

# PENCEGAHAN BAHAYA NAPZA UNTUK HIDUP BERKELANJUTAN

Oleh: Arwanto, S.ST.Ns

---

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya) merupakan masalah sosial dan kesehatan yang kompleks dan terus berkembang di tengah masyarakat global, termasuk di Indonesia. NAPZA dapat memengaruhi sistem saraf pusat dan menimbulkan efek adiktif, perubahan perilaku, serta gangguan kesehatan serius. Menurut data dari Badan Narkotika Nasional (BNN), prevalensi penyalahgunaan narkotika di Indonesia menunjukkan tren yang mengkhawatirkan, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Hal ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan dan edukasi masih perlu diperkuat secara sistematis dan berkelanjutan.

Penggunaan NAPZA tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental individu, tetapi juga membawa efek domino terhadap aspek sosial, ekonomi, dan hukum. Individu yang terjebak dalam lingkaran penyalahgunaan NAPZA kerap mengalami degradasi produktivitas, konflik keluarga, putus sekolah, hingga terlibat dalam tindak kriminal. Dampak ini turut melemahkan struktur sosial dan ekonomi masyarakat, serta membebani sistem kesehatan dan penegakan hukum negara. Kondisi ini tentu menjadi hambatan serius bagi upaya menciptakan masyarakat yang sehat, aman, dan sejahtera.

Dalam konteks pembangunan berkelanjutan, NAPZA menjadi ancaman laten yang merusak fondasi utama pembangunan, yaitu sumber daya manusia. Pembangunan yang berkelanjutan menuntut generasi yang sehat secara jasmani dan rohani, mampu berpikir kritis, berdaya saing, dan produktif. Penyalahgunaan NAPZA menutup peluang generasi muda untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga berpotensi menciptakan generasi yang lemah dan kehilangan arah hidup. Oleh karena itu, pencegahan bahaya

NAPZA tidak hanya penting untuk kesehatan individu, tetapi juga menjadi fondasi penting dalam menjaga keberlangsungan masa depan bangsa.

Lebih jauh, penyebaran NAPZA sering kali disertai dengan ketidakadilan struktural, seperti kemiskinan, kurangnya akses pendidikan, dan lemahnya penegakan hukum. Kondisi ini menyebabkan kelompok masyarakat rentan lebih mudah terekspos pada peredaran dan penyalahgunaan zat berbahaya ini. Oleh karena itu, pencegahan NAPZA harus dilakukan secara komprehensif, bukan hanya dari sisi hukum dan medis, tetapi juga mencakup upaya pemberdayaan masyarakat, peningkatan literasi, serta penciptaan lingkungan sosial yang mendukung gaya hidup sehat dan bebas zat adiktif.

Pentingnya pencegahan NAPZA juga berkaitan erat dengan upaya pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs), terutama tujuan ke-3 tentang “kehidupan sehat dan kesejahteraan”. Masyarakat yang terbebas dari bahaya NAPZA akan memiliki ketahanan sosial yang lebih kuat dan potensi ekonomi yang lebih besar. Oleh sebab itu, pendekatan pencegahan yang edukatif, partisipatif, dan berkelanjutan sangat dibutuhkan agar setiap individu, khususnya generasi muda, memiliki kesadaran dan ketahanan terhadap godaan penyalahgunaan zat berbahaya, serta mampu menjadi agen perubahan menuju masyarakat yang lebih sehat dan berdaya.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apa saja dampak penyalahgunaan NAPZA terhadap kehidupan individu dan masyarakat?
2. Mengapa pencegahan bahaya NAPZA menjadi hal yang krusial untuk keberlanjutan hidup?
3. Apa saja strategi yang efektif dalam mencegah penyalahgunaan NAPZA?

## **C. Tujuan Penulisan**

Makalah ini bertujuan untuk memberikan wawasan mengenai pentingnya pencegahan penyalahgunaan NAPZA sebagai upaya mendukung kehidupan berkelanjutan. Dengan memberikan pemahaman tentang dampak buruk NAPZA dan strategi pencegahannya, diharapkan pembaca, khususnya kalangan muda, memiliki kesadaran dan daya tahan terhadap ajakan atau pengaruh negatif yang berkaitan dengan penyalahgunaan zat adiktif.

# PEMBAHASAN

## A. Pengertian NAPZA

NAPZA merupakan akronim dari Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya. Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman maupun bukan tanaman, baik sintetis maupun semi sintetis, yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, hilangnya rasa nyeri, serta menimbulkan ketergantungan. Psikotropika adalah zat atau obat, baik alamiah maupun sintetis, yang bukan narkotika, tetapi memiliki pengaruh terhadap susunan saraf pusat dan menyebabkan perubahan perilaku. Zat adiktif lainnya seperti alkohol, rokok, dan inhalan juga termasuk dalam kategori ini karena memiliki efek ketergantungan serta dapat merusak kesehatan jika dikonsumsi berlebihan. Zat-zat ini sangat berbahaya apabila disalahgunakan, terutama tanpa pengawasan medis.

## B. Dampak Penyalahgunaan NAPZA

Dampak penyalahgunaan NAPZA sangat luas dan merusak di berbagai aspek kehidupan. Dari sisi kesehatan, pengguna berisiko mengalami gangguan pada organ tubuh penting seperti jantung, hati, paru-paru, serta kerusakan sistem saraf pusat yang bisa berujung pada kematian. Secara psikologis, NAPZA memicu gangguan mental seperti depresi, kecemasan, hingga gangguan jiwa berat. Dalam aspek sosial, penyalahguna rentan mengalami isolasi sosial, konflik keluarga, hingga berurusan dengan hukum akibat tindakan kriminal. Secara ekonomi, pengguna NAPZA kerap kehilangan produktivitas kerja, mengalami kemiskinan, bahkan membebani negara karena meningkatnya kebutuhan akan layanan rehabilitasi dan kesehatan. Semua dampak ini tentu bertolak belakang dengan prinsip hidup berkelanjutan yang mengedepankan kualitas hidup, kesejahteraan, dan harmoni sosial.

Penyalahgunaan NAPZA sering kali diawali dari rasa ingin tahu, tekanan teman sebaya (peer pressure), atau keinginan untuk melarikan diri dari masalah psikologis seperti stres, kecemasan, dan trauma masa lalu. Kurangnya informasi yang benar dan minimnya pengawasan dari orang tua dan lingkungan turut mempercepat risiko keterlibatan seseorang dalam penyalahgunaan zat adiktif. Selain itu, adanya anggapan keliru bahwa

beberapa jenis zat seperti ganja atau obat penenang aman digunakan untuk hiburan menjadi faktor yang memperburuk kondisi. Padahal, hampir semua zat adiktif memiliki potensi menyebabkan ketergantungan dan gangguan fungsi otak dalam jangka panjang.

### **C. Pentingnya Pencegahan dalam Perspektif Keberlanjutan**

Pencegahan penyalahgunaan NAPZA bukan hanya soal melindungi individu, tetapi juga menjaga keberlangsungan hidup masyarakat dan bangsa. Dalam pembangunan berkelanjutan, manusia menjadi unsur utama penggerak perubahan. Jika generasi muda terjebak dalam lingkaran penyalahgunaan NAPZA, maka produktivitas, kreativitas, dan harapan masa depan bangsa terancam. Upaya pencegahan menjadi bentuk tanggung jawab bersama dalam menciptakan lingkungan yang sehat, mendukung tumbuh kembang anak dan remaja, serta menghindarkan masyarakat dari bahaya destruktif jangka panjang akibat penyalahgunaan zat berbahaya. Maka, investasi dalam pendidikan, dukungan keluarga, dan sistem pendukung masyarakat merupakan langkah strategis untuk memastikan hidup yang berkelanjutan.

Dalam kerangka pencegahan, penting untuk memahami bahwa remaja dan anak muda merupakan kelompok yang paling rentan terhadap pengaruh penyalahgunaan NAPZA. Mereka sedang berada pada fase pencarian jati diri dan kerap mencari validasi sosial. Oleh karena itu, pendidikan karakter dan penguatan ketahanan diri menjadi strategi utama dalam membentengi mereka dari godaan NAPZA. Sekolah dan institusi pendidikan harus menjadi tempat yang aman, inklusif, dan suportif, di mana siswa mendapatkan informasi, dukungan, dan ruang aktualisasi diri yang sehat tanpa harus mencari pelarian pada zat-zat berbahaya.

Selanjutnya, program pencegahan yang efektif harus melibatkan pendekatan berbasis komunitas. Masyarakat, RT/RW, organisasi pemuda, dan tokoh agama memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan sosial yang menolak penyalahgunaan NAPZA. Kampanye kreatif, kegiatan positif seperti olahraga dan seni, serta pelatihan keterampilan hidup (life skill training) dapat memberikan alternatif kegiatan yang membangun kepercayaan diri dan harga diri individu. Komunitas yang aktif dan peduli menjadi benteng utama dalam mencegah penyebaran NAPZA di lingkungan mereka.

Tak kalah penting, dunia digital juga harus dimanfaatkan secara maksimal dalam strategi pencegahan. Generasi muda saat ini sangat akrab dengan media sosial dan internet, yang seringkali menjadi sumber informasi dan pengaruh perilaku. Kampanye digital melalui platform seperti TikTok, Instagram, dan YouTube harus digarap secara serius untuk menyampaikan pesan anti-NAPZA yang positif, kreatif, dan berbasis fakta. Konten-konten edukatif yang disampaikan oleh influencer atau tokoh muda yang kredibel bisa menjadi alat efektif untuk menyadarkan dan menginspirasi perubahan perilaku.

Akhirnya, rehabilitasi dan reintegrasi sosial juga merupakan bagian tak terpisahkan dari upaya pencegahan jangka panjang. Penyalahguna NAPZA yang ingin pulih harus didampingi dengan pendekatan yang humanis dan inklusif. Layanan rehabilitasi medis, psikologis, dan sosial harus tersedia secara adil dan merata. Mereka yang telah pulih perlu diberi kesempatan untuk kembali ke masyarakat, bekerja, belajar, dan membangun kembali kehidupannya. Ini akan memutus siklus stigma dan diskriminasi serta memperkuat ketahanan masyarakat dari dalam.

#### **D. Strategi Pencegahan Penyalahgunaan NAPZA**

Pencegahan penyalahgunaan NAPZA harus dilakukan secara menyeluruh, sistematis, dan melibatkan berbagai pihak. Pertama, pendidikan dan penyuluhan mengenai bahaya NAPZA perlu diberikan sejak usia dini, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Informasi yang benar dan mudah dipahami akan membantu generasi muda mengenali risiko serta membangun ketahanan diri. Kedua, peran keluarga sangat penting. Orang tua diharapkan menciptakan komunikasi yang terbuka, penuh kasih sayang, dan mampu menjadi teladan positif bagi anak-anaknya. Ketiga, penguatan hukum dan regulasi yang tegas terhadap produsen dan pengedar NAPZA harus terus ditingkatkan. Keempat, pemerintah dan masyarakat perlu menyediakan alternatif kegiatan positif seperti olahraga, seni, dan kegiatan kewirausahaan untuk mengalihkan potensi negatif menjadi prestasi. Terakhir, bagi yang sudah terlanjur menggunakan, layanan rehabilitasi harus tersedia dan mudah diakses sebagai bentuk pendekatan humanis untuk pemulihan dan reintegrasi sosial.

# **PENUTUP**

## **A. Kesimpulan**

Pencegahan bahaya NAPZA merupakan langkah krusial dalam mewujudkan kehidupan yang sehat dan berkelanjutan. Dampak negatif NAPZA sangat luas, mulai dari kerusakan fisik dan mental, gangguan sosial, hingga hambatan terhadap pembangunan manusia yang utuh. Upaya pencegahan perlu dilakukan secara kolaboratif melalui edukasi, peran keluarga, penegakan hukum, penyediaan kegiatan positif, serta layanan rehabilitasi yang holistik. Dengan demikian, generasi masa depan dapat tumbuh menjadi individu yang tangguh, sehat, dan produktif.

## **B. Saran**

Perlu dilakukan sosialisasi dan kampanye bahaya NAPZA secara berkala dengan pendekatan kreatif dan berbasis komunitas. Pemerintah, lembaga pendidikan, dan masyarakat perlu bekerja sama membangun sistem perlindungan terhadap generasi muda. Selain itu, penting juga untuk menghapus stigma terhadap korban penyalahgunaan agar mereka mau dan mampu pulih kembali serta berkontribusi bagi masyarakat. Pencegahan bahaya NAPZA bukan sekadar tugas lembaga, tetapi tanggung jawab bersama untuk keberlanjutan hidup yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Narkotika Nasional (BNN). (2023). *Laporan Tahunan Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba*. Jakarta.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Penanggulangan Penyalahgunaan NAPZA*.
3. World Health Organization. (2020). *Global Status Report on Drug Use and Health*. Geneva: WHO.
4. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). (2021). *World Drug Report 2021*.