

# CONTOH KARYA ESAI 1

*Dokter Cilik FK UHT 2021*

## Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba

Judul Esai

**Delia Rahma; 2019001**

Narkotika adalah zat atau obat baik yang bersifat alamiah, sintetis, maupun semi sintetis yang menimbulkan efek penurunan kesadaran, halusinasi, serta daya rangsang. Narkotika merupakan zat buatan atau pun yang berasal dari tanaman.. Pemanfaatan dari zat-zat itu adalah sebagai obat penghilang nyeri serta memberikan ketenangan. Penggunaan yang berlebihan dapat menimbulkan efek ketergantungan. Pada zaman yang terus berkembang ini, terjadi banyak penyalahgunaan narkotika dan mirisnya hal tersebut sering kali ditemukan pada kalangan remaja hingga masyarakat usia dewasa.

Pendahuluan



**Gambar 1. Data Pengguna Narkoba di Indonesia**

Peredaran dan penyalahgunaan narkoba merupakan salah satu permasalahan nasional yang dipandang serius oleh pemerintah, karena dapat menyebabkan rusaknya moral anak bangsa. Penyalah guna adalah orang yang menggunakan Narkotika tanpa hak atau melawan hukum. Ketika seseorang melakukan penyalagunaan narkotika secara terus-menerus, maka orang tersebut akan berada pada keadaan ketergantungan pada narkotika, baik secara fisik maupun psikis. Kondisi ketergantungan ini ditandai oleh dorongan untuk menggunakan narkotika secara terus-menerus dengan takaran yang meningkat

# CONTOH KARYA ESAI 1

agar menghasilkan efek yang sama dan apabila penggunaannya dikurangi dan/atau dihentikan secara tiba-tiba, menimbulkan gejala fisik dan psikis yang khas.

Kumpulan efek akibat penyalahgunaan narkoba juga semakin beragam. Usaha untuk mengatasi penyalahgunaan narkoba tentunya bukan langkah yang mudah untuk dilakukan. Untuk penanggulangan penyalahgunaan narkoba diperlukan upaya yang terpadu dan komprehensif yang meliputi upaya preventif, represif, terapi dan rehabilitasi. Metode pencegahan dan pemberantasan penyalahgunaan narkoba yang paling efektif dan mendasar adalah metode promotif dan preventif.

## Pembahasan

Program promotif ini kerap disebut juga sebagai program pembinaan. Sasaran pembinaannya pada program ini adalah para anggota masyarakat yang belum memakai atau bahkan belum mengenal narkoba sama sekali. Prinsipnya adalah dengan meningkatkan peranan dan kegitanan masyarakat agar kelompok ini menjadi lebih sejahtera secara nyata sehingga mereka sama sekali tidak akan pernah berpikir untuk memperoleh kebahagiaan dengan cara menggunakan narkoba. Di sisi lain, adapun program preventif yang merupakan program pencegahan yang ditujukan kepada masyarakat sehat yang sama sekali belum pernah mengenal narkoba. Program ini bertujuan agar masyarakat mengetahui tentang berbagai dampak yang ditimbulkan narkoba sehingga mereka menjadi tidak tertarik untuk menyalahgunakannya. Bentuk dan agenda kegiatan dalam program preventif ini:

### **Kampanye anti penyalahgunaan narkoba**

Program pemberian informasi satu arah dari pembicara kepada pendengar tentang bahaya penyalahgunaan narkoba. Kampanye ini hanya memberikan informasi saja kepada para pendengarnya, tanpa disertai sesi tanya jawab. Biasanya yang dipaparkan oleh pembicara hanyalah garis besarnya saja dan bersifat informasi umum. Pesan yang ingin disampaikan hanyalah sebatas arahan agar menjauhi penyalahgunaan narkoba.

### **Penyuluhan seluk beluk narkoba**

Berbeda dengan kampanye yang hanya bersifat memberikan informasi, pada penyuluhan ini lebih bersifat dialog yang disertai dengan sesi tanya jawab. Bentuknya bisa berupa seminar atau ceramah. Tujuan penyuluhan ini adalah untuk mendalami berbagai masalah tentang narkoba sehingga masyarakat menjadi lebih terbuka pemikirannya dan menjadi sadar untuk menjauhi narkoba.

### **Pendidikan dan pelatihan kelompok sebaya**

Perlu dilakukan pendidikan dan pelatihan didalam kelompok masyarakat agar setiap upaya penanggulangan bisa berjalan lebih efektif. Pada program ini

# CONTOH KARYA ESAI 1

pengenalan narkoba akan dibahas lebih mendalam yang nantinya akan disertai dengan simulasi penanggulangan, termasuk latihan pidato, latihan diskusi dan latihan menolong penderita.

## **Upaya mengawasi dan mengendalikan produksi dan upaya distribusi narkoba di masyarakat**

Pogram ini membutuhkan kerja keras dari para aparat terkait seperti polisi, departemen kesehatan, balai pengawasan obat dan makanan (BPOM), imigrasi, bea cukai, kejaksaan, Pengadilan dan sebagainya. Tujuannya adalah agar narkoba dan bahan pembuatnya tidak beredar sembarangan di kalangan masyarakat. Sayangnya program ini masih belum dapat berjalan optimal karena keterbatasan jumlah dan kemampuan petugas

Kesimpulan  
dan Saran

Dengan demikian, pencegahan penyalahgunaan narkoba baik diluar dan didalam negeri akan berjalan efektif apabila didukung dengan kolaborasi dan partisipasi aktif dari segenap lapisan masyarakat termasuk para orang tua, tokoh masyarakat dan agama, kelompok remaja dan kelompok masyarakat lainnya. Hal ini akan menjadi strategi yang sangat diperlukan untuk merespon secara multi disiplin dalam permasalahan penyalahgunaan narkoba yang sangat kompleks. Masalah penyalahgunaan narkoba ini juga menuntut penanganan secara komprehensif dan terpadu dari masyarakat baik secara individu maupun kelompok yang mempunyai potensi untuk membantu generasi muda dalam mencegah penyalahgunaan narkoba.

## **REFERENSI**

1. <https://www.validnews.id/yudisial/Yang-Muda--Rentan-Tergoda-Narkoba-QqA> (diakses pada 20 Agustus 2021)
2. Buku : AWAS! Narkoba Masuk Desa
3. <https://bnn.go.id/pengertian-narkoba-dan-bahaya-narkoba-bagi-kesehatan/> (diakses pada 21 Agustus 2021)
4. <https://bnn.go.id/pengertian-narkoba-dan-bahaya-narkoba-bagi-kesehatan/> (diakses pada 28 Agustus 2021)

Referensi

# CONTOH KARYA ESAI 2

*Dokter Cilik FK UHT 2021*

## Peduli Demam Berdarah Dengue (DBD)

Judul Esai

Stevani Nathania Irawan; 2019002

Demam berdarah dengue atau DBD merupakan penyakit mudah menular yang berasal dari gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dan *Aedes albopictus*. Penyakit ini disebabkan oleh salah satu dari empat virus dengue. Demam berdarah paling sering menyerang selama dan setelah musim hujan, di area-area tropis dan subtropis

Pendahuluan

Virus dengue masuk ke tubuh manusia melalui gigitan vektor pembawanya yaitu nyamuk dari genus *Aedes*. *Aedes aegypti* adalah vektor yang paling banyak ditemukan menyebabkan penyakit ini. Nyamuk dapat membawa virus dengue setelah setelah menghisap menghisap darah orang yang telah terinfeksi virus tersebut. Sesudah masa inkubasi virus di dalam nyamuk selama 8-10 hari.

Umumnya gejala demam berdarah bersifat ringan, dan muncul 4–7 hari sejak gigitan nyamuk, dan dapat berlangsung selama 10 hari. Gejala biasanya menyerupai penyakit flu, dan bisa saja berkembang menjadi semakin parah jika telat ditangani. Beberapa gejala demam berdarah seperti, demam tinggi mencapai 40 derajat celsius, nyeri kepala berat, sendi, otot, dan tulang, nafsu makan menurun, mual dan muntah, pembengkakan kelenjar getah bening, ruam kemerahan sekitar 2–5 hari setelah demam dan perdarahan dari hidung, gusi, atau di bawah kulit.

Sampai saat ini, belum ditemukan vaksin atau obat antivirus bagi penyakit DBD. Salah satu tindakan yang cukup berhasil guna mencegah demam berdarah adalah dengan mengawasi keberadaan dan menghindari nyamuk pembawa virus dengue tersebut. Berbagai kegiatan telah dilaksanakan antara lain meliputi; pelatihan dokter, pemberantasan vektor dan penyuluhan kepada masyarakat.

Pembahasan

Namun demikian, hingga saat ini upaya pemberantasan DBD belum berhasil di Indonesia, sehingga penyakit ini masih sering terjadi dan menimbulkan KLB di berbagai daerah. Berbagai upaya dilakukan untuk mencegah merebaknya wabah DBD. Salah satu caranya adalah dengan melakukan PSN 3M Plus; menguras, menutup dan mengubur serta plus menghindari gigitan nyamuk.

## CONTOH KARYA ESAI 2



**Gambar 1. Gerakan 3M Melawan DBD**

Cara pertama adalah menguras, merupakan kegiatan membersihkan/menguras tempat yang sering menjadi penampungan air seperti bak mandi, kendi, toren air, drum dan tempat penampungan air lainnya. Dinding bak maupun penampungan air juga harus digosok.

Cara kedua yaitu menutup, merupakan kegiatan menutup rapat tempat-tempat penampungan air seperti bak mandi maupun drum. Menutup juga dapat diartikan sebagai kegiatan mengubur barang bekas di dalam tanah agar tidak membuat lingkungan semakin kotor dan dapat berpotensi menjadi sarang nyamuk.

Cara ketiga mengalami sedikit modifikasi, ketika mengubur bahan-bahan yang tidak mudah terurai seperti sampah plastik, walaupun disatu sisi mengurangi kemungkinan sarang nyamuk muncul karena genangan air hujan, namun disisi lain memunculkan kekhawatiran bahwa ini akan membuat pencemaran lingkungan menjadi lebih buruk. Alternatifnya adalah dengan pengolahan sampah dengan pengumpulan, pengangkutan, pemrosesan, pendaurulangan atau pembuangan dari material sampah.

Nilai yang terakhir yaitu plus yang bisa kita lakukan ini sebenarnya tergantung kreativitas kita dan sudah ada sejak dulu. Bisa dijadikan plus di sini adalah pemberdayaan serta pemberdayaan setiap individu dalam menggunakan dalam menggunakan daya upayanya mencegah “gigitan” nyamuk penyebar virus dengue. Misalnya dengan menggunakan repelan, obat nyamuk atau kelambu saat tidur. Menata ruangan di dalam rumah sedemikian hingga cukup terang dan menjadikan nyamuk tidak memiliki tempat bersembunyi. Bisa juga dibuatkan dibuatkan kolam ikan yang memancing nyamuk bersarang di sana, namun jentik

## CONTOH KARYA ESAI 2

nyamuk menjadi mangsa si ikan. Atau menanam tanaman pengusir nyamuk di taman yang tidak dibuat terlalu lebat.

Kesimpulan  
dan Saran

Oleh karena itu, peduli lingkungan merupakan cara ampuh untuk menanggulangi DBD. Peduli lingkungan tidak akan berjalan dengan baik tanpa kesadaran dari individu tersendiri. Kurang pedulinya masyarakat terhadap lingkungan akan mendatangkan banyak penyakit terutama penyakit DBD. DBD merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus dengue yang ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dan *Aedes Albopictus*. Virus dengue dapat masuk ke tubuh manusia melalui gigitan vektor pembawanya. 3M plus adalah salah satu cara paling ampuh dan mudah untuk diaplikasikan oleh masyarakat.

### REFERENSI

1. <https://dinkes.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/dibanding-fogging-psn-3m-plus-lebih-utama-cegah-dbd-37> (diakses pada 20 Agustus 2021)
2. Buku : Demam Berdarah Dengue
3. <https://promkes.kemkes.go.id/upaya-pencegahan-dbd-dengan-3m-plus> (diakses pada 20 Agustus 2021)

Referensi

# CONTOH KARYA ESAI 3

*Dokter Cilik FK UHT 2021*

## Upaya Pengendalian Kejadian Kebakaran Hutan Dan Lahan (KARHUTLA) Di Indonesia

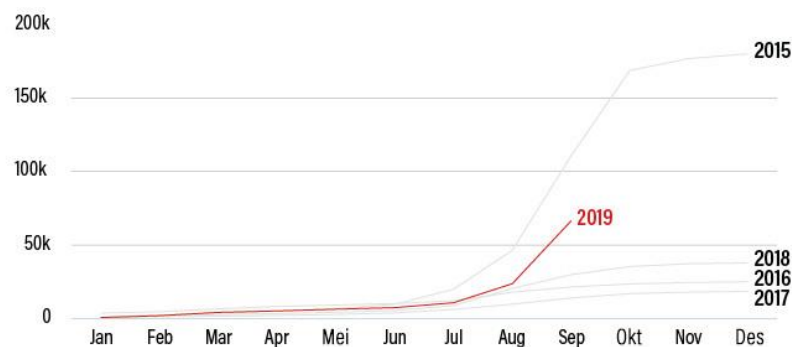
Judul Esai

Maria Angelita K. D.; 2019003

Kebakaran hutan dan lahan seakan sudah menjadi hal yang biasa terjadi di Indonesia. Hal ini utamanya disebabkan oleh kegiatan pembukaan lahan secara besar-besaran yang dilakukan oleh perusahaan perkebunan dan kehutanan tanpa terkendali. Peristiwa seperti ini tentunya membawa bermacam-macam dampak yang meliputi berbagai aspek, seperti kesehatan, lingkungan, dan sosial ekonomi. Kebakaran hutan dan lahan secara nyata menyebabkan peningkatan permasalahan kesehatan masyarakat terutama kelompok berisiko, yaitu ibu hamil, balita, anak-anak dan orang lanjut usia yang memiliki kekebalan tubuh rendah. Bahkan, peristiwa kebakaran hutan dan lahan tidak jarang mengakibatkan korban jiwa. Penurunan jumlah produksi kayu dan hilangnya mata pencaharian juga ikut mempengaruhi ekonomi masyarakat setempat. Proses dekomposisi tanah pun ikut terganggu akibat mikroorganisme yang mati karena kebakaran.

Pendahuluan

Jumlah peringatan kebakaran di Indonesia tahun 2015-2019



Sumber: GFW Fires.

 WORLD RESOURCES INSTITUTE

**Grafik 1. Jumlah Peningkatan Kebakaran Di Indonesia Tahun 2015-2019**

Kebakaran hutan dan lahan (karhutla), khususnya di lahan gambut mendapat perhatian internasional. Hal ini disebabkan oleh kemampuan gambut sebagai penyimpan cadangan karbon dunia yang mempunyai berbagai manfaat. Pada musim penghujan, lahan gambut akan berfungsi untuk menyerap kelebihan air hujan, sehingga mencegah terjadinya banjir. Sebaliknya, pada musim kemarau lahan gambut mengeluarkan air ke udara dan mengalirkannya ke tempat lain, sehingga tidak terjadi kekeringan. Manfaat hutan dan lahan gambut yang bernilai



## CONTOH KARYA ESAI 3

tinggi bagi Indonesia tentunya harus dijaga sebaik mungkin dan perlu didukung dengan upaya pelestarian melalui upaya promotif dan preventif yang memadai.

Langkah awal yang bisa dilakukan untuk mencegah dan mengendalikan kejadian kebakaran hutan, yaitu pemberian edukasi melalui penyuluhan secara intensif mengenai faktor-faktor yang dapat menyebabkan kebakaran hutan dan lahan, dampak negatif yang diperoleh dari kejadian tersebut, bagaimana mencegah dan melestarikannya, serta *skill* untuk pemadaman.

### Pembahasan

Usaha untuk mengurangi tingkat bahaya kebakaran melalui pengurangan bahan bakar dapat dilakukan dengan pemanfaatan limbah yang tersisa/ tertinggal. Limbah sisa pembalakan berupa tunggak, batang, cabang, ranting dan serasah yang sering digunakan sebagai bahan bakar dalam penyiapan lahan dapat dimanfaatkan dan bernilai guna misalnya dengan memanfaatkannya sebagai briket arang. Upaya ini di samping dapat mengurangi bahaya kebakaran sekaligus bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan bahan baku pembuatan briket arang. Keunggulan briket arang yaitu mempunyai nilai kalori yang lebih tinggi serta lebih efektif dan efisien dibanding bentuk aslinya, juga dapat memudahkan dalam pengemasan, pengangkutan, pemasaran dan penggunaannya. Selain itu pemanfaatan limbah dapat juga dilakukan melalui pembuatan pupuk organik/kompos.

Dengan berkembangnya kesadaran akan pengelolaan kehutanan berwawasan lingkungan maka pembuatan kompos akan sangat diperlukan khususnya dalam hal persiapan bahan tanaman. Dalam hal ini sikap ketergantungan terhadap pupuk buatan harus diubah, dimana masyarakat harus mulai dikenalkan dengan alternatif lain berupa pupuk organik yang manfaatnya sama dalam meningkatkan produktivitas tanaman. Penyiapan lahan tanpa bakar dengan menggunakan berbagai teknik pengolahan tanah, pengapuran, dan pemanfaatan bahan bakar yang biasanya mereka bakar (pembuatan arang, briket arang dan kompos) merupakan tindakan yang

Adapun beberapa langkah kecil yang bisa dilakukan oleh sebagai tindakan pencegahan seperti : (1) Hindari membakar sampah di lahan atau hutan, terutama saat angin kencang, karena hal tersebut akan berisiko menyebarkan kobaran api dengan cepat dan menyebabkan kebakaran; (2) Tidak membuang puntung rokok sembarangan di area hutan atau lahan, karena hal ini akan berpotensi menyebabkan api merambat cepat dan menyebabkan kebakaran dan (3) Hindari membuat api unggun di area yang rawan terjadi kebakaran.

Perlindungan dan pelestarian hutan dan lahan tentunya menjadi tanggung jawab dari kita semua. Berbagai manfaat yang bernilai dari hutan dan lahan harus



## CONTOH KARYA ESAI 3

didukung dengan upaya pemeliharaan yang baik. Kejadian yang dapat merusak seperti kebakaran hutan dan lahan pun tentu dapat dicegah dan dikendalikan melalui upaya promotif melalui edukasi dan upaya preventif yang mengacu pada tindakan pencegahan kebakaran hutan dan lahan atau yang dilakukan dengan cara sederhana maupun cara yang lebih kompleks. Namun, kedua upaya ini harus membutuhkan kerja sama dan kesadaran diri dari masyarakat, pemerintah, dan pihak lain yang terkait seperti para pengusaha atau pengelola lahan untuk sama-sama bertanggung jawab dalam melestarikan hutan dan lahan.

Kesimpulan  
dan Saran

### REFERENSI

1. <https://wri-indonesia.org/id/blog/kebakaran-hutan-mengancam-kemajuan-indonesia-dalam-mengurangi-deforestasi> (diakses pada tanggal 22 Agustus 2021)
2. <https://www.wetlands.or.id/PDF/Flyers/Fire02.pdf>. (diakses tanggal 15 Agustus 2021)
3. Buku : Laporan Kebakaran Hutan dan Lahan di Indonesia (Dampak, Faktor dan Evaluasi) Jilid 1. Jakarta
4. Buku : Mari Belajar Kebakaran Hutan dan Lahan

Referensi