

Sumber : <i>KOMPAS</i>	Hari/Tgl : <i>Senin, 17 Januari 2022</i>	Hlm/Kol : <i>5/1-4</i>
Subjek : <i>Narkotika</i>	Bidang : <i>Pidana</i>	

# Narkotika dan Kesehatan Mental Kita

Siapa pun dengan motif apa pun bisa terjebak penyalahgunaan narkoba. Banyaknya mereka yang terlibat menandakan kesehatan mental kita rentan.

M Zaid Wahyudi

Sejak pertengahan tahun 2021 hingga awal tahun 2022, sejumlah figur publik ditangkap polisi akibat mengonsumsi narkotika dan obat-obatan atau narkoba terlarang. Sebagai fenomena gunung es, jumlah masyarakat awam yang terlibat dalam penyalahgunaan narkoba dipastikan jauh lebih besar. Pendekatan hukum semata nyata-nya tak mampu mengurangi kasus-kasus yang terjadi.

Tidak ada motif tunggal yang membuat seseorang mengonsumsi narkoba. Motif itu umumnya saling bertumpang tindih antara faktor fisik, psikologis, dan sosial. Beban hidup, tekanan pekerjaan, konsep diri yang tak matang, persoalan kesehatan fisik dan mental, hingga tuntutan lingkungan yang tak pernah ada akhirnya membuat hidup terasa penuh tekanan.

Namun, sebagian orang gagal mencari solusi positif atas masalahnya. "Pengguna narkoba adalah orang yang gagal menciptakan kenikmatan hidup dengan cara yang positif," kata fasilitator rehabilitasi Badan Narkotika Nasional (BNN), Yosi Eka Putri, di Jakarta, Minggu (16/1/2022).

Sebagian orang mengonsumsi narkoba agar tetap terlihat cantik dan langsing. Ada yang menggunakannya agar bisa bekerja keras di tengah tekanan dan beban kerja tinggi.

## Penggolongan Zat Psikoaktif

Zat psikoaktif adalah zat yang memengaruhi kerja sistem saraf pusat (otak dan sumsum tulang belakang) dan mengubah suasana hati, pikiran, perilaku atau persepsi pengguna terhadap kejadian di sekitarnya.

### 1 Stimulan

Contoh: Kokain, amfetamin, metamfetamin, nikotin\*, kafein\*

### 2 Opioida (narkotika)

Heroin, morfin, opium, demerol

### 3 Depresan

Alkohol\*, barbiturat, benzodiazepin, gama hidroksi butirat, rohipnol

### 4 Halusinogen

LSD, meskalin peyote, ekstasi, beberapa jenis jamur\*

### 5 Tidak masuk klasifikasi

Ganja, miraa (khat), anestetik disosiatif (PCP), inhalan

\*Zat psikoaktif legal meski tingkat keamanannya belum tentu lebih baik dari zat yang ilegal

Sumber. Kurikulum 1: Fisiologi dan Farmakologi untuk Profesional Adiksi; US Department of State's Bureau of International Narcotics and Law Enforcement Affairs (INL), 2011/MZW



INFOGRAFIK: LUHUR



Namun, ada pula yang memakainya untuk stimulan guna menambah keberanian maupun mendorong proses kreatif.

Meski demikian, ada orang menggunakan narkoba untuk swamedikasi atau pengobatan mandiri, meningkatkan kepercayaan diri, mengatasi sindrom pascakekuasaan (*postpower syndrome*), pelampiasan stres, akibat berbagai persoalan hidup, seperti konflik rumah tangga hingga pelarian dari beban hidup, seperti kemiskinan atau utang.

Ada juga yang mengonsumsi untuk sekadar menemani pasangan atau ikut-ikutan, yaitu sebagai konformitas agar diterima kelompok tertentu. Se-

mula mereka hanya coba-coba, tetapi akhirnya kecanduan dan sulit melepaskan diri.

"Motivasi pemakaian narkoba sangat bergantung pada kebutuhan yang diinginkan atau dibayangkan. Karena itu, kasus narkoba tidak bisa disamakan satu dengan yang lain," tambah Guru Besar Psikologi Sosial Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta Koentjoro.

Motif, kemudahan, dan kemampuan ekonomi juga berdampak pada pilihan jenis narkoba yang digunakan. Di sisi lain, keragaman wilayah dan ekonomi membuat narkoba yang digunakan sangat bera-

## Sambungan

Sumber : KOMPAS

Hari/Tgl : Senin, 17 Jan 2022

Hlm/Kol : 5/1-4

gam. Menghirup lem, mengonsumsi obat batuk tertentu secara berlebihan, hingga makan jamur tahi sapi menjadi alternatif sebagian orang demi mendapat efek narkotika.

### Generasi rentan

Survei Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba 2021 yang dilakukan BNN bersama Badan Riset dan Inovasi Nasional dan Badan Pusat Statistik menunjukkan prevalensi penggunaan narkoba selama setahun terakhir naik dari 1,80 persen atau setara 3,42 juta penduduk pada 2019 menjadi 1,95 persen atau sekitar 3,66 juta orang pada 2021.

Sementara prevalensi mere-

ka yang pernah memakai narkoba juga naik dari 2,40 persen atau sekitar 4,53 juta orang pada 2019 menjadi 2,57 persen atau setara 4,83 juta orang pada 2021.

Jumlah itu diprediksi akan terus meningkat seiring perkembangan penduduk, pertumbuhan ekonomi, serta perubahan sosial yang menyertai.

Besarnya penduduk Indonesia merupakan pasar besar narkoba. Mereka yang tak bisa mengikuti perubahan sosial di

masa depan yang makin cepat akan tertinggal, dan menimbulkan tekanan mental hingga frustrasi.

Di sisi lain, generasi muda saat ini hidup di dunia maya yang dipenuhi oleh tontonan yang mengumbar emosi. Situasi itu rentan menimbulkan berbagai persoalan kesehatan mental, termasuk penyalahgunaan narkoba.

Walau pandemi berdampak pada semua orang, nyatanya tidak semua menjadikan narkoba sebagai pelampiasan. Persoalan kesempatan dan dukungan lingkungan sosial sekitar sangat menentukan.

"Guru, keluarga, dan masyarakat perlu peduli dengan penyalahgunaan narkoba. Mereka perlu mengenali gejala awal penggunaan narkoba hingga bisa segera bertindak dan berobat agar jangan sampai kecanduan," tambah Yosi.

Menurut Koentjoro, kesehatan mental adalah produk budaya. Pencegahan dan penanganan narkoba pun harus dilakukan dengan pendekatan budaya. Pendekatan budaya dan sosial ke masyarakat perlu terus diperkuat, bukan dengan pendekatan hukum semata.