

Penyalahgunaan Zat Adiktif Jenis “Inhalan”

Oleh: Yappi Manafe

Mantan Deputy Pencegahan BNN, Mantan Anggota Kelompok Ahli BNN

Pengantar

Dewasa ini banyak produk “*Inhalan*” (yang biasanya disalahgunakan dengan cara menghirup, mengisap melalui hidung dan mulut atau disemprot langsung ke hidung dan mulut) dapat ditemukan di rumah, dan di tempat kerja. “*Inhalan*” adalah variasi dari berbagai bahan, zat (substances) kimia seperti bahan pelarut, aerosols, bensin, thinner, cat, lem, cairan pembersih, semuanya mengandung zat-zat psikoaktif dan memiliki efek stimulant, sebelum menimbulkan deperesi pada sistem saraf pusat pengguna. Masyarakat tidak berpikir bahwa Inhalan adalah salah satu jenis narkotika, karena memang inhalant tidak diproduksi dengan tujuan untuk digunakan sebagai salah satu jenis narkotika, namun dalam kenyataan, produk-produk inhalant terkadang disalahgunakan khususnya oleh anak-anak dan remaja. Sebuah penelitian di USA menunjukkan sekitar 21.7 juta anak berumur 12 tahun ke atas menyalahgunakan zat-zat jenis inhalant paling sedikit sekali dalam hidup mereka. Lalu apa yang harus dilakukan oleh orang tua untuk mencegah anak-anak menyalahgunakan zat-zat adiktif termasuk jenis Inhalan?.

Penggunaan Inhalan mengacu pada penggunaan berbagai zat, seperti gas, lem, dan aerosol, dengan tujuan memperoleh efek intoksikasi (mabuk). Sementara itu, gangguan penggunaan Inhalan (*Inhalant Use Disorder/IUD*) mencakup kriteria penyalahgunaan (*abuse*) dan ketergantungan (*dependence*) Inhalan sebagaimana diatur dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision* (DSM-IV-TR). Penggunaan Inhalan di kalangan remaja merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian global mengingat dampak medis dan gangguan kognitif yang serius, serta kaitannya dengan berbagai faktor biopsikososial.

Tulisan ini menyajikan profil produk Inhalan, tanda-tanda orang menggunakan Inhalan, dampak penyalahgunaan Inhalan, serta apa saja yang harus dilakukan (oleh orang tua) apabila menemukan anak berada dalam keadaan kritis karena menggunakan Inhalan. Meskipun berasal dari produk rumah tangga yang legal dan mudah diakses, Inhalan bukan merupakan zat yang aman. Penyalahgunaannya dapat menyebabkan keracunan akut, gangguan fungsi organ vital, serta meningkatkan risiko kematian, sehingga memerlukan perhatian dalam upaya pencegahan dan edukasi, terutama pada kelompok remaja.

Profil Inhalan

Walaupun berbagai produk yang ditemukan di rumah dan tempat kerja seperti cat, thinner, lem, cairan pembersih, dan lain-lain sejenis mengandung zat-zat psikoaktif dan efek stimulant dapat dihirup ("*Inhaled*"), namun batasan (term) "*Inhalan*" mencakup jenis zat-zat kimia yang dapat dihirup termasuk juga bensin, spritus, gas (medikal anaestesi), aerosol (hair spray, deodorant spray, pembersih perangkat komputer), nitrites (cairan pewangi, pembersih kulit, pewangi ruangan) yang digunakan untuk meningkatkan daya seksual pengguna Inhalan, semuanya memiliki efek farmakologi yang berbeda, dan diproduksi dalam jumlah ratusan jenis yang berbeda-beda. Konsekuensinya, agak sulit untuk membuat kategori dan merumuskan batasan (term) tentang Inhalan secara pasti (precise). Dalam praktek, berbagai produk Inhalan dibagi menjadi empat kategori secara umum yaitu, *volatile solvents*, *aerosols*, *gas*, dan *nitrites*, yang kebanyakan dapat ditemukan di rumah-tangga, industri, dan berbagai produk medikal.



Berbagai produk Inhalant

Anak-anak menghirup zat adiktif Inhalant

Inhalan adalah kelompok zat yang menghasilkan uap kimia bersifat psikoaktif sehingga dapat menimbulkan efek memabukkan ketika dihirup. Kelompok zat ini umumnya berasal dari produk sehari-hari yang mudah diperoleh dan banyak ditemukan di lingkungan rumah, sekolah, maupun tempat kerja, seperti cat semprot (*spray paint*), cairan koreksi (*correction fluid*), spidol permanen (*felt-tip marker*), lem, serta cairan pembersih. Penyalahgunaan Inhalan paling sering ditemukan pada remaja usia muda ("*young adolescents*"). Zat tersebut digunakan dengan cara menghirup uapnya melalui mulut, yang dikenal sebagai "*huffing*" atau "*bagging*", maupun melalui hidung, yang dikenal sebagai "*sniffing*" atau "*snorting*". Penggunaan Inhalan dapat menimbulkan berbagai dampak kesehatan yang serius, bahkan berakibat fatal. Paparan Inhalan dapat menyebabkan henti jantung (*cardiac arrest*) atau sesak napas hingga mati lemas (*suffocation*). Selain itu, penggunaan secara berulang atau dalam jangka panjang dapat mengakibatkan kerusakan permanen pada otak, jantung, ginjal, dan hati.

Pengelompokan Inhalan

Secara umum, Inhalan dikelompokkan ke dalam empat kategori, yaitu: Pelarut volatil (volatile solvents); Aerosol; Gas; dan Nitrit (nitrites). **Pelarut volatil** (*volatile solvents*) merupakan cairan yang mudah menguap pada suhu ruangan. Zat ini banyak ditemukan dalam produk rumah tangga maupun industri yang relatif murah dan mudah diperoleh. Contohnya meliputi pengencer dan penghapus cat, cairan pencuci kering (*dry-cleaning fluids*), bahan penghilang lemak (*degreasers*), bensin, lem, cairan koreksi (*correction fluids*), serta spidol permanen (*felt-tip markers*); **Aerosol** adalah produk yang mengandung bahan kimia dalam bentuk semprotan. Contohnya antara lain cat semprot, semprotan rambut, deodoran semprot, minyak semprot untuk memasak, dan semprotan pelindung kain (*fabric protector sprays*); **Gas** mencakup zat anestesi yang digunakan dalam prosedur medis, seperti eter (*ether*), kloroform (*chloroform*), halotan (*halothane*), dan dinitrogen oksida (*nitrous oxide*), yang dikenal pula sebagai gas tertawa (*laughing gas*). Dinitrogen oksida dipasarkan dalam tabung kecil yang disebut *whippets* atau *chargers*, yang dapat melepaskan gas ke dalam krim kocok, kantong plastik, atau balon untuk kemudian dihirup. Selain itu, berbagai produk rumah tangga maupun komersial yang mengandung gas juga dapat disalahgunakan sebagai inhalans, seperti pemantik berbahan bakar butana, tabung propana, dan bahan pendingin (*refrigerants*); **Nitrit (nitrites)** dipasarkan dalam botol-botol kecil yang dikenal sebagai "*poppers*." Berbeda dengan sebagian besar Inhalan lainnya yang bekerja secara langsung pada sistem saraf pusat, nitrit terutama bekerja dengan melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi) dan merelaksasi otot polos, sehingga menghasilkan sensasi hangat, pusing, serta euforia dalam waktu singkat.

Tanda-tanda Penyalahgunaan Inhalan

Tanda-tanda seseorang yang menyalahgunakan zat adiktif jenis Inhalan: yang bersangkutan mabuk, bingung, pusing, bicara tanpa orientasi (tidak fokus), sulit mengkoordinasikan anggota tubuh, mata merah dan berair, hidung berair, pakaian dan napas bau (zat kimia), terdapat tanda cat atau produk Inhalan lainnya di wajah, tangan, hidung, dan jari, serta yang bersangkutan kehilangan selera. Pengguna Inhalan kronis sering memunculkan gejala halusinasi, agitatif dan agresif, cepat marah. Tanda-tanda, gejala menuju penyalahgunaan Inhalan juga dapat dilihat dari perilaku seseorang antara lain, mengecat kuku dengan pewarna kuku, selalu mencium lengan baju, terdapat cat atau kotoran sejenis di wajah, jari, dan pakaian yang bersangkutan, menyimpan tabung gas pengisi korek api di kamar atau di locker (tempat menyimpan barang yang dapat dikunci), menyembunyikan jenis-jenis Inhalan di kloset, di bawah tempat tidur, dan di garasi.

Apabila terdapat dugaan bahwa seseorang mengalami masalah terkait penggunaan Inhalan, pemahaman terhadap kriteria diagnosis gangguan penggunaan Inhalan ("*Inhalant Use Disorder*") dapat membantu dalam proses identifikasi dini. Menurut kriteria diagnostik, diagnosis gangguan penggunaan inhalans dapat ditegakkan apabila dalam periode 12 bulan terdapat sedikitnya dua dari kondisi berikut:

- Menggunakan Inhalan dalam jumlah yang lebih banyak atau dalam jangka waktu yang lebih lama daripada yang direncanakan.
- Memiliki keinginan atau telah berupaya untuk mengurangi maupun menghentikan penggunaan Inhalan, tetapi tidak berhasil.
- Menghabiskan banyak waktu untuk memperoleh Inhalan, menggunakannya, atau memulihkan diri dari efek penggunaannya.
- Mengalami dorongan atau keinginan yang sangat kuat (*craving*) untuk menggunakan Inhalan.
- Penggunaan Inhalan yang terus berlanjut hingga mengganggu kemampuan dalam memenuhi tanggung jawab penting di rumah, sekolah, maupun tempat kerja.
- Tetap menggunakan Inhalan meskipun penggunaannya telah menimbulkan atau memperburuk masalah dalam hubungan sosial maupun interpersonal.
- Mengurangi atau menghentikan keterlibatan dalam aktivitas sosial, rekreasi, atau hobi sebagai akibat dari penggunaan Inhalan.
- Tetap menggunakan Inhalan dalam situasi yang berpotensi membahayakan keselamatan fisik, misalnya saat mengemudikan kendaraan atau mengoperasikan mesin.
- Tetap menggunakan Inhalan meskipun menyadari bahwa penggunaannya telah menyebabkan atau memperburuk gangguan kesehatan fisik maupun mental.
- Mengalami toleransi terhadap Inhalan, yaitu kondisi ketika jumlah zat yang sebelumnya menimbulkan efek tertentu tidak lagi memberikan efek yang sama, sehingga diperlukan dosis yang lebih besar untuk mencapai tingkat intoksikasi yang diinginkan.

Tanda-Tanda Fisik Indikasi Penyalahgunaan Inhalan

Meskipun sebagian besar pemeriksaan laboratorium, seperti tes narkotika klinis maupun pemeriksaan toksikologi, sering kali tidak mampu mengonfirmasi secara spesifik penggunaan berbagai jenis Inhalan, terdapat sejumlah tanda dan gejala yang dapat mengindikasikan kemungkinan penyalahgunaan zat tersebut. Walaupun tanda-tanda berikut tidak bersifat spesifik hanya untuk penggunaan Inhalan, keberadaannya dapat menjadi indikator yang perlu diperhatikan dalam proses skrining dan evaluasi klinis.

Beberapa tanda fisik dan perilaku yang dapat ditemukan pada individu yang menyalahgunakan Inhalan meliputi:

- Penurunan berat badan dan kelemahan otot.
- Disorientasi, kebingungan, atau penurunan kemampuan memusatkan perhatian.
- Gangguan koordinasi gerakan tubuh.
- Mudah marah ("*iritabilitas*") atau menunjukkan perilaku yang mudah terangsang ("*eksitabilitas*").
- Gejala depresi dan/atau kecemasan.
- Kerusakan pada berbagai organ tubuh, termasuk sistem saraf pusat.
- Adanya noda cat atau residu bahan kimia pada tubuh maupun pakaian.
- Luka atau iritasi di sekitar mulut.
- Mata merah atau berair serta hidung kemerahan atau berair.
- Penampilan menyerupai orang mabuk, linglung, atau mengalami pusing.
- Mual dan penurunan nafsu makan.
- Bau napas yang menyerupai aroma bahan kimia atau pelarut.

Keberadaan satu atau beberapa tanda tersebut tidak dapat dijadikan dasar untuk menegaskan diagnosis gangguan penggunaan Inhalan. Oleh karena itu, diperlukan anamnesis (wawancara medis antara dokter dan pasien untuk menggali informasi riwayat kesehatan) yang komprehensif, pemeriksaan fisik, serta penilaian klinis yang menyeluruh untuk memastikan diagnosis dan menentukan penatalaksanaan yang tepat.

Dampak Penggunaan Inhalan

Zat kimia dari Inhalan yang dihirup terserap langsung ke dalam darah melalui paru-paru dan terdistribusi secara cepat ke otak dan organ tubuh lainnya. Penyalahgunaan Inhalan mengakibatkan kerusakan pada beberapa organ tubuh secara permanen, terjadi kerusakan ginjal dan hati, kehilangan pendengaran, terjadi kerusakan pada sum-sum tulang, mengalami kekejangan, serta kehilangan koordinasi organ tubuh. Penggunaan Inhalan yang berlangsung dalam waktu lama (kronis), dapat menimbulkan depresi dan adiksi (ketergantungan). Berbagai produk kimia jenis inhalant menyebabkan orang yang menghirup menjadi "high" (mabuk) secara cepat, oleh karena uap cairan (vapor) yang dihirup langsung masuk melalui hidung atau mulut menuju otak, jantung, dan paru-paru. Si pengguna (penyalahguna) selalu bersin, batuk, kelelahan yang amat sangat (fatigue), sakit kepala, dan kehilangan selera. Dampak serius penyalahgunaan Inhalan adalah, si pengguna menjadi buta, merusak sel darah merah, meningkatkan resiko leukemia, merusak sistem reproduksi, , merusak hati, mengalami kerusakan otak secara permanen karena aliran oksigen ke otak menjadi terhambat, respirator jantung terganggu, denyut jantung meningkat, dan dapat mengarah kepada kematian secara tiba-tiba (*sudden sniffing death/SSD*),

apabila Inhalan dihirup sekaligus secara mendalam terutama menggunakan kantong plastik, kantong kertas, atau balon (yang berisi zat nitrous oxide).

Tindakan Yang Perlu Dilakukan Menghadapi Situasi Kritis

Apabila pengguna Inhalan menghadapi suatu situasi dimana kondisi yang bersangkutan menjadi kritis diakibatkan pengaruh penyalahgunaan zat adiktif Inhalan, maka orang tua harus tetap tenang dan jangan berargumentasi dengan si penyalahguna, anak yang menyalahgunakan Inhalan. Yang bersangkutan kemungkinan dalam kondisi tidak sadar, sulit bernapas, sehingga perlu segera memanggil bantuan (para medis, perawat, dokter, konselor, guru) untuk menolong, dan jangan meninggalkannya sendirian, oleh karena stress yang dialami penyalahguna dapat mengakibatkan gangguan pada jantung yang bersangkutan dan dapat mengakibatkan kematian secara tiba-tiba.

Risiko Kematian Akibat Penggunaan Inhalan

Penggunaan Inhalan dapat menimbulkan risiko kematian yang serius. Terdapat tiga penyebab utama kematian yang berkaitan dengan penyalahgunaan Inhalans, yaitu: "*Sudden Sniffing Death Syndrome (SSDS)*" atau Sindrom Kematian Mendadak Akibat Menghirup Inhalans. Sindrom ini mengacu pada terjadinya henti jantung ("*cardiac arrest*") atau gagal jantung yang dapat muncul segera setelah penggunaan Inhalans, terutama pelarut volatil (*volatile solvents*) dan aerosol. Kandungan bahan kimia dalam Inhalans tersebut dapat memicu peningkatan kadar adrenalin secara tiba-tiba, sehingga mengganggu irama jantung dan menyebabkan henti jantung. Risiko terjadinya "*Sudden Sniffing Death Syndrome*" meningkat apabila setelah menghirup Inhalan seseorang mengalami stres emosional atau melakukan aktivitas fisik yang berat. Asfiksia (kondisi kekurangan oksigen) dapat terjadi ketika gas yang dihirup, seperti dinitrogen oksida ("*nitrous oxide*"), menggantikan oksigen di dalam paru-paru sehingga tubuh mengalami kekurangan oksigen ("*hipoksia*"). Kondisi ini dapat terjadi apabila Inhalan digunakan di ruang tertutup dengan ventilasi yang buruk atau melalui praktik berbahaya, seperti menempatkan kantong plastik di atas kepala saat menghirup zat tersebut. Selain itu, asfiksia juga dapat terjadi apabila beberapa jenis Inhalan disemprotkan langsung ke dalam mulut karena suhu yang sangat rendah dari zat tersebut dapat menyebabkan pembekuan jaringan pada tenggorokan dan saluran napas sehingga menghambat proses pernapasan. Tertelannya Alkil Nitrit (Alkyl Nitrites) dapat mengganggu kemampuan hemoglobin (protein kaya zat besi dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh) dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Kondisi ini dapat menyebabkan methemoglobinemia, yaitu keadaan ketika hemoglobin berubah menjadi methemoglobin sehingga tidak mampu mengikat dan mendistribusikan oksigen secara efektif.

Methemoglobinemia merupakan kondisi gawat darurat medis yang berpotensi fatal apabila tidak segera ditangani. Oleh karena itu, apabila Alkil Nitrit tertelan, penderita harus segera memperoleh pertolongan medis.

Ketiga mekanisme tersebut menunjukkan bahwa penyalahgunaan Inhalan tidak hanya menimbulkan gangguan kesehatan jangka panjang, tetapi juga dapat menyebabkan kematian secara mendadak melalui gangguan fungsi jantung, kegagalan pernapasan, maupun gangguan transportasi oksigen dalam darah.

Pencegahan

Salah satu langkah paling penting dalam mencegah penyalahgunaan Inhalan adalah memberikan edukasi kepada anak-anak dan remaja mengenai bahaya mencoba Inhalan, bahkan hanya untuk pertama kali. Selain itu, orang tua perlu menjalin komunikasi dengan guru, konselor sekolah, maupun pelatih untuk meningkatkan kewaspadaan terhadap risiko penyalahgunaan Inhalan di kalangan remaja. Melalui diskusi yang terbuka mengenai permasalahan ini serta penekanan terhadap berbagai konsekuensi serius yang ditimbulkan oleh penyalahgunaan Inhalan, baik dari aspek kesehatan fisik, psikologis, maupun sosial, upaya pencegahan dapat dilakukan secara lebih efektif sehingga risiko terjadinya dampak yang merugikan dapat diminimalkan. Mengingat transisi dari penggunaan Inhalan ke penyalahgunaan Narkotika dapat terjadi dalam waktu yang relatif singkat, upaya pencegahan dan intervensi dini merupakan prioritas utama dalam penanganan masalah ini. Tenaga kesehatan dan praktisi klinis perlu memahami berbagai pendekatan pencegahan, yaitu pencegahan primer, sekunder, dan tersier.

Penutup

Orang tua dan anak perlu memahami bahwa penyalahgunaan Inhalan menghadirkan dampak yang sangat berbahaya bagi pengguna, oleh karena itu diperlukan kewaspadaan orang tua melalui pencarian berbagai informasi dan pemahaman tentang bahaya Inhalan, pemantauan terhadap perilaku anak (apabila terdapat tanda-tanda menuju penyalahgunaan Inhalan atau tanda-tanda penyalahgunaan Inhalan, agar dapat mengambil langkah-langkah dini untuk mencegah penyalahgunaan yang berkelanjutan). Orang tua perlu memiliki keterampilan dan kemampuan untuk menangani anak, apabila anak yang bersangkutan berada dalam kondisi kritis oleh karena penyalahgunaan zat-zat jenis Inhalan, agar dapat menolong anak yang bersangkutan, sehingga tidak mengakibatkan anak meninggal karena SSD (*sudden sniffing death*).

Kesimpulan

Meskipun sering dianggap sebagai zat yang mudah diperoleh dan relatif tidak berbahaya, Inhalan memiliki potensi tinggi untuk menyebabkan ketergantungan. Tanda-tanda penggunaannya dapat dikenali melalui perubahan fisik, perilaku, maupun kondisi psikologis. Apabila penggunaan berlanjut, individu berisiko mengalami gangguan penggunaan Inhalan yang ditandai dengan munculnya gejala putus zat, gangguan kesehatan mental, serta penurunan kemampuan menjalankan fungsi sehari-hari. Oleh karena itu, deteksi dini dan intervensi yang tepat sangat penting untuk mencegah dampak kesehatan yang lebih serius.

Inhalan bukanlah zat yang aman. Selain menimbulkan efek euforia yang singkat, penggunaannya dapat menyebabkan gangguan fungsi otak, kerusakan berbagai organ vital, gangguan kesehatan mental, hingga kematian mendadak. Risiko tersebut dapat terjadi bahkan setelah penggunaan pertama, sementara penggunaan berulang meningkatkan kemungkinan terjadinya kerusakan permanen pada sistem saraf dan organ tubuh lainnya. Oleh karena itu, pencegahan penggunaan Inhalan, terutama pada remaja dan ibu hamil, merupakan langkah penting dalam melindungi kesehatan individu dan masyarakat.

Jakarta, 16 Juli 2026.

Referensi:

1. The Clinical Assesment and Treatment of Inhalant Abuse, National Library of Medicine, April 20, 2023
2. Inhalant Addiction: Signed, Effect and Treatment, Leah Miler, MHC, December 31, 2024
3. Inhalants, Cleveland Clinic, Mecically Reviewed, June 28, 2024
4. Alcohol and Drug Foundation, 2026

