

B. Zat Adiktif

Ayo, Kita Pelajari



- Jenis-jenis zat adiktif
- Cara kerja zat adiktif
- Dampak penggunaan zat adiktif



Istilah Penting

- Zat adiktif
- Narkotika
- Psikotropika
- Stimulan
- Halusinogen
- Depresan

Mengapa Penting?



Mempelajari materi ini akan membantumu memahami berbagai zat adiktif serta dampaknya bagi kesehatan, sehingga kamu dapat menghindari penyalahgunaan zat adiktif.

Pada bagian sebelumnya kamu telah belajar banyak tentang zat aditif, yaitu bahan yang ditambahkan dengan sengaja ke dalam makanan atau minuman. Pada bagian ini kamu akan belajar tentang zat adiktif. Tahukah kamu apakah zat adiktif itu? Zat adiktif adalah zat-zat yang apabila dikonsumsi dapat menyebabkan ketergantungan (adiksi) atau ingin menggunakannya secara terus menerus (ketagihan). Zat adiktif alami yang biasa dikonsumsi adalah kafein yang ada dalam kopi, dan theine yang ada di dalam teh. Setelah minum kopi, biasanya orang akan merasa lebih segar disebabkan oleh kerja kafein. Pernahkah kamu mendengar bahwa orang yang terbiasa minum kopi, kemudian tidak minum kopi akan merasa pusing? Gejala itu menunjukkan seseorang mengalami ketergantungan. Selain kafein masih banyak zat adiktif lainnya. Zat adiktif dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu (1) narkotika, (2) psikotropika, dan (3) zat psiko-aktif lainnya.

1. Jenis-jenis Zat Adiktif

a. Narkotika

Narkotika merupakan zat berbahaya yang tidak boleh digunakan tanpa pengawasan dokter. Penggunaan narkotika tanpa pengawasan dokter adalah melanggar hukum. Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, menghilangkan atau mengurangi rasa nyeri, dan menyebabkan ketergantungan bagi penggunaanya.

Narkotika dapat dikelompokkan menjadi tiga golongan berdasarkan potensi dalam menyebabkan ketergantungan. Narkotika golongan I, sangat berbahaya karena berpotensi sangat tinggi menyebabkan ketergantungan. Narkotika ini tidak digunakan dalam pengobatan. Misalnya, heroin/putaw, kokain, dan ganja. Narkotika golongan II, berpotensi tinggi dalam menyebabkan ketergantungan dan dapat digunakan sebagai pilihan terakhir dalam pengobatan. Misalnya, morfin, petidin, dan metadon. Gambar 5.11 menunjukkan kemasan morfin dan metadon yang digunakan dalam medis. Barang ini tidak boleh dibeli dan digunakan tanpa resep dan pengawasan dokter.



Sumber: (a) www.theoakstreetreatment.com, (b) www.telegraph.co.uk

Gambar 5.11 (a) Morfin, (b) Metadon dalam Kemasan serta Struktur Kimianya

Narkotika golongan III, berpotensi ringan dalam menyebabkan ketergantungan dan banyak digunakan dalam pengobatan. Misalnya, kodein. Penggunaan narkotika sangat berbahaya bagi kesehatan sehingga penyalahgunaan narkotika dapat merusak masa depan generasi muda. Hindarilah dan jauhi zat-zat yang terkait dengan narkotika!



Tahukah Kamu?

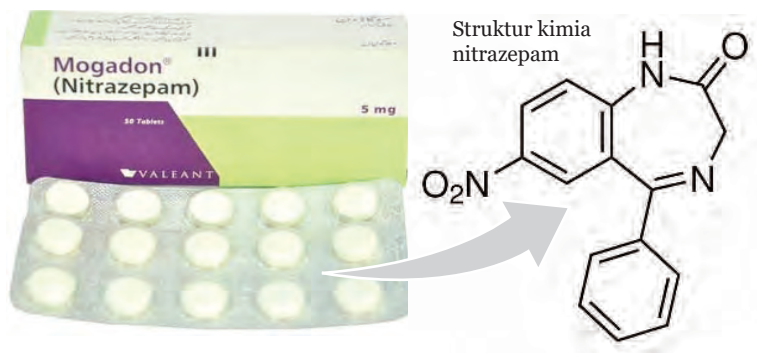
Barang siapa dengan tanpa hak dan melawan hukum menggunakan narkotika golongan I bagi diri sendiri, dipidana penjara paling lama 4 tahun, golongan II 2 tahun, dan golongan III 1 tahun (UU Narkotika Pasal 85). Barang siapa dengan tanpa hak dan melawan hukum menggunakan narkotika terhadap orang lain atau memberikan narkotika golongan I untuk digunakan orang lain, dipidana penjara paling lama 15 tahun dan denda paling banyak 750 juta rupiah; golongan II 10 tahun penjara dan denda 500 juta

rupiah; golongan III 5 tahun penjara dan denda 250 juta rupiah (UU Narkotika Pasal 84).

b. Psikotropika

Narkotika dapat menyebabkan seseorang kehilangan kesadaran dan ketergantungan. Zat lain yang juga berbahaya adalah psikotropika. Zat ini merupakan obat yang berkhasiat psiko-aktif yang memengaruhi mental dan perilaku seseorang. Misalnya orang yang sulit tidur, bila meminum obat tidur (golongan psikotropika) dapat menyebabkan tidur nyenyak. Oleh sebab itu penggunaan psikotropika harus sesuai dengan resep dokter!

Psikotropika dapat dikelompokkan menjadi empat golongan berdasarkan potensinya dalam menyebabkan ketergantungan. Psikotropika golongan I, berpotensi sangat kuat menyebabkan ketergantungan dan tidak digunakan sebagai obat. Misalnya, ekstasi/MDMA (metil dioksi metamfetamin), LSD (*Lysergic acid diethylamide*), dan STP/DOM (*dimetoksi alpha dimetilpenetilamina*). Psikotropika golongan II, berpotensi kuat menyebabkan ketergantungan dan sangat terbatas digunakan sebagai obat. Misalnya amfetamin, metamfetamin, fenisiklidin, dan ritalin. Psikotropika golongan III, berpotensi sedang menyebabkan ketergantungan dan banyak digunakan sebagai obat. Misalnya pentobarbital dan flunitrazepam. Psikotropika golongan IV, berpotensi ringan dalam menyebabkan ketergantungan dan sangat luas digunakan sebagai obat. Misalnya diazepam, klobazam, fenobarbital, barbital, klorazepam, dan nitrazepam seperti pada Gambar 5.12 yang digunakan sebagai obat tidur.



Sumber: www.improvehealthcare.org

Gambar 5.12 Nitrazepam dalam Bentuk Tablet dan Struktur Kimianya



Tahukah Kamu?

Barang siapa tanpa hak dan melawan hukum menggunakan psikotropika golongan I di luar ketentuan hukum dapat dipidana 4-15 tahun penjara dan denda 15-750 juta rupiah (UU Psikotropika pasal 59)

c. Zat Psiko-Aktif Lainnya

Selain narkotika dan psikotropika terdapat zat atau obat lain yang berpengaruh terhadap kerja sistem saraf pusat jika disalahgunakan atau dikonsumsi dalam jumlah besar dan dapat menimbulkan dampak yang berbahaya bagi kesehatan tubuh. Beberapa contoh zat psiko-aktif selain narkotika dan psikotropika misalnya alkohol, nikotin, dan kafein.

Jenis alkohol yang banyak digunakan yaitu etanol (C_2H_5OH). Zat ini dapat diperoleh secara alami melalui fermentasi glukosa dengan ragi (*Saccharomyces cerevisiae*). Bila seseorang meminum minuman beralkohol, maka kandungan alkohol dalam darahnya akan tinggi, menyebabkan orang itu mabuk dan mengalami penurunan kesadaran. Oleh sebab itu, orang yang mabuk tidak boleh mengendarai kendaraan. Selain etanol, salah satu jenis alkohol yaitu metanol yang biasa digunakan pada industri sebagai pelarut zat tertentu. Dalam kehidupan sehari-hari metanol dikenal juga dengan nama spiritus. Zat ini sangat beracun dan bila terminum dapat memutuskan saraf mata, sehingga orang dapat menjadi buta atau bahkan meninggal dunia.

Nikotin terdapat dalam daun tembakau (Gambar 5.13). Daun tembakau ini biasanya digunakan sebagai bahan pembuatan rokok. Akibatnya, orang yang merokok dapat lebih tahan kantuk atau lebih aktif. Namun demikian, merokok berbahaya bagi kesehatan karena dapat menyebabkan kanker tenggorokan dan kanker paru-paru. Coba kamu perhatikan kemasan rokok. Pada kemasan rokok, terdapat peringatan: “merokok dapat membunuhmu!”





Struktur kimia
nikotin



Sumber: www.naranorthwest.org

Gambar 5.13 Daun Tembakau dan Struktur Senyawa Nikotin yang Terkandung Di dalamnya

Kafein merupakan zat yang secara alami terdapat dalam kopi. Tahukah kamu, selain ditemukan dalam kopi, kafein juga ditemukan pada teh dan dikenal dengan nama theine namun kadarnya tidak sebanyak kafein dalam kopi. Meskipun kafein merupakan zat psiko-aktif, namun tidak ada larangan dalam penggunaannya. Umumnya kopi dikonsumsi dengan tujuan agar tidak mengantuk. Hal ini disebabkan karena kafein merupakan stimulus yang mampu meningkatkan kerja otak. Mengonsumsi kopi tidak dilarang, tetapi tidak dianjurkan untuk dikonsumsi secara berlebihan.



Struktur kimia
kafein



(a)



(b)

Sumber: Dok. Kemdikbud

Gambar 5.14 (a) Minuman Kopi, (b) Minuman Teh



Tahukah Kamu?

Zat adiktif juga dapat dikelompokkan berdasarkan pada pengaruhnya terhadap tubuh, yaitu:

- Stimulan, merupakan zat adiktif yang dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf pusat atau fungsi organ tubuh lainnya, seperti meningkatkan detak jantung, laju pernapasan, dan tekanan darah. Stimulan akan membuat orang lebih siaga dan tidak merasakan lelah, contohnya kafein, nikotin, kokain, dan metamfetamin. Ingatlah! Kokain dan metamfetamin dilarang digunakan, barang siapa yang menggunakan di luar ketentuan hukum dapat dipidana 15 tahun penjara.
- Sedatif/hipnotika atau dikenal dengan depresan, merupakan zat adiktif yang memiliki efek berkebalikan dengan stimulan. Depresan akan menghambat aktivitas sistem saraf pusat atau fungsi organ tubuh lainnya. Depresan akan menurunkan kesadaran dan menyebabkan rasa kantuk, menurunkan tekanan darah, memperlambat detak jantung, dan membuat otot lebih rileks. Contoh depresan misalnya: asam barbiturat, alkohol, dan diazepam.
- Halusinogen, merupakan zat adiktif yang memberikan efek halusinasi atau khayal. Pengguna zat ini akan mendengar atau melihat sesuatu yang sebenarnya tidak nyata. Contoh halusinogen misalnya, LSA (*Lysergic acid amide*) dan LSD (*Lysergic acid diethylamide*). Penggunaan LSA dan LSD juga dilarang oleh hukum, oleh karena itu hindarilah zat-zat ini.

2. Dampak Penggunaan Zat Adiktif bagi Kesehatan

Banyak sekali dampak buruk yang disebabkan oleh penggunaan zat adiktif terhadap kesehatan.

a. Dampak Penggunaan Narkotika

Penggunaan heroin, morfin, opium, dan kodein dalam jangka pendek dapat menghilangkan rasa nyeri, ketegangan berkurang, rasa nyaman, diikuti perasaan seperti mimpi dan mengantuk. Penggunaan jangka panjang dapat menyebabkan ketergantungan, meninggal



karena overdosis, menyebabkan sembelit, gangguan siklus menstruasi, dan impotensi. Jika dalam penggunaannya menggunakan jarum suntik yang tidak steril, maka dapat tertular berbagai jenis penyakit berbahaya seperti hepatitis dan HIV/AIDS.

Efek jangka pendek penggunaan ganja yaitu akan timbul rasa cemas dan gembira menjadi satu, banyak bicara, tertawa terbahak-bahak, halusinasi, berubahnya perasaan waktu (lama dikira sebentar) dan ruang (jauh dikira dekat), peningkatan denyut jantung, mata merah, mulut dan tenggorokan kering. Penggunaan ganja dalam jangka panjang dapat menyebabkan daya pikir berkurang, motivasi belajar turun drastis, perhatian ke lingkungan sekitar berkurang, radang paru-paru, daya tahan tubuh menurun, dan gangguan sistem peredaran darah. Efek jangka pendek penggunaan kokain yaitu rasa percaya diri meningkat, banyak bicara, rasa lelah hilang, kebutuhan tidur berkurang, dan halusinasi penglihatan serta perabaan. Efek jangka panjang yaitu kurang gizi, anemia, kerusakan pada hidung, dan gangguan jiwa.

b. Dampak Penggunaan Psikotropika

Penggunaan ekstasi (metilen dioksi metamfetamin/MDMA) dan sabu (metamfetamin) dalam jangka pendek dapat menyebabkan terjaga (tidak tidur), rasa riang, perasaan melambung, rasa nyaman, dan meningkatkan keakraban. Namun, setelah itu akan timbul rasa tidak enak, murung, nafsu makan hilang, berkering, rasa haus, badan gemetar, jantung berdebar, dan tekanan darah meningkat. Dalam jangka panjang dapat menyebabkan kurang gizi, anemia, penyakit jantung, gangguan jiwa (psikotik), dan pembuluh darah di otak dapat pecah sehingga mengalami *stroke* atau gagal jantung yang mengakibatkan kematian.

Setelah menggunakan obat nipam/nitrazepam (Gambar 5.12) dalam dosis tertentu, seseorang akan merasa tenang dan otot-otot mengendur. Jika dosis penggunaannya tinggi, maka dapat menyebabkan gangguan bicara, gangguan persepsi, dan jalan sempoyongan. Jika dosis lebih tinggi lagi, akan dapat menyebabkan penghambatan pada pernapasan, koma, dan kematian.



Tahukah Kamu?

Pecandu cukup umur dan orangtua/wali pecandu belum cukup umur wajib melaporkan diri/dilaporkan keluarganya pada pejabat/ lembaga yang ditunjuk pemerintah untuk mendapatkan pengobatan dan/atau perawatan (UU Narkotika Pasal 88).

c. Dampak Penggunaan Zat Psiko-Aktif Lainnya

Inhalansia dapat menyebabkan kematian mendadak akibat kekurangan oksigen atau karena ilusi, halusinasi, dan persepsi yang salah (misalnya merasa dapat terbang, sehingga orang yang mengonsumsi terjun dari tempat tinggi). Penggunaan inhalansia jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan otak, paru-paru, ginjal, dan jantung.

Alkohol yang masuk ke dalam tubuh akan masuk ke dalam pembuluh darah, menuju otak, dan menekan kerja otak. Akibat jangka pendek dari mengonsumsi alkohol yaitu mabuk, jalan sempoyongan, menyebabkan keinginan untuk merusak, dan dapat menyebabkan kecelakaan akibat mengendarai kendaraan dalam keadaan mabuk. Dalam jangka panjang alkohol dapat merusak hati, merusak kelenjar getah lambung, kerusakan sistem saraf, menyebabkan gangguan jantung, dan meningkatkan risiko kanker. Ibu hamil pecandu alkohol akan melahirkan bayi yang cacat.

Selain nikotin, dalam rokok juga terdapat sekitar 4.000 senyawa, termasuk tar dan karbon monoksida (CO) yang berbahaya bagi tubuh. Perhatikan Gambar 5.15! Senyawa-senyawa ini dapat menyebabkan kanker paru, penyempitan pembuluh darah, penyakit jantung, tekanan darah tinggi, dan impotensi.





Sumber: Dok. Kemdikbud

Gambar 5.15 Berbagai Senyawa Kimia dalam Rokok