



Education on the dangers of smoking for students of SMP PGRI 1 Ciputat

Mustakim✉, Mizna Sabilla

Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

✉ mustakim.sp76@gmail.com

doi <https://doi.org/10.31603/ce.6173>

Abstract

Smoking is one of the risky behaviors of adolescents. Various kinds of impacts, especially non-communicable diseases such as stroke, cancer, coronary heart disease, and others can be caused by smoking. This impact is not only for active smokers but also for passive smokers, some of whom do not know the dangers of smoking. The purpose of this service is to provide education regarding the dangers of smoking from an early age and in this case the target is junior high school students. The method used in this service activity is an online discussion using the Whatsup application or better known as kulwap. The activity consisted of filling out the pre-test, delivering the material, and discussing and post-testing. From the results of education, it was found that participants had increased knowledge about smoking and its dangers to health. This is expected to be one of the efforts to prevent adolescents from smoking behavior.

Keywords: *The dangers of cigarettes; Teenager; Health*

Edukasi bahaya merokok pada siswa SMP PGRI 1 Ciputat

Abstrak

Merokok merupakan salah satu perilaku berisiko remaja. Berbagai macam dampak khususnya penyakit tidak menular seperti stroke, kanker, penyakit jantung koroner dan lainnya dapat disebabkan oleh rokok. Dampak tersebut tidak hanya bagi perokok aktif namun juga perokok pasif, yang sebagian tidak mengetahui bahaya dari rokok tersebut. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan edukasi terkait bahaya merokok sejak dini dan dalam hal ini targetnya adalah siswa SMP. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kali ini adalah diskusi secara daring dengan menggunakan aplikasi WhatsApp atau lebih dikenal sebagai *kulwap*. Kegiatan terdiri dari pengisian *pre-test*, penyampaian materi, diskusi dan *post-test*. Dari hasil edukasi didapatkan peserta memiliki peningkatan pengetahuan mengenai rokok dan bahayanya bagi kesehatan. Hal ini diharapkan menjadi salah satu upaya pencegahan remaja dalam berperilaku merokok.

Kata Kunci: Bahaya rokok; Remaja; Kesehatan

1. Pendahuluan

Rokok merupakan faktor terjadinya berbagai macam penyakit bagi kesehatan seseorang. Banyak studi penelitian membuktikan bahwa bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh sangat banyak. Kebiasaan merokok telah terbukti merupakan penyebab terhadap kurang lebih 25 jenis penyakit yang menyerang berbagai organ tubuh manusia. Penyakit-penyakit tersebut antara lain adalah kanker mulut, esophagus, faring, laring, paru, pankreas, dan kandung kemih. Juga ditemukan penyakit paru

obstruktif kronis dan berbagai penyakit paru lainnya, yaitu penyakit pembuluh darah (Hammado, 2014). Dari sebatang rokok tersebut mengandung 4000 bahan kimia beracun dan tidak kurang dari 69 diantaranya bersifat karsinogenik, sehingga rokok dan lingkungan yang terpapar asap rokok dapat membahayakan kesehatan individu dan masyarakat (Sairo et al., 2017).

Penggunaan tembakau adalah penyebab global utama dari kematian yang dapat dicegah. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menghubungkan hampir 6 juta kematian per tahun disebabkan tembakau. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi lebih dari 8 juta kematian di tahun 2030. *Global Youth Tobacco Survey* menyatakan Indonesia sebagai negara dengan angka perokok remaja tertinggi di dunia (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2014)

Meskipun telah terbukti dengan jelas tentang bahaya rokok, hanya sedikit dari yang diperkirakan lebih dari 50% penduduk Indonesia usia dewasa memiliki kebiasaan merokok. Perokok muda merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius walaupun berbagai upaya pencegahan dan penurunan angka merokok telah dilakukan di beberapa negara termasuk Indonesia (Munir, 2019).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, sebesar 85% rumah tangga di Indonesia terpapar asap rokok, estimasinya adalah delapan perokok meninggal karena perokok aktif, satu perokok pasif meninggal karena terpapar asap rokok orang lain. Berdasarkan perhitungan rasio ini maka sedikitnya 25000 kematian di Indonesia terjadi dikarenakan asap rokok orang lain. Jika dilihat berdasarkan provinsi, maka proporsi tertinggi perokok setiap hari pada Provinsi Kepulauan Riau (27,7%) dan terendah di Provinsi Papua (16,2%). Usia merokok paling tinggi adalah pada kelompok umur 15-19 tahun.

Perilaku merokok pada remaja merupakan perilaku simbolisasi bagi kaum remaja, dimana merupakan simbol untuk menunjukkan kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis (Yosantaraputra et al., 2014). Perilaku merokok terbesar berawal dari masa remaja dan meningkat menjadi perokok tetap dalam kurun waktu beberapa tahun. Pada masa pencarian jati diri, remaja mengalami pergolakan antara tren terkini yang dianggap keren dengan hal-hal yang ditanamkan oleh orang tua (Avianty, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas 2007, terjadi peningkatan jumlah perokok antara tahun 1995 hingga 2007. Pada kelompok usia 10-14 tahun terjadi peningkatan dari 0,3% menjadi 2%, usia 15-19 tahun 13,7% menjadi 18,8%, dan usia 20-24 tahun 20,3% menjadi 32,8%. Berdasarkan data ini didapatkan peningkatan tertinggi pada kelompok usia 10-14 tahun yang meningkat hampir 7 kali lipat. Usia pertama kali merokok berdasarkan data Riskesdas tahun 2010; 5-9 tahun 1,7%, 10-14 tahun 17,5% dan 15-19 tahun 43,3% (Ekawati et al., 2019).

Di SMP PGRI 1 Ciputat terdapat remaja yang pernah merokok dan menjadi perokok pasif. Bagi remaja, perilaku merokok merupakan perilaku berisiko bagi kesehatan yang sebaiknya dihindari. Oleh sebab itu, akan dilaksanakan pengabdian masyarakat berupa edukasi bahaya merokok melalui grup WhatsApp. Diharapkan agar siswa SMP PGRI 1 Ciputat dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang bahaya merokok serta menjadi bekal untuk mencegah perilaku merokok.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 24 Juni tahun 2020 pada siswa siswi SMP PGRI 1 CIPUTAT melalui diskusi *online* via grup WhatsApp, diskusi ini berlangsung dari pkl. 15:30 s/d 17:30. Terdapat 3 tahapan pelaksanaan kegiatan ini, yang pertama adalah pembukaan, pengisian *pre-test*, kemudian penyampaian materi (*lecturing*), lalu dilanjutkan diskusi/*question-answer*, pengisian *pre-test* dan penutup. Semua kegiatan dilakukan secara *online* dalam grup WhatsApp. Pengisian soal *pre test* dan *post test* melalui formulir *online* yang sudah disiapkan tim. Penyampaian materi berupa *power point* dan *voice note* (audio-visual).

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui grup WhatsApp ini cukup mengundang antusias siswa sebagaimana dilampirkan pada [Gambar 1](#). Meskipun tidak bertatap muka secara langsung, namun tidak menyurutkan semangat siswa untuk belajar menambah ilmu dan wawasan mengenai rokok dan kesehatan. Terdapat 61 orang yang menjadi peserta dan turut aktif dalam setiap tahapan kegiatan.

3.1. Pre-test

Setelah grup WhatsApp dibentuk dan tim diundang di dalamnya, terlebih dahulu tim pengabdian masyarakat melakukan pengenalan diri. Menyampaikan tujuan pengabdian lalu masuk pada tahap pertama, yaitu *pre-test*. Dalam tahap ini, tim pengabdian membagikan link formulir *online* melalui grup WhatsApp lalu para peserta diberikan waktu untuk menjawab soal *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan mengenai bahaya merokok sebelum pemaparan materi dimulai. Hasil *pre-test* menunjukkan rata-rata skor pengetahuan peserta sebesar 58,38, nilai terbesar 90,00 dan nilai terkecil sebesar 25,00. Artinya, pemahaman siswa mengenai rokok dan bahayanya masih sangat kurang.



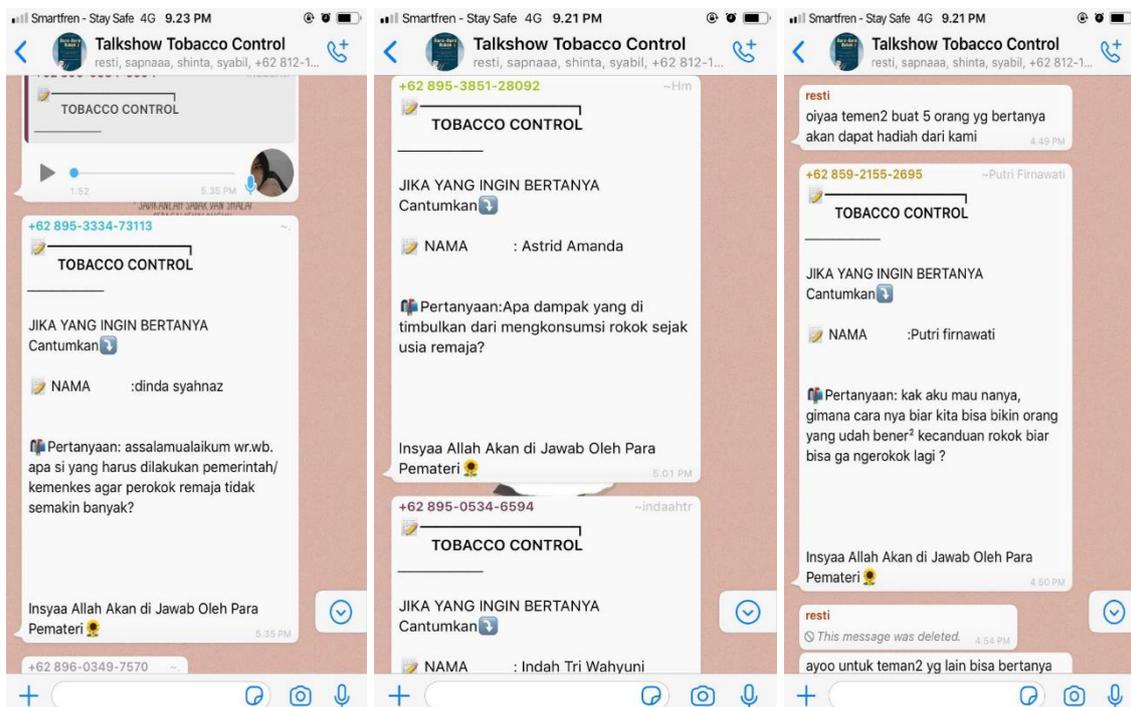
Gambar 1. Pembukaan kegiatan pengabdian dan pemaparan materi

3.2. Lecturing

Pada tahap ini, tim pengabdian memberikan penjelasan mengenai topik pengabdian yang akan dibahas. Penjelasan di mulai dengan memberikan *power point* yang berisikan materi seputar rokok dan lebih ditekankan pada bahaya rokok yang dipaparkan oleh para tim pengabdian melalui *voice note* pada grup WhatsApp tersebut. Materi yang dijelaskan antara lain definisi rokok dan tembakau, jumlah perokok di dunia, peningkatan jumlah perokok di Indonesia, fakta merokok di kalangan remaja, definisi perokok aktif dan pasif, zat yang terkandung dalam sebatang rokok dan asap rokok, dan penyebab dan bahaya merokok.

3.3. Question-Answer

Tahap ketiga, yaitu *question-answer* (Q n A). Di sesi ini, tim pengabdian memberikan kesempatan kepada para siswa siswi untuk mengajukan pertanyaan-pertanyaan terkait materi yang sudah disampaikan oleh tim. Tahap *questioning* ini membantu para peserta untuk lebih memahami materi pengabdian secara lebih dalam lagi. Siswa siswi yang bertanya yaitu sebanyak 6 orang disajikan pada Gambar 2. Pertanyaan terbaik dan menarik mendapatkan *doorprize* dari tim pengabdian.



Gambar 2. Kegiatan diskusi *online* dengan siswa

3.4. Post-test

Kegiatan terakhir yaitu *post-test* sebagai bentuk evaluasi dari edukasi yang telah dilakukan. Tahap terakhir atau *post-test* ini memberikan soal yang sudah kami sediakan sebelumnya di grup WhatsApp tersebut guna untuk mengetahui perubahan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok antara sebelum dan sesudah penyampaian materi. Hasil *pre test* menunjukkan rata-rata skor pengetahuan peserta sebesar 88,75, nilai terbesar 95,00 dan nilai terkecil sebesar 80,00. Dengan demikian, terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian materi tentang bahaya merokok.

4. Kesimpulan

Rendahnya pemahaman siswa mengenai rokok, perilaku merokok, serta bahayanya bagi kesehatan dapat ditingkatkan melalui kegiatan edukasi yang dilaksanakan secara online melalui grup WhatsApp. Diharapkan setelah kegiatan ini siswa dapat lebih menjaga perilakunya dan menghindari perilaku merokok.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh siswa siswi SMP PGRI Ciputat dan mahasiswa FKM Universitas Muhammadiyah Jakarta

Daftar Pustaka

- Avianty, I. (2018). Gambaran Perilaku Merokok Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kota Depok. *Hearty: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1). <https://doi.org/10.32832/hearty.v6i1.1256>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia (pp. 1-11).
- Ekawati, R., Supangat, & Hairrudin. (2019). The Relationship between Exposure Tobacco Smoke in Pregnant Women with Perinatal Death in Jember Regency. *Journal of Agromedicine and Medical Science (AMS)*, 5(3). <https://doi.org/10.19184/ams.v5i3.9610>
- Munir, M. (2019). Gambaran Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 112-119.
- Hammado, N. (2014). Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia. *Prosiding Seminar Nasional*, 01(1), 78.
- Sairo, B. B., Wiyono, J., & W, R. C. A.. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok dengan Mengonsumsi Rokok Pada Mahasiswa (IKAWASBA) di Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2(2), 595-606.
- Yosantaraputra, Y., Yanwirasti, Y., & Abdiana, A. (2014). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tentang Rokok. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(3), 499-505. <https://doi.org/10.25077/jka.v3i3.189>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
