

GANGGUAN MENTAL PADA PENYALAHGUNA SABU-SABU

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyalahgunaan zat psikoaktif merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan sosial seseorang. Salah satu zat yang banyak disalahgunakan adalah sabu-sabu atau metamfetamin (*methamphetamine*). Metamfetamin merupakan stimulan sistem saraf pusat yang dapat menimbulkan rasa percaya diri, peningkatan energi, kewaspadaan, dan berkurangnya rasa lelah. Namun, penggunaan secara berulang atau dalam jumlah berlebihan dapat menimbulkan ketergantungan serta berbagai gangguan kesehatan.

Penggunaan sabu-sabu tidak hanya berdampak pada tubuh, tetapi juga dapat menyebabkan gangguan pada fungsi otak dan kesehatan mental. Pasien yang menggunakan metamfetamin dapat mengalami kecemasan, gangguan tidur, perubahan suasana hati, iritabilitas, perilaku agresif, kebingungan, hingga gejala psikotik seperti halusinasi dan waham. Pada sebagian pasien, gejala psikologis dapat muncul ketika sedang menggunakan zat maupun setelah penggunaan dihentikan.

Gangguan mental yang berkaitan dengan penggunaan sabu-sabu perlu mendapatkan perhatian karena dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, berhubungan dengan keluarga dan lingkungan sosial, serta meningkatkan risiko perilaku yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain. Penanganan pasien membutuhkan pendekatan yang komprehensif, meliputi pemeriksaan medis dan psikologis, penanganan kondisi akut, psikoterapi, rehabilitasi, dukungan keluarga, serta pencegahan kekambuhan.

Berdasarkan hal tersebut, pemahaman mengenai gangguan mental pada pasien pengguna sabu-sabu penting bagi tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat agar masalah dapat dikenali dan ditangani secara tepat.

B. Rumusan Masalah

1. Apa yang dimaksud dengan sabu-sabu atau metamfetamin?
2. Apa saja dampak penggunaan sabu-sabu terhadap kesehatan mental?
3. Apa saja gangguan mental yang dapat muncul pada pasien pengguna sabu-sabu?
4. Bagaimana proses terjadinya gangguan mental akibat penggunaan sabu-sabu?
5. Bagaimana penatalaksanaan pasien dengan gangguan mental akibat penggunaan sabu-sabu?
6. Bagaimana peran keluarga dan tenaga kesehatan dalam membantu pasien?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui dan memahami gangguan mental yang dapat terjadi pada pasien pengguna sabu-sabu serta penanganannya.

2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan pengertian sabu-sabu atau metamfetamin.
- b. Menjelaskan dampak methamfetamin terhadap kesehatan mental
- c. Mengidentifikasi gangguan mental yang dapat terjadi pada pengguna sabu-sabu
- d. Menjelaskan faktor yang berhubungan dengan munculnya gangguan mental
- e. Menjelaskan prinsip penatalaksanaan pasien
- f. Menjelaskan keluarga dan tenaga kesehatan dalam proses pemulihan

BAB II

PEMBAHASAN

A. Pengertian Sabu-Sabu

Sabu-sabu merupakan istilah yang umum digunakan untuk metamfetamin, yaitu zat stimulan yang bekerja pada sistem saraf pusat. Metamfetamin dapat meningkatkan aktivitas neurotransmitter tertentu, terutama dopamin dan norepinefrin, sehingga pengguna dapat merasakan peningkatan energi, kewaspadaan, dan aktivitas.

Efek tersebut dapat membuat seseorang menggunakan zat secara berulang untuk mendapatkan kembali sensasi yang dirasakan. Penggunaan berulang dapat menyebabkan toleransi dan ketergantungan. Ketika penggunaan dihentikan, seseorang dapat mengalami gejala putus zat seperti kelelahan, gangguan tidur, perubahan suasana hati, peningkatan nafsu makan, dan keinginan kuat untuk menggunakan zat kembali.

B. Dampak Sabu-Sabu terhadap Kesehatan Mental

Penggunaan metamfetamin dapat memberikan dampak psikologis dan neurologis. Beberapa dampak yang dapat terjadi antara lain:

1. Kecemasan

Pengguna dapat mengalami rasa takut, gelisah, tegang, dan sulit menenangkan diri.

2. Gangguan tidur

Efek stimulan dapat menyebabkan seseorang sulit tidur atau mengalami perubahan pola tidur. Kurang tidur juga dapat memperburuk perubahan emosi dan gejala psikotik.

3. Perubahan suasana hati

Pasien dapat mengalami iritabilitas, mudah marah, perubahan emosi yang cepat, atau suasana hati yang sangat meningkat kemudian diikuti kelelahan dan perasaan tidak berdaya.

4. Gangguan konsentrasi

Penggunaan zat dan kurang tidur dapat menyebabkan gangguan perhatian, konsentrasi, dan kemampuan mengambil keputusan.

5. Gejala psikotik

Penggunaan metamfetamin dapat berhubungan dengan halusinasi, waham, kecurigaan berlebihan, dan gangguan penilaian terhadap realitas.

6. Perubahan perilaku

Pasien dapat menunjukkan perilaku impulsif, agresif, gelisah, atau menarik diri dari lingkungan sosial.

C. Gangguan Mental yang Dapat Berkaitan dengan Penggunaan Sabu-Sabu

1. Gangguan penggunaan stimulan

Gangguan penggunaan stimulan merupakan kondisi ketika penggunaan metamfetamin menjadi sulit dikendalikan meskipun telah menimbulkan dampak negatif. Pasien dapat mengalami keinginan kuat untuk menggunakan zat, menghabiskan banyak waktu untuk mendapatkan atau menggunakan zat, serta mengalami kesulitan mengurangi atau menghentikan penggunaan.

2. Gangguan psikotik akibat penggunaan zat

Salah satu komplikasi yang penting adalah munculnya gejala psikotik yang berkaitan dengan penggunaan metamfetamin.

Gejalanya dapat berupa:

- a. Halusinasi, misalnya mendengar suara yang sebenarnya tidak ada.
- b. Waham, misalnya keyakinan kuat bahwa orang lain sedang mengejar atau mencelakainya meskipun tidak terdapat bukti yang mendukung.
- c. Kecurigaan berlebihan.
- d. Perilaku tidak teratur.
- e. Gangguan kemampuan membedakan kenyataan dan persepsi pribadi.

3. Gangguan kecemasan

Penggunaan stimulan dapat disertai gejala kecemasan seperti rasa takut berlebihan, gelisah, ketegangan, jantung berdebar, dan sulit tidur. Kondisi ini dapat semakin berat apabila pasien terus menggunakan metamfetamin.

4. Gangguan suasana hati

Pasien dapat mengalami perubahan suasana hati, termasuk iritabilitas, depresi, dan perubahan emosi. Setelah penggunaan dihentikan, sebagian pasien dapat mengalami

fase *crash* yang ditandai kelelahan, tidur berlebihan, suasana hati menurun, dan berkurangnya motivasi.

5. Gangguan tidur

Gangguan tidur sering ditemukan pada pengguna stimulan. Pasien dapat mengalami kesulitan tidur selama periode penggunaan, sedangkan setelah penggunaan dihentikan dapat terjadi rasa mengantuk dan tidur berlebihan.

D. Faktor yang Memengaruhi Munculnya Gangguan Mental

Munculnya gangguan mental pada pengguna sabu-sabu dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain:

a. Dosis dan frekuensi penggunaan

Penggunaan yang lebih sering dan dalam jumlah besar dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan.

b. Lama penggunaan

Penggunaan dalam jangka panjang dapat berhubungan dengan berbagai masalah psikologis dan sosial.

c. Kurang tidur

Tidak tidur dalam waktu lama dapat memperburuk kecemasan, kebingungan, dan gejala psikotik.

d. Kondisi psikologis sebelumnya

Riwayat gangguan mental dapat menjadi faktor yang perlu diperhatikan dalam pemeriksaan pasien.

e. Penggunaan zat lain

Penggunaan beberapa zat secara bersamaan dapat memperumit gejala dan penanganan.

f. Lingkungan sosial

Konflik keluarga, masalah pekerjaan, lingkungan pergaulan, dan kurangnya dukungan sosial dapat memengaruhi proses pemulihan.

E. Mekanisme Terjadinya Gangguan Mental

Metamfetamin memengaruhi sistem neurotransmitter di otak, terutama sistem dopamin dan norepinefrin. Peningkatan aktivitas dopamin dalam jalur tertentu berkaitan dengan efek stimulasi dan dapat berkontribusi terhadap munculnya gejala psikotik.

Penggunaan berulang dapat mengganggu fungsi sistem saraf dan memengaruhi regulasi emosi, tidur, perhatian, serta perilaku. Selain pengaruh langsung zat, kurang tidur, stres, kondisi kesehatan mental sebelumnya, dan penggunaan zat lain dapat memperburuk gejala.

Karena itu, gejala mental pada pengguna sabu-sabu tidak selalu memiliki penyebab tunggal. Pemeriksaan menyeluruh diperlukan untuk membedakan gangguan yang disebabkan oleh zat dengan gangguan mental lain yang kebetulan muncul pada periode yang sama.

F. Tanda dan Gejala yang Perlu Diperhatikan

Beberapa tanda yang dapat ditemukan pada pasien antara lain:

1. Gelisah dan sulit diam.
2. Berbicara sangat cepat atau tidak terarah.
3. Sulit tidur.
4. Mudah marah.
5. Kecurigaan berlebihan.
6. Mendengar atau melihat sesuatu yang tidak dialami orang lain.
7. Meyakini sesuatu yang tidak sesuai dengan kenyataan.
8. Perubahan perilaku secara tiba-tiba.
9. Menarik diri dari keluarga dan lingkungan.
10. Penurunan kemampuan menjalankan aktivitas sehari-hari.
11. Keinginan kuat untuk menggunakan kembali zat.
12. Apabila pasien mengalami kebingungan berat, agitasi berat, kejang, kehilangan kesadaran, suhu tubuh sangat tinggi, atau menunjukkan risiko bunuh diri maupun kekerasan terhadap orang lain, pasien memerlukan pertolongan medis segera.

G. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan pasien pengguna sabu-sabu harus dilakukan secara individual dan komprehensif. Beberapa pendekatan yang dapat digunakan meliputi:

1. Pemeriksaan dan asesmen

Tenaga kesehatan perlu melakukan penilaian mengenai:

Riwayat penggunaan zat.

- a. Jenis dan pola penggunaan zat.
- b. Kondisi fisik.
- c. Kondisi psikologis.
- d. Risiko bunuh diri atau kekerasan.
- e. Riwayat gangguan mental.
- f. Penggunaan zat lainnya.
- g. Kondisi keluarga dan sosial.

2. Penanganan kondisi akut

Pada pasien dengan agitasi atau gejala psikotik berat, prioritas awal adalah menjaga keselamatan pasien dan orang di sekitarnya serta menangani kondisi medis yang menyertai. Pasien dapat memerlukan perawatan di fasilitas kesehatan, terutama jika terdapat kondisi medis serius atau risiko keselamatan.

3. Psikoterapi

Intervensi psikologis merupakan bagian penting dalam pemulihan gangguan penggunaan metamfetamin. Pendekatan dapat mencakup terapi perilaku kognitif, wawancara motivasional, serta intervensi berbasis penguatan positif.

Terapi bertujuan membantu pasien mengenali pemicu penggunaan zat, mengembangkan strategi menghadapi keinginan menggunakan zat, meningkatkan kemampuan memecahkan masalah, dan mempertahankan perubahan perilaku.

4. Rehabilitasi

Program rehabilitasi dapat membantu pasien menjalani proses pemulihan secara terstruktur. Rehabilitasi dapat dilakukan melalui layanan rawat jalan atau, sesuai kondisi pasien, melalui perawatan intensif atau residensial.

5. Pengobatan

Penggunaan obat-obatan ditentukan oleh dokter berdasarkan kondisi klinis pasien. Pada pasien dengan gejala tertentu, dokter dapat memberikan pengobatan untuk menangani gejala psikiatri atau kondisi medis yang menyertai. Sampai saat ini, penanganan gangguan penggunaan metamfetamin terutama mengandalkan intervensi psikososial dan dukungan pemulihan; tidak ada satu obat yang secara umum menjadi terapi tunggal untuk menyembuhkan ketergantungan metamfetamin.

H. Peran Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan pelayanan kepada pasien, antara lain:

1. Melakukan pengkajian kondisi fisik dan psikologis.
2. Menilai risiko terhadap keselamatan pasien dan orang lain.
3. Memberikan komunikasi terapeutik.
4. Membantu pasien memahami kondisi dan rencana perawatan.
5. Memberikan intervensi sesuai kompetensi dan kewenangan.
6. Melibatkan keluarga dalam proses pemulihan.
7. Memberikan edukasi mengenai risiko penggunaan zat.
8. Membantu pasien mendapatkan layanan rehabilitasi dan tindak lanjut.
9. Dalam konteks keperawatan, komunikasi terapeutik, lingkungan yang aman, observasi perilaku, dukungan terhadap kebutuhan dasar, dan edukasi merupakan bagian penting dari asuhan pasien.

I. Peran Keluarga

Keluarga dapat memberikan dukungan dengan cara:

1. Menciptakan lingkungan yang aman.
2. Mendengarkan pasien tanpa menghakimi.
3. Membantu pasien mengikuti jadwal pengobatan dan rehabilitasi.
4. Mengenali tanda-tanda kekambuhan.
5. Menghindari pemberian uang atau fasilitas yang dapat digunakan untuk memperoleh zat.
6. Mendukung pasien membangun aktivitas yang sehat.
7. Mencari bantuan profesional apabila muncul masalah serius.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sabu-sabu atau metamfetamin merupakan zat stimulan sistem saraf pusat yang dapat menimbulkan ketergantungan dan berbagai masalah kesehatan. Dampaknya tidak hanya berkaitan dengan kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan mental.

Pengguna sabu-sabu dapat mengalami kecemasan, gangguan tidur, perubahan suasana hati, gangguan konsentrasi, perilaku impulsif, serta gejala psikotik seperti halusinasi dan waham. Gangguan tersebut dapat dipengaruhi oleh pola penggunaan zat, kurang tidur, kondisi psikologis sebelumnya, penggunaan zat lain, dan faktor lingkungan.

Penanganan pasien membutuhkan pendekatan menyeluruh yang melibatkan pemeriksaan medis dan psikologis, penanganan kondisi akut, intervensi psikologis, rehabilitasi, dukungan keluarga, serta tindak lanjut. Apabila pasien menunjukkan gejala berat atau membahayakan diri sendiri maupun orang lain, pertolongan medis segera diperlukan.

B. Saran

Masyarakat perlu meningkatkan pengetahuan mengenai bahaya penggunaan sabu-sabu dan tidak memberikan stigma kepada individu yang mengalami gangguan penggunaan zat. Pasien perlu mendapatkan pertolongan profesional dan dukungan keluarga agar dapat menjalani proses pemulihan secara optimal. Tenaga kesehatan

juga perlu memberikan pelayanan yang aman, komprehensif, dan berorientasi pada pemulihan.

DAFTAR PUSTAKA

American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5-TR*. Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing.

National Institute on Drug Abuse. (2024). *Methamphetamine DrugFacts*. National Institute on Drug Abuse.

World Health Organization. (2020). *The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders: Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines*. Geneva: World Health Organization.

United Nations Office on Drugs and Crime. (2023). *World Drug Report 2023*. Vienna: United Nations Office on Drugs and Crime.