

Nama \_\_\_\_\_ Bagaimana narkoba memengaruhi otakmu

Tanggal Dimulai \_\_\_\_\_

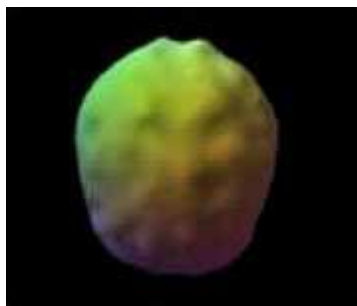
Projek 2102

Tanggal Selesai \_\_\_\_\_

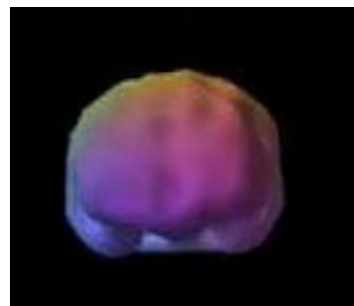
Bagaimana narkoba/obat-obatan terlarang dan alkohol mempengaruhi otakmu? Ketika kamu berbicara dengan pengguna lain, beberapa orang mungkin berkata, “Saya baik-baik saja. Narkoba membantu saya merasa lebih baik.” Beberapa orang akan berkata, “Saya bisa mengerjakan ujian saya dengan lebih baik di sekolah jika saya menggunakan narkoba.”

Jika kamu memiliki lengan yang patah atau memiliki luka di jarimu, kita semua dapat dengan mudah melihatnya. Tapi tidak begitu mudah dengan otak kita. Namun, hari ini dokter memiliki peralatan medis yang baru yang membantu mereka untuk melihat apa yang sedang terjadi dalam otakmu. Dalam projek ini kita akan melihat pemindaian otak — gambar yang menunjukkan otak yang sehat, dan gambar otak orang-orang yang telah menggunakan narkoba dan alkohol. Pemindaian otak ini dilakukan oleh Dr. Amen. [www.AmenClinics.com](http://www.AmenClinics.com)

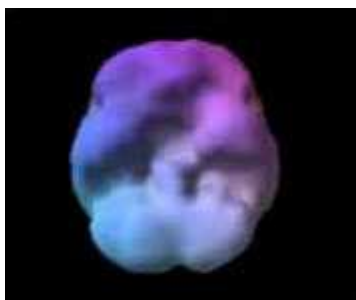
### Otak yang sehat



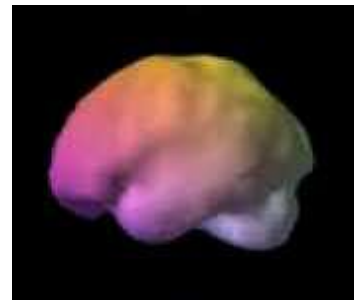
Tampak atas



Tampak depan



Tampak bawah

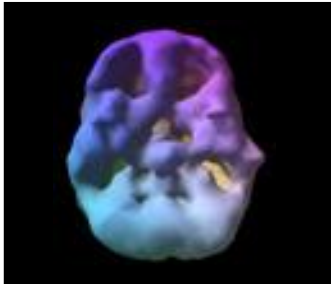


Tampak samping

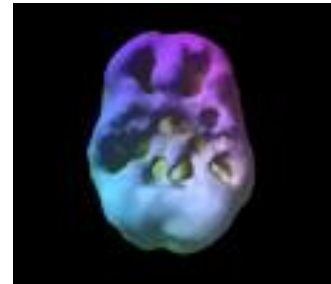
Pemindaian otak ini menunjukkan otak yang sehat. Di mana saat kamu melihat warna, itu berarti adanya aktivitas otak. Pada halaman berikutnya kamu akan melihat perbedaan pemindaian otak orang-orang yang telah menggunakan narkoba.

Pemindaian otak di bawah ini menunjukkan empat orang berbeda yang telah menggunakan ganja. “Lubang-lubang” yang kamu lihat adalah di mana tidak ada aktivitas otak. Bandingkan ini dengan tampak bawah otak yang sehat di halaman sebelumnya.

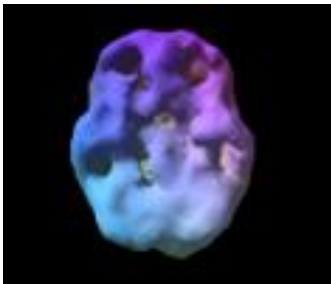
### Ganja



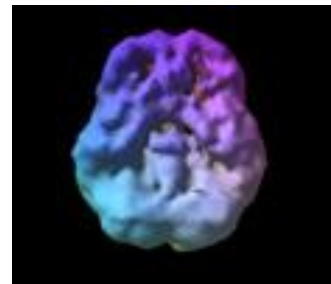
18 tahun – 3 tahun penggunaan  
penggunaan 4 kali seminggu



16 tahun – 2 tahun penggunaan  
penggunaan setiap hari

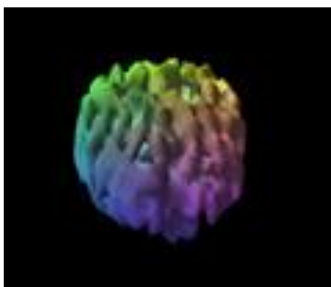


38 tahun – 12 tahun penggunaan  
Sehari-hari

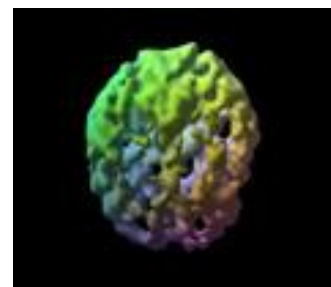


28 tahun – 10 tahun dari  
penggunaan sering pada akhir pekan

### Heroin & Metadon



Tampak depan  
39 tahun – 25 tahun dari seringnya  
Penggunaan heroin

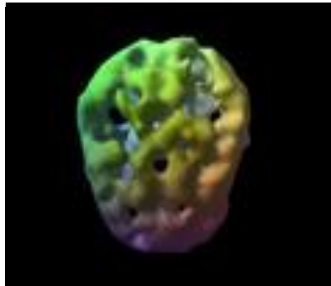


Tampak atas  
40 tahun – 7 tahun menggunakan metadon  
sebelumnya, 10 tahun menggunakan heroin

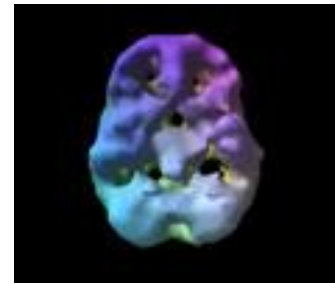
Dengan semua pengguna narkoba ini, Kamu melihat penurunan aktivitas otak. Jadi ketika seseorang berkata, “Saya baik-baik saja. Narkoba tidak merugikan saya,” mereka tidak melihat kerusakan apa yang dilakukan obat-obatan terhadap otak mereka.

### Alkohol

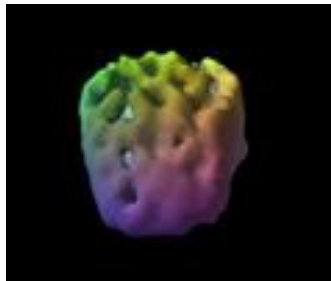
38 tahun dengan 17 tahun peminum yang berat pada akhir pekan



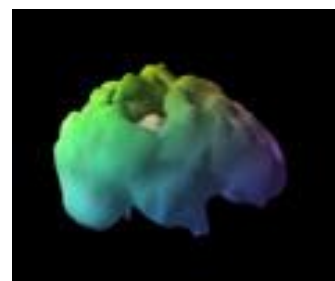
Atas



Bawah

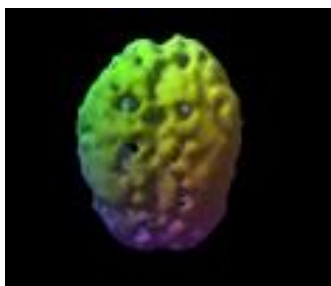


Depan



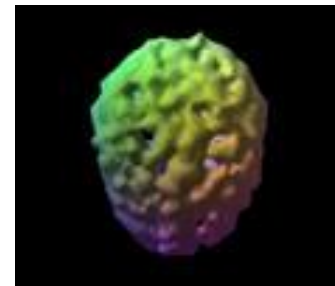
Sisi kanan

### Kokain & metamfetamin



Tampak atas  
24 tahun

2 tahun sering menggunakan kokain



Tampak atas  
28 tahun

8 tahun menggunakan metamfetamin

Apakah kamu melihat gambar orang yang menggunakan narkoba atau alkohol yang sama dengan yang kamu gunakan? Jika tidak, menurutmu akan kelihatan seperti apa pemindaian otakmu?

## Tanggapan Pribadi

1. Saat kamu melihat foto-foto ini, apa tanggapanmu terhadap bagaimana narkoba memengaruhi otakmu?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Kami harap kamu mulai melihat bahwa tidak peduli obat apa yang digunakan oleh seseorang, hal itu membawa kerusakan pada otak. Namun, banyak dari mereka yang menggunakan narkoba mungkin tidak setuju. Mereka berkata, “Saya baik-baik saja! narkoba membantuku!” Tetapi pemindaian otak mengatakan hal yang berbeda. Pemindaian otak tidak berbohong.

Meskipun kamu mungkin berpikir bahwa kamu baik-baik saja, sudahkah kamu mempertimbangkan pertanyaan ini: Seberapa jauh kamu akan lebih baik jika otakmu berfungsi penuh? Seberapa berbeda kamu jika tidak ada “lubang” dalam aktivitas otakmu?

2. Bagaimana dengan beberapa pilihan yang kamu buat sebelum datang ke Teen Challenge? Apa satu contoh dari pilihan buruk yang kamu buat yang membawa lebih banyak masalah ke dalam hidupmu?

---

---

---

---

---

---

---

Apakah kamu pikir beberapa pilihan buruk ini adalah gejala dari “lubang” di otakmu?

Inilah kisah Bradley yang datang ke Teen Challenge.

Saya kecanduan narkoba selama 8 tahun. Saya memulainya ketika saya masih remaja, dengan merokok, dan kemudian ganja. Namun, saya segera menginginkan rasa ketinggian yang lebih besar, jadi saya mulai menggunakan kokain. Itu luar biasa! Perasaan yang sangat menyenangkan!

Tapi dengan segera saya menjadi kecanduan dan membutuhkan narkoba setiap hari. Ketika saya kehilangan pekerjaan karena penggunaan narkoba, saya mulai mencuri agar mendapatkan uang untuk membeli narkoba. Ada saat-saat ketika saya tidak memiliki ingatan tentang apa yang terjadi selama sehari-hari. Itu semua seperti kabut dalam pikiranku.

Keluarga dan teman-teman saya mengatakan kepada saya bahwa saya perlu mendapatkan bantuan. Tapi saya tidak mau mendengarkan mereka. Saya akhirnya berakhir di penjara dan keluarga saya tidak mengeluarkan saya. Saya akhirnya harus menghadapi kenyataan saya—saya butuh bantuan. Saya belajar tentang Teen Challenge, dan dengan bantuan keluarga saya, saya bisa keluar dari penjara dengan syarat saya pergi ke Teen Challenge.

Beberapa minggu pertama saya di Teen Challenge sangat sulit. Saya sulit tidur dan saya tidak bisa berkonsentrasi. Di kelas, saya mengalami kesulitan untuk menghafal ayat-ayat Alkitab. Apa pun yang saya hafal dalam satu hari, hari berikutnya saya akan bangun dan melupakan segalanya. Jadi saya harus mulai dari awal, menghafalnya kembali.

Butuh beberapa bulan sebelum saya mulai melihat perubahan nyata dalam cara berpikir saya. Sekarang saya dapat mengingat apa yang saya hafal kemarin. Saya percaya pikiran saya jauh lebih baik hari ini daripada ketika saya pertama kali datang ke Teen Challenge. Saya percaya alasan besar untuk perubahan ini adalah bahwa Tuhan membantu saya. Ketika saya membaca Alkitab dan berdoa, saya percaya Tuhan membantu saya, Tuhan menyembuhkan pikiran saya.

Berikut adalah kisah Vivian.

Saya telah masuk dan keluar dari beberapa program rehabilitasi narkoba, tetapi saya tidak pernah bisa tetap bersih begitu saya keluar dari detoksifikasi dan rehabilitasi. Dan akhirnya, seorang teman berkata kepada saya, “Mengapa kamu tidak mencoba Tuhan?” Saya tidak akan pernah lupa bahwa saya berkata kepadanya, “Bagaimana saya melakukannya? Apa yang kamu minum, pil dari Tuhan? Bagaimana kamu mencoba Tuhan?”

Dia berkata, “Yah, kamu bisa masuk ke program Teen Challenge.”

Saya menyadari bahwa saya membutuhkan bantuan, karena tidak ada hal lain yang membantu saya mengatasi kecanduan saya. Jadi ketika wanita ini berkata, “Mengapa kamu tidak mencoba Tuhan?” Saya pikir, mungkin Tuhan ini bisa membantu saya.

Saya berada di ujung tali. Saya merasa seperti kehilangan akal sehat. Saya mendengar suara-suara, bukan ketika saya menggunakan narkoba. Saya baik-baik saja ketika saya

menggunakan narkoba, ketika saya tidak menggunakan narkoba saya mendengar suara-suara yang berbeda. Dan saya telah menderita begitu banyak kerugian sehingga saya berada di titik terendah dalam hidup saya.

Hari-hari pertama dalam program Teen Challenge sangat sulit. Keluar dari narkoba dan tidak merokok adalah hal yang sangat baru bagi saya. Dan itu mungkin pertama kalinya dalam bertahun-tahun, saya benar-benar melihat hidup saya. Saya benar-benar melihat hal-hal yang saya jalani.

Saya telah kehilangan semua harapan akan masa depan yang lebih baik. Saya berkata pada diri sendiri, “Saya mungkin tidak akan berhenti menggunakan narkoba. Saya mungkin akan bunuh diri, atau saya akan mati sebagai seorang pecandu.”

Saya tidak punya harapan. Saya tidak punya tujuan hidup. Saat itu, saya punya anak, tapi mertua saya merawatnya. Hidup saya tidak memiliki banyak nilai.

Jadi ketika saya datang ke Teen Challenge, saya siap untuk berubah. Kelas-kelas yang ada mengajari saya cara hidup yang baru. Ketika saya mempelajari Alkitab, saya belajar bahwa Allah mengasihi saya dan siap untuk membantu saya. Dan Tuhan menolong saya. Saya mengikuti program Teen Challenge dan kemudian mulai bekerja sebagai anggota staf. Sekarang sudah 29 tahun saya bebas narkoba. Tuhan telah benar-benar memberkati hidup saya, dan saya tahu Dia dapat melakukan hal yang sama untukmu.

### Tanggapan Pribadi

3. Apa tanggapanmu terhadap cerita yang dibagikan oleh kedua orang ini?  
Apa perbedaan kisahmu dengan kisah mereka?  
Bagian mana dari kisah mereka yang berbicara pada hatimu?

---

---

---

---

---

---

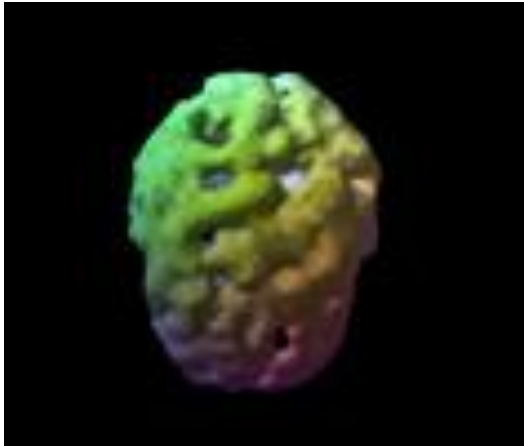
---

---

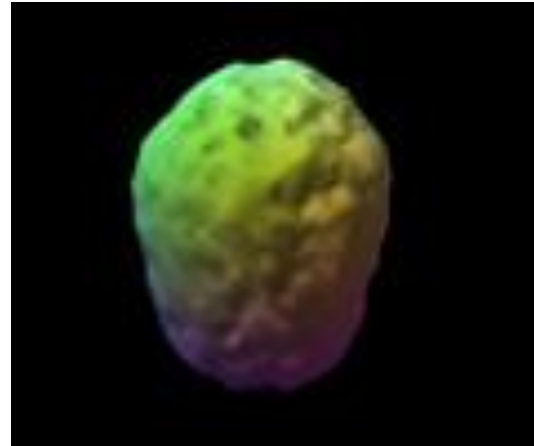
Jadi setelah melihat semua gambar dari kerusakan yang diakibatkan narkoba dan alkohol dan hal-hal lain terhadap otakmu, kamu bertanya, “Apakah ada harapan bagi saya?”

Jawabannya adalah “Ya!”

Berikut adalah pemindaian otak dari satu orang yang menggunakan narkoba.



Tampak atas  
Selama penggunaan zat



Tampak atas  
Satu tahun bebas narkoba dan alkohol

Kamu dapat melihat perubahan besar di yang otak satu tahun setelah menghentikan segala penggunaan narkoba dan alkohol. Banyak lubang yang tidak menunjukkan aktivitas otak telah hilang satu tahun kemudian. Ini bukan satu minggu setelah menghentikan penggunaan narkoba — ini satu tahun kemudian. Kami yakin ini bisa terjadi padamu.

Kami tidak punya gambar untuk ditunjukkan kepadamu di sini, tetapi ada pemindaian otak yang menunjukkan seseorang yang telah berhenti menggunakan narkoba satu bulan, lalu dua bulan, lalu tiga bulan. Ada sedikit perbedaan dalam foto-foto yang diambil dalam 3 bulan pertama setelah bebas narkoba. Tetapi kamu dapat melihat di atas, perbedaan besar yang ada setelah bebas narkoba dan alkohol selama satu tahun.

Baik Bradley maupun Vivian berbagi bagaimana Tuhan membantu mereka menemukan kebebasan dari kecanduan mereka. Mereka tidak bisa melakukannya dengan kekuatan mereka sendiri. Jadi siapakah Tuhan yang mereka bicarakan ini? Dia adalah Tuhan yang menciptakan alam semesta kita, bumi ini, dan semua yang ada di dalamnya.

#### **Mazmur 146:5-7 Terjemahan Baru**

**Berbahagiailah orang yang mempunyai Allah Yakub sebagai penolong, yang harapannya pada TUHAN, Allahnya: <sup>6</sup> Dia yang menjadikan langit dan bumi, laut dan segala isinya; yang tetap setia untuk selamanya-lamanya, <sup>7</sup> yang menegakkan keadilan untuk orang-orang yang diperas, yang memberi roti kepada orang-orang yang lapar. TUHAN membebaskan orang-orang yang terkurung.**

Bradley dan Vivian merasa narkoba telah membuat mereka menjadi tahanan. Mereka memutuskan sudah waktunya untuk berubah.

Jadi bagaimana denganmu? Pilihan ada di tanganmu. Apakah kamu akan membuat keputusan untuk hidup tanpa narkoba dan alkohol?

### Tanggapan Pribadi:

4. Apa yang kamu lihat sebagai langkah selanjutnya yang perlu kamu ambil dalam hidupmu untuk berada di jalan menuju masa depan yang lebih baik?

---



---



---



---



---



STOP: Mintalah gurumu tanda tangan di sini setelah kamu berdiskusi dengannya tentang projek ini dan sebelum kamu memulai projek yang lain.

Tanda Tangan Guru \_\_\_\_\_

## Projek 2102: Bagaimana narkoba memengaruhi otakmu

### Pedoman Siswa

Oleh David Batty

Edisi ke-1

Hak Cipta © 2023, David R. Batty

Kursus ini dirancang untuk digunakan dalam program pendidikan *Pembelajaran Pribadi untuk Hidup Baru*. Untuk informasi lebih lanjut, hubungi:

Teen Challenge of Indonesia

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

Global Teen Challenge

PO Box 511

Columbus, GA 31902 USA

Email: [gtc@globaltc.org](mailto:gtc@globaltc.org)

Web: [www.globaltc.org](http://www.globaltc.org) và [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org)



Tanggal revisi terakhir: 03-2024