

EDUKASI DAMPAK PENYALAHGUNAAN OBAT STEROID SECARA BEBAS SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA DI SMAN 07 BANDAR LAMPUNG

Made Laksmi Meiliana^{1*}, Okta Puspita¹, Denny Ardianto¹,

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

ABSTRAK

Remaja rentan terhadap penyalahgunaan steroid anabolik-androgenik (AAS) karena tekanan sosial, pengaruh media, dan rendahnya literasi kesehatan. Penggunaan steroid tanpa pengawasan medis dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan serius, seperti gangguan jantung, kerusakan hati, gangguan hormon, dan masalah psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang bahaya penyalahgunaan steroid melalui kegiatan penyuluhan edukatif sebagai upaya preventif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan 40 siswa SMA Negeri 07 Kota Bandar Lampung. Penyuluhan dilaksanakan pada 16 Juni 2025 dengan metode ceramah, pemutaran video edukasi, dan diskusi interaktif. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test dengan pertanyaan yang sama untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasil pre-test menunjukkan tingkat pengetahuan siswa masih rendah, yaitu 62,5% kategori rendah, 25% sedang, dan 12,5% tinggi. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan yang signifikan pada post-test, dengan 87,5% siswa mencapai kategori tinggi dan 12,5% kategori sedang. Tidak ada lagi siswa yang berada pada kategori rendah. Kegiatan ini membuktikan bahwa penyuluhan edukatif berbasis interaksi dan media visual efektif meningkatkan pengetahuan remaja mengenai risiko penyalahgunaan steroid. Pendekatan ini dapat dijadikan model intervensi promotif dan preventif di kalangan pelajar SMA untuk mendorong perilaku penggunaan obat yang lebih rasional dan bertanggung jawab.

Kata kunci: Steroid, Literasi Kesehatan, Remaja, Penyuluhan, SMA.

*Korespondensi:

Made Laksmi Meiliana
Jl. Prof. Sumantri Brodjonegoro No 1 Bandar Lampung
+62-813-1752-6959 | Email: laksmi.meilianan@fk.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap perilaku berisiko, termasuk penyalahgunaan obat-obatan, akibat tekanan sosial, pengaruh media, serta tahap perkembangan fisik dan psikologis yang sedang berlangsung.¹ Remaja sering menggunakan obat steroid untuk mempercepat pembentukan massa otot, meningkatkan performa fisik, atau memperbaiki penampilan tubuh tanpa pengawasan medis.² Meskipun steroid memiliki kegunaan medis yang sah, penggunaannya secara bebas dapat menimbulkan berbagai risiko kesehatan serius, seperti gangguan kardiovaskular, kerusakan hati, gangguan hormonal, penghambatan pertumbuhan tulang pada remaja, serta masalah psikologis berupa agresi berlebih dan depresi.³

Prevalensi penggunaan AAS pada remaja telah menjadi isu global.⁴ Di berbagai negara, prevalensi lifetime AAS use pada siswa sekolah menengah dilaporkan berkisar antara 1–4%, dengan angka lebih tinggi pada laki-laki dan mereka yang aktif berolahraga.⁵ Di Indonesia, meskipun data epidemiologis spesifik masih terbatas, penyalahgunaan steroid anabolik di kalangan remaja dan dewasa muda semakin mengkhawatirkan karena akses yang mudah melalui pasar daring, gym, dan apotek, serta rendahnya kesadaran akan risikonya.⁶

Rendahnya literasi kesehatan remaja memperburuk situasi ini. Banyak remaja yang kurang memahami efek samping jangka panjang dari penyalahgunaan steroid, sehingga cenderung meremehkan bahayanya.^{1,8} Kondisi ini menjadikan edukasi kesehatan sebagai strategi preventif yang sangat penting. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis penyuluhan edukatif yang melibatkan penyampaian materi, media visual, dan diskusi interaktif efektif meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, serta menurunkan niat penggunaan AAS.^{9,10}

Salah satu program yang terbukti efektif adalah Adolescents Training and Learning to Avoid Steroids (ATLAS), yang menggunakan pendekatan tim-centered dan edukasi berbasis sekolah untuk mencegah penyalahgunaan steroid di kalangan atlet remaja.⁹ Di tingkat lokal, kegiatan semacam ini sangat relevan dilakukan di Kota Bandar Lampung, di mana remaja SMA masih dalam masa pembentukan perilaku dan akses terhadap informasi kesehatan yang komprehensif masih terbatas.

Berdasarkan kerentanan remaja terhadap penyalahgunaan obat serta pentingnya peningkatan literasi kesehatan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan kepada siswa SMA Negeri 07 Kota Bandar Lampung. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai dampak penyalahgunaan obat steroid secara bebas sebagai upaya preventif dalam menekan risiko kesehatan pada remaja.

METODE

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa SMA Negeri 07 Kota Bandar Lampung sebanyak 40 orang. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap penyalahgunaan obat, termasuk steroid, serta masih terbatasnya pengetahuan mengenai dampak penggunaannya secara bebas.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2025 dalam bentuk penyuluhan edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai dampak penyalahgunaan obat steroid secara bebas. Metode yang diterapkan mengacu pada Ernitam (1), yang meliputi beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Pengembangan materi
Tim pelaksana yang terdiri dari dosen Universitas Lampung bekerja sama dengan dosen STIKES Adila melakukan analisis dan penyusunan materi penyuluhan. Materi mencakup pengertian steroid, jenis, dampak penyalahgunaan, serta contoh kasus yang terjadi di masyarakat.
2. Pelaksanaan penyuluhan
Kegiatan dilakukan melalui penyampaian materi, pemutaran video edukasi, serta diskusi interaktif yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta secara komprehensif.
3. Pengukuran dan evaluasi
Pengukuran sekaligus evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner melalui pre-test dan post-test dengan pertanyaan yang sama. Pre-test dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta terkait dampak penyalahgunaan obat steroid secara bebas, sedangkan post-test dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan.

Selain itu, evaluasi juga dilakukan selama proses kegiatan dengan melihat partisipasi aktif peserta dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Hasil post-test kemudian dibandingkan dengan pre-test untuk menentukan keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Kegiatan diakhiri dengan sesi tanya jawab dan penutup sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi peserta. Sumber dana kegiatan ini berasal dari dana mandiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

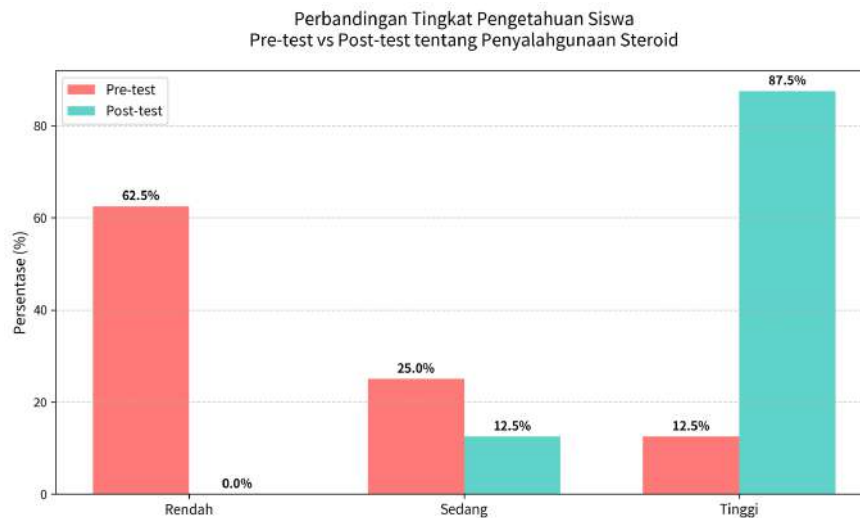
Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2025 pukul 10.00 – 12.00. Kegiatan ini diikuti oleh siswa SMAN 07 Bandar Lampung sebanyak 40 orang (Gambar. 1). Rangkaian kegiatan mencakup pengukuran tingkat pengetahuan awal (pre-test), pemberian edukasi mengenai dampak penyalahgunaan obat steroid secara bebas, serta sesi tanya jawab antara peserta dan narasumber.



Gambar 1. Peserta Kegiatan (a) dan Siswa SMAN 07 Bandar Lampung dalam kegiatan edukasi (b)

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner yang sama untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Sebelum edukasi diberikan, hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah terkait penyalahgunaan steroid, yaitu sebesar 62,5% (25 siswa), kategori sedang sebesar 25% (10 siswa), dan kategori tinggi sebesar 12,5% (5 siswa). Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat keterbatasan pemahaman siswa mengenai bahaya penggunaan steroid tanpa pengawasan tenaga kesehatan.

Setelah dilakukan penyuluhan yang mencakup penyampaian materi, pemutaran video, dan diskusi interaktif, terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan. Hasil post-test menunjukkan bahwa 87,5% (35 siswa) berada pada kategori tinggi dan 12,5% (5 siswa) berada pada kategori sedang. Tidak terdapat lagi peserta dengan kategori pengetahuan rendah.



Gambar 2. Grafik Perbandingan Tingkat Pengetahuan Siswa

Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai dampak penyalahgunaan obat steroid secara bebas. Penyampaian materi secara interaktif, disertai media visual dan diskusi, memungkinkan peserta untuk lebih mudah memahami informasi serta mengklarifikasi hal-hal yang belum dipahami.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan melalui metode penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap penggunaan obat yang rasional. Edukasi yang tepat dapat membentuk perilaku yang lebih bijak dalam penggunaan obat serta mencegah praktik penyalahgunaan yang berisiko terhadap kesehatan. Penyalahgunaan steroid, baik kortikosteroid maupun steroid anabolik, merupakan masalah kesehatan yang semakin meningkat pada remaja. Studi oleh Brusseau dan Burns menunjukkan bahwa penggunaan steroid tanpa resep pada remaja berhubungan dengan perilaku berisiko dan berdampak negatif terhadap kesehatan fisik maupun mental. Remaja cenderung menggunakan steroid untuk meningkatkan performa fisik atau penampilan, tanpa memahami konsekuensi jangka panjangnya.¹¹

Tidak hanya itu, penggunaan kortikosteroid yang tidak rasional juga memiliki risiko yang signifikan. Studi oleh Koshi *et al.* melaporkan bahwa penggunaan kortikosteroid dosis tinggi atau jangka panjang dapat menyebabkan komplikasi serius seperti diabetes mellitus, gangguan kardiovaskular, infeksi, osteoporosis, hingga gangguan psikiatri. Bahkan, penggunaan dalam jangka pendek pun dapat menyebabkan efek samping seperti hiperglikemia, gangguan tidur, perubahan perilaku, dan perdarahan gastrointestinal.¹²

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh siswa setelah mengikuti penyuluhan menunjukkan bahwa metode edukasi secara langsung masih menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan pada remaja. Pada usia sekolah menengah, kemampuan menerima dan mengolah informasi kesehatan berkembang dengan baik sehingga penyampaian materi melalui ceramah interaktif, diskusi, dan sesi tanya jawab dapat meningkatkan pemahaman peserta secara optimal.¹³ Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi terbentuknya sikap dan perilaku seseorang. Semakin baik tingkat pengetahuan individu mengenai manfaat dan risiko suatu obat, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut mengambil keputusan yang tepat dalam penggunaan obat serta menghindari praktik penyalahgunaan.¹⁴

Peningkatan pengetahuan, kegiatan edukasi ini juga diharapkan mampu membentuk kesadaran siswa untuk menjadi pengguna obat yang lebih bijaksana. Remaja merupakan kelompok yang rentan memperoleh informasi mengenai obat dari media sosial maupun teman sebaya yang belum tentu benar sehingga berpotensi menimbulkan perilaku swamedikasi yang tidak rasional, termasuk penggunaan steroid tanpa indikasi medis.¹⁵ Oleh karena itu, edukasi mengenai penggunaan obat yang benar perlu dilakukan secara berkesinambungan melalui kerja sama antara tenaga kesehatan, sekolah, dan keluarga. Upaya promotif dan preventif tersebut diharapkan dapat menurunkan risiko penyalahgunaan obat serta meningkatkan budaya penggunaan obat yang rasional sejak usia dini.¹⁶ Selain itu, keterlibatan aktif peserta dalam sesi tanya jawab juga menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini, karena memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengeksplorasi materi lebih dalam dan meningkatkan pemahaman secara komprehensif.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan mengenai dampak penyalahgunaan obat steroid secara bebas pada siswa SMAN 07 Bandar Lampung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan tingkat pengetahuan dari kategori rendah sebelum edukasi menjadi kategori tinggi setelah pemberian materi.

Metode penyuluhan yang disertai dengan diskusi interaktif mampu membantu peserta dalam memahami materi secara lebih komprehensif. Dengan demikian, kegiatan ini dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap bahaya penyalahgunaan obat steroid, serta mendorong perilaku penggunaan obat yang rasional dan bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hattab S, Saleh B, Qasarweh L, Draidi M, Zyoud SH. Knowledge and attitudes toward the use of anabolic-androgenic steroids among physical education university students: a cross-sectional study from Palestine. *Sci Rep*. 2024;14(1):2146. Published 2024 Jan 25. doi:10.1038/s41598-024-52787-w
2. Schneider KE, Webb L, Boon D, Johnson RM. Adolescent Anabolic-Androgenic Steroid Use in Association with Other Drug Use, Injection Drug Use, and Team Sport Participation. *J Child Adolesc Subst Abuse*. 2020;29(4-6):246-251. doi:10.1080/1067828x.2022.205221
3. Parmar P, Aslam SP, Gokarakonda SB, Marwaha R. Anabolic Steroid Use Disorder. In: *StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; March 6, 2026.
4. Kementerian Kesehatan RI. (2022). Penyalahgunaan steroid di masyarakat: Manfaat dan efek samping steroid. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1421/penyalahgunaan-steroid-di-masyarakat-manfaat-dan-efek-samping-steroid
5. Byatt D, Bussey K, Croft T, Trompeter N, Mitchison D. Prevalence and Correlates of Anabolic-Androgenic Steroid Use in Australian Adolescents. *Nutrients*. 2025;17(6):980. Published 2025 Mar 11. doi:10.3390/nu17060980
6. Tanner SM, Miller DW, Alongi C. Anabolic steroid use by adolescents: prevalence, motives, and knowledge of risks. *Clin J Sport Med*. 1995;5(2):108-115. doi:10.1097/00042752-199504000-00007
7. Windsor R, Dumitru D. Prevalence of anabolic steroid use by male and female adolescents. *Med Sci Sports Exerc*. 1989;21(5):494-497.

8. Jalilian F, Allahverdipour H, Moeini B, Moghimbeigi A. Effectiveness of Anabolic Steroid Preventative Intervention among Gym Users: Applying Theory of Planned Behavior. *Health Promot Perspect*. 2011;1(1):32-40. 2011.
9. Goldberg L, Elliot DL, Clarke GN, et al. The Adolescents Training and Learning to Avoid Steroids (ATLAS) prevention program. Background and results of a model intervention. *Arch Pediatr Adolesc Med*. 1996;150(7):713-721. doi:10.1001/archpedi.1996.02170320059010
10. Daher J, El Khoury D, Dwyer JJM. Education Interventions to Improve Knowledge, Beliefs, Intentions and Practices with Respect to Dietary Supplements and Doping Substances: A Narrative Review. *Nutrients*. 2021;13(11):3935. Published 2021 Nov 3. doi:10.3390/nu13113935
11. Brusseu TA, Burns RD. Non-prescription steroid use in adolescents. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(1):87. doi:10.3390/ijerph19010087
12. Koshi EJ, Gronseth GS, Kaur J, et al. Complications of corticosteroid therapy: a comprehensive review. *J Pharm Technol*. 2022;38(5):301-310. doi:10.1177/87551225221090000
13. Notoatmodjo S. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Edisi revisi. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
14. World Health Organization. *Promoting health through the life-course: Adolescent health*. Geneva: World Health Organization; 2022.
15. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman penggunaan obat rasional di fasilitas pelayanan kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2023.
16. International Pharmaceutical Federation (FIP). FIP statement of policy: Responsible self-care including self-medication. The Hague: International Pharmaceutical Federation; 2021.