



EDUKASI BAHAYA MEROKOK PADA REMAJA SMKN 3 GOWA

Marhawati^{1*}, Sri Wahyuningsih², Dirgah Agum Parawansa³, Rahmad Risan⁴

^{1*,2,3} Politeknik Kesehatan Megarezky, Makassar, Indonesia

⁴ Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

^{1*}marhawati1406@gmail.com ²sriwahyuningsh@gmail.com ³dirgaagum28@gmail.com

Article History:

Received: February 12th, 2024

Revised: February 14th, 2025

Published: February 15th, 2025

Abstract: *Smoking in teenagers is a serious health problem and can have long-term impacts. This activity aims to increase awareness of the dangers of smoking in teenagers and how to prevent it at school among students through presenting material in the form of lectures and videos. This education was provided through lectures and videos with 24 student respondents. The presentation of this material is about forms of preventing and overcoming the dangers of smoking among teenagers at school. The results of this education show that there are differences in pretest and posttest scores in students' knowledge about the dangers of smoking. Through this education, students' knowledge scores about the dangers of smoking can be increased. The education carried out is very interactive in the discussion process. Future research can take other media approaches to see students' attitudes in preventing and overcoming the dangers of smoking in the school environment.*

Keywords:

Education

Abstrak

Merokok pada remaja merupakan masalah Kesehatan yang serius dan dapat memiliki dampak jangka Panjang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran bahaya bahaya merokok pada remaja dan cara pencegahannya di sekolah pada siswa melalui pemaparan materi dalam bentuk ceramah dan video. Edukasi ini diberikan melalui ceramah dan video dengan 24 responden siswa. Pemaparan materi ini mengenai bentuk-bentuk pencegahan dan penanggulangan bahaya merokok pada remaja di sekolah. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *one-group pretest-posttest*. Hasil edukasi ini menunjukkan adanya perbedaan skor pretest dan posttest pengetahuan siswa tentang bahaya merokok. Melalui edukasi ini dapat meningkatkan skor pengetahuan siswa tentang bahaya merokok. Edukasi yang dilakukan sangat interaktif dalam proses diskusi. Penelitian selanjutnya dapat melakukan pendekatan media lainnya untuk melihat sikap siswa dalam pencegahan dan penanggulangan bahaya merokok yang ada di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Edukasi, Bahaya Merokok, Remaja.

PENDAHULUAN

Merokok adalah menghisap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh (Prasetya Lukyta.,

2016). Perilaku merokok banyak dilakukan pada masa remaja. Pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16 –19 tahun yang merokok 20,5 %. Usia merokok pada remaja di Indonesia sekarang adalah usia mulai merokok semakin muda (dini). Perokok pemula usia 10 –14 tahun meningkat lebih dari 100 % dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun (Riskesdas, 2018).

Merokok mempunyai banyak efek negative yang berbahaya kepada kesehatan manusia, dan kebiasaan merokok tidak hanya merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam masyarakat di sekitarnya. Kandungan rokok menyebabkan kerusakan dan berbagai macam penyakit di mulut seperti periodonitis (infeksi pada gusi), penyakit kerongkongan seperti faringitis (infeksi faring) dan laringitis (infeksi laring atau pita suara), penyakit di bronkus seperti bronkitis (infeksi bronkus), dan penyakit pada paru – paru seperti kanker paru, penyakit paru obstruktif (Aula & Lisa, E., 2015)

Menurut World Health Organization (WHO, 2016), tembakau membunuh lebih dari 5 juta orang per tahun dan diproyeksikan akan membunuh 10 juta orang sampai tahun 2021, dari jumlah itu 70% korban berasal dari negara berkembang yang didominasi oleh kaum laki-laki sebesar 700 juta terutama di Asia. Banyak cara atau metode yang dapat dijadikan referensi untuk berhenti merokok. Keinginan berhenti merokok tanpa diikuti dengan perubahan perilaku maka kebiasaan merokok tersebut tidak akan berhenti. Namun tidak semua orang mengetahui cara berhenti merokok secara tepat.

Remaja, kelompok dengan rentang usia 10 hingga 19 tahun rentan mencoba segala jenis zat. Selama fase remaja, korteks frontal yang bertanggung jawab untuk membuat keputusan kompleks masih berkembang, sedangkan bagian otak yang memproses perasaan penghargaan lebih matang. Kondisi ini membuat remaja rentan terhadap pengambilan keputusan dadakan seperti mencoba substansi yang berbeda karena rasa ingin tahu dan tekanan sosial. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan di masa depan (Mat Hassan et al., 2020). Tidak terkecuali perilaku merokok pada remaja.

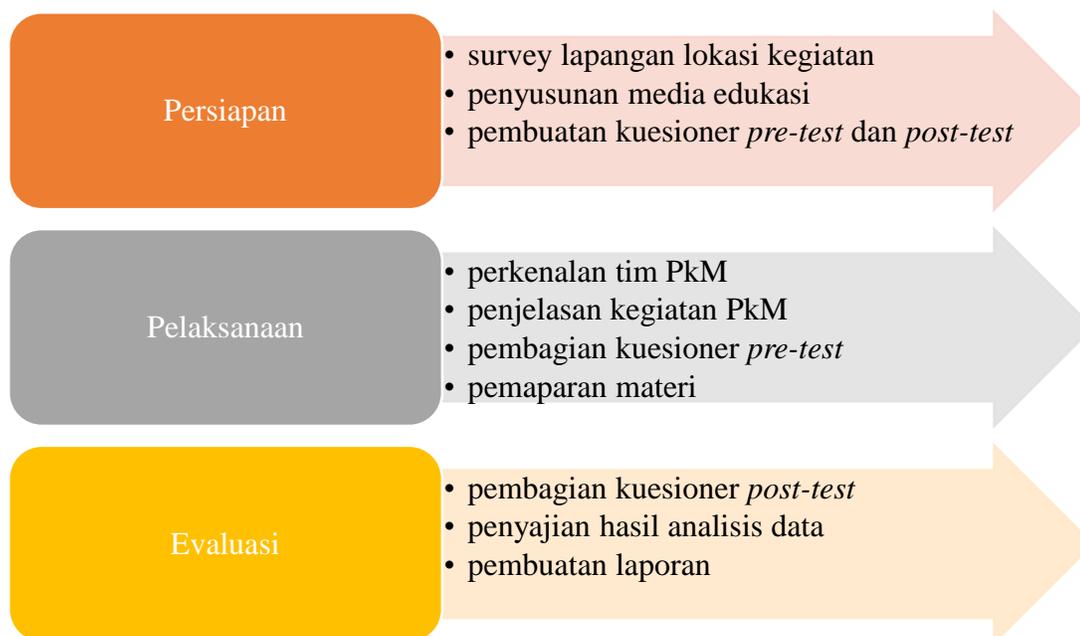
Salah satu perilaku pada remaja yang seringkali didapat akibat pengaruh lingkungan adalah merokok. Dari berbagai studi yang telah dilakukan, terdapat berbagai macam alasan remaja merokok, diantaranya coba-coba, ikut-ikutan, keingintahuan, sekedar ingin merasakan, kesepian, agar terlihat gaya, meniru orang tua, iseng, menghilangkan ketegangan, agar tidak dikatakan banci, gengsi, penghilang stres, melambungkan kedewasaan, dan sebagai media mencari inspirasi (Nurhayati et al., 2022; Purwanti et al., 2021; Susanty & Saputra, 2020).

Edukasi pencegahan bahaya merokok ini dapat digunakan dalam memberikan pengetahuan pada siswa. Tingkat pengetahuan seseorang berkaitan dengan penyampaian materi. Hal yang mungkin kita upayakan adalah usaha-usaha preventif dalam menekan laju insidensi penanganan bahaya merokok bagi Kesehatan yang sudah terjadi dikalangan remaja. Pemberian pengetahuan tentang bahaya merokok sejak dini mungkin akan membentuk kemampuan siswa dalam menjaga kesehatannya dari berbagai penyakit yang akan terjadi dikemudian hari.

Beberapa penelitian yang sejalan dengan penelitian ini yaitu, Dewi et al., (2023), yang menunjukkan Sebagian besar remaja percaya dirinya rentan terhadap bahaya akibat merokok, remaja berpersepsi baik jika tidak merokok akan memberikan manfaat Kesehatan bagi tubuhnya, remaja percaya adanya hambatan jika tidak merokok, Sebagian besar faktor utama yang mempengaruhi remaja merokok adalah teman dan gaya hidup. Berdasarkan hal tersebut kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pemberian edukasi bahaya merokok dan pencegahannya.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dilakukan pada hari Selasa tanggal 11 Februari 2024. Sasaran dalam kegiatan ini melibatkan 24 siswa SMKN 3 Gowa. Adapun materi yang disampaikan tentang materi pengertian bahaya merokok, dampak akibat bahaya merokok dan pencegahannya dengan media *Power point*. Adapun tahapan dalam kegiatan ini terdiri dari:



Gambar 1. Diagram tahapan kegiatan pengabdian

HASIL

Kegiatan pengabdian Kesehatan Masyarakat diikuti oleh 24 siswa dengan rerata usia 16-17 tahun. Sebelum pemaparan materi oleh narasumber, dilakukan pembagian kuesioner *pre-test*. Tujuannya yaitu memperoleh gambaran pengetahuan siswa sebelum pemaparan materi edukasi. Setelah pengisian kuesioner, siswa diarahkan untuk mengikuti pemaparan materi tentang bahaya merokok dan pencegahannya melalui media dengan penjelasan pemateri (gambar 2). Materi edukasi yang diberikan dapat menjadi informasi bagi siswa tentang bahaya merokok dan pencegahannya khususnya dilingkungan sekolah.



Gambar 2. Pemaparan Materi Edukasi Bahaya Merokok

PEMBAHASAN

Pada saat berlangsung seluruh peserta mendengarkan dengan seksama dan antusias yang dibawakan oleh pemateri disertai dengan gambar dan video yang berkaitan dengan bahaya merokok. Setelah pemateri menyajikan materinya kemudian diberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan. Beberapa peserta memanfaatkan dengan baik untuk menanyakan hal-hal dengan bahaya merokok. Keterlibatan aktif siswa dalam mengikuti kegiatan ini sangat kondusif, terbangunnya komunikasi dua arah dalam diskusi tersebut. Siswa menyampaikan pengalaman yang pernah didapatkan, pengetahuan yang dia dapatkan di media internet.

Setelah sesi diskusi dengan peserta didik selanjutnya pembagian kuesioner *post-test* yang bertujuan untuk melihat perubahan pengetahuan peserta mengikuti kegiatan edukasi bahaya merokok. Berdasarkan hasil analisis skor pretest dan posttest menunjukkan bahwa didapatkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebelum pemberian materi bahaya merokok seksual yaitu dari nilai 50-60 sebanyak 21 siswa, mengalami peningkatan skor pengetahuan nilai 71-80 sebanyak 16 siswa dan sisanya diatas skor >80 sebanyak 10 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pemberian edukasi tentang bahaya merokok pada remaja dan pencegahannya kepada siswa SMKN 3 Gowa mendapatkan hasil yang signifikan dan efektif dalam peningkatan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok.

Remaja yang masih dalam tahap pencarian jati diri, tidak jarang mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan teman sepeergaulan. Data Riskesdas 2018 menunjukkan adanya tren peningkatan usia mulai merokok tertinggi dan terbanyak berada pada usia 15-19 tahun. Hal ini menunjukkan tren merokok di Indonesia didominasi oleh usia remaja. Berbagai alasan melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja, diantaranya coba-coba, ikut-ikutan, keingintahuan, sekedar ingin merasakan, kesepian, agar terlihat gaya, meniru orang tua, iseng, menghilangkan ketegangan, agar tidak dikatakan banci, gengsi, penghilang stres (Friedman, 2020), melambangkan kedewasaan, dan sebagai media mencari inspirasi (Nurhayati et al., 2022; Purwanti et al., 2021; Susanty & Saputra, 2020)

Merokok tidak hanya merugikan bagi perokok itu sendiri atau biasa disebut perokok aktif, akan tetapi juga bagi orang disekitar yang tidak merokok namun secara tidak sengaja ikut menghirup asap rokok (perokok pasif). Perilaku membahayakan ini sebenarnya telah banyak diketahui oleh Masyarakat luas, tidak terkecuali remaja, akan tetapi hal ini masih dianggap sebagai

hal yang wajar dan masih dapat ditolerir. Perilaku ini tidak hanya dilakukan dirumah saja, namun dengan mudah banyak dijumpai juga yang merokok dilingkungan umum bahkan tidak jarang dilingkungan sekolah dengan cara siswa mencuri-curi kesempatan.

Hasil pengabdian ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Fatmawati, et al. (2023), yaitu pemberian Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan anak sekolah dalam bahaya merokok. Pemahaman tentang Kesehatan, terutama bahaya merokok pada remaja penting dilakukan secara berkesinambungan agar terus dapat diingat dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dilapangan, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi tentang pencegahan dan penanggulangan bahaya merokok pada siswa SMKN 3 Gowa. Rekomendasi untuk kegiatan selanjutnya diharapkan dapat memberikan edukasi melalui berbagai media guna peningkatan pengetahuan yang lebih efektif.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Segala puji dan Syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan Rahmat, karunia, dan kemudahan-Nya sehingga artikel pengabdian ini dapat diselesaikan dengan baik. Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses pendampingan edukasi bahaya merokok pada remaja. Kepada pihak sekolah SMK Negeri 3 Gowa yang telah memberikan kami ruang untuk bisa melaksanakan kegiatan ini dengan baik, kepada guru dan staf SMKN 3 Gowa yang telah memberikan izin dan dukungan penuh sehingga pelaksanaan kegiatan ini bisa terlaksana dengan baik, kami ucapkan terima kasih juga kepada seluruh teman dosen yang terlibat, semoga kegiatan ini dapat bermanfaat dikalangan pelajar SMKN 3 Gowa dan menjadi pahala jariyah kepada seluruh yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Aula, Lisa, E. (2015) *Stop Merokok! Sekarang atau Tidak Sama Sekali*. Yogyakarta: Gara Ilmu.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewi, Yunita, Gustina, Ismainar, Mitra. "Persepsi Remaja Tentang Bahaya Merokok Ditinjau Dari *Health Belief Model*." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 12(3) (Maret 2023): 225-231.
- Fatmawati, Ariyanti, Prasetya. "Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Pada Remaja Di SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto." *Jurnal Abdiwina* 3(1) (Juni 2023).
- Gobel, S., Adi Pamungkas, R., Puspita Sari, R., Safitri, A., Agatha Aponno, V. L., Fadilah, I., Olivia, T., Pina, F. M., & Tiwery, S. M. (2020). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Abdimas*, 7(1), 33– 36
- Mat Hassan, N., Abdul Aziz, A., Husain, R., Daud, N., & Juhari, S. N. (2020). Association of

prosocial behavior with ever smoking and alcohol drinking among school-going adolescents.
Heliyon, 6(7).

Nurhayati, T. S., Nasution, F. S., Dongoran, N., & Ramadhan, F. (2022). Sosialisasi Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Di SMP Muhammadiyah 61 TanjungSelamat. Shihatuna. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 2(1), 34–38.