

## PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG BAHAYA MEROKOK PADA REMAJA DI MAN PADUSUNAN

Armaita<sup>1</sup>, Linda Marni<sup>2</sup> Setia Nisa<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>)Universitas Negeri Padang

<sup>3</sup>)STIKES Piala Sakti Pariaman

*e-mail:* armaita10mei@gmail.com<sup>1</sup>, lindamarni17@gmail.com<sup>2</sup>, setianisa03@gmail.com

### Abstrak

Merokok adalah salah satu faktor risiko sebagian besar penyakit paling mematikan di dunia. World Health Organization melaporkan bahwa epidemic merokok telah membunuh sekitar enam juta orang setiap tahun. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang bahaya asap rokok dan manfaat hidup sehat tanpa asap rokok. Pengabdian dilaksanakan pada hari Rabu 13 November 2023 di MAN padusunan pada anak remaja. Pengabdian dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan metode pengabdian menggunakan ceramah dengan bantuan Power Point dan diskusi dengan peserta. Peserta kegiatan merupakan seluruh remaja yang ada di rawang sebanyak 25 Orang. Pelaksanaan kegiatan dibiayai sendiri oleh pelaksana. Kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik dan dapat mencapai tujuan yang diharapkan pelaksana. Kedepannya kegiatan pengabdian selanjutnya dapat dilaksanakan secara berkelanjutan baik di tempat yang sama maupun ditempat lainnya.

**Kata Kunci:** Pemeriksaan Remaja, Merokok

### Abstract

Smoking is one of the risk factors for most of the world's deadliest diseases. The World Health Organization reports that the smoking epidemic kills about six million people every year. This service aims to increase students' knowledge about the dangers of cigarette smoke and the benefits of a healthy life without cigarette smoke. The service was carried out in the form of counseling with the service method using lectures with the help of Power Point and discussions with participants. The participants of the activity were all teenagers in Rawang as many as 25 people. The implementation of the activity was self-financed by the implementer. This service activity can be carried out well and can achieve the expected goals of the implementer. In the future, further service activities can be carried out sustainably both in the same place and in other places.

**Keywords:** Adolescent Examination, Smoking

### PENDAHULUAN

Merokok adalah salah satu faktor risiko sebagian besar penyakit paling mematikan di dunia. World Health Organization melaporkan bahwa epidemic merokok telah membunuh sekitar enam juta orang setiap tahun (WHO, 2016). Kementerian Kesehatan mengungkapkan dampak buruk akibat merokok pada kesehatan masyarakat di Indonesia tampak jelas pada hasil kajian Badan Litbangkes (Penelitian dan Pengembangan Kesehatan) tahun 2013. Hasil kajian menunjukkan telah terjadi kenaikan kematian prematur akibat penyakit terkait rokok dari 190.260 kematian (2010) menjadi 240.618 kematian (2013), serta kenaikan penderita penyakit akibat konsumsi rokok dari 384.058 orang (2010) menjadi 962.403 orang (2013) (Kemenkes, 2014). Data Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa prevalensi penduduk umur  $\geq 15$  tahun yang merokok cenderung meningkat, yaitu di tahun 2007 sebesar 34,2%, meningkat menjadi 34,7% pada tahun 2010, dan menjadi 36,3% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013). Laporan Riskesdas (2010), juga menyebutkan bahwa sebagian besar perokok mulai merokok pada umur  $\leq 19$  tahun, yaitu 45,2% pada tahun 2007, meningkat hampir 50% menjadi 62,5% pada tahun 2010.

Masyarakat dunia telah bersepakat membuat Perjanjian Internasional dalam pengendalian dampak merokok, yang diprakarsai oleh WHO, hingga tercetus Framework Convention on Tobacco Control (FCTC) pada tahun 2003 sebagai hukum internasional. Namun, komitmen ini dianggap sangat lemah karena walaupun turut aktif memberikan sumbangan pikiran dalam perundingan dan perumusan, hingga sekarang Indonesia adalah satu-satunya negara di Asia yang belum meratifikasi FCTC. Akibatnya, regulasi terkait pengendalian dampak merokok di Indonesia belum diterapkan dengan serius sehingga belum cukup mampu menurunkan jumlah perokok pada anak dan remaja

secara signifikan. Centers for Disease Control and Prevention menyebutkan bahwa orang dewasa muda usia di bawah 30 tahun yang mulai merokok di usia remaja dan awal dua puluhan dapat dengan segera mengalami masalah kesehatan terkait rokok, seperti penyakit kardiovaskular dini, memiliki paru-paru lebih kecil yang tidak berfungsi secara normal, desah napas berbunyi yang merupakan diagnosis asma, dan dapat menyebabkan kanker hampir di seluruh bagian tubuh.

Rata-rata orang yang merokok setiap hari akan sakit dan mati lebih muda dibanding bukan perokok. Perokok meninggal rata-rata 13 tahun lebih cepat dibanding bukan perokok (CDC, 2012).

Berdasarkan uraian di atas sehingga dianggap penting untuk melaksanakan kegiatan pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok dan manfaat yang diperoleh jika menghindari rokok.

## METODE

Untuk mencapai tujuan pengabdian tentang penyuluhan kesehatan mengenai bahaya merokok dan minuman keras bagi remaja di MAN Padusunan pariaman maka metode kegiatan yang dilaksanakan terdiri dari tahapan sebagai berikut :

1. Persiapan kegiatan meliputi :
  - a. Kegiatan survei tempat pengabdian masyarakat yaitu di MAN padusunan
  - b. Permohonan ijin kegiatan pengabdian masyarakat kepada kepala sekolah MAN padusunan untuk menanyakan tempat kegiatan penyuluhan bahaya merokok bagi remaja
  - c. Pengurusan administrasi (surat-menyurat)
  - d. Persiapan alat dan bahan serta akomodasi
  - e. Persiapan tempat untuk pendidikan kesehatan (penyuluhan)
2. Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) meliputi :
  - a. Pembukaan dan perkenalan dengan para remaja di desa rawang yang menjadi sasaran kegiatan.
  - b. Ceramah, melalui metode ceramah akan disampaikan tentang apa itu rokok elektrik,ap itu minuman keras dan bahayanya, bahaya rokok elektrik bagi kesehatan serta mitos-mitos seputaran rokok elektrik dan vaping serta minuman keras, Pemberian leaflet dan pemutaran video yang berisi fakta tentang minuman keras, rokok elektrik dan vaping, kandungan zat berbahanya dan efek samping bagi kesehatan.
  - c. Sesi diskusi/tanya jawab dengan peserta penyuluhan penyuluhan kesehatan mengenai bahaya rokok dan miras.
3. Penutupan
  - a. Foto bersama dengan peserta penyuluhan
  - b. Berpamitan dengan kepala sekolah dan para guru. Pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan kesehatan bahaya merokok yang ditujukan kepada para siswa di MAN Padusunan Pariaman adalah untuk dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang bahaya rokok bagi dirinya sendiri ataupun orang lain dan mencegah siswa yang tidak memiliki kebiasaan atau mencoba rokok untuk tidak merokok, untuk yang sudah mulai mencoba rokok untuk berhenti merokok atau menghindari kebiasaan merokok. Kegiatan ini sebagai salah satu bentuk dalam membantu beban pemerintah dalam sosialisasi bahaya merokok guna mewujudkan peraturan pemerintah tentang Kawasan Tanpa Rokok (KTR) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2017).

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan ini, dilakukan pada tanggal 25 September 2019 hari Rabu. Kegiatan dilaksanakan di MAN Padusunan Pariaman pada pukul 09:00 WIT sampai selesai. Peserta yang ikut dalam kegiatan ini berjumlah 100 orang siswa yang dipilih random dari kelas 1, 2, dan 3. Para siswa sangat antusias terhadap kegiatan ini, dapat dilihat dari banyaknya umpan balik/pertanyaan yang diajukan kepada penyuluh. Tahap pelaksanaan pada tahapan ini masuk ke inti dari kegiatan. Memberikan penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah, dihadapan para siswa, pemutaran video tentang perokok pasif yang mengidap penyakit kanker, hanya karena teman-teman di kantornya sebagian besar perokok aktif. Sesi Tanya jawab dan tanggapan dari para siswa, tentang materi yang dipaparkan dan terkait juga dengan video yang diputar dan pembagian leaflet sebagai bentuk luaran dari kegiatan ini.

**SIMPULAN**

Penyuluhan terkait bahaya rokok guna meningkatkan kesadaran remaja akan besarnya dampak buruk rokok bagi kesehatan diikuti dengan baik oleh siswa MAN Padusunan Pariaman dan seluruh siswa mendengarkan penyuluhan secara tertib. Selanjutnya pendampingan, diskusi tanya jawab, dan evaluasi telah dilakukan pembagian leaflet sebagai bahan bacaan. Sehingga, hasil menunjukkan peningkatan pemahaman pengetahuan mengenai bahaya rokok. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan bagi para siswa agar dapat meningkatkan perilaku hidup sehat tanpa rokok

**SARAN**

Diharapkan dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat secara umum siswa MAN Padusunan paham pentingnya bahaya merokok

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kepada kepala Sekolah beserta jajaran serta masyarakat yang telah ikut berpartisipasi dalam berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- CDC. (2012). A Report of the Surgeon General Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: We Can The Next Generation Tobacco Free. USA: Center for Disease Control and Prevention Office on Smoking and Health.
- Riskesdas.(2010). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Riskesdas.(2013). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- WHO. (2015).Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report, 2014. New Delhi: World Health Organization, Regional Office for South-East Asia.
- WHO.(2016). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic.Diakses 1 Februari, 2017. Available from: <http://www.who.int/tobacco/mpower/en/index.html>.