



EDUKASI KESEHATAN MENGENAI BAHAYA MEROKOK PADA REMAJA

Risna Zubaidah¹, Anis Tri Sugiyarti², Ririk Fidyarningsih³, Indhy Jazilla⁴, Hera Febrina⁵, Lailatul Maulidiyah⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, STIKES Arrahma Mandiri Indonesia

Email: risnazubaidah13@gmail.com

ABSTRAK

Kenakalan remaja pada saat ini semakin meningkat, salah satunya dalam hal pengonsumsi merokok. Prilaku tersebut dilakukan oleh para remaja. Rokok terkandung tidak kurang dari 4.000 zat kimia beracun yang dapat membahayakan kesehatan. Metode yang digunakan yaitu pemberian informasi bahaya merokok pada remaja sebanyak 67 siswa dan pembagian brosur mengenai penyakit akibat merokok. Hasil pengabdian ini, sebanyak 67 Siswa mengetahui bahaya merokok setelah pelaksanaan sosialisasi. Siswa siswi mendapatkan informasi bahaya merokok pada anak dan remaja dan pengetahuan mengenai kandungan berbahaya dari rokok dan asap rokok. Dengan demikian informasi dan pengetahuan baru yang diperoleh dapat disebar luaskan kepada keluarga, maupun kerabat dan masyarakat luas. Keberhasilan kegiatan ini dilihat dari respon positif dari para siswa siswi yang mendapatkan penyuluhan terkait dengan kegiatan yang telah diikuti serta peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang lebih terkait bahaya rokok. Simpulan, penyuluhan sudah dilaksanakan dengan baik dan memberi efek peningkatan pemahaman terkait informasi bahaya merokok.

Kata kunci: Penyuluhan, Bahaya Merokok, Remaja

ABSTRACT

Juvenile delinquency is currently increasing, one of which is smoking. This behavior is carried out by teenagers. Cigarettes contain no less than 4,000 toxic chemicals that can harm health. The method used was providing information on the dangers of smoking to teenagers as many as 67 students and distributing brochures about diseases caused by smoking. As a result of this service, as many as 67 students learned about the dangers of smoking after carrying out the outreach. Students receive information about the dangers of smoking in children and adolescents and knowledge about the dangerous contents of cigarettes and cigarette smoke. In this way, the new information and knowledge obtained can be disseminated widely to family, relatives and the wider community. The success of this activity was seen from the positive response from the students who received counseling regarding the activities they had participated in as well as increased knowledge and understanding regarding the dangers of smoking. In conclusion, counseling has been carried out well and has had the effect of increasing understanding regarding information on the dangers of smoking.

Keywords: Counseling, Dangers of Smoking, Teenagers

PENDAHULUAN

Kenakalan remaja pada saat ini semakin meningkat, salah satunya dalam hal pengkonsumsi merokok. Prilaku tersebut dilakukan oleh para remaja. Pengaruh ini meresahkan para guru maupun orang tua. Para siswa yang belum mengkonsumsi rokok juga dikhawatirkan akan segera mengikuti temannya baik secara sukarela karena keingin tahuan mereka, maupun akibat tekanan teman sebaya (Rompis et al., 2019). Saat ini banyak ditemukan siswa SD, SMP yang merokok dan ini tentunya membuat prihatin. Hal ini disebabkan karena terdapat zat yang terkandung dalam rokok yang berperan untuk membuat ketergantungan. Oleh karenanya jika sudah mencoba sekali, kedepannya akan membuat ketergantungan. Selain itu terdapat beberapan kandungan zat dan bahan kimia yang berbahaya lainnya bagi kesehatan serta mengancam Kesehatan (Selvia et al., 2017)

Menurut WHO (2015), persentase penduduk dunia yang mengkonsumsi tembakau didapatkan sebanyak 57% pada penduduk Asia dan Australia, 14% pada penduduk Eropa Timur dan Pecahan Uni Soviet, 12% penduduk Amerika, 9% penduduk Eropa Barat dan 8% pada penduduk Timur Tengah serta Afrika. Sementara itu ASEAN merupakan sebuah kawasan dengan 10% dari seluruh perokok dunia dan 20% penyebab kematian global akibat tembakau (Ranos, R., Zulkarnaini, 2021). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 rerata batang rokok yang dihisap perhari penduduk umur 10- 15 tahun di Indonesia adalah 12,3 batang (setara satu bungkus). Hasil survei terhadap 3.737 siswa berusia 13 hingga 15 tahun menunjukkan bahwa 37,7% pernah merokok, 13,5% diidentifikasi sebagai perokok tembakau aktif, 11,8% adalah perokok aktif, dan 3,8% dilaporkan menjadi pengguna produk tembakau lainnya saat ini. Dilaporkan juga bahwa 95,1% remaja Indonesia yang dilaporkan tidak pernah merokok telah menyatakan niat mereka untuk mulai merokok dalam 12 bulan ke depan (Kemenkes RI, 2018).

Perilaku remaja pada generasi Z, merokok merupakan suatu pemandangan yang sangat tidak asing. Kebiasaan merokok dianggap dapat memberikan kenikmatan bagi perokok, namun di lain pihak dapat menimbulkan dampak buruk bagi perokok sendiri maupun orang-orang disekitarnya. Berbagai kandungan zat yang terdapat di dalam rokok memberikan dampak negatif pada tubuh

penghisapnya. Beberapa motivasi yang melatar belakangi merokok adalah untuk mendapat pengakuan (*anticipatory beliefs*) untuk menghilangkan kekecewaan (*relieving beliefs*) dan menganggap perbuatannya tersebut tidak melanggar norma (*permission beliefs/positive*). Hal ini sejalan dengan kegiatan merokok yang dilakukan oleh remaja yang biasanya dilakukan di depan orang lain, terutama dilakukan di depan kelompoknya karena mereka sangat tertatik kepada kelompok sebayanya atau dengan kata lain terikat dengan kelompoknya. Masa remaja bisa jadi masa di mana individu mengkonsumsi rokok, Smet (1994) berpendapat bahwa usia pertama kali merokok umumnya berkisar antara usia 11-13 tahun dan mereka pada umumnya merokok sebelum usia 18 tahun (Nugroho, 2017)

Usia tersebut dapat dikategorikan termasuk dalam rentangan masa remaja. Lebih jauh lagi Data WHO mempertegas bahwa remaja memiliki kecenderungan yang tinggi untuk merokok, data WHO menunjukkan bahwa dari seluruh jumlah perokok yang ada di dunia sebanyak 30% adalah kaum remaja (Nugroho, 2017).

Dalam rokok terkandung tidak kurang dari 4.000 zat kimia beracun yang dapat membahayakan Kesehatan. Adapun zat paling berbahaya dalam sebatang rokok tersebut yaitu nikotin yang bersifat adiktif dan tar yang bersifat karsinogenik. Setiap tahunnya angka kematian di dunia mencapai 5.000.000 orang diakibatkan berbagai penyakit yang disebabkan rokok, seperti kanker paru-paru dan penyakit jantung (Selvia et al., 2017).

Dalam program kegiatan pengabdian kepada masyarakat STIKES Arrahma Mandiri Indonesia di Desa Kejapanan telah dilakukan survei awal kepada masyarakat dan ditemukan permasalahan 58,2% warga merokok dan sebagian juga terdapat beberapa siswa yang mengkonsumsi rokok. Meskipun jumlah siswa yang merokok di desa ini masih minoritas, tetapi jika dibiarkan tentu hal ini akan menjadi wabah yang sangat berbahaya bagi siswa-siswa yang lainnya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai bahaya merokok pada remaja dilakukan dengan cara melakukan sosialisasi kepada siswa siswi SMP Yapenas Gempol mengenai bahaya merokok terhadap remaja dan pembagian brosur mengenai penyakit akibat merokok.

METODE

Kegiatan diawali dengan survey pendahuluan terhadap situasi di Dusun Penanggunggun Desa Kejapanan untuk memperoleh data awal sebagai gambaran umum tentang masyarakat tersebut dan mencari solusi dari permasalahan, Persiapan kegiatan pengabdian dimulai dengan berkoordinasi dengan SMP Yapenas Gempol. Hasil koordinasi disepakati bahwa penyuluhan dilakukan pada hari Jum'at, tanggal 17 November 2023, bertempat di SMP Yapenas Gempol. Persiapan pengabdian dilakukan bekerjasama dengan kolaborator tim pengabdian dari Dosen dan Mahasiswa STIKES Arrahma Mandiri Indonesia dan Puskesmas Gempol yang sudah di musyawarahkan sebelum pelaksanaan kegiatan sosialisasi bahaya merokok pada remaja sebanyak 67 siswa dan pembagian brosur mengenai penyakit akibat merokok

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dosen dan mahasiswa dilakukan pada hari Jum'at, tanggal 17 November 2023, bertempat di SMP Yapenas Gempol dengan tema penyuluhan "Sosialisasi bahaya merokok pada anak dan remaja". Sebanyak 67 Siswa mengetahui bahaya merokok setelah pelaksanaan sosialisasi. Siswa siswi mendapatkan informasi bahaya merokok pada anak dan remaja dan pengetahuan mengenai kandungan berbahaya dari rokok dan asap rokok. Dengan demikian informasi dan pengetahuan baru yang diperoleh dapat disebar luaskan kepada keluarga, maupun kerabat dan masyarakat luas. Keberhasilan kegiatan ini dilihat dari respon positif dari para siswa siswi yang mendapatkan penyuluhan terkait dengan kegiatan yang telah diikuti serta siswa siswi merasa senang serta mendapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang lebih terkait bahaya rokok.

Pemberian materi yang disampaikan tentang bahaya merokok pada siswa-siswi SMP Yapenas Gempol dengan materi yang terdiri dari: 1. Pengertian Rokok, 2. Alasan kenapa seseorang bisa menjadi seorang perokok, 3. Pengertian Perokok Aktif dan Perokok Pasif, 4. Kandungan dari rokok yang berbahaya bagi Kesehatan, 5. Dampak dari merokok. Inti dari materi yang disampaikan adalah menjelaskan kandungan bahan kimia berbahaya rokok yang dihisap atau dihirup setiap harinya

oleh para perokok aktif maupun pasif seperti yang diungkapkan (Sumarna et al., 2021) berbahaya yang terkandung pada tembakau adalah Karbonmonoksida, Nikotin, Amonia, Phenol, Hidro- gensulfida, Asam format dan lain-lain.



Gambar 1. (a) & (b) Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan Bahaya Merokok pada Anak dan Remaja di SMP Yapenas Gempol.

Hasil Pengabdian kepada masyarakat di SMP Yapenas Gempol, Desa Kejapanan menghasilkan pencapaian yang signifikan dengan meningkatnya pengetahuan siswa siswi dalam penyuluhan informasi kesehatan tentang bahaya merokok pada remaja. Hasil pengabdian ini sejalan dengan teori yang menjelaskan bahwa Pengetahuan dapat diperoleh melalui penyuluhan yang dilakukan pada siswa. Kegiatan penyuluhan merupakan bagian dari promosi kesehatan yang didalamnya memerlukan komunikasi, informasi, serta edukasi. Metode penyuluhan yang digunakan ialah kelompok besar yang dibantu dengan menunjukkan video-video seputar kisah perokok aktif yang akhirnya berhenti ataupun perokok pasif, dan simulasi asap yang masuk ke dalam paru-paru saat seseorang merokok hingga pembagian leaflet yang berisi rangkuman dari materi yang telah disampaikan pada penyuluhan (Amirah et al., 2020).

Pengetahuan dimiliki seseorang karena adanya pemberian informasi. Informasi merupakan sebuah pesan kepada sang pengirim kepada penerima, yang diperlukan dalam rangka menciptakan pemikiran, hal yang baru, ide, kreatifitas dan isu yang terbaru, jika seorang kurang informasi maka orang tersebut akan mengalami keterbelakangan dalam kehidupannya. Pengetahuan tentang rokok

adalah informasi yang dimiliki oleh seseorang tentang zat-zat yang dikandung oleh rokok, penyakit yang diakibatkan oleh perilaku merokok dan pengetahuan umum seputar rokok yaitu seperti akibat rokok pada wanita hamil, remaja dan orang dewasa serta perokok pasif, prevalensi jumlah perokok remaja di negara-negara berkembang, aturan periklanan rokok dan hari bebas rokok sedunia (Fadia et al., 2023).

Hal ini diperkuat oleh pernyataan dalam Maharani et al. (2018) dijelaskan bahwa pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang dampak merokok, terbukti cukup efektif untuk meningkatkan pengetahuan dalam jangka waktu yang pendek dan sesuai dengan teori yang sudah ada, faktor pendidikan yang berarti seseorang menerima suatu informasi dari orang lain sehingga seseorang tersebut menjadi tau.

SIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan bahaya merokok dan Pembagian brosur bahaya merokok di SMP Yapenas Gempol Dusun Penanggungan Desa Kejapanan sebanyak 67 siswa yang sudah dilaksanakan dan memberi efek peningkatan pemahaman terkait informasi bahaya merokok serta juga diberikan informasi lain dengan pemberian brosur bahaya merokok. Di dalam brosur tersebut tertulis penyakit terjangkit bila merokok, dampak terhadap tubuh manusia, pembagian brosur ke setiap siswa sekaligus kegiatan penyuluhan pada Jum'at pagi Diharapkan peserta dapat memahami bahaya merokok dan dampak terhadap rokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirah, N. A., Sumekar, D. W., Soleha, T. U., & Imanto, M. (2020). Peningkatan pengetahuan siswa SMKN 2 Bandar Lampung tentang bahaya rokok melalui penyuluhan increased knowledge of SMKN 2 Bandar Lampung students about cigarette risk through counseling. *Jurnal Medula*, 10(2), 267–271.
- Fadia, S. H., Shifanidha, Y. T., Hidayat, I., Anggraini, O. D., Fitrianto, W. C., Nabillah, R., Nurahmad, Y. A., Karyadi, V. A., Kirana, K. C., & Pratiwi, B. I. (2023). Peningkatan Pengetahuan Bahaya Merokok dengan Edukasi pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Tawang Kabupaten Sukoharjo. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 220–229.

- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Maharani, C. P. P., Engkeng, S., & Asrifuddin, A. (2018). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Merokok Pada Pelajar Laki-Laki Di Smk Negeri 2 Kota Bitung. *Jurnal KESMAS*, 7(5), 1–9.
- Nugroho, R. S. (2017). perilaku merokok remaja (Perilaku Merokok Sebagai Identitas Sosial Remaja Dalam Pergaulan Di Surabaya). *Jurnal Ilmiah Departemen Sosiologi FISIP Universitas Airlangga*, 22.
- Ranos, R., Zulkarnaini, & R. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Merokok. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 1(1), 10–21. <http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>
- Rompis, K., Wowor, V. N. S., & Pangemanan, D. H. C. (2019). Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok bagi Kesehatan Gigi Mulut pada Siswa SMK Negeri 8 Manado. *E-CliniC*, 7(2), 98–102. <https://doi.org/10.35790/ecl.v7i2.24023>
- Selvia Septiani, A., Asmita Wigati, P., & Yunila Fatmasari, E. (2017). Gambaran Sistem Antrian Pasien dalam Optimasi Pelayanan di Loker Pendaftaran Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM UNDIP*, 5(4), 1–14.
- Sumarna, U., Rosidin, U., & Purnama, D. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa-Siswi Smkn 2 Pangandaran. *Dharmakarya*, 10(4), 344. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v10i4.29015>