



**Mando Care Jurnal**  
Dari Mandar Untuk Indonesia



**ARTIKEL RISET**

DOI artikel: <https://doi.org/10.55110/mcj.v3i2.171>

**Dampak Kesehatan Fisik, Mental dan Sosial pada Penggunaan Minuman Keras  
Di Kalangan Remaja (Studi kasus di Kabupaten Mamasa)**

**Suryadi<sup>✉</sup>, Novtalya**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Salakanagara

Email: [suryadiners11@gmail.com](mailto:suryadiners11@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penggunaan minuman keras (miras) di kalangan remaja menjadi fenomena yang memprihatinkan dengan dampak signifikan terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan minuman keras terhadap kesehatan remaja melalui pendekatan studi kasus. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan wawancara mendalam kepada lima remaja pengguna minuman keras di Kabupaten Mamasa Sulawesi Barat, serta pengamatan langsung. Data dianalisis menggunakan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi pola-pola utama terkait dampak kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan minuman keras pada remaja menyebabkan gangguan kesehatan seperti gangguan fungsi hati, penurunan daya tahan tubuh, dan masalah kognitif. Selain itu, ditemukan adanya perubahan perilaku sosial, termasuk agresivitas, gangguan hubungan keluarga, dan keterlibatan dalam perilaku berisiko. Faktor-faktor penyebab meliputi tekanan kelompok sebaya, pengaruh lingkungan sosial, dan kurangnya pengawasan keluarga. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan perlunya intervensi holistik, melibatkan edukasi kesehatan, peran aktif keluarga, serta kebijakan yang ketat dalam pengendalian akses minuman keras pada remaja. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program pencegahan yang efektif untuk meminimalkan dampak buruk penggunaan minuman keras di kalangan remaja.

**Kata Kunci:** remaja; minuman keras; dampak kesehatan; studi kasus

**PUBLISHED BY :**

Yayasan Mandar Indonesia

**Address :**

Jl. Kesadaran No.23/Kampus AKPER YPPP Wonomulyo  
Polewali Mandar, Sulawesi Barat

**Email :**

[mcj@yamando.id](mailto:mcj@yamando.id)

**Phone :**

+62 82158655364

**Article history :**

Submit 21 Oktober 2024

Revised 26 November 2024

Accepted 17 Desember 2024

Licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



## ABSTRACT

*Alcohol use among adolescents is a worrying phenomenon with significant impacts on physical, mental, and social health. This study aims to analyze the impact of alcohol use on adolescent health through a case study approach. The research method used is qualitative descriptive with in-depth interviews with five adolescent alcohol users in Mamasa, West Sulawesi, as well as direct observation. Data were analyzed using a thematic approach to identify key patterns related to health impacts. The results showed that alcohol use in adolescents causes health problems such as impaired liver function, decreased immunity, and cognitive problems. In addition, changes in social behavior were found, including aggressiveness, impaired family relationships, and involvement in risky behavior. Causal factors include peer pressure, social environmental influences, and lack of family supervision. The conclusion of this study emphasizes the need for holistic interventions, involving health education, active family roles, and strict policies in controlling access to alcohol in adolescents. These findings are expected to be the basis for developing effective prevention programs to minimize the negative impacts of alcohol use among adolescents.*

**Keyword:** *adolescents; alcohol; health impacts; case study*

---

## PENDAHULUAN

Konsumsi alkohol dan rokok elektronik pada remaja menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan hal ini berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental remaja, serta berkontribusi pada perkembangan penyakit kronis di masa depan (Indraswari & Shaluhiyah, 2022). Penggunaan alkohol dan rokok elektronik semakin marak di kalangan remaja di berbagai belahan dunia, termasuk di Indonesia. WHO melaporkan bahwa sekitar 18% remaja usia 15 – 19 tahun di dunia mengonsumsi alkohol setidaknya sekali dalam sebulan, dengan prevalensi tertinggi ditemukan di negara-negara Eropa (seperti Rusia, Lithuania, dan Latvia) dan negara-negara Amerika Utara (Gelius et al., 2021). Data global juga menunjukkan bahwa sekitar 3,5% hingga 5% remaja usia 13 – 15 tahun di seluruh dunia telah mencoba rokok elektronik (Room et al., 2022).

Di Indonesia, baik konsumsi alkohol maupun rokok elektronik pada remaja juga menjadi isu yang semakin mendapatkan perhatian Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sekitar 3,2% remaja usia 13 – 15 tahun di Indonesia mengonsumsi alkohol dalam 30 hari terakhir, meskipun prevalensinya lebih rendah dibandingkan dengan negara-negara maju (Karso, 2022). Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial, dan salah satu perilaku yang sering ditemui adalah konsumsi alkohol (Prasetya & Sodik, 2021). Walaupun prevalensi konsumsi alkohol di daerah pedesaan umumnya lebih rendah dibandingkan dengan daerah perkotaan, namun dampak negatif yang ditimbulkan dari kebiasaan ini tetap menjadi perhatian serius (Shen, 2021).

Konsumsi alkohol pada remaja dapat berdampak langsung pada perkembangan fisik dan mental mereka. Secara fisik, konsumsi alkohol dapat menyebabkan gangguan pada organ tubuh, terutama hati dan otak, yang belum sepenuhnya berkembang pada usia remaja. Secara mental, remaja yang mengonsumsi alkohol berisiko lebih tinggi mengalami depresi, kecemasan, serta gangguan perilaku. Sementara itu, dampak sosialnya dapat berupa perubahan hubungan dengan teman sebaya, keluarga, serta penurunan partisipasi dalam kegiatan sosial di masyarakat (Pihahay & May, 2022). Di daerah pedesaan, faktor-faktor sosial dan budaya seperti norma keluarga dan pengaruh teman sebaya memainkan peran penting dalam membentuk pola konsumsi alkohol di kalangan remaja (Runtuwene et al., 2022). Penelitian mengenai dampak konsumsi alkohol di kalangan remaja di daerah pedesaan masih terbatas, padahal faktor-faktor sosial dan budaya di daerah tersebut memiliki peran penting dalam membentuk perilaku remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak kesehatan mental, fisik, dan sosial pada remaja yang mengonsumsi alkohol di daerah pedesaan. Fokus utama penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana konsumsi alkohol pada remaja di daerah pedesaan dapat memengaruhi perkembangan mental mereka, dampak fisik yang ditimbulkan, serta perubahan dalam hubungan sosial mereka dengan keluarga, teman, dan masyarakat di kalangan remaja di Desa Rante Puang Kecamatan Sesena Padang Kabupaten Mamasa.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif yaitu suatu rumusan masalah yang memandu penelitian untuk mengeksplorasi atau memotret situasi sosial yang akan diteliti secara menyeluruh, luas dan mendalam serta menghasilkan data deskripti berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang akan diamati dan berfokus pada fenomena sosial, pemberian suara pada perasaan dan persepsi dari partisipan penelitian. Pendekatan kualitatif ini bertujuan untuk mendapatkan informasi lengkap tentang dampak kesehatan fisik, mental, sosial, pada penggunaan minuman keras di kalangan remaja Di Desa Rante Puang Kecamatan Sesena Padang Kabupaten Mamasa (Studi kasus).

Informan pada penelitian ini adalah remaja dengan kriteria inklusi usia 10 – 19 tahun yang tinggal di Desa Rante Puang, pernah atau rutin mengonsumsi minuman keras, bersedia menjadi responden, dan memberikan persetujuan. Adapun kriteria eksklusi yaitu remaja yang memiliki gangguan kesehatan mental berat atau tidak bersedia diwawancarai. Pada penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dengan face to face atau berhadapan langsung dengan informan yang akan diwawancarai setelah hasil akan ditarik kesimpulan dari hasil wawancara tersebut.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk memahami dampak kesehatan fisik, mental, dan sosial akibat penggunaan minuman keras di kalangan remaja di Kabupaten Mamasa. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan beberapa informan yang dipilih berdasarkan kriteria usia remaja dan pengalaman mereka terkait penggunaan minuman keras. Informan terdiri dari berbagai latar belakang umur untuk mendapatkan perspektif yang beragam. Berikut adalah karakteristik informan penelitian yang menjadi sumber data dalam penelitian ini.

**Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian**

Kode Informan	Jenis kelamin	Umur	Tanggal Wawancara
AS	Laki-laki	17 Tahun	19 Agustus 2024
BR	Laki-laki	16 Tahun	20 Agustus 2024
CN	Laki-laki	18 Tahun	21 Agustus 2024
DR	Laki-laki	15 Tahun	22 Agustus 2024
EF	Laki-laki	19 Tahun	23 Agustus 2024

Penggunaan minuman keras di kalangan remaja memberikan berbagai dampak negatif yang dapat dikelompokkan ke dalam tiga aspek utama, yaitu dampak fisik, mental, dan sosial. Dampak fisik yang sering dirasakan oleh remaja setelah mengonsumsi minuman keras meliputi rasa tidak nyaman pada tubuh, mual, dan gangguan tidur. Sebagaimana diungkapkan,

*“Kadang kalau saya minum badanku tidak enak dan mual”* (AS, L, 17 Tahun, 19 Agustus 2024).

Hal serupa juga dialami oleh informan lain yang menyatakan,

*“Kalau saya minum tubuhku terasa lelah dan tidak bisa tidur”* (BR, L, 16 Tahun, 20 Agustus 2024).

Selain dampak fisik, konsumsi minuman keras juga memengaruhi kondisi mental remaja. Beberapa informan melaporkan adanya perasaan cemas, kebingungan, dan pikiran negatif setelah minum. Salah seorang informan menjelaskan,

*“Kadang saya merasa tenang sekali saat minum, tapi setelah itu cemas dan bingung tidak saya tahu apa yang saya bikin”* (CN, L, 18 Tahun, 21 Agustus 2024).

Pernyataan ini diperkuat oleh informan lain yang menyebutkan,

*“Saya toh cemas saat minum terus pikiran ku negatif terus”* (DR, L, 15 Tahun, 22 Agustus 2024).

Hal ini menunjukkan bahwa ketenangan sementara yang dirasakan saat minum justru diikuti oleh dampak psikologis yang merugikan.

Dampak sosial dari penggunaan minuman keras juga menjadi perhatian. Beberapa informan melaporkan hubungan yang terganggu dengan orang-orang di sekitar mereka. Salah satu informan mengungkapkan,

*“Saya sering dijauhi teman ku dan bapakku juga marah kalau saya minum alkohol”* (EF, L, 19 Tahun, 23 Agustus 2024).

Konflik sosial juga dialami oleh informan lain yang menyebutkan,

*“Saya mulai berkelahi sama temanku kalau selesai lagi minum”* (DR, L, 15 Tahun, 22 Agustus 2024).

Berdasarkan hasil wawancara ini, dapat disimpulkan bahwa konsumsi minuman keras di kalangan remaja tidak hanya berdampak buruk pada kesehatan fisik, tetapi juga membawa konsekuensi negatif pada kondisi mental dan hubungan sosial mereka. Hal ini menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap upaya pencegahan dan penanganan penggunaan minuman keras di kalangan remaja.

## PEMBAHASAN

Konsumsi alkohol pada remaja dapat memengaruhi sistem tubuh secara langsung. Berdasarkan beberapa hasil penelitian yang dilakukan, banyak remaja yang merasakan gangguan fisik setelah mengonsumsi alkohol, seperti mual, pusing, dan gangguan tidur (Hamja et al., 2020; Shen, 2021). Gangguan fisik ini terjadi akibat pengaruh alkohol terhadap fungsi organ tubuh, terutama hati dan sistem saraf pusat. Sejumlah remaja mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih lelah dan sulit tidur setelah minum alkohol, yang dapat berisiko bagi kesehatan jangka panjang (Pihahay & May, 2022). Meskipun alkohol terkadang digunakan sebagai obat tidur sementara, dalam jangka panjang, alkohol justru mengganggu kualitas tidur. Alkohol dapat mengurangi fase tidur REM (*Rapid Eye Movement*), yang penting untuk pemulihan fisik dan mental tubuh.

Selain dampak fisik, alkohol juga dapat memengaruhi kesehatan mental remaja, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan alkohol dapat menyebabkan perasaan cemas, depresi, dan kecemasan sosial (Hanifah, 2023). Remaja yang mengonsumsi alkohol merasa kesulitan untuk mengendalikan emosi dan lebih mudah marah (Runtuwene et al., 2022). Dampak ini berhubungan dengan pengaruh alkohol pada kimia otak, yang dapat menurunkan kemampuan pengendalian diri. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Ningsih (2021) yang menemukan bahwa remaja yang mengonsumsi alkohol lebih rentan terhadap gangguan mental seperti stres dan depresi, serta lebih mudah terlibat dalam perilaku berisiko (Nikmah et al., 2022).

Pada sisi sosial, penggunaan alkohol di kalangan remaja dapat memengaruhi hubungan mereka dengan teman sebaya, keluarga, dan masyarakat. Konflik dengan anggota keluarga, seperti pasangan, orang tua, atau anak (Nikmah et al., 2022). Dampak sosial konsumsi alkohol pada remaja meliputi gangguan hubungan interpersonal, isolasi sosial, stigma, dan keterlibatan dalam perilaku berisiko. Intervensi yang efektif melibatkan berbagai pihak, termasuk keluarga, sekolah, dan masyarakat, untuk mencegah dan mengurangi dampak negatif tersebut (Yerkohok et al., 2020). Penanganan yang holistik dan berkelanjutan dapat membantu remaja mencapai kehidupan sosial yang lebih sehat dan produktif.

Beberapa remaja bahkan merasa terasing dari kelompok teman mereka setelah ketahuan mengonsumsi alkohol dalam jangka panjang, konsumsi alkohol dapat merusak reputasi sosial remaja, serta mengarah pada perilaku menyimpang seperti kekerasan dan pelanggaran hukum. Hal ini didukung oleh teori kontrol sosial yang menyatakan bahwa kurangnya ikatan emosional dengan keluarga dan

lingkungan sosial dapat meningkatkan kecenderungan remaja untuk terlibat dalam perilaku berisiko seperti penggunaan alkohol (Amelia et al., 2022).

### KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi minuman keras di kalangan remaja di Kabupaten Mamasa berdampak negatif pada aspek fisik, mental, dan sosial. Dampak fisik meliputi rasa tidak nyaman, mual, lelah, dan gangguan tidur akibat efek alkohol pada organ tubuh. Secara mental, remaja mengalami kecemasan, kebingungan, pikiran negatif, dan kesulitan mengendalikan emosi, yang dapat memicu stres dan depresi. Dari sisi sosial, alkohol menyebabkan konflik dengan keluarga dan teman, isolasi sosial, stigma, hingga perilaku menyimpang. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan program edukasi kesehatan bagi remaja untuk meningkatkan kesadaran bahaya alkohol, pelatihan bagi orang tua untuk mendukung pengasuhan yang lebih baik, serta penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor budaya dan ekonomi yang memengaruhi penggunaan alkohol.

### DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R., Damayanti, S., Hevira, L., Mohamad, U., & Bukittinggi, N. (2022). Dampak pemakaian obat terlarang dan minuman keras terhadap kesehatan reproduksi remaja. *Empowering Society Journal*, 3(3), 233–236. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/ESJ/article/view/2202>
- Gelius, P., Messing, S., Tcymbal, A., Whiting, S., Breda, J., & Abu-Omar, K. (2021). Policy Instruments for Health Promotion: A Comparison of WHO Policy Guidance for Tobacco, Alcohol, Nutrition and Physical Activity. *International Journal of Health Policy and Management*, 11(9), 1863–1873. <https://doi.org/10.34172/ijhpm.2021.95>
- Hamja, M., Ibnu, S., & Irsyadi, H. (2020). Cap Tikus Pada Remaja Di Kelurahan Bastiong Karance Kecamatan Ternate Selatan. *ETNOHISTORI: Jurnal Ilmiah Kebudayaan Dan Kesenjangan*, 7(2), 94–103. <https://ejournal.unkhair.ac.id/index.php/etnohis/article/view/4089>
- Hanifah, L. N. (2023). Literature Review: Factors Affecting Alcohol Consumption and the Impact of Alcohol on Health Based on Behavioral Theory. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 453–462. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.453-462>
- Indraswari, R., & Shaluhiah, Z. (2022). Analisis karakteristik remaja terhadap perilaku-perilaku berisiko kesehatan. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 6(2), 144–151. <https://journal.unnes.ac.id/sju/higeia/article/view/44420>
- Karso, A. J. (2022). Peranan dan Upaya-Upaya Badan Narkotika Nasional (BNN) dalam Pemberantasan, Pencegahan Kejahatan Narkotika di Indonesia. In *Eureka Media Aksara*. <https://repository.penerbiteurka.com/publications/354722/peranan-dan-upaya-upaya-badan-narkotika-nasional-bnn-dalam-pemberantasan-pencegahan>
- Nikmah, U., Farani, N. A., Aji, F. M., Irfansyah, A. A., Tranismawati, V., Hendriyanto, N., & Hafida, S. H. N. (2022). Persepsi Masyarakat Terhadap Aktivitas Produksi Alkohol di Desa Bekonang Berdasarkan Latar Belakang Sosio-Kultural. *JURNAL SOSIAL EKONOMI DAN HUMANIORA*, 8(2), 175–182. <https://doi.org/10.29303/jseh.v8i2.10>
- Pihahey, P. J., & May, N. L. (2022). Dampak Konsumsi Minuman Keras terhadap Perilaku Berisiko Remaja Pria di Indonesia (Analisis Data SDKI KRR 2017). *Jurnal Kedokteran: Media Informasi Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(2), 91. <https://doi.org/10.36679/kedokteran.v7i2.555>
- Prasetya, G. A. U., & Sodik, M. A. (2021). Dampak mengonsumsi alkohol dan bahaya merokok. In *IJK Strada Indonesia*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/y2zpf>
- Room, R., Laslett, A.-M., Miller, M., Walewong, O., Assanangkornchai, S., Beccaria, F., Benegal, V., Borges, G., Gmel, G., Graham, K., Hao, W., Mäkelä, P., Morojele, N., Hanh, H. T. M., Obot, I., O'Brien, P., Pinsky, I., Sornpaisarn, B., & Stockwell, T. (2022). Research agendas for alcohol policymaking in the wider world. *International Journal of Alcohol and Drug Research*, 10(1), 34–44. <https://doi.org/10.7895/ijadr.353>
- Runtuwene, T. L., Manampiring, A., & Ratag, G. (2022). Hubungan Antara Obesitas, Perilaku Merokok dan Konsumsi Alkohol dengan Kualitas Hidup Kesehatan Remaja. *Jurnal Biomedik*, 14(2), 103–111. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/biomedik/article/view/46343>

- Shen, W. (2021). Cumulative Childhood Adversity and Its Associations With Mental Health in Childhood, Adolescence, and Adulthood in Rural China. *Frontiers in Psychology, 12*(November), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.768315>
- Yerkohok, F., Kanto, S., & Chawa, A. F. (2020). Budaya Konsumsi Minuman Beralkohol (Studi Kasus Pada Masyarakat Moskona Di Kelurahan Bintuni Barat, Distrik Bintuni Barat, Kabupaten Teluk Bintuni). *JISIP: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, 9*(2), 147–153. <https://doi.org/10.33366/jisip.v9i2.2231>