

EDUKASI BAHAYA PEROKOK PASIF DI KALANGAN REMAJA

EDUCATING THE DANGERS OF SECONDHAND SMOKE AMONG ADOLESCENTS

Muhalim^{1*}, Andi Muhammad Fadlih², Nur Aeni³, Syamsurijal⁴,
Fauzan Hari Sudding Sally⁵

^{1*2345}Universitas Negeri Makassar, Makassar

^{1*}muhalim@unm.ac.id ²a.muhammad.fadlih@unm.ac.id ³nur_aeni@unm.ac.id

⁴jalyugos@unm.ac.id ⁵fauzan.sudding@unm.ac.id

Article History:

Received: March 10th, 2024

Revised: April 10th, 2024

Published: April 15th, 2024

Keywords: *Secondhand Smoke, Socialization, Campaign, Vocational High School Students*

Abstract: *This community service activity aims to raise awareness about the dangers of secondhand smoke among vocational high school students through a three-day socialization and campaign. The activity involved students from SMK 1 Sinjai, South Sulawesi. The methods used included presentations, discussions, poster-making workshops, and social media campaigns. Results showed an increase in participants' understanding of the negative impacts of secondhand smoke, creativity in the campaign, and concrete and applicable action plans. The evaluation showed that 90% of participants found the activity useful and would like to be involved in similar activities in the future. Support from school institutions and the government proved crucial in the smooth running of this activity. Integration of technology through social media increased the reach of the campaign. This activity had a significant positive impact on participants' awareness and can serve as a model for a broader and more sustainable similar program.*

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesadaran tentang bahaya perokok pasif di kalangan siswa SMK melalui sosialisasi dan kampanye selama tiga hari. Pengabdian ini melibatkan para siswa SMK 1 Sinjai, Sulawesi Selatan. Metode yang digunakan meliputi presentasi, diskusi, lokakarya pembuatan poster, dan kampanye media sosial. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang dampak negatif perokok pasif, kreativitas dalam kampanye, serta rencana aksi yang konkret dan aplikatif. Evaluasi menunjukkan bahwa 90% peserta merasa kegiatan ini bermanfaat dan ingin terlibat dalam kegiatan serupa di masa depan. Dukungan dari institusi sekolah dan pemerintah terbukti penting dalam kelancaran kegiatan ini. Integrasi teknologi melalui media sosial meningkatkan jangkauan kampanye. Kegiatan ini memberikan dampak positif signifikan pada kesadaran peserta dan dapat menjadi model untuk program serupa yang lebih luas dan berkelanjutan.

Kata Kunci: Perokok Pasif, Sosialisasi, Kampanye, Siswa SMK

PENDAHULUAN

Perokok pasif merupakan individu yang tidak merokok tetapi terpapar asap rokok dari orang lain yang merokok di sekitarnya. Paparan ini tidak hanya mengganggu kenyamanan, tetapi juga mengancam kesehatan mereka. Menurut World Health Organization (WHO, 2021), asap rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia, di mana 69 di antaranya diketahui sebagai penyebab kanker. Risiko kesehatan yang dihadapi oleh perokok pasif hampir setara dengan perokok aktif, termasuk penyakit jantung, kanker paru-paru, dan berbagai masalah pernapasan (U.S. Department of Health and Human Services, 2006).

Anak-anak dan perempuan hamil adalah kelompok yang sangat rentan terhadap dampak buruk asap rokok. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang terpapar asap rokok di rumah memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami infeksi saluran pernapasan, asma, dan sindrom kematian bayi mendadak (SIDS) (American Cancer Society, 2020). Pada perempuan hamil, paparan asap rokok dapat menyebabkan komplikasi kehamilan, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah (Centers for Disease Control and Prevention, 2021).

Di Indonesia, masalah perokok pasif masih menjadi tantangan besar. Data dari Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa prevalensi perokok di Indonesia masih sangat tinggi, dan ini secara langsung berdampak pada tingginya jumlah perokok pasif, terutama di lingkungan rumah tangga. Seringkali, kesadaran masyarakat mengenai bahaya perokok pasif masih rendah. Banyak yang belum memahami bahwa merokok di dalam rumah atau di tempat umum tidak hanya membahayakan diri sendiri tetapi juga orang lain di sekitar mereka.

Upaya sosialisasi dan edukasi mengenai bahaya perokok pasif sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat. Sosialisasi yang efektif dapat mengubah perilaku merokok di lingkungan rumah dan publik, serta mengurangi angka morbiditas dan mortalitas terkait penyakit yang disebabkan oleh paparan asap rokok. Program-program edukasi yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan, termasuk pemerintah, lembaga pendidikan, dan organisasi non-pemerintah, sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan bebas asap rokok.

Sosialisasi yang dilakukan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya perokok pasif. Dengan demikian, diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang signifikan, di mana masyarakat lebih peduli dan aktif menjaga lingkungan bebas asap rokok demi kesehatan bersama. Program ini juga diharapkan dapat mendukung kebijakan pemerintah dalam mengurangi prevalensi merokok dan melindungi kesehatan masyarakat, terutama kelompok yang rentan terhadap dampak buruk asap rokok.

METODE

Sosialisasi bahaya perokok pasif ini dilakukan di SMK 1 Sinjai, Sulawesi Selatan dengan tahapan sebagai berikut.

Hari 1: Persiapan dan Sosialisasi (6 Maret)

1.1 Pembukaan Acara: Kegiatan dimulai dengan pembukaan resmi yang dihadiri oleh para pemuda SMA, kepala sekolah, guru, dan perwakilan dari pemerintah setempat. Acara dibuka dengan sambutan dari ketua tim pengabdian masyarakat yang menjelaskan tujuan dan pentingnya sosialisasi bahaya perokok pasif.

1.2. Presentasi Materi:

- Materi 1: Bahaya Asap Rokok dan Perokok Pasif: Seorang ahli kesehatan masyarakat memberikan presentasi mengenai komponen berbahaya dalam asap rokok dan dampaknya terhadap perokok pasif. Materi disampaikan menggunakan slide presentasi dan video edukatif.
- Materi 2: Dampak Perokok Pasif terhadap Kesehatan: Presentasi ini fokus pada dampak kesehatan spesifik pada anak-anak dan perempuan hamil, serta penyakit yang terkait dengan paparan asap rokok.

1.3. Diskusi Kelompok: Para peserta dibagi ke dalam kelompok kecil untuk mendiskusikan materi yang telah disampaikan. Setiap kelompok didampingi oleh seorang fasilitator yang membantu memandu diskusi dan menjawab pertanyaan.

1.4. Penyusunan Rencana Aksi: Setiap kelompok diminta untuk menyusun rencana aksi sederhana yang bisa dilakukan untuk mengurangi paparan asap rokok di lingkungan mereka. Rencana aksi ini akan dipresentasikan di hari ketiga.

Hari 2: Lokakarya dan Simulasi (7 Maret)

2.1. Lokakarya Pembuatan Poster dan Kampanye:

- Pembuatan Poster:

Para peserta diberikan pelatihan singkat tentang cara membuat poster yang menarik dan informatif mengenai bahaya perokok pasif. Mereka kemudian diminta untuk membuat poster secara berkelompok.

- Rencana Kampanye Sosial Media:

Pelatihan tentang cara menggunakan media sosial untuk kampanye anti rokok. Para peserta belajar membuat konten yang efektif untuk platform seperti Instagram, Facebook, dan TikTok.

2.2. Simulasi dan Role Play:

- Simulasi Diskusi:

Peserta melakukan simulasi diskusi dengan anggota keluarga atau teman tentang bahaya perokok pasif. Simulasi ini bertujuan untuk melatih mereka dalam menyampaikan informasi secara persuasif dan efektif.

- Role Play Situasi Nyata:

Role play dilakukan untuk menghadapi situasi nyata di mana mereka harus berbicara dengan seseorang yang merokok di tempat umum. Fasilitator memberikan umpan balik dan tips untuk menghadapi berbagai reaksi.

Hari 3: Implementasi dan Evaluasi (8 Maret)

3.1. Pelaksanaan Kampanye:

Para peserta melaksanakan kampanye di lingkungan sekolah dan sekitar. Mereka memasang poster yang telah dibuat dan membagikan brosur kepada masyarakat sekitar sekolah. Selain itu, mereka juga melakukan kampanye melalui media sosial dengan konten yang telah dibuat pada hari sebelumnya.

3.2. Presentasi Rencana Aksi:

Setiap kelompok mempresentasikan rencana aksi yang telah disusun pada hari pertama. Presentasi ini dihadiri oleh seluruh peserta, guru, dan perwakilan pemerintah setempat. Setiap kelompok menerima umpan balik dan saran untuk penyempurnaan rencana aksi mereka.

3.3. Evaluasi dan Penutupan:

- Evaluasi Kegiatan:

Peserta mengisi kuesioner untuk mengevaluasi kegiatan selama tiga hari, mencakup materi, metode penyampaian, dan implementasi kampanye.

- Penutupan:

Acara ditutup dengan pemberian sertifikat kepada peserta dan ucapan terima kasih dari pihak penyelenggara. Ketua tim pengabdian masyarakat memberikan pesan penutup dan harapan untuk keberlanjutan kampanye anti perokok pasif.

HASIL

Kegiatan sosialisasi bahaya perokok pasif yang berlangsung selama tiga hari ini (6-8 Maret 2024) berhasil melibatkan para siswa SMK 1 Sinjai dengan partisipasi aktif dalam setiap tahap kegiatan. Berikut adalah hasil yang dicapai:

1. Peningkatan Kesadaran:

Setelah mengikuti presentasi dan diskusi pada hari pertama, para peserta menunjukkan peningkatan pemahaman tentang bahaya perokok pasif. Ini tercermin dari hasil kuesioner yang

menunjukkan 85% peserta mengaku lebih memahami dampak negatif asap rokok terhadap kesehatan mereka dan orang di sekitar mereka.

2. Kreativitas dalam Kampanye:

Pada lokakarya hari kedua, peserta berhasil membuat berbagai poster yang menarik dan informatif. Poster-poster ini mencerminkan pemahaman mereka tentang materi yang disampaikan dan mampu menyampaikan pesan bahaya perokok pasif dengan efektif. Selain itu, kampanye melalui media sosial juga berjalan lancar dengan peningkatan jumlah pengikut dan interaksi di platform seperti Instagram dan TikTok.

3. Implementasi Rencana Aksi:

Rencana aksi yang disusun oleh kelompok-kelompok peserta dipresentasikan pada hari ketiga dan mendapat apresiasi dari para guru dan perwakilan pemerintah. Beberapa rencana aksi yang menonjol termasuk penyuluhan rutin di sekolah dan lingkungan sekitar, serta kampanye digital yang konsisten. Rencana aksi ini diharapkan dapat berlanjut dan menjadi program rutin di sekolah-sekolah.

4. Evaluasi Positif:

Evaluasi keseluruhan kegiatan menunjukkan hasil yang positif. Berdasarkan kuesioner yang diisi oleh peserta, 90% merasa kegiatan ini sangat bermanfaat dan ingin terlibat dalam kegiatan serupa di masa depan. Para guru juga memberikan umpan balik positif, menyatakan bahwa kegiatan ini memberikan dampak signifikan pada kesadaran siswa tentang bahaya perokok pasif.



Gambar 1. Persiapan Program Sosialisasi



Gambar 2. Program Sosialisasi

PEMBAHASAN

Perokok pasif, yang terdiri terutama dari perempuan dan anak-anak, rentan terhadap dampak negatif kesehatan akibat paparan asap rokok. Pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang bahaya perokok pasif perlu ditingkatkan melalui edukasi interaktif untuk membangun kesadaran tentang larangan merokok di tempat umum, terutama di dalam ruangan tertutup (Tarigan & Yulianti, 2019). Paparan asap rokok pada perokok pasif dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti berat badan lahir rendah pada bayi dan eksaserbasi asma (Muhammad et al., 2022; Umar & Rachmiyani, 2021). Selain itu, perokok pasif juga berisiko mengalami abortus, kelahiran prematur, dan kecacatan janin (Nurfatimah et al., 2021).

Studi menunjukkan bahwa perokok pasif memiliki risiko 25-30% lebih tinggi untuk penyakit jantung dan 20-30% lebih tinggi untuk stroke (Permana et al., 2021). Paparan asap rokok pada perokok pasif dapat memiliki dampak yang lebih buruk karena zat yang dihirup lebih besar dibandingkan dengan perokok aktif (Pramesti et al., 2022). Selain itu, perokok pasif juga dapat

mengalami peningkatan kadar trigliserida darah, yang merupakan parameter penting dalam praktik klinis (wahono, 2021; Pp, 2018).

Penting untuk menciptakan lingkungan bebas asap rokok baik di rumah maupun tempat umum untuk melindungi perokok pasif dari dampak negatif asap rokok. Upaya pencegahan dan edukasi perlu ditingkatkan untuk mengurangi paparan asap rokok pada perokok pasif dan meningkatkan kesadaran akan bahayanya (Tarigan & Yulianti, 2019; Muhammad et al., 2022; Umar & Rachmiyani, 2021; Nurfatimah et al., 2021).

Kegiatan sosialisasi bahaya perokok pasif ini menunjukkan beberapa poin penting yang dapat menjadi bahan pembelajaran untuk kegiatan serupa di masa depan:

1. Efektivitas Metode Partisipatif:

Metode partisipatif yang melibatkan peserta secara aktif dalam diskusi, lokakarya, dan simulasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran. Para peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga berkontribusi dalam menyusun rencana aksi dan melaksanakan kampanye. Hal ini sesuai dengan teori pembelajaran partisipatif yang menyatakan bahwa keterlibatan aktif dapat meningkatkan pemahaman dan retensi informasi (Cora-Bramble et al., 2010).

2. Integrasi Teknologi dalam Kampanye:

Penggunaan media sosial sebagai alat kampanye menambah dimensi baru dalam penyebaran informasi. Para peserta memanfaatkan platform yang akrab bagi mereka untuk menyebarkan pesan bahaya perokok pasif secara luas. Ini menunjukkan pentingnya integrasi teknologi dalam program sosialisasi untuk mencapai audiens yang lebih luas dan beragam (Burston, 2020).

3. Pentingnya Dukungan Institusi:

Dukungan dari pihak sekolah dan pemerintah sangat berperan dalam kelancaran kegiatan. Keterlibatan mereka dalam setiap tahap kegiatan memastikan bahwa program berjalan sesuai rencana dan mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini menekankan pentingnya kerjasama antara berbagai pihak dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat (Mulya et al., 2020).

4. Tantangan dan Solusi:

Salah satu tantangan yang dihadapi adalah waktu yang terbatas untuk menyampaikan materi yang luas. Namun, solusi yang diterapkan dengan pembagian kegiatan menjadi beberapa sesi yang fokus dan terstruktur terbukti efektif. Pemecahan kegiatan menjadi diskusi kelompok, lokakarya, dan simulasi memberikan variasi metode pembelajaran yang menjaga peserta tetap engaged dan aktif.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil mencapai tujuannya meningkatkan kesadaran tentang bahaya perokok pasif dan memberikan dampak positif yang signifikan pada peserta. Hasil ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program serupa dengan skala yang lebih luas dan berkelanjutan di masa depan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi bahaya perokok pasif yang dilaksanakan selama tiga hari berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman pemuda SMA mengenai dampak negatif perokok pasif. Melalui berbagai metode interaktif seperti presentasi,

diskusi, lokakarya pembuatan poster, dan kampanye media sosial, peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam menyebarkan informasi kepada lingkungan mereka. Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas peserta merasa kegiatan ini bermanfaat dan ingin terlibat lebih lanjut dalam kampanye serupa. Dukungan dari sekolah dan pemerintah sangat penting untuk keberhasilan program ini. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan teknologi dan media sosial efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang isu kesehatan. Kegiatan ini dapat dijadikan model untuk program-program pengabdian masyarakat lainnya guna menciptakan generasi muda yang lebih peduli terhadap kesehatan dan lingkungan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami berterima kasih kepada pimpinan, guru, staf dan siswa SMK Negeri 1 Sinjai yang telah berperan aktif dalam kegiatan pengabdian ini. Terima kasih juga buat volunteer kegiatan, yaitu mahasiswa Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Negeri Makassar.

DAFTAR REFERENSI

- American Cancer Society. (2020). Secondhand smoke. <https://www.cancer.org/healthy/stay-away-from-tobacco/secondhand-smoke.html>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). Secondhand smoke (SHS) facts. https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/secondhand_smoke/general_facts/index.htm
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil utama Riskesdas 2018. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Muhammad, A., Khairisyaf, O., & Endrinaldi, E. (2022). Hubungan penderita asma perokok pasif dengan eksaserbasi asma di rsud m. natsir solok. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 3(1), 22-27. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v3i1.522>
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S., & Longgupa, L. (2021). Perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil. *Poltekita Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97-104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Permana, I., Wiryawan, I., Aryadana, W., Widiana, I., Arijana, I., & Dewangga, I. (2021). Efek ekstrak sambiloto (*andrographis paniculata*) terhadap ekspresi matrix metalloproteinase-1 dan hipertrofi jantung pada mencit yang terpapar asap rokok. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 591-596. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i2.1090>

- Pramesti, H., Purnomo, Y., & Amalia, A. (2022). Potensi limbah kulit udang dan cangkang kepiting sebagai chitosan polymer medium (cpm). *Jurnal Envirotek*, 14(2), 115-120. <https://doi.org/10.33005/envirotek.v14i2.197>
- Tarigan, I. and Yulianti, A. (2019). Gambaran kesadaran masyarakat terhadap kawasan tanpa rokok di indonesia. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 123-130. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i2.2655>
- Umar, A. and Rachmiyani, I. (2021). Hubungan wanita hamil perokok pasif dengan kejadian berat badan lahir rendah. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti*, 6(2), 231-237. <https://doi.org/10.25105/pdk.v6i2.9529>
- U.S. Department of Health and Human Services. (2006). The health consequences of involuntary exposure to tobacco smoke: A report of the Surgeon General. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK44324/>
- Wahono, Q. (2021). Bahaya merokok bagi kesehatan.. <https://doi.org/10.31219/osf.io/su9qn>
- World Health Organization. (2021). Tobacco. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>