

Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Bahaya Merokok Pada Remaja

Nurarifah Nurarifah^{1*}, Sukmawati Sukmawati²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Palu

*Corresponding author, e-mail: nurarifahbachtiar@gmail.com.

Abstrak

Perilaku merokok adalah penyebab kematian dini pada usia produktif karena penyakit kronis. Saat ini sering ditemukan remaja yang merokok sehingga diperlukan melakukan edukasi tentang bahaya merokok bagi remaja untuk meningkatkan pengetahuan. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini yaitu ceramah dan diskusi menggunakan media leaflet. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu 86 siswa dari SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKLB Luwuk yang dilakukan pada tanggal 11 sampai 12 Juni 2024. Hasil kegiatan menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi tentang bahaya merokok dari 48% menjadi 84% dalam kategori baik. Siswa mengikuti kegiatan pengabdian Masyarakat dengan antusias. Masih ada siswa yang merokok saat diluar lingkungan sekolah karena masih kurang memahami dampak merokok bagi kesehatan. Tetapi setelah dilakukan edukasi peserta bertekad untuk berhenti merokok demi kesehatan dan menggapai cita-cita. Diharapkan kegiatan edukasi tentang bahaya merokok dapat dilakukan secara berkala untuk meningkatkan pengetahuan dan meningkatkan kesadaran diri remaja.

Kata Kunci: Edukasi; Merokok; Remaja.

Abstract

Smoking behavior is a cause of premature death in productive age due to preventable chronic diseases throughout the world. Currently, adolescents are often found smoking, so it is necessary to provide education about the dangers of smoking for adolescents to increase knowledge. The methods used in this community service activity are lectures and discussions using leaflet media. The targets for this activity were 86 students from SMAN 2 Luwuk and SMAS GKLB Luwuk which was carried out from 11 to 12 June 2024. The results of the activity showed an increase in adolescents knowledge after being given education about the dangers of smoking from 48% to 84% in the good category. Students participate in community service activities with enthusiasm. There are still students who smoke outside the school environment because they still don't understand the impact of smoking on health. However, after the education was carried out, the participants were determined to stop smoking for the sake of their health and to achieve their dreams. It is hoped that educational activities about the dangers of smoking can be carried out regularly to increase knowledge and increase self-awareness among adolescents.

Keywords: Adolescents; Education; Smoking.

How to Cite: Nurarifah, N. & Sukmawati, S. (2024). Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Bahaya Merokok Pada Remaja. *Abdi: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(4), 719-724.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Share-Alike 4.0 International License. If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. ©2024 by author.

Pendahuluan

Perilaku merokok adalah penyebab kematian dini pada usia produktif karena penyakit kronis yang dapat dicegah di seluruh dunia (Ma et al., 2021). Sekitar tujuh juta orang meninggal setiap tahun karena penyakit yang berhubungan dengan perilaku merokok dan diperkirakan akan meningkat menjadi lebih dari delapan juta per tahun pada tahun 2030. Penyebab utama kematian terkait perilaku merokok adalah penyakit jantung, kanker, stroke dan penyakit saluran pernapasan (Havermans et al., 2021; Merianos, Jandarov, & Mahabee-Gittens, 2020; Monzón, Islam, Mus, Thrasher, & Barnoya, 2021).

Prevalensi konsumsi tembakau meningkat secara global dan di negara-negara Asia Tenggara termasuk di Indonesia (Parthasarathi, Puvvada, Siddaiah, & Mahesh, 2022). Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa usia pertama kali merokok mayoritas pada kelompok usia 15-19 tahun (52,1%) dan kelompok usia 10-14 tahun (23,1%) (Dinas Kesehatan Republik Indonesia, 2013; Statistika, 2021). Perilaku merokok lebih banyak oleh laki-laki daripada perempuan. Beberapa penyebab remaja memulai untuk merokok karena rasa ingin tahu, rasa yang menyenangkan, variasi rasa, dan kurangnya pemahaman tentang bahaya merokok (Havermans et al., 2021; Mantey, Omega-Njemnobi, & Montgomery, 2019). Hal ini menunjukkan tingginya prevalensi pengguna rokok pada remaja sehingga perlunya memperkuat upaya pengendalian tembakau di kalangan remaja (Ma et al., 2021).

Pengendalian perilaku merokok menjadi penting karena kerugian yang diakibatkan bukan hanya bagi perokok aktif tetapi juga pada perokok pasif (Ouyang et al., 2020; Statistika, 2021). Paparan asap rokok pada anak dan remaja dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit invasive meningococcal (IMD) hingga meningitis (Pilat, Stuart, & French, 2021). Upaya perlindungan terhadap risiko ancaman gangguan kesehatan karena lingkungan tercemar asap rokok merupakan tanggung jawab seluruh komponen bangsa baik individu, masyarakat maupun pemerintah untuk melindungi generasi sekarang maupun yang akan datang (Dinkes Banggai, 2019). Pemerintah telah menetapkan beberapa strategi antara lain penetapan Kawasan Tanpa Rokok (KTR), membatasi iklan, promosi dan sponsorship rokok serta peningkatan tarif cukai hasil tembakau. Kawasan Tanpa Rokok telah diterapkan di 11 dari 13 kabupaten yang berada di Provinsi Sulawesi Tengah termasuk Kabupaten Banggai (Badan Pusat Statistika, 2021).

Perilaku merokok pada remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan interpersonal seperti keluarga, teman, dan orang-orang terdekat lainnya (Parthasarathi et al., 2022; Ruberu et al., 2022). Usia remaja merupakan usia dengan pencarian jati diri sehingga lebih banyak meniru perilaku orang dewasa yang berada di lingkungannya termasuk perilaku Kesehatan. Kurangnya literasi tentang Kesehatan dan dampak buruk yang dapat diakibatkan oleh perilaku merokok masih kurang (Cheng & Furnham, 2021; Parisod, Axelin, Smed, & Salanterä, 2016). Remaja saat ini lebih banyak menggunakan sosial media sehingga ini bisa menjadi media melakukan edukatif tentang bahaya merokok pada remaja (Dalisay, Pokhrel, Buente, & Kawabata, 2022; Karletsos, Hutchinson, Leyton, & Meekers, 2021; Majmundar et al., 2022; Timperio, Tiwari, Lee, Samvedi, & de Souza, 2020). Kebiasaan merokok yang dimulai sejak remaja akan meningkatkan ketergantungan pada masa tua (Zahrani & Arcana, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu kegiatan pengabdian kepada masyarakat peningkatan pengetahuan melalui edukasi bahaya merokok pada remaja di SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKLB Luwuk. Kegiatan edukasi bahaya merokok pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan dan diharapkan dapat mengurangi prevalensi perokok remaja.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan penyuluhan bahaya merokok menggunakan media leaflet. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dari adanya analisis masalah menggunakan analisis wawancara, observasi dan dokumen sehingga ditemukan masalah bahwa masih tingginya perokok pasif maupun aktif pada remaja. Maka tim pengabdian masyarakat merancang kegiatan pendampingan ini berbasis pada masalah yang ada pada mitra. Sarasan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu 86 siswa dari SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKLB Luwuk Kabupaten Banggai. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di ruang kelas siswa SMAN 2 Luwuk dan aula sekolah SMAS GKLB Luwuk pada tanggal 11 sampai 12 Juni 2024.

Proses Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat disajikan dalam bentuk sosialisasi yang disusun melalui beberapa tahap. Pada tahap persiapan yaitu (1) penjajakan lapangan dengan berdiskusi bersama kepala sekolah dan guru (2) Perancangan media leaflet dengan memilih topik sesuai kebutuhan dan mudah di pahami siswa. Pada tahap pelaksanaan terdiri dari (3) Membagikan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa (pre-test) (4) Kegiatan sosialisasi diawali dengan memberikan leaflet sebagai media edukasi (5) Kegiatan sosialisasi penyampaian materi oleh Ketua tim pengabdian masyarakat tentang bahaya merokok pada remaja SMA dengan akhir kegiatan siswa mempersiapkan pertanyaan untuk didiskusikan.

Tahap terakhir kegiatan yaitu evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan dari awal hingga akhir. Yang terdiri dari evaluasi efektifitas penggunaan media dengan tujuan mengetahui apakah media yang digunakan telah berhasil mencapai tujuan pelaksanaan program secara efektif dan efisien seperti yang telah ditetapkan. Kemudian evaluasi penyampaian materi bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana penyampaian materi telah berhasil dalam membantu peserta memahami dan menguasai materi yang telah disampaikan (post test).

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan kepada 86 siswa yang terdiri dari 32 siswa SMAN 2 Luwuk dan 54 siswa SMA GKL B Luwuk pada tanggal 11 sampai 12 Juni 2024. Kegiatan PKM berupa pelaksanaan edukasi tentang bahaya merokok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja SMA.



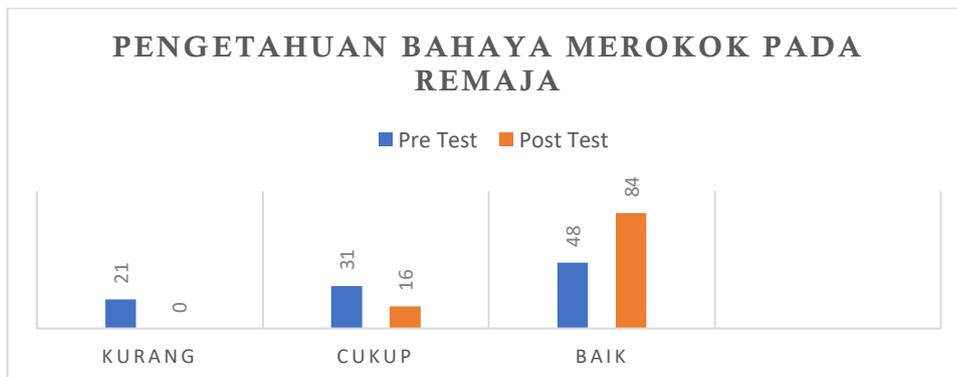
Gambar 1. Pemaparan Materi oleh Narasumber di SMAS GKL B Luwuk



Gambar 2. Pemaparan Materi oleh Narasumber di SMAN 2 Luwuk

Pemaparan materi bahaya merokok di SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKL B Luwuk dilaksanakan secara interaktif dengan menggunakan media power point yang dilengkapi dengan gambar menarik sesuai dengan topik. Siswa/wi antusias sehingga proses pemaparan materi berlangsung baik. Peserta aktif memberikan pendapat dan bertanya selama proses diskusi.

Perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi dapat dilihat pada gambar 3 berikut:



Gambar 3. Diagram Pengetahuan Siswa sebelum dan setelah edukasi

Kegiatan edukasi ini menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok. Sebelum diberikan edukasi pengetahuan siswa/i tentang bahaya merokok lebih banyak dalam kategori baik 48%, cukup 31% dan kurang 21%. Sedangkan, setelah diberikan edukasi pengetahuan siswa

meningkat menjadi 84% dengan kategori baik, 16% kategori cukup dan sudah tidak ada siswa yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang.

Kegiatan PKM dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan media *leaflet*. Kegiatan PKM ini diikuti oleh 86 siswa yang terdiri dari 32 siswa SMAN 2 Luwuk dan 54 siswa SMA GKL B Luwuk. Kegiatan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang diharapkan. Peserta tampak antusias mengikuti kegiatan ini sampai akhir serta aktif melakukan tanya jawab. Sebelum pemberian edukasi terlebih dahulu dilakukan *pre test* menggunakan kuesioner yang berisi 10 pernyataan tentang kesiapsiagaan bencana banjir meliputi: 1) kandungan rokok; 2) dampak rokok bagi kesehatan; 3) dampak rokok bagi psikologis; 4) cara menghindari pengaruh untuk merokok; 5) mengatasi keinginan untuk merokok. Selanjutnya, setelah edukasi dilakukan *post test*. Hasil pengisian kuesioner ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan remaja siswa SMA sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang bahaya merokok. Sebelum dilakukan edukasi siswa/i yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 48%. Namun, setelah diberikan edukasi pengetahuan siswa/i dengan kategori baik meningkat menjadi 84%. Hasil kegiatan PKM ini sejalan dengan beberapa penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang melaporkan ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi (Ishak, 2022; Sarman, Darmin, Fauzan, Rumaf, & Jaata, 2023).

Promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui proses pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong dirinya sendiri. Promosi kesehatan mencakup upaya promotif dan preventif, yang merupakan determinan penting dari perilaku hidup sehat Masyarakat (Seko, Engkeng, & Tucunan, 2020). Hal ini menunjukkan pentingnya meningkatkan pengetahuan remaja untuk dapat meningkatkan kemampuan melakukan perilaku kesehatan seperti tidak merokok.

Merokok merupakan perilaku yang menyebabkan gangguan kesehatan yang paling banyak dilakukan oleh Remaja pada tingkat sekolah menengah atas Hal ini menunjukkan peningkatan penggunaan tembakau seiring bertambahnya usia di kalangan remaja disebabkan oleh meningkatnya pengambilan risiko pada masa remaja dan keinginan untuk mendapatkan pengalaman baru selama transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Kishun, Kumar, Singh, & Kumar, 2022). Semakin muda orang mulai merokok maka semakin besar resiko kematian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja laki-laki memiliki kecenderungan 5 kali untuk merokok setiap hari dibandingkan remaja Perempuan (Zahrani & Arcana, 2021).

Hasil observasi dan wawancara diperoleh bahwa sekolah telah menerapkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2015 tentang penetapan Kawasan tanpa rokok (KTR) di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKL B Luwuk sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang bahaya merokok dan dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini diharapkan seluruh siswa menyebarluaskan informasi tersebut kepada keluarga atau lingkungan pertemanan.

Siswa mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan antusias yang tinggi terutama saat proses diskusi tanya jawab. Hasil diskusi selama kegiatan pengabdian Masyarakat menunjukkan bahwa masih ada remaja yang merokok saat diluar lingkungan sekolah karena masih kurang memahami dampak merokok bagi kesehatan. Selain itu, salah satu siswa menyatakan perasaan gelisah saat mencoba berhenti merokok. Remaja perokok berisiko mengalami kecanduan nikotin, penurunan fungsi paru-paru dan mengalami gangguan kardiovaskular dini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja laki-laki banyak yang bercita-cita sebagai tentara ataupun polisi tetapi dengan perilaku merokok dapat menyebabkan gangguan fungsi paru dan mempengaruhi hasil tes kesehatan. Paparan nikotin dapat menimbulkan dampak jangka panjang terhadap perkembangan otak remaja. Merokok juga menyebabkan remaja mengalami sesak napas dan berkurangnya stamina, yang keduanya dapat memengaruhi performa atletik dan kegiatan aktif fisik remaja. Keterbatasan pada penelitian ini adalah belum adanya variabel tentang upaya yang telah dilakukan oleh orangtua, keluarga, guru, konselor, tenaga kesehatan untuk menghentikan perilaku merokok pada remaja.

Kesimpulan

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja sebagai upaya menjauhkan generasi muda dari rokok. Remaja penting memahami bahwa perilaku merokok sejak dini dapat meningkatkan ketergantungan terhadap zat adiktif dari kandungan rokok dimasa tua. Bahaya merokok seperti penyakit jantung koroner, gangguan pernapasan, penyakit gigi dan mulut, kanker paru, kanker kerongkongan hingga gangguan kesehatan reproduksi. Selain mengganggu kesehatan fisik, kandungan zat adiktif dalam rokok menyebabkan kecanduan dan mempengaruhi kesehatan mental seperti gangguan tidur, kecemasan hingga depresi. Hasil dari pengabdian masyarakat tentang edukasi bahaya merokok pada remaja di SMAN 2 Luwuk dan SMA GKL B Luwuk menunjukkan bahwa guru dan siswa/siswi dapat memahami tentang bahaya merokok kandungan rokok, dampak rokok bagi kesehatan fisik maupun mental, cara menghindari pengaruh untuk dan upaya mengatasi keinginan untuk merokok.

Sehingga siswa dan guru-guru akan memperketat pengawasan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) terutama di sekitar sekolah, meningkatkan kerjasama dengan orangtua untuk dapat melakukan pengawasan bersama, dan melakukan edukasi bahaya merokok secara rutin.

Daftar Pustaka

- Cheng, H., & Furnham, A. (2021). Personality, educational and social class predictors of adult tobacco usage. *Personality and Individual Differences*, 182(4), 111085. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111085>
- Dalisay, F., Pokhrel, P., Buente, W., & Kawabata, Y. (2022). Exposure to tobacco and betel nut content on social media, risk perceptions, and susceptibility to peer influence among early adolescents in Guam. *Addictive Behaviors Reports*, 15(9), 100405. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100405>
- Dinas Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Riset Kesehatan Dasar. *Diabetes Mellitus*, 87–90. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.07.012>
- Dinkes Banggai. (2019). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Banggai 2019*. Banggai: Dinkes Banggai.
- Havermans, A., Pennings, J. L. A., Hegger, I., Elling, J. M., de Vries, H., Pauwels, C. G. M., & Talhout, R. (2021). Awareness, use and perceptions of cigarillos, heated tobacco products and nicotine pouches: A survey among Dutch adolescents and adults. *Drug and Alcohol Dependence*, 229(PB), 109136. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.109136>
- Ishak, S. N. (2022). Dampak Media Promosi Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Tentang Bahaya Merokok The Impact of Health Promotion Media on Increasing Student Knowledge About the Dangers of Smoking. *Media Ilmu Kesehatan*, 11(1), 56–69.
- Karletsos, D., Hutchinson, P., Leyton, A., & Meekers, D. (2021). The effect of interpersonal communication in tobacco control campaigns: A longitudinal mediation analysis of a Ghanaian adolescent population. *Preventive Medicine*, 14(6), 106373. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106373>
- Kishun, J., Kumar, A., Singh, U., & Kumar, S. (2022). Comparison of common predictors of current cigarette smoking among adolescents: Across South East Asian countries. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 17(4), 101112. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2022.101112>
- Ma, C., Xi, B., Li, Z., Wu, H., Zhao, M., Liang, Y., & Bovet, P. (2021). Prevalence and trends in tobacco use among adolescents aged 13–15 years in 143 countries, 1999–2018: findings from the Global Youth Tobacco Surveys. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 5(4), 245–255. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30390-4](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30390-4)
- Majmundar, A., Chu, M., Perez, C., Hoang, Y., Yuan, J., Unger, J. B., & Allem, J. P. (2022). Tobacco and cannabis use advertisements targeting adolescents and young adults on Snapchat in 2019. *Preventive Medicine Reports*, 26(3), 101758. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2022.101758>
- Mantey, D. S., Omega-Njemnobi, O., & Montgomery, L. T. (2019). Flavored tobacco use is associated with dual and poly tobacco use among adolescents. *Addictive Behaviors*, 93(1), 269–273. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.02.022>
- Merianos, A. L., Jandarov, R. A., & Mahabee-Gittens, E. M. (2020). Tobacco Smoke Exposure, Respiratory Health, and Health-care Utilization Among US Adolescents. *Chest*, 158(3), 1104–1114. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.038>
- Monzón, J., Islam, F., Mus, S., Thrasher, J. F., & Barnoya, J. (2021). Effects of tobacco product type and characteristics on appeal and perceived harm: Results from a discrete choice experiment among Guatemalan adolescents. *Preventive Medicine*, 148. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106590>
- Ouyang, C., Li, D., Li, X., Xiao, J., Sun, W., & Wang, Y. (2020). Cyber victimization and tobacco and alcohol use among adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 114(January), 105041. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105041>
- Parisod, H., Axelin, A., Smed, J., & Salanterä, S. (2016). Determinants of tobacco-related health literacy: A qualitative study with early adolescents. *International Journal of Nursing Studies*, 62, 71–80. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.07.012>
- Parthasarathi, A., Puvvada, R. K., Siddaiah, J. B., & Mahesh, P. A. (2022). The association of tobacco use in adolescents with their interpersonal surroundings and assessing tobacco vendor compliance with COPTA policies: A cross-sectional study. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 15(September 2021), 101008. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2022.101008>
- Pilat, E. K., Stuart, J. M., & French, C. E. (2021). Tobacco smoking and meningococcal disease in adolescents and young adults: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Infection*, 82(5), 135–144. <https://doi.org/10.1016/j.jinf.2021.02.018>

-
- Ruberu, T. L. M., Kenyon, E. A., Hudson, K. A., Filbey, F., Ewing, S. W. F., Biswas, S., & Choudhary, P. K. (2022). Joint risk prediction for hazardous use of alcohol, cannabis, and tobacco among adolescents: A preliminary study using statistical and machine learning. *Preventive Medicine Reports, 25*, 101674. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101674>
- Sarman, Darmin, Fauzan, M. R., Rumaf, F., & Jaata, J. (2023). Promosi Kesehatan Tentang Bahaya Perilaku Merokok Bagi Kesehatan Masyarakat di Desa Lobong. *Communnity Development Journal, 4*(2), 1065–1069.
- Seko, M. K., Engkeng, S., & Tucunan, A. A. T. (2020). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Peserta Didik Tentang Bahaya Merokok Di Sma Negeri 1 Manado. *Jurnal KESMAS, 9*(1), 158–168. Retrieved from <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/28698/28031>
- Statistika, B. P. (2021). Profil Statistik Kesehatan 2021. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Timperio, G., Tiwari, S., Lee, C. K., Samvedi, A., & de Souza, R. (2020). Integrated decision support framework for enhancing disaster preparedness: A pilot application in Indonesia. *International Journal of Disaster Risk Reduction, 51*(July), 101773. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101773>
- Zahrani, C. I., & Arcana, I. M. (2021). Determinan Perilaku Remaja Merokok Setiap Hari di Indonesia. *Seminar Nasional Official Statistics, 2020*(1), 519–528.