



LAPORAN KEGIATAN PPM

HIDUP SEHAT TANPA NARKOBA DAN SEKS BEBAS

Disampaikan Pada Kegiatan Program KKN Tahun 2012
Di SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten

Oleh

Erwin Setyo Kriswanto, M. Kes

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

A. Judul Kegiatan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini berjudul "Hidup Sehat Tanpa Narkoba dan Seks Bebas".

B. Latar Belakang

Salah satu program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Negeri Yogyakarta yang berada di lokasi SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten adalah mengadakan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi untuk remaja usia SMA, adapun judul yang diangkat pemateri adalah "Hidup Sehat Tanpa Narkoba dan Seks Bebas". Kegiatan ini diadakan dikarenakan pada saat ini, berita tentang Narkoba maupun pergaulan bebas selalu menjadi berita hangat dan menarik di berbagai media, baik media cetak maupun media elektronika. SMA Jogonalan Klaten merupakan suatu daerah yang letaknya berdekatan dengan lokasi wisata. Banyaknya hotel maupun kesempatan membuka peluang untuk melakukan pergaulan bebas. Kecenderungan peredaran maupun penggunaan narkoba di daerah wisata bisa saja terjadi hal ini perlu ditangkal dengan upaya pencegahan melalui penyuluhan pada generasi remaja khususnya

Siswa SMA termasuk kategori remaja. Masa remaja adalah masa dimana seseorang mencoba mencari identitas diri dan ingin diakui keberadaan/eksistensi dirinya dalam lingkungannya, baik lingkungan rumah, sekolah, maupun masyarakat. Gejolak mental emosional remaja biasanya meletup-letup karena adanya perubahan drastis sebagai akibat perkembangan fisik dan psikis. Perubahan fisik ditunjukkan dengan bertambah dan berkembangnya ukuran tubuh. Perubahan psikis berupa perubahan mental emosional dari alam anak-anak ke alam dewasa. Mereka disebut anak-anak sudah tidak tepat, dikatakan dewasa masih jauh dari kematangan sikap dan pola pikir orang dewasa. Selain itu terjadi

perkembangan psikoseksual, yaitu terjadi menstruasi pada wanita dan *polutio* (mimpi basah) pada pria, dimana perubahan ini membuat mereka cemas dan tertekan.

Semakin maraknya berita peredaran dan penyalahgunaan Narkoba dan pergaulan bebas/seks bebas di media massa memiliki pengaruh yang kuat terhadap masyarakat, khususnya bagi remaja, mengingat pengguna narkoba sebagian besar adalah remaja. Remaja yang berada pada tahap pencarian identitas diri selalu memiliki keinginan untuk mencoba sesuatu yang baru dan tidak memikirkan akibatnya, baik bagi dirinya, keluarganya, maupun masyarakat sekitarnya. Hal ini karena sebagian remaja tidak memiliki cukup bekal pengetahuan tentang Narkoba dan seks bebas, bahayanya bagi kesehatan dan masa depannya.

Jiwa yang masih labil yang ada pada diri siswa SMA berakibat pada mudahnya mereka terkena pengaruh dari lingkungan. Masa mencari identitas diri digunakan sebagai ajang untuk mencoba apa saja yang menurutnya baru dan berbau modern. Mereka sangat takut dikatakan sebagai remaja yang ketinggalan jaman, sehingga apapun yang dilakukan teman sebayanya merupakan “keharusan” untuk mencoba dan merasakan. Salah satu yang mempengaruhi kehidupan remaja saat ini adalah adanya penyalahgunaan obat terlarang, atau terkenal dengan Narkoba (Narkotika dan Obat Berbahaya) dan seks bebas.

Dampak dari seks bebas adalah pernikahan dini, remaja di daerah ini belum menyadari resiko dari pernikahan yang dilakukan pada usia dini. Selain itu bahaya akan pengaruh narkotikadan penyebab infeksi virus HIV belum sepenuhnya diketahui oleh remaja usia SMA. Mereka juga belum mengerti bagaimana caranya menjaga kesehatan reproduksi, karena bagi masyarakat di pedesaan apalagi di daerah Jawa, membicarakan masalah seks adalah hal yang tabu. Padahal diperlukan pengetahuan yang cukup tentang seks agar remaja tidak terjerumus pada pergaulan bebas

Berdasarkan pertimbangan fakta di lapangan saat ini dan permintaan dari panitia, maka penting bagi siswa SMA untuk dibekali pengetahuan tentang bahaya penyalahgunaan Narkoba bagi kesehatan dan masa depan mereka dan bagaimana cara menanggulangnya serta dampak dari pergaulan bebas. Oleh karena itu, untuk mengantisipasi meluasnya penyalahgunaan dan peredaran Narkoba dan seks bebas perlu dilakukan kegiatan penyuluhan. Siswa SMA Jogonalan perlu diberikan penyuluhan mengingat mereka adalah kelompok remaja yang ada di wilayah transisi (antara kota dan desa) yang sangat jarang tersentuh oleh kegiatan penyuluhan semacam ini, walaupun ada penyuluhan hanya bersifat lokal tidak menyeluruh pada jangkauan wilayah Kabupaten. Selain itu, pada umumnya remaja lebih mudah kena pengaruh hal-hal yang berbau "modern" dalam pemahaman mereka, padahal justru dapat membahayakan bagi kehidupannya. Kegiatan penyuluhan ini merupakan salah satu cara kita untuk menyelamatkan generasi muda akibat penyalahgunaan Narkoba dan seks bebas.

C. Tujuan

Berdasarkan latar belakang di atas, kegiatan ini bertujuan sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan kesadaran remaja khususnya siswa SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten akan pentingnya pengetahuan tentang seks, narkotika dan penyebab infeksi virus HIV.
- 2) Mensosialisasikan kepada siswa SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan dampak dari seks bebas.

D. Manfaat Kegiatan

Kegiatan ini diharapkan bermanfaat agar remaja khususnya khususnya di SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten mendapat pengetahuan tentang narkoba dan penyebab infeksi virus HIV serta kesehatan reproduksi dan dampak dari seks bebas.

E. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada

Hari : Sabtu

Tanggal : 28 Juli 2012

Waktu : 09.00 – 12.00 WIB

Tempat : SMA Negeri 1 Jogonalan Klaten

F. Sasaran Kegiatan

Kegiatan ini diikuti oleh pengurus OSIS, perwakilan dari kelas X, XI, dan XII yang berjumlah 70 siswa.

G. Metode pelaksanaan

Metode yang dilakukan adalah dengan ceramah, diskusi maupun pemutaran film yang terkait dengan bahaya narkoba dan seks bebas. Strategi yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut: 1) Observasi di desa untuk mengetahui permasalahan yang ada, 2) Mensosialisasikan kegiatan penyuluhan tentang, narkoba dan penyebab infeksi virus HIV dan kesehatan reproduksi remaja kepada masyarakat khususnya siswa SMA Negeri Jogonalan Klaten. 3) Mengadakan penyuluhan tentang narkoba dan penyebab infeksi virus HIV kesehatan reproduksi remaja khususnya dampak seks bebas.

H. Materi Kegiatan

1. NARKOBA (NARKOTIKA DAN OBAT BERBAHAYA)

Narkoba yang lebih lengkapnya sekarang ini disebut dengan NAPZA (Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya), kini semakin marak dibicarakan dan disalahgunakan di masyarakat, melibatkan semua golongan dari anak-anak sampai orang dewasa. Bahkan tidak mengenal tingkat sosial ekonomi rendah atau tinggi, baik yang terpelajar maupun tidak. Obat terlarang ini diklasifikasi ke dalam beberapa golongan, yaitu :

a. Opioda (misalnya heroin, putauw)

Penyalahgunaan obat jenis ini dapat menimbulkan gejala : mengantuk, rasa gembira yang meningkat, pernafasan menjadi lambat dan pendek, pupil menjadi kecil, gangguan daya ingat, daya nilai, fungsi sosial, dan pekerjaan.

b. Amfetamin (misalnya *ecstasy*, shabu-shabu)

Gejala yang ditimbulkan akibat pemakaian obat jenis ini adalah : pupil membesar, halusinasi, gemetar, rasa harga diri meningkat (mudah tersinggung), kewaspadaan meningkat (mudah curiga terhadap orang lain), cemas hingga panik, rasa gembira, banyak bicara, pandangan kabur, pernafasan cepat, denyat jantung meningkat, nafsu makan berkurang, tekanan darah meningkat, berkeringat atau merasa kedinginan.

c. Sedativa-hipnotika (misalnya valium, luminal)

Pada pemakaian yang berlebih dapat menimbulkan gejala : bicara cadel, labilitas, menekan sistem pernafasan, gangguan daya nilai, gangguan koordinasi, gangguan konsentrasi / daya ingat, hambatan seksual dan agresif.

d. Kanabis (misalnya ganja, marijuana)

Gejala yang ditimbulkan : rasa gembira yang meningkat, mulut kering, denyut jantung meningkat, pupil membesar, apatis, gangguan daya nilai, mata terlihat merah, nafsu makan meningkat, perasaan subjektif yang intens, perasaan waktu berlalu dengan lambat.

e. Kokain

Gejala yang ditimbulkan : banyak bicara, harga diri merasa meningkat, rasa gembira, kewaspadaan yang meningkat, pupil membesar, berkeringat atau rasa dingin, mual dan muntah, perilaku negatif (seperti berkelahi), gangguan daya nilai.

2. NARKOTIKA

Narkotika adalah bahan kimia yang bekerja mempengaruhi kerja susunan saraf pusat yang dapat menghilangkan rasa sakit dan menyebabkan *stupor* (klenger). Peredaran narkotika diatur oleh undang-undang. Dengan mengkonsumsi narkotika, maka senyawa yang terkandung dalam narkotika tersebut akan menghambat pelepasan dan produksi zat serotonin (5-hidroksi triptamin), dimana senyawa ini sangat diperlukan sebagai transmitter syaraf, artinya zat ini bertugas mengantarkan informasi seluruh tubuh ke dalam syaraf pusat. Jika pemakaian narkotika dilakukan terus-menerus, maka berakibat rusaknya sel-sel syaraf pusat yang memproduksi serotonin itu. Akibatnya sistem transmisi syaraf mengalami gangguan atau syaraf menjadi kacau.

Menurunnya produksi zat serotonin menyebabkan banyak informasi tidak tersampaikan ke syaraf, sehingga yang biasanya orang dipukul kesakitan, berjoget sebentar kecapekan, menjadi tidak terasa, karena memang sistem syaraf yang merespon kondisi badan sudah tidak berfungsi dengan baik. Sebagai indikator bahwa produksi zat serotonin menurun adalah naiknya tekanan darah, berdebar-debar, suhu tubuh naik, otot kejang, pupil melebar, hilangnya kendali diri, naiknya agasivitas, terkadang disertai mual dan muntah. Ada beberapa jenis narkotika, yaitu : *Ganja (Cannabis), hashish, opium, morphin, heroin dan Codein, koka dan kokain.*

3. PSIKOTROPIKA

Psikotropika adalah suatu obat yang dapat menimbulkan ketergantungan, menurunkan aktifitas otak/ merangsang syaraf pusat, dapat menimbulkan halusinasi, ilusi, mengganggu berpikir, perilaku dan perasaan. Psikotropika merupakan bahan kimia yang mempunyai efek seperti narkotika. Semua jenis psikotropika merupakan senyawa yang telah melalui proses (murni sintesa). Jenis psikotropika yang banyak disalahgunakan adalah turunan dari amphetamine. Beberapa macam psikotropika turunan dari amphetamine antara lain : MDMA, metamphetamine, MDA, MDE.

4. PEMAKAIAN NARKOBA SEBAGAI BENTUK KENAKALAN REMAJA

Pada saat ini kenakalan remaja sudah berada pada kondisi memprihatinkan. Oleh karena itu, siapapun remaja tersebut, kita semestinya sedikit banyak ikut andil dalam membantu memecahkan masalah mereka. Melalui cara preventif diantara kita semua warga masyarakat, maka hal-hal yang tidak diinginkan sangat kecil peluang-nya terjadi di sekitar kita. Kenakalan remaja yang dimaksudkan dalam hal ini adalah perbuatan / kejahatan / pelanggaran yang dilakukan oleh remaja yang bersifat melawan hukum, anti-

sosial, dan menyalahi norma-norma agama. Perbuatan yang termasuk pelanggaran antara lain: kejahatan yang disertai kekerasan, seperti pembunuhan, penganiayaan, pencurian, penipuan, tawuran, pemerasan, gelandangan, dan penyalahgunaan Narkoba.

5. SEKS BEBAS DAN BAHAYANYA

1) Defenisi Seks Bebas

Seks bebas adalah hubungan seks yang di lakukan pranikah, atau premarital sex. Pendapat lain menyebutkan seks bebas ialah seks yang bebas dari rasa-rasatanggung jawab tersebut, atau dengan kata lain yang lebih jelas, bahwa seks bebas itu dilakukan dengan segala kenikmatan dan keindahan seks itu sendiri tanpa dibebani oleh omong kosong-omong kosong tentang cinta, tanggung-jawab, dantanda segala intrik-intrik yang digunakan oleh rekan kita untuk mengikat kita.

2) Dampak/Bahaya Seks Bebas

Menciptakan kenangan buruk. Apabila seseorang terbukti telah melakukan seks pranikah atau seks bebas maka secara moral pelaku dihantui rasa bersalah yang berlarut-larut. Keluarga besar pelaku pun turut menanggungmalu sehingga menjadi beban mental yang berat.

3) Mengakibatkan kehamilan. Hubungan seks satu kali saja bisa mengakibatkan kehamilan bila dilakukan pada masa subur. Kehamilan yang terjadi akibat seks bebas menjadi beban mental yang luar biasa. Kehamilan yang dianggap“Kecelakaan” ini mengakibatkan kesusahan dan malapetaka bagi pelaku bahkan keturunannya.

- 4) Menggugurkan Kandungan (aborsi) dan pembunuhan bayi. Aborsi merupakan tindakan medis yang ilegal dan melanggar hukum. Aborsi mengakibatkan kemandulan bahkan Kanker Rahim. Menggugurkan kandungan dengan cara aborsi tidak aman, karena dapat mengakibatkan kematian.
 - 5) Penyebaran Penyakit. Penyakit kelamin akan menular melalui pasangan dan bahkan keturunannya. Penyebarannya melalui seks bebas dengan bergonta-ganti pasangan. Hubungan seks satu kali saja dapat menularkan penyakit bila dilakukan dengan orang yang tertular salah satu penyakit kelamin. Salah satu virus yang bisa ditularkan melalui hubungan seks adalah virus HIV.
 - 6) Timbul rasa ketagihan.
- b. Penyebab Terjadinya Sek Bebas
- 1) Adanya budaya barat yang masuk ke dalam negeri yang mengutamakan nafsu, merambah aspek hidup remaja.
 - 2) Faktor – faktor di dalam diri anak itu sendiri
 - 3) Faktor – faktor dirumah tangga
 - a) Anak kurang mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari orang tua
 - b) Lemahnya keadaan ekonomi orang tua, tidak mampu mencukupi kebutuhan anak – anaknya.
 - c) Kehidupan keluarga yang tidak harmonis
 - 4) Faktor – faktor dimasyarakat
 - a) Kurangnya pelaksanaan ajaran agama – agama secara konsekuen
 - b) Masyarakat kurang memperoleh pendidikan
 - c) Kurangnya pengawasan terhadap remaja

d) Pengaruh pengaruh norma – norma baru dari luar yang dianggap benar

c. Tips/Kiat Untuk Menghindari Seks Bebas

1) Pencegahan Menurut Agama

Iman, merupakan pengendali dalam berpacaran. Justru penilaian kepribadian pasangan dapat dinilai saat berpacaran. Mereka yang menuntut hal-hal yang melanggar norma-norma yang dianut, tentunya tidak dapat diharapkan menjadi pasangan yang baik. Seandainya iapun menjadi suami atau istri kelak tentunya keinginan untuk melanggar norma-norma pun selalu ada. Pengetahuan agama remaja dalam penelitian dibatasi pada pengetahuan agama yang berhubungan dengan pergaulan bebas, penyalahgunaan narkoba dan hubungan seks di luar nikah. Pencegahan menurut agama antara lain: a) Memisahkan tempat tidur anak. b) Meminta izin ketika memasuki kamar tidur orang tua. c) Mengajarkan adab memandang lawan jenis. d) Larangan menyebarkan rahasia suami-istri.

2) Pencegahan Seks Bebas dalam Keluarga

- a) Keluarga harus mengerti tentang permasalahan seks, sebelum menjelaskan kepada anak-anak mereka
- b) Seorang ayah mengarahkan anak laki-laki, dan seorang ibu mengarahkan anak perempuan dalam menjelaskan masalah seks.
- c) Jangan menjelaskan masalah seks kepada anak laki-laki dan perempuan di ruang yang sama.
- d) Hindari hal-hal yang berbau porno saat menjelaskan masalah seks, gunakan kata-kata yang sopan.

- e) Meyakinkan kepada anak-anak bahwa teman-teman mereka adalah teman yang baik.
- f) Memberikan perhatian kemampuan anak di bidang olahraga dan menyibukkan mereka dengan berbagai aktivitas.
- g) Tanamkan etika memelihara diri dari perbuatan-perbuatan maksiat karena itu merupakan sesuatu yang paling berharga.
- h) Membangun sikap saling percaya antara orang tua dan anak.

6. Daftar Pustaka

- Asnely MZ. (1991). *Mendeteksi Zat Pewarna Tekstil Secara Sederhana*. Kompas. Tanggal 28 November 1991.
- John, W., Hill, Doris, K., Kolb. (1995). *Chemistry for Changing Times*. Seventh Edition. New Jersey : Prentice Hall, Inc.
- Mohammad Anief. (1990). *Perjalanan dan Nasib Obat dalam Badan*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Mohammad Anief. (1991). *Apa yang Perlu Diketahui tentang Obat*. Cetakan kedua. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Mohammad Anief. (1996). *Penggolongan Obat Berdasarkan Khasiat dan Penggunaan*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Nanizar Zaman - Joenoes, Pharm D. (1994). *Masalah Penyalahgunaan Obat*. Surabaya : Universitas Airlangga.
- N. Irving Sax. (1979). *Dangerous Properties of Industrial Materials*. New York : Van Nostrand Reinhold Co.
- Sardjono O.S. (1982). *Penyalahgunaan Obat dan Ketergantungan Obat*. Pembinaan Profesi Apoteker Pengelola Apotek, Dirjen POM, DepKes RI.
- Subagyo Partodiharjo. (2006). *Kenali Narkoba dan Musuhi Penyalahgunaannya*. Jakarta : Erlangga.

Tan Hoan Tja dan Kirana Rahardja. (1991). *Obat-obat Penting, Khasiat Penggunaan dan Efek-efek Sampingannya*. Jakarta : Jayakarta Press.

Weka Gunawan. (2006). *Keren Tanpa Narkoba*. Jakarta : Grasindo.

bluemedi.wordpress.com

www.halalsehat.com

www.scribd.com/doc/15563163/Dampak-Seks-Bebas