



Penyuluhan Bahaya Merokok pada Remaja di MAN Insan Cendekia Kota Kendari

Hartati Bahar¹, Febriana Muchtar², Devi Savitri Effendy³, Hariati Lestari⁴, Ramadhan Tosepu⁵
Paridah⁶ Sella Febrina⁷

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo

*Email: hartati.bahar@uho.co.id, febrianamuchtar9@uho.ac.id, devisavitri_fkm@uho.ac.id,
haryati.lestari@uho.ac.id, ramadhan.tosepu@uho.ac.id, paridahwajo@gmail.com,
sellasd11@gmail.com

ABSTRAK

Di Indonesia, angka merokok pada kelompok usia 10 hingga 18 tahun mengalami peningkatan. Berdasarkan data Survei Kesehatan Dasar (Riskesmas) menunjukkan proporsi perokok remaja meningkat dari 7,2 persen pada 2018 menjadi 9,1 persen pada 2019. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada remaja siswa-siswi di MAN Insan Cendekia Kota Kendari dalam upaya meningkatkan pemahaman tentang bahaya rokok pada remaja. Metode yang dilakukan yaitu, edukasi mengenai bahaya rokok berupa materi tentang pengertian perilaku merokok, usaha pemerintah dalam menurunkan perilaku merokok, bahaya perokok aktif dan pasif, data perilaku merokok penduduk usia 10-18 tahun, peran promosi kesehatan dalam pengendalian perilaku merokok serta mengenalkan HOTC (Halau Oleo Tobacco Control Center) dengan menggunakan media PPT, video animasi dan games edukasi Smart Box: Rokok Tour's dan bermain kuiz ranking satu. Hasil edukasi ini menunjukkan bahwa p value $0,00 < 0,05$, sehingga H_0 diterima. Oleh karena itu, ada perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test rata-rata dan hasil post-test dengan standar deviasi sebelum edukasi adalah 0,773 dan setelah edukasi 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan bahaya merokok pada Remaja di MAN Insan Cendekia Kota Kendari.

Kata Kunci: Edukasi, Perilaku, Remaja, Rokok

ABSTRACT

In Indonesia, smoking rates in the 10 to 18 year age group have increased. Based on Basic Health Survey (Riskesmas) data, it shows that the proportion of teenage smokers increased from 7.2 percent in 2018 to 9.1 percent in 2019. This outreach aims to provide education to teenage students at MAN Insan Intellectuals in Kendari City in an effort to increase understanding about dangers of smoking in teenagers. The methods used are, education about the dangers of smoking in the form of material about understanding smoking behavior, government efforts to reduce smoking behavior, the dangers of active and passive smoking, data on smoking behavior of the population aged 10-18 years, the role of health promotion in controlling smoking behavior and introducing HOTC (Halu Oleo Tobacco Control Center) using PPT media, animated videos and educational games Smart Box: Cigarette Tour's and playing first place quizzes. The results of this education show that the p value is $0.00 < 0.05$, so H_0 is accepted. Therefore, there is a significant difference between the average pre-test results and post-test results with the standard deviation before education being 0.773 and after education being 0.000 so it can be concluded that there is a difference in knowledge before and after being given counseling on the dangers of smoking to teenagers at MAN Insan Kendari City Scholar.

Keywords: Education, Behavior, Teenagers, Cigarettes

DOI: <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.386>

Pendahuluan

Catatan terkini dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yang diluncurkan pada penghentian tahun 2019 menyatakan bahwa, selama dekade terakhir penggunaan tembakau



internasional secara umum (rokok vilter, cerutu, rokok kretek) telah menurun. Pada tahun 2000 jumlah perokok tercatat menjadi 1,397 miliar manusia di seluruh dunia, sedangkan pada tahun 2018 tingkat perokok menurun menjadi 1,337 miliar. Dengan demikian, dalam 20 tahun terakhir jumlah pelanggan tembakau atau orang yang merokok telah berkurang sekitar 60 juta orang di seluruh dunia (Khatimah *et al.*, 2024). Rokok adalah jenis tembakau yang dibuat untuk dihirup atau dibakar. Ini mencakup semua jenis rokok, seperti cerutu, rokok putih, atau kretek, yang berasal dari tanaman *nicotiana tabacum* atau *nicotiana rustica*, serta sintesanya. Dengan atau tanpa bahan tambahan, asap mengandung nikotin dan tar (Nurhaeni *et al.*, 2022).

Di Indonesia, angka merokok pada kelompok usia 10 hingga 18 tahun mengalami peningkatan. Berdasarkan data Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan proporsi perokok remaja meningkat dari 7,2 persen pada 2018 menjadi 9,1 persen pada 2019. Angka ini masih rendah dibandingkan target yang ditetapkan dalam Rata-rata Pertumbuhan tahun 2019 sebesar 5,4%. Perencanaan (RPJM) 2019 (Farida *et al.*, 2023). Tahun 2019 hingga 2021, proporsi perokok di Provinsi Sulawesi Tenggara telah mengalami sedikit penurunan. Pada tahun 2019, jumlah perokok di kelompok usia di atas 15 tahun mencapai 16,80 persen; pada tahun 2020, angka ini turun menjadi 15,77 persen, tetapi kembali meningkat menjadi 15,85 persen pada tahun 2021 (Farida *et al.*, 2023).

Tembakau merupakan faktor risiko yang dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan karena mengandung bahan kimia seperti nikotin, kadmium, karbon monoksida, nitrosamin dan senyawa beracun lainnya. Katarak, alopecia areata, gangguan pendengaran, kerusakan gigi, osteoporosis, penyakit jantung, infertilitas dan disfungsi ereksi, kanker payudara, kanker paru-paru dan lain-lain, merupakan beberapa penyakit yang disebabkan oleh rokok (Marieta & Lestari, 2021). Bahaya rokok dan efeknya tidak terbatas pada satu negara; itu adalah masalah global yang membutuhkan tindakan global. WHO dan organisasi internasional lainnya telah mengeluarkan standar dan inisiatif untuk menangani masalah ini, tetapi masyarakat juga dapat melakukan perubahan besar (Tyarini *et al.*, 2023).

Faktor-faktor seperti Perilaku merokok remaja dipengaruhi oleh keluarga, teman sebaya, kepribadian, dan media. Teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan remaja untuk merokok (Istiana *et al.*, 2021). Sejumlah upaya telah dilakukan untuk menghentikan perilaku merokok dan konsekuensinya, seperti kampanye dan penyuluhan anti-rokok serta konseling pencegahan kebiasaan merokok. Tujuan dari program GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) Kementerian Kesehatan adalah untuk



mendorong orang untuk mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat. Program ini memiliki tujuh langkah, salah satunya adalah gerakan untuk tidak merokok, yang melibatkan penghentian kebiasaan merokok (Fikar et al., 2023)

Untuk mencegah hal ini terjadi, sekolah membuat peraturan yang harus dipatuhi oleh semua orang di sekolah, termasuk kepala sekolah, guru, dan siswa. Kami juga mengadakan perjanjian kontrak dengan setiap siswa baru, yang ditandatangani oleh orang tua atau wali siswa, yang menunjukkan bahwa mereka berkomitmen untuk mengikuti peraturan sekolah. Sekolah juga melakukan kegiatan kepatuhan dan memasang tanda peringatan seperti “Dilarang Merokok” dan “Zona Bebas Rokok” di area tertentu (Sarah & Angeliana, 2024)

Remaja mulai merokok sebagai tanda dewasa. Remaja sering merokok di lingkungan sekitar, yang mengkhawatirkan. Meskipun masyarakat tidak secara langsung mendorong remaja untuk merokok, mereka mencontoh perilaku ini dari orang-orang di lingkungan mereka secara tak langsung. Mereka percaya bahwa merokok akan menyebabkan penampilan yang diinginkan. Lingkungan keluarga dan masyarakat sangat penting untuk perkembangan remaja. Orang tua harus menunjukkan contoh yang baik kepada anak-anak mereka (Parawansa & Nasution, 2022).

Sebuah studi menunjukkan bahwa perkembangan dari anak-anak ke remaja seringkali menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian dibandingkan dengan diri mereka sendiri dan lingkungan sosial, yang dapat mempengaruhi sikap remaja, yang seringkali mencerminkan ketidakstabilan pribadi mereka. Alasan mengapa remaja mulai merokok adalah karena transisi ini. Keinginan untuk dianggap dewasa seringkali mendorong mereka untuk melakukan hal-hal yang sama seperti orang dewasa tanpa mempertimbangkan dengan cermat (Almaidah et al., 2020).

Keluarga, teman sebaya, gaya hidup, dan media iklan adalah beberapa faktor yang memengaruhi kebiasaan merokok remaja. Remaja sering mulai merokok sebagai cara untuk menunjukkan rasa kedewasaan mereka. Lingkungan keluarga dan masyarakat, di mana orang tua bertindak sebagai contoh bagi anak-anak mereka, sangat berpengaruh selama masa perkembangan remaja. Akibatnya, tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan penyuluhan bahaya merokok dan untuk meningkatkan tindakan pencegahan dan penanggulangan perilaku merokok pada siswa-siswi di MAN Insan Cendekia Kota Kendari juga untuk mengukur efektifitas media yang digunakan sebagai salah satu strategi mengembangkan media promosi kesehatan.

Metode Pelaksanaan

Metode penyuluhan dilakukan dengan memilih perwakilan siswa dan siswi MAN Insan Cendekia. Metode yang digunakan pada saat edukasi yaitu perpaduan antara metode ceramah, diskusi, dan metode interaktif melalui games edukasi. Adapun alat bantu yang digunakan berupa LCD, sound system, spanduk, games edukasi Smart Box: Rokok Tour, kuisisioner serta mengajak siswa dan siswi untuk ikut berpartisipasi melalui yel-yel penyemangat

1. Lokasi MAN Insan Cendekia, Kota Kendari
2. Waktu kegiatan-kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan pada hari kamis, 13 Juni 2024, Pukul 08.00-10.30 WITA
3. Pelaksanaan kegiatan.

Adapun tahap pelaksanaan dari kegiatan ini yaitu dengan melakukan pendekatan pertama yaitu pengenalan dan memberikan penjelasan tentang tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Kemudian di lanjutkan dengan penyampaian materi setelah itu di bagikan kuisisioner berupa *pre-test* (tes awal) yang berisi bagaimana cara mencegah dan menanggulangi perilaku merokok untuk mengetahui sejauh mana siswa memahami bahan atau materi yang diajarkan. Setelah itu, mereka diberi *post-test*, atau tes akhir, untuk kegiatan evaluasi yang dilakukan siswa kesmas setelah materi diberikan. T

Hasil dan Pembahasan

Hasil dan diskusi ditampilkan oleh penyusun artikel penyuluhan pada paragraf-paragraf berikut:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

| No. | Usia Responden | Frekuensi | Presentase |
|--------------|----------------|-----------|-------------|
| 1. | 15 Tahun | 6 | 20% |
| 2. | 16 Tahun | 15 | 50% |
| 3. | 17 Tahun | 9 | 30% |
| Total | | 30 | 100% |

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji T Berpasangan *Pre-test* dengan *Post-test*

| Data | Rata-rata | Standar Deviasi | P Value | N |
|------------------|-----------|-----------------|---------|----|
| <i>Pre-test</i> | 9,23 | 0,773 | 0,000 | 30 |
| <i>Post-test</i> | 10,00 | 0,000 | | 30 |

Sumber: Data Primer, 2024



Berdasarkan tabel usia, sembilan responden berusia 17 tahun (30%), lima responden berusia 15 tahun (20%), dan lima responden berusia 16 tahun (50%). Berdasarkan tabel di atas, rata-rata nilai pre-test adalah 9,23, yang menunjukkan bahwa rata-rata peserta mampu menjawab sekitar 9–10 dari 10 pertanyaan kuesioner dengan benar. Sementara itu, rata-rata nilai post-test adalah 10,00, yang menunjukkan bahwa rata-rata peserta mampu menjawab dengan benar semua sepuluh pertanyaan. Selama masa remaja, perubahan fisiologis, sosial, dan emosional terjadi selama transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Sehingga keinginan untuk mencoba hal baru sering dilakukan pada usia ini, usia labil yang rawan terjebak perilaku berisiko untuk kesehatan termasuk merokok, penyuluhan ini penting dilakukan untuk memberikan edukasi pada remaja tentang bahaya rokok dan dikemas dengan metode yang menarik sehingga semua peserta sangat antusias mengikuti kegiatan ini. Edukasi ini sangat interaktif karena peserta saling bergantian mengacungkan tangan ingin mencoba *games* edukasi *Smart Box: Rokok Tour* sehingga kami berkesimpulan penggunaan media edukasi *Smart Box: Rokok Tours* sangat membantu pelaksanaan edukasi kali ini.

UJI HIPOTESIS

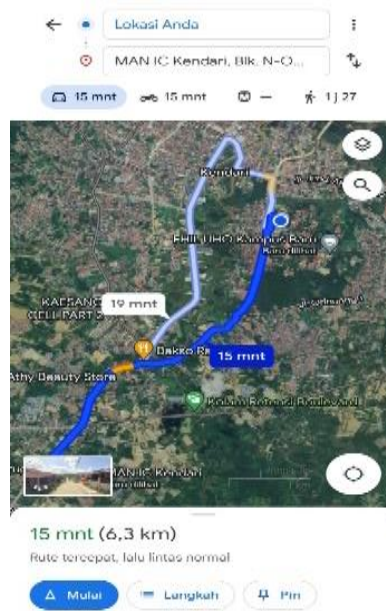
H₀: Tidak ada perbedaan signifikan antara rata-rata hasil pre-test dan post-test.

H_a: Terdapat perbedaan dalam rata-rata hasil pre-test dan post-test.

Berdasarkan uji statistik, H₀ ditolak, seperti yang ditunjukkan oleh hasil uji t, karena p value 0,000 kurang dari 0,005. Akibatnya, hasil rata-rata pre dan post-test sangat berbeda. Ini menunjukkan bahwa siswa dan siswi MAN IC Kendari terdapat perubahan pengetahuan dengan menggunakan media seperti *PowerPoint* dan game *Smart Box: Rokok Tour*.

LOKASI KEGIATAN

Lokasi MAN IC Kendari adalah di Jalan Insan Cendekia No. 16, Baruga, Kecamatan Baruga, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Berjarak 15 km dari Universitas Halu Oleo, Anda dapat sampai ke sana dengan kereta tercepat dalam waktu sekitar 26 menit. Edukasi kepada siswa dan siswi Tingkat SMA sederajat perlu dilakukan agar para siswa siswi memiliki pengetahuan untuk menghindari perilaku merokok karena perilaku dan sikap dapat dipengaruhi oleh pengetahuan.



Gambar 1. Peta MAN IC Kendari

Media yang Digunakan

Media yang digunakan berupa *power point* dan *gameSmart Box: Rokok Tour's*. *Power point* yang digunakan mencakup pengertian rokok, Upaya pemerintah dalam menurunkan perilaku merokok, bahaya perokok aktif dan pasif, peran perilaku merokok penduduk usia 10-18 tahun, peran promosi Kesehatan dan tak lupa kami memperkenalkan HOTCH (Halu Oleo Tobacco Control Center) yang ada di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo. *GameSmart Box: Rokok Tour's* yang digunakan berbentuk kotak yang di dalam nya ada beberapa macam pengetahuan tentang bahaya merokok. Kegiatan ini berlangsung dengan lancar hanya saja ada kendala di awal persiapan kegiatan yaitu penentuan waktu yang harus menyesuaikan dengan jadwal kosong peserta mengingat kegiatan belajar-mengajar di MAN IC Kendari sangat padat dan ketat.



Gambar 2. *PowerPoint*



Gambar 1. Spanduk Menuju GEMPAR (Generasi Emas Tanpa Rokok)



Gambar 2. Media *GamesSmart Box: Rokok Tour's*



Gambar 3. Pelaksanaan *Games Rangka 1*



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 5. Pelaksanaan Proses Penyuluhan



Gambar 6. Pelaksanaan *Games Smart Box: Rokok Tour's*



Gambar 7. Pelaksanaan *Ice Breaking*

Kesimpulan

Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa sesuai dengan hasil uji statistik yang digunakan. Rata-rata nilai pre-test adalah 9,23, yang menunjukkan bahwa rata-rata peserta mampu menjawab sekitar 9–10 dari 10 pertanyaan kuesioner dengan benar. Sementara itu, rata-rata nilai post-test adalah 10,00. Berkaitan dengan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa dengan memberikan informasi berupa PowerPoint Video dan games *Smart Box: Rokok Tour's*, siswa dapat menambah pengetahuan dan pemahamannya tentang bahaya merokok serta pencegahan dan pengendalian perilaku merokok. Meningkatkan kesadaran di kalangan pelajar merupakan langkah awal yang baik dalam membantu mereka memperoleh pengetahuan tentang merokok dan mengurangi risiko merokok di kalangan generasi muda. Kami berharap kegiatan ini dapat berimplikasi signifikan pada sekolah dengan harapan kegiatan edukasi selanjutnya bisa menggunakan games edukasi *Smart Box: Rokok Tour's* atau menggunakan games edukasi serupa yang terbukti menarik perhatian peserta untuk berinteraksi aktif dengan tim edukasi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan tulus kami haturkan rasa terima kasih kepada seluruh pihak yang telah bahu membahu menyukseskan kegiatan ini, tim edukasi, teman-teman sejawat dan pihak sekolah yang dengan sangat terbuka mengijinkan kami melakukan kegiatan ini.



Daftar Pustaka

- Almaidah, F., Khairunnisa, S., Sari, I. P., Chrisna, C. D., Firdaus, A., Kamiliya, Z. H., Wiliantari, N. P., Akbar, A. N. M., Pratiwi, L. P. A., Nurhasanah, K., & Puspitasari, H. P. (2020). Survei Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 8(1), 20.
- Farida, S., Jafriati, J., & Nurmaladewi, N. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Lama Merokok, Jenis Rokok, Dengan Kualitas Urine Pada Remaja Yang Merokok Di SMKN X Kabupaten Konawe Selatan. *Endemis Journal*, 4(1), 49–55.
- Fikar, A. Z., Prasetya, E., Surya, S., Nurdin, I., Boekoesoe, L., & Katili, R. A. (2023). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Merokok. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 15–21.
- Istiana, D., Halid, S., Hadi, I., Nurainun, A. I. B., & Supriadi, Z. (2021). Analisis D eterminan Perilaku Merokok Pada Remaja Daerah Pesisir Kota Mataram. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 501–512.
- Khatimah, H., Usmia, S., & Silfayani. (2024). *Gambaran Pengetahuan Perokok Aktif Tentang Risiko Tinggi Asap Rokok Terhadap Ibu Hamil*. 6(1), 1–8.
- Marieta, A., & Lestari, K. (2021). Narrative Review: Rokok dan Berbagai Masalah Kesehatan Yang Ditimbulkannya. *Farmaka*, 18, 53–59.
- Nurhaeni, A., Aimatun, N. N., & Marissa, D. E. (2022). Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 9(2), 46–51.
- Parawansa, G., & Nasution, F. Z. (2022). Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 630–636.
- Sarah, S. A., & Angeliana, D. (2024). Faktor Demografis yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 42.
- Tyarini, I. A., Setiawati, A., Achmad, V. S., & Astuti, A. (2023). Membangun Kesadaran tentang Bahaya Rokok dan Dampaknya terhadap Lingkungan. *Abdimas Polsaka. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 97–103.