hampir tidak dapat dicegah. karena hampir setiap orang di dunia dapat dengan mudah mendapatkan narkoba dari orang-orang yang tidak bertanggung jawab. Misalnya, dari bandar narkoba yang senang mencari mangsa di lingkungan sekola. Hal ini pasti dapat membuat orang tua, dan pemerintah khawatir tentang penyebaran narkoba yang begitu bebas. Namun masih sedikit kemungkinan untuk menghindarkan narkoba dari kalangan remaja maupun dewasa, bahkan anak-anak usia SD SMP dan SMA pun banyak yang terjerumus narkoba. Saat ini, metode yang paling efektif untuk mencegah anak-anak menggunakan narkoba adalah pendidikan keluarga. Orang tua harus memantau dan mengajarkan anaknya untuk tidak pernah menggunakan narkoba.

Salah satu cara untuk mencegah peningkatan kasus penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja adalah dengan meningkatkan pengetahuan dan persepsi remaja tentang narkoba melalui penyuluhan. Penyuluhan ini dilakukan untuk mencegah perilaku menyimpang di SMA Negeri 1 Padarincang Kabupaten Semarang. Harapanya jika telah mengetahui tentang bahayanya narkoba bagi kesehatan metal siswa, siswa dapat membangun benteng fikiran yang kuat untuk mencegah mereka terjerumus ke hal-hal yang dapat menghancurkan masa depan mereka sediri dan orang lain.

## METODE

Pada kegiatan penyuluhan bahaya penggunaan narkoba dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Padarincang Kabupaten Serang menggunakan metode partisipatif, ceramah dan diskusi. Peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan ini merupakan siswa/siswi Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Padarincang perwakilan kelas X, XI, dan XII yang berjumlah 30 orang. Kegiatan penyuluhan ini melibatkan dinas kesehatan, polsek, guru, siswa dan siswi SMA Negeri 1 Padarincang Kabupaten Serang. Dalam kegiatan penyuluhan ini terdiri atas prakegiatan yaitu koordinasi dengan pihak sekolah, dinas kesehatan, polsek Padarincang Kabupaten Serang, acara pembukaan, pemberian materi dan terakhir sesi tanya jawab serta diskusi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan bahaya penggunaan narkoba terhadap kesehatan mental pada usia remaja ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Padarincang Kabupaten Serang dimulai dengan dengan melakukan persiapan dan koordinasi dengan kepala sekolah SMA 1 Negeri Padarincang, Dinas Kesehatan dan Polsek padarincang Kabupaten Serang. Koordinasi dilakukan

dengan tujuan agar kegiatan penyuluhan ini dapat berjalan dengan baik dan memperoleh dukungan dari berbagai pihak yang terlibat di dalam kegiatan penyuluhan tersebut.

Kegitan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 06 agustus 2024 pukul 08.00 WIB sampai selesai. Sebelum pemaparan materi berlangsung narasumber memberikan beberapa pertanyaan mengenai bahaya narkoba kepada peserta dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan narkoba. Setelah diberikan beberapa pertanyaan tentang bahaya penggunaan narkoba, masih ada siswa kurang mengetahui akan bahaya penggunaan narkoba. Beberapa hal penting yang perlu dilakukan mengenai penyalahgunaan narkoba dikalangan remaja adalah senantiasa menanamkan nilai-nilai agama dan moral dalam diri peserta didik. Sangat penting juga untuk memiliki lingkungan yang sehat dan positif yang mendukung kreativitas peserta didik dan memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi bakatnya. Apalagi anak usia remaja memang selalu ingin mencoba hal-hal baru dan membutuhkan arahan untuk mencari jati diri dan mengembangkan potensi diri mereka (Na'mah et al.,2019).

Beberapa dampak bahaya penyalahgunaan narkoba terhadap anak adalah dampak fisik terutama kesehatan anak, dampak sosial, dampak psikologis serta dampak terhadap pendidikan dan perlindungan hukum kepada anak sebagai pelaku penyalahgunaan narkoba (Siti Hamzah, 2019). Dibutuhkan peranan semua pihak dalam memberantas penyalahgunaan narkoba dikalangan anak dan remaja termasuk, orang tua dan guru serta masyarakat dan membantu anak yang sudah terjerumus kedalam penyalahgunaan narkoba. Kurangnya pengetahuan dan wawasan tentang dampak yang ditimbulkan oleh penyalahgunaan narkoba serta ketidakmampuan untuk menolak dan melawan menjadikan remaja dan anak menjadi sasaran oleh pengedar dan bandar narkoba. Jika para remaja dan anak mengetahui bahaya narkoba, mereka akan menunjukkan sikap negatif dan menolak narkoba. Berikut ini gambaran pemberian materi oleh narasumber dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Pemberian Materi oleh Narasumber

Setelah narasumber memberikan materi, peserta diberi kesempatan untuk bertanya dan berbicara dalam sesi tanya jawab. Materi yang diberikan termasuk jenis narkoba, dampak penyalahgunaan narkoba pada fisik, mental, pendidikan, sosial, dan ekonomi, serta metode pencegahan dan penanggulangan penyalahgunaan narkoba dikalangan remaja. Peserta sangat antusias dalam bertanya kepada narasumber mengenai materi tentang bahaya dan dampak penggunaan narkoba. Narasumber menyampaikan materi dalam kegiatan penyuluhan melalui metode ceramah dan diskusi, dan materi tersebut didasarkan pada fakta dan peristiwa di lapangan yang berkaitan dengan penyalahgunaan narkoba.

Sharing pengalaman narasumber dalam menangani anak dan remaja yang terjerumus dalam penyalahgunaan narkoba mendorong peserta untuk mengetahui cara mencegah dan menolak narkoba di lingkungan sekolah dan masyarakat. Mereka yang berpartisipasi menjadi lebih termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan positif dan mendapatkan dukungan untuk berani melaporkan jika mereka melihat kasus penyalahgunaan narkoba terjadi di lingkungan sekitarnya. Setelah sesi tanya jawab selesai maka kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama anatra peserta dan narasumber. Gambaran foto bersama antara peserta dan narasumber dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 2. Foto Bersama Peserta dan Narasumber

Untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta didik tentang bahaya penyalahgunaan narkoba, perlu dilakukan upaya promotif, preventif, dan represif. Upaya promotif melibatkan internalisasi dan penanaman nilai moral pada peserta didik, dan upaya preventif melibatkan pengawasan dan bimbingan yang dilakukan secara komunikatif oleh orang tua, guru, dan masyarakat setempat (Indrajaya et al., 2021). Penyuluhan ini mampu meningkatkan kesadaran anak-anak dan remaja sekaligus meningkatkan kesadaran orangtua tentang bagaimana mereka mengawasi dan memperhatikan anak mereka. Lingkungan yang baik dan sehat dalam keluarga maupun di masyarakat mampu memberikan pengaruh positif bagi anak dan remaja, sebaliknya, lingkungan yang buruk dan kurangnya pengetahuan mengenai dampak penyalahgunaan narkoba dapat menjatuhkan masyarakat khususnya bagi anak dan remaja dalam kubangan narkoba.

## SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan penyuluhan ini adalah meningkatnya pemahaman peserta didik di usia remaja tentang jenis-jenis narkoba, bagaimana penyalahgunaan narkoba berdampak pada kesehatan fisik, mental, pendidikan, sosial, dan ekonomi. Pencegahan dan penanggulangan penyalahgunaan narkoba dikalangan remaja, serta untuk memperkuat moral dan kepribadian remaja saat ini dan masa depan.

## SARAN

Salah satu saran yang perlu disampaikan dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah membangun komunikasi yang lebih baik dengan pihak yang bersedia menyediakan tempat, serta sarana dan prasarana lainnya yang diperlukan untuk menjalankan kegiatan dengan lebih baik. Selain itu, waktu juga harus dievaluasi karena waktu yang diberikan kepada masing-masing narasumber sangat sedikit, sehingga jumlah materi yang dapat dipaparkan terbatas, yang pada akhirnya berdampak pada jumlah waktu yang dihabiskan untuk sesi tanya jawab.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Bina Bangsa yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini dan juga dukungan dari teman-teman sekalian sampai terselesaikan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, M. P., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Penyalahgunaan Narkoba di kalangan remaja. *Jurnal Penelitian & PPM*, 4(2), 339-345.
- Eleanora, F. N. (2011). Bahaya Penyalahgunaan narkoba serta usaha pencegahan dan penanggulangannya. *Jurnal hukum*, 25(1), 439-452.
- Fitri, M. (2014). Sosialisasi dan penyuluhan narkoba. *AJIE (Asian Journal of Innovation and Entrepreneurship)*, 3(2), 72-76.
- Indrajaya, Tanzil, M., Ronaldo, M., & Rsyadi, I. (2021). Sosialisasi Bahaya Penyalahgunaan Narkoba Bagi Generasi Muda Desa Sungai Rengit Kecamatan Talang Kelapa Kabupaten Banyu Asin. *Suluh Abdi: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 5–11
- Multazam, A. M., & Asrina, A. (2018). Dampak Penyalahgunaan Narkotika, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA) terhadap Perilaku Seks Pranikah. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 204-216.
- Na'mah, L. U., Zakiyyah, N., Khasanah, E. W., Hermawan, H., & Setiawan, A. (2019). Peningkatan Pengetahuan Melalui Sosialisasi Kesehatan Reproduksi Remaja Tentang Kenakalan Remaja (Narkoba dan HIV/AIDS). *Prosiding University Research Colloquium*
- Shidiq, A. F., & Raharjo, S. T. (2018). Peran pendidikan karakter di masa remaja sebagai pencegahan kenakalan remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 176
- Siti Hamzah Marpaung, D. (2019). Bahaya Narkoba serta Perlindungan Hukum Terhadap Anak Sebagai Pelaku Penyalahguna Narkoba di Kabupaten Purwakarta. *Jurnal Hukum Positum*, 4(1), 98–115