

EDUKASI TENTANG BAHAYA MEROKOK TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA DI SMAN 3 LEMBAR

Erwin Wiksuarini¹, Maulin Halimatunnisa², D. Mustamu Qamal Pa'ni³, Aoladulmuqarrobin⁴
^{1,2,3,4)} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu
e-mail: erwin.wiksuarini91@gmail.com¹, maulinhalima08@gmail.com², dmustamuqamal@gmail.com³,
aoladulmuqarrobin@gmail.com⁴

Abstrak

Latar Belakang: Konsumsi rokok di kalangan remaja, khususnya siswa SMA, telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, hal ini dikaitkan dengan beberapa faktor antara lain tekanan teman sebaya, rasa ingin tahu, stres akademik, serta kurangnya pengetahuan tentang bahaya jangka panjang dari konsumsi zat-zat tersebut. **Tujuan:** meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok pada kesehatan. Kegiatan ini dilakukan pada remaja sebanyak 35 siswa di SMAN 3 Lembar. Pada tahap awal mengukur tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok selanjutnya dilakukan edukasi tentang bahaya merokok terhadap kesehatan pada remaja. Setelah itu, dilanjutkan pengukuran tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok pada remaja. **Hasil:** Hasil pengabdian masyarakat ini dapat memberikan informasi tentang bahaya merokok pada kesehatan sehingga remaja tidak mengkonsumsi rokok. Pengabdian masyarakat ini juga dapat menambah pengetahuan dan wawasan mahasiswa keperawatan tentang bahaya merokok pada kesehatan. **Kesimpulan:** Dengan memberikan edukasi tentang bahaya merokok pada kesehatan remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan remaja tentang bahaya merokok pada kesehatan.

Kata kunci: Edukasi Merokok, Pengetahuan, Remaja

Abstract

Background: Cigarette consumption among adolescents, especially high school students, has become a serious public health problem, this is associated with several factors including peer pressure, curiosity, academic stress, and lack of knowledge about the long-term dangers of consuming these substances. **Objective:** to increase adolescent knowledge about the dangers of smoking on health. This activity was carried out on 35 adolescent students at SMAN 3 Lembar. In the initial stage, measuring the level of adolescent knowledge about the dangers of smoking was then carried out on education about the dangers of smoking on health in adolescents. After that, the measurement of the level of adolescent knowledge about the dangers of smoking on adolescents was continued. **Results:** The results of this community service can provide information about the dangers of smoking on health so that adolescents do not consume cigarettes. This community service can also increase the knowledge and insight of nursing students about the dangers of smoking on health. **Conclusion:** By providing education about the dangers of smoking on adolescent health, it can increase adolescent knowledge and awareness about the dangers of smoking on health.

Keywords: Smoking Education, Knowledge, Teenagers

PENDAHULUAN

Rokok merupakan salah satu produk dari tanaman tembakau yang asapnya mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan yang dibakar, dihisap dan dihirup kemudian dihembuskan keluar sehingga timbul asap rokok (Kemenkes, 2013). Perilaku merokok pada anak usia sekolah di Indonesia sering terlihat pada siswa sekolah menengah atas karena usia ini merupakan peralihan dari kanak-kanak menuju usia dewasa. Konsumsi rokok di kalangan remaja, khususnya siswa SMA, telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat (NTB). Fenomena ini didasari oleh beberapa faktor, antara lain tekanan teman sebaya, rasa ingin tahu, stres akademik, serta kurangnya pengetahuan tentang bahaya jangka panjang dari konsumsi zat-zat tersebut. Selain itu, faktor budaya dan lingkungan sosial juga berperan dalam mempengaruhi perilaku remaja terhadap rokok. Studi yang dilakukan oleh Nurmiyanto et al. (2019) menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dasar tentang bahaya merokok, pemahaman mereka tentang efek jangka panjang dan risiko spesifik masih terbatas. Pengetahuan remaja tentang dampak negatif merokok juga cenderung lebih rendah, yang mengindikasikan perlunya edukasi yang lebih intensif mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan.

Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2021 menunjukkan bahwa secara global, sekitar 13,6% remaja usia 13-15 tahun mengonsumsi tembakau dalam berbagai bentuk (WHO, 2021). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2022 melaporkan bahwa prevalensi merokok pada remaja usia 15-19 tahun mencapai 11,2% (Kemenkes RI, 2022). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 memperlihatkan bahwa prevalensi perokok pada usia 15-18 tahun sebanyak 9,1 %. Jumlah ini lebih tinggi dari target rencana pembangunan jangka panjang (RPJM) yakni sebesar 5,4 %. Apabila dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 yang tercatat sebanyak 7,2 %, prevalensi di tahun 2018 mengalami peningkatan (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data Dinas Kesehatan NTB tahun 2023 di Provinsi Nusa Tenggara Barat tercatat angka prevalensi merokok remaja sebesar 9,8%, sedikit di bawah rata-rata nasional (Dinas Kesehatan Provinsi NTB, 2023). Pada tingkat Kabupaten Lombok Barat, data Dinas Kesehatan tahun 2022 menunjukkan bahwa 8,5% siswa SMA telah mencoba rokok (Dinkes Lombok Barat, 2022).

Merokok telah menjadi suatu kebiasaan yang memiliki dampak buruk terhadap kesehatan. Asap rokok menjadi penyebab berbagai penyakit pada perokok aktif maupun perokok pasif. Berbagai macam penyakit yang dapat timbul akibat rokok diantaranya penyakit kardiovaskuler, kanker paru, resiko terjadinya neoplasma larynx dan esophagus. Meskipun demikian, ketergantungan terhadap rokok masih sulit untuk dihilangkan. Merokok juga masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang belum terselesaikan. Merokok tidak hanya dilakukan pada orang dewasa tetapi juga dilakukan oleh remaja, hal ini dikaitkan karena merokok dapat memberikan ketenangan dan rasa nyaman, menghilangkan rasa stres dan memberikan semangat bekerja (Aziizah et.al, 2018).

Hasil survei awal yang dilakukan di SMAN 3 Lembar di Lombok Barat melalui wawancara dan observasi didapatkan beberapa siswa mengaku pernah mencoba rokok, dan sebagian di antaranya menjadi perokok aktif, meskipun sebagian besar hanya mencoba sesekali sehingga perlu dilakukan edukasi oleh tenaga kesehatan tentang bahaya merokok pada kesehatan, sebagai seorang tenaga kesehatan hal yang dapat dilakukan dalam upaya pencegahan akibat yang ditimbulkan karena mengonsumsi rokok pada remaja dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi tentang bahaya merokok pada kesehatan. Edukasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang dampak rokok terhadap kesehatan. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat meningkatkan perilaku menghindari rokok.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 23 Juli 2024 dimulai pukul 09.00-12.00 WIB yang dihadiri oleh siswa sebanyak 35 siswa kelas X di SMAN 3 Lembar. Untuk prosedur kegiatan, pada tahap awal mengukur tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok pada kesehatan. Selanjutnya dilakukan edukasi tentang bahaya merokok pada kesehatan. Setelah itu, dilanjutkan pengukuran tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok pada kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 23 Juli 2024 dimulai pada pukul 09.00-12.00 WIB dan dengan dihadiri peserta remaja sebanyak 35 remaja siswa kelas X di SMAN 3 Lembar



Gambar 1. Pengisian kuesioner tentang bahaya merokok sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan tentang bahaya merokok pada kesehatan.



Gambar 2. Memberikan penyuluhan tentang bahaya merokok terhadap kesehatan.

Hasil pengabdian masyarakat didapatkan karakteristik responden yaitu tingkat pengetahuan pada remaja, pada tahap pre-test, peserta yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 8 (22,9%), pengetahuan cukup 15 (42,8%), pengetahuan kurang 12 (34,3%).

Tabel 1 Karakteristi tingkat pengetahuan remaja

No	Tingkat Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
		f	%	f	%
1	Baik	8	22,9	22	62,9
2	Cukup	15	42,8	10	28,6
3	Kurang	12	34,3	3	8,5
	Jumlah	35	100	35	100

Hasil pengabdian masyarakat didapatkan karakteristik responden yaitu tingkat pengetahuan pada remaja, pada tahap post-test, peserta yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 22 (62,9%), pengetahuan cukup 10 (28,6%), pengetahuan kurang sebanyak 3 (8,5%).

Hasil pernyuluhan yang telah kami lakukan menunjukkan peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa SMA 3 Lembar setelah penyuluhan. Persentase responden dengan pengetahuan baik meningkat dari 22,9% menjadi 62,9%. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurjanah et al. (2020) yang menemukan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok. Hasil yang sama yang dilakukan oleh Mufida (2022) bahwa pemberian edukasi bahaya merokok dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Peningkatan pengetahuan ini dapat dikaitkan dengan efektivitas metode penyuluhan yang digunakan, seperti presentasi interaktif meliputi diskusi dan tanya jawab.

Perilaku merokok sangat berbahaya bagi kesehatan baik itu perokok aktif maupun pasif. Bahaya yang ditimbulkan asap rokok tidak hanya difokuskan kepada perokok aktif saja namun juga dampak yang diterima oleh perokok pasif. Semakin meningkatnya masalah yang diterima oleh perokok pasif memungkinkan terjadinya dampak yang ditimbulkan oleh asap rokok. Hal ini menunjukkan terdapatnya bahaya ganda yang ditimbulkan oleh asap rokok yang tidak hanya diterima oleh perokok aktif namun juga oleh orang yang ada di sekitarnya (Janah & Martini, 2017).

Asap rokok dapat mengakibatkan penyakit kanker paru-paru, penyakit asma, penyakit paru obstruktif kronis, penyakit tuberculosis, penyakit diabetes mellitus tipe 2, penyakit pneumonia, menurunnya fungsi paru, menurunnya tingkat kesuburan pada laki-laki dan perempuan, demensia, disfungsi ereksi, sindrom kematian bayi mendadak, penyakit kardiovaskuler, penyakit jantung, stroke, kanker mulut, kematian janin, lambatnya pertumbuhan janin, berat badan bayi lahir rendah dan lahir premature, kelainan pendengaran, dan tulang yang lemah (Hayati & Maisaroh, 2019)

Menurut (Janah & Martini, 2017) Paparan asap rokok baik yang diterima oleh perokok aktif maupun perokok pasif dapat menimbulkan berbagai macam gangguan kesehatan, salah satunya yaitu peningkatan tekanan darah atau yang lebih sering dikenal dengan istilah hipertensi. Beberapa penelitian telah menyebutkan bahwa seseorang yang merokok kronis atau dalam jangka waktu yang lama menunjukkan terjadinya peningkatan tekanan darah. Peningkatan tekanan darah tersebut berhubungan dengan efek racun yang dihasilkan dari asap rokok yaitu berupa nikotin dan karbonmonoksida (CO). Pada perokok pasif peningkatan tekanan darah tergantung pada lama dan jenis paparan asap rokok yang diterima dari lingkungan

Maka pada kegiatan pengabdian masyarakat ini tim bersama-sama melakukan penyuluhan dalam rangka meningkatkan pengetahuan siswa remaja SMAN 3 Lembar akan pentingnya mengetahui

bahaya merokok pada kesehatan baik itu perokok aktif maupun pasif karena mengingat pentingnya pada usia remaja yang mengalami perubahan pada aspek kejiwaan sehingga penuh dengan emosi dan tekanan yang akhirnya menyebabkan mereka mudah menyimpang dari norma sosial.

SIMPULAN

Hasil pengabdian masyarakat ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi tentang bahaya merokok terhadap kesehatan dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan khususnya remaja tentang bahaya dan akibat yang timbulkan oleh perokok aktif maupun pasif. Pengabdian masyarakat ini juga dapat menambah pengetahuan dan wawasan mahasiswa keperawatan tentang bahaya merokok terhadap kesehatan.

SARAN

Pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat diteruskan secara berkala terkait memberikan edukasi tentang bahaya merokok pada remaja, sehingga dapat mencegah remaja mengkonsumsi rokok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan baik secara materi maupun moril terhadap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini :

1. Kepala sekolah SMAN 3 Lembar
2. Rektor Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu
3. Ka.Prodi S1 Keperawatan Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu
4. Seluruh siswa SMAN 3 Lembar
5. Dosen dan Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

DAFTAR PUSTAKA

- Aziizah, K. N., Setiawan, I., & Lelyana, S. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dampak Rokok Terhadap Kesehatan Rongga Mulut dengan Tingkat Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa Universitas Kristen Maranatha. SONDE (Sound of Dentistry), 3(1), 16-21.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Barat. (2022). Laporan Tahunan Kesehatan Remaja Kabupaten Lombok Barat 2021. Gerung: Dinkes Lombok Barat
- Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2022. Mataram: Dinkes NTB.
- Hayati, M., & Maisaroh, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keputusan Petani dalam Pemilihan Komoditas (Studi Kasus Pada Tanaman Tembakau dan Padi Di Kabupaten Pamekasan). Jurnal Pamator: Jurnal Ilmiah Universitas Trunojoyo, 12(2), 84-92.
- Janah, M., & Martini, S. (2017). Hubungan Antara Paparan Asap Rokok Dengan Kejadian Prehipertensi Relationship Between Secondhand Smoke And Prehypertension. Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo, 3(2), 131.
- Kemenkes, (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2013 tentang Pencantuman Peringatan Kesehatan Dan Informasi Kesehatan Pada Kemasan Produk Tembakau, Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mufida, N., & Isni, K. (2022). Pengaruh Edukasi Bahaya Merokok Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat di Dusun Kandangan 02/03, Margodadi, Seyegan, Sleman. Insan Cita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 4(2).
- Nurjanah, N., Mangkunegara, A. A., & Rusmana, O. (2020). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Bahaya Rokok dan Alkohol. Jurnal Keperawatan Soedirman, 15(2), 66-73.
- Nurmiyanto, A., Rahmani, A., & Inayati, R. (2019). Tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok di SMA Negeri 1 Praya, Lombok Tengah. Jurnal Keperawatan Indonesia, 22(1), 43-50
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI tahun 2018
- World Health Organization. (2021). WHO global report on trends in prevalence of tobacco use 2000-2025, fourth edition. Geneva: WHO.