

PENYULUHAN BAHAYA NARKOLEMA PADA REMAJA SMA NEGERI 1 KECAMATAN SEMAKA KABUPATEN TANGGAMUS LAMPUNG

Gusti Ayu Rai Saputri*, Rivaldo Hadovan Putra, Vera Desita Amelia, Yesi Afrida Aini, Yoga Fajar Darmawan

Program Studi Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

*Email Korespondensi Penulis: gustifamasi@malahayati.ac.id

ABSTRACT

Narkolema is an abbreviation of "Drugs through the eyes" is a term used to describe exposure to pornography which can cause addiction and has more severe brain damage compared to drugs. Narkolema addicts experience damage to five areas of the brain that is similar to damage caused by physical impact or use of chemical drugs. These five areas include Orbito Frontal, Midfrontal, Insula Hippo Campus Temporal, Nucleus Accumbens Patumen, Cingulate, and Cerebellum. Community service activities through counseling aim to provide education in order to increase knowledge about the threats and dangers of Narkolema, as well as providing tips and suggestions to reduce cases of exposure to pornography in teenagers, so as to reduce the incidence of Narkolema at SMA Negeri 1 Semaka. This extension uses lecture, question and answer and group discussion methods using projectors, laptops, pamphlets, banners, cameras, loudspeakers and gifts. The results of the pre-test and post-test showed a significant increase in the level of student knowledge, from an average of 85.2% before the activity to 93.8% afterward.

Keywords: Counseling, Narkolema, Technology

ABSTRAK

Narkolema merupakan singkatan dari “Narkoba lewat mata” adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan paparan pornografi yang dapat menyebabkan kecanduan dan memiliki dampak kerusakan otak yang lebih berat dibandingkan dengan narkoba. Pecandu narkolema mengalami kerusakan pada lima area otak yang serupa dengan kerusakan akibat benturan fisik atau penggunaan zat kimia narkoba. Lima area tersebut meliputi *Orbito Frontal, Midfrontal, Insula Hippo Campus Temporal, Nucleus Accumbens Patumen, Cingulate*, dan *Cerebellum*. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan bertujuan untuk memberikan edukasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan mengenai ancaman dan bahaya narkolema, serta memberikan tips dan saran untuk mengurangi kasus pemaparan pornografi pada remaja, sehingga dapat menekan angka kejadian narkolema di SMA Negeri 1 Semaka. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi kelompok dengan alat bantu proyektor, laptop, pamflet, banner, kamera, alat pengeras suara dan bingkisan. Hasil *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan cukup besar dalam tingkat pengetahuan siswa, dari rata-rata 85,2% sebelum kegiatan menjadi 93,8% sesudahnya.

Kata kunci: Penyuluhan, Narkolema, Teknologi

PENDAHULUAN

Narkolema, yang merupakan singkatan dari “Narkoba lewat mata” adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan paparan pornografi yang dapat menyebabkan kecanduan dan memiliki dampak kerusakan otak yang lebih berat dibandingkan dengan narkoba. Sebagai contoh, kecanduan narkolema dapat merusak lima bagian otak manusia, sedangkan hanya merusak tiga bagian (Kastleman, 2012). Narkolema menggambarkan kecenderungan seseorang untuk merasa ketagihan jika tidak mengakses pornografi. Jika hal ini tidak segera ditangani, dapat memengaruhi saraf otak bagian depan yang berhubungan dengan kepribadian, karena area tersebut berfungsi sebagai pusat pengendalian dan pengambilan keputusan (Soebagijo, 2008). Selain itu, akses pornografi yang terus-menerus dipercaya dapat memicu rangsangan seksual sesuai dengan apa yang dilihat. Hal ini dapat mengakibatkan puncaknya reaksi seksual, baik yang dilakukan secara individu maupun dengan menggunakan objek tertentu untuk melampiaskan dorongan seksual tersebut (Rumondor, 2022).

Masalah pornografi dan perilaku seksual semakin meningkat selama pandemi COVID-19. Kondisi ini dipicu oleh keinginan untuk mencari kesenangan, memenuhi gairah seksual, atau akibat perasaan kesepian dan tekanan emosional yang muncul karena pembatasan sosial. Situasi yang mengharuskan seseorang tetap berada di satu tempat untuk waktu yang lama menjadikan pornografi sebagai pelarian sementara dari perasaan negatif. Namun, di balik aktivitas tersebut, terdapat dampak buruk yang signifikan, seperti kecanduan, atau bahkan resiko yang lebih serius, yaitu disfungsi seksual yang dapat membahayakan kesehatan dan keselamatan (Zhufairah, 2020).

Menurut data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo) tahun 2022 menunjukkan bahwa banyak remaja khususnya mereka yang berusia 12-17 tahun terpapar konten pornografi. Survei menunjukkan bahwa sekitar 94% remaja telah melihat konten pornografi, dan 83% diantaranya mengaku mengaksesnya secara tidak sengaja saat menjelajahi internet. Fenomena ini menunjukkan bahwa remaja tidak hanya terpapar secara langsung, tetapi juga dapat mengakses konten tersebut tanpa disadari saat mencari informasi untuk tugas sekolah atau bersosialisasi di media sosial. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan

Perlindungan Anak (Kemen PPPA) menyatakan bahwa 66,6% anak laki laki dan 62,3% anak perempuan di Indonesia telah terpapar konten pornografi melalui media daring (*online*) (Noorca, 2021).

Seseorang yang sudah kecanduan pornografi akan terdorong untuk mengonsumsinya berulang kali setelah menyaksikannya untuk pertama kali. Kondisi ini secara ilmu syaraf bila tidak segera diatasi akan merusak fungsi otak bagian depan, yaitu *Pre Frontal Cortex/PFC*. Otak bagian depan atau pfc ini letaknya didahi, tepat dibawah ubun ubun, ia berperan dalam mengatur fungsi eksekutif seperti membedakan mana yang baik dan buruk, mempertimbangkan dampak dari tindakan yang akan diambil, memotivasi pencapaian tujuan, serta mengontrol diri atau perilaku sosial (Alodokter, 2018). Selain itu, PFC juga berperan dalam mengendalikan perintah dan memori, berfungsi sebagai pusat pertimbangan serta pengambilan keputusan, dan turut membentuk kepribadian individu (Soebagijo & Pahlemy, 2009). Orang-orang yang lahir di abad ke-21 dalam era digital seperti Facebook, Twitter, Instagram, dan YouTube. Mulai dari anak-anak hingga lansia, penggunaan teknologi sudah menjadi hal yang umum (Hijriyani dan Astuti, 2020).

Pecandu narkolema mengalami kerusakan pada lima area otak yang serupa dengan kerusakan akibat benturan fisik atau penggunaan zat kimia narkoba. Lima area tersebut meliputi *Orbito Frontal*, *Midfrontal*, *Insula Hippo Campus Temporal*, *Nucleus Accumbens Patumen*, *Cingulate*, dan *Cerebellum*. Kerusakan awal pada PFC ditandai dengan gangguan konsentrasi, menurunnya kemampuan membedakan antara benar dan salah, serta kesulitan dalam mengambil keputusan. Selain itu, pecandu narkolema cenderung mengalami penyimpangan seksual, memandang pernikahan sebagai hal yang tidak penting, dan memperlakukan orang lain hanya sebagai objek seksual (Anisah, 2016).

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman siswa siswi SMA Negeri 1 Semaka mengenai ancaman dan bahaya narkolema, serta memberikan tips dan saran untuk mengurangi kasus pemaparan pornografi pada remaja, sehingga dapat menekan angka kejadian narkolema. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah para peserta terutama remaja dapat lebih tegas dalam menoleh serta bersikap protektif dengan memfilter content pada gadget.

MASALAH

Derajat kesehatan siswa-siswi SMA Negeri 1 Semaka dapat dilihat dari beberapa indikator penting, seperti status gizi, pola hidup sehat, serta tingkat morbiditas atau angka kesaktian. Berdasarkan hasil observasi dan data kesehatan, sebagian besar siswa memiliki status kesehatan yang baik, namun masih diperlukan upaya peningkatan untuk menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan produktif. Dilihat dari aspek kesehatan mental, sebagian siswa menghadapi tekanan belajar dan penggunaan teknologi berlebihan, seperti gawai dan media sosial, yang berdampak pada pola tidur dan konsentrasi belajar. Hal ini memicu munculnya keluhan seperti stress dan sulit fokus dikelas. Penggunaan teknologi yang tidak tepat memiliki implikasi negatif dalam perkembangan siswa, salah satunya yaitu terpaparnya siswa dengan konten pornografi atau narkolema (narkoba lewat mata). Berdasarkan data yang didapatkan dari hasil penyuluhan yang telah dilakukan, sebagian besar siswa di SMA Negeri 1 Semaka mungkin mengetahui bahwa narkolema berbahaya, tetapi banyak yang belum memahami secara mendalam resiko, dampak, serta cara mencegah penyalahgunaanya. Oleh karena itu, sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan edukasi yang mampu meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi mengenai pengenalan bahaya narkolema dan mendorong remaja untuk menghindari konten yang mengandung pornografi dan memahami pentingnya internet sehat.

METODE

Kegiatan sosialisasi ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi kelompok dengan alat bantu proyektor, laptop, pamflet, banner, kamera, alat pengeras suara dan bingkisan. Metode ini melibatkan peran dan partisipasi siswa-siswi SMA Negeri Semaka secara langsung. Kegiatan diawali dengan *pre-test* untuk mengukur pemahaman awal mereka mengenai materi yang akan disampaikan, dilanjutkan dengan penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan *post-test* untuk melihat sejauh mana peningkatan pemahaman siswa-siswi tentang bahaya narkolema. Kegiatan diakhiri dengan pembagian *doorprize* dan foto bersama (Gambar 1 dan Gambar 2).



Gambar 1. Foto bersama Kepala Sekolah



Gambar 2. Foto bersama siswa-siswi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang Sosialisasi Bahaya Narkolema Pada Remaja yang diangkat di SMA Negeri 1 Semaka. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman terkait bahaya narkolema bagi kesehatan fisik, mental, dan masa depan generasi muda. Kegiatan

ini dilakukan pada hari Rabu 11 Desember 2024 yang bertempat di SMA Negeri 1 Semaka, Kabupaten Tanggamus.

Sasaran utama dalam penyuluhan ini adalah siswa-siswi SMA yang berada dalam usia remaja, mengingat pada fase ini mereka sangat rentan terhadap pengaruh negatif lingkungan dan pergaulan. Pihak sekolah mendukung penuh kegiatan ini karena membantu upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba sejak dini. Metode yang digunakan dalam sosialisasi ini mencakup ceramah, sesi tanya jawab, diskusi kelompok. Alat bantu yang digunakan untuk mempermudah penyampaian materi antara lain proyektor, laptop, pamflet, banner, kamera, alat pengeras suara dan bingkisan.

Penyuluhan dilakukan dengan cara pemaparan materi (Gambar 2) terkait jenis-jenis narkoba, dampak negatifnya bagi kehidupan individu dan sosial, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan oleh remaja. Sebelum sosialisasi dimulai siswa- siswi diberikan *pre-test* untuk mengukur pemahaman awal mereka mengenai materi yang akan disampaikan. Setelah penyuluhan selesai dilakukan *post-test* untuk melihat sejauh mana peningkatan pemahaman siswa-siswi tentang bahaya narkoba.



Gambar 3. Pemaparan materi

Menurut pendapat Sarwono (2012) kecenderungan perilaku seksual remaja semakin meningkat oleh karena adanya penyebaran informasi dan rangsangan seksual melalui media elektronik yang sangat mudah diakses oleh para remaja.

Media yang sering digunakan oleh remaja seperti situs porno (internet), video, film porno, serta *smartphone*.

Masa remaja adalah periode kritis perkembangan seseorang, dimana mereka cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan lebih rentan terhadap pengaruh lingkungan termasuk penggunaan zat adiktif. Selain itu, faktor lingkungan seperti pergaulan bebas, tekanan sosial, dan kurangnya informasi mengenai bahaya narkolema seringkali menjadi pemicu utama penyalahgunaan narkoba (Suryanto *et al.*, 2019).

Penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar, seluruh siswa siswi SMA Negeri 1 Semaka dapat mengikuti kegiatan dengan penuh antusias dan semangat. Sosialisasi bahaya narkolema ini berhasil menarik perhatian para peserta, mengingat materi yang disampaikan sangat relevan dengan kehidupan remaja. Penyampaian materi dilakukan dengan metode interaktif, seperti sesi tanya jawab, diskusi kelompok, dan pemaparan menggunakan media presentasi yang menarik (Gambar 3). Untuk memastikan para siswa benar-benar memahami materi yang telah disampaikan, peneliti melakukan evaluasi melalui *post test* dan *pre test*. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman siswa mengenai bahaya narkolema dan pentingnya menjauhi penggunaan zat adiktif. Dengan demikian, program sosialisasi ini dinilai berhasil dalam memberikan edukasi serta meningkatkan kesadaran siswa SMA Negeri 1 Semaka akan bahaya narkolema.

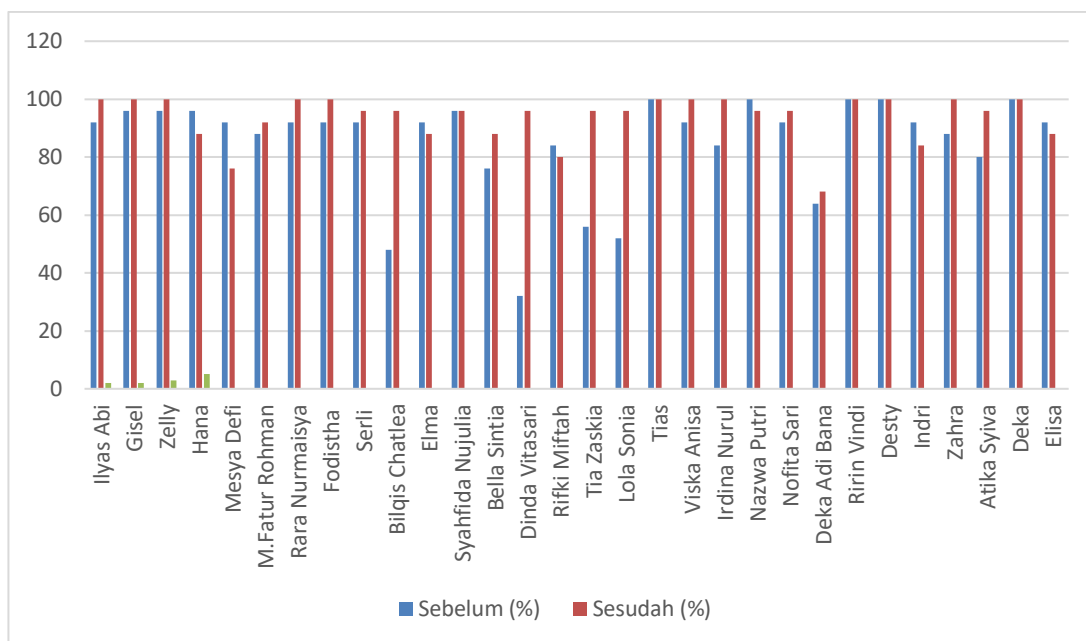


Gambar 4. Pembagian kuesioner dan sesi tanya jawab

Setelah diberikan uji *pre test* dan *pos test*, didapat kemajuan pengetahuan siswa-siswi mengenai materi yang telah disampaikan sebagai berikut:

Tabel 1. Nilai Kuisioner Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Nomor Peserta	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	92	100
2	96	100
3	96	100
4	96	88
5	92	76
6	88	92
7	92	100
8	92	100
9	92	96
10	48	96
11	92	88
12	96	96
13	76	88
14	32	96
15	84	80
16	56	96
17	52	96
18	100	100
19	92	100
20	84	100
21	100	96
22	92	96
23	64	68
24	100	100
25	100	100
26	92	84
27	88	100
28	80	96
29	100	100
30	92	88
Jumlah	85,2	93,8



Gambar 5. Grafik Nilai Kuisioner Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Hasil *post-test* dan *pre-test* yang dilakukan pada kegiatan sosialisasi bahaya narkolema di SMA Negeri 1 Semaka diperoleh data terkait peningkatan pemahaman siswa. Grafik di atas (Gambar 4) menunjukkan perbandingan antara pengetahuan siswa sebelum (ditunjukkan oleh warna biru) dan setelah (ditunjukkan oleh warna orange) dilakukan sosialisasi. Berdasarkan grafik tersebut, terlihat adanya peningkatan signifikan pada rata-rata nilai pemahaman siswa-siswi setelah sosialisasi dilakukan. Rata-rata nilai sebelum sosialisasi berkisar antara 85,2% yang menunjukkan bahwa tingkat pemahaman awal siswa-siswi masih tergolong rendah. Sementara itu, setelah materi sosialisasi disampaikan, rata-rata nilai siswa-siswi meningkat signifikan dengan sebagian besar mencapai 93,8%. Hal ini menandakan adanya peningkatan pemahaman dari nilai awal. Peningkatan tersebut membuktikan bahwa kegiatan sosialisasi berjalan efektif dalam memberikan pengetahuan baru mengenai bahaya narkolema.

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi bahaya Narkolema di SMA Negeri 1 Semaka menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang dampak negatif narkolema (Narkoba Lewat Mata), terutama terkait paparan konten pornografi. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa, dari rata-rata 85,2% sebelum kegiatan menjadi 93,8% sesudahnya. Metode yang digunakan, seperti ceramah, diskusi interaktif, serta media visual, berhasil menarik perhatian siswa dan meningkatkan efektivitas penyampaian materi. Dukungan penuh dari pihak sekolah juga menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah, N. (2016). Efek Tayangan Pornografi di Internet pada Perilaku Remaja di Desa Sukamaju Kecamatan Tenggarong Seberang. *E-journal Ilmu Komunikasi*.
- Alodokter. (2018). *Memperbaiki kerusakan otak setelah berhenti dari kecanduan pornografi*.
- Hijriyani, Y.S., & Astuti, R. (2020). Penggunaan Gadget pada anak usia dini dalam menghadapi Era Revolusi Industri 4.0 ThufuLA: *Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*. 8(1): 015 <https://doi.org/10.21043/thufula.v8i1.6636>
- Kastlemen, Mark.B (2012). *The Drug of The New Millenium (Narkoba Millenium Baru)*. Cetakan ke-2. Yayasan kita dan Buah hati.
- Kominfo. Statistik Bulan Maret 2022[internet]. 2022 [cited 2023 jan 10]. Available from: <https://www.kominfo.go.id/statistik>.
- Noorca, D. (2021). Lebih dari 6 Persen Anak Mengakses Konten Pornografi Melalui Media Online [Internet]. Available from: <https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2021/lebih-dari-60-persen-anak-mengakses-konten-pornografi-melalui-media-online> [cited 2023 Jan 15].
- Sarwono SW. (2012). *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers.
- Soebagijo, A. (2008). *Pornografi Dilarang Tapi Dicari*. Depok: Gema Insani.
- Soebagijo, A., Pahlemy, W., Sriwartini, Y., & Asmawati. (2009). *Ayo ajak teman-teman kita sadari bahaya pornografi*. Kementrian Negara Pemuda Dan Olahraga.

Suryanto, A., Riyadi, M., & Lestari, D. (2019). *Penyuluhan Preventif untuk Generasi Muda*. Yogyakarta: Andi Publisher.

Rumondor, G. J. (2022). *Hubungan Antara Akses media pornografi dengan tindakan seksual Pranikah pada peserta Didik diSMA Negeri 1*. 11(5).