

PENCEGAHAN PERILAKU MEROKOK PADA PELAJAR DI SMPN 1 ARANIO

Rahmiati^a, Wahyuni^b, Hadrianti H. D. Lasari^c, Arneta Meihua Inaya^d, Che Che Rinda Putri^e

^{a,b}Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, ^{c,d,e}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat

Email korespondensi: dr.rahmiati@ulm.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi perokok di Kabupaten Banjar tahun 2018 yaitu 24,22%, angkanya sudah hampir mencapai prevalensi nasional yaitu 28,8% dengan proporsi usia tertinggi merokok pada remaja 15- 19 tahun. SMPN 1 Aranio merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang berada di Kabupaten Banjar. Tujuan dari kegiatan ini adalah mencegah perilaku merokok pada remaja khususnya di SMPN 1 Aranio dengan penyuluhan yang bertujuan mencegah perilaku merokok pada remaja khususnya di SMPN 1 Aranio. Tahap pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari perizinan dan koordinasi, persiapan, pelaksanaan penyuluhan dengan memberikan pemaparan mengenai dampak merokok, faktor risiko merokok bagi pelajar, dan cara mencegah perilaku merokok. Hasil kegiatan ini, seluruh siswa SMPN 1 Aranio sudah memahami dengan baik tentang bahaya merokok dan pencegahan perilaku merokok ditandai dengan kenaikan nilai post-test pada kegiatan penyuluhan dengan kategori hasil pengetahuan baik pada pre-test sebesar 54,8% meningkat pada nilai post-test menjadi 85,5%.

Kata kunci: pencegahan, perilaku, merokok, penyuluhan

PENDAHULUAN

Pola penyakit di Indonesia saat ini sedang mengalami transisi dari pola penyakit menular ke penyakit tidak menular. Peningkatan kasus penyakit tidak menular di Indonesia berpengaruh terhadap peningkatan biaya pelayanan kesehatan dan juga aktivitas masyarakat yang menurun karena berkurangnya produktivitas. Penyakit tidak menular cenderung berkaitan erat dengan pola hidup masyarakat yang tidak sehat, seperti pola makan tidak seimbang, kurang melakukan aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok (Kosasih et al., 2018).

Rokok merupakan salah satu penyebab masalah kesehatan di dunia. Rokok menyebabkan peningkatan risiko kematian terutama pada perokok aktif. Tingkat konsumsi rokok di Indonesia menurut hasil survei dari *World Health Organization* (WHO), Indonesia berada pada urutan pertama se-Asia Tenggara yang menempati tingkat prevalensi perokok dewasa per hari. Perokok dewasa memiliki kebiasaan merokok sejak remaja (Drope et al., 2018).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, tembakau menyebabkan kematian lebih dari 7 juta orang setiap tahunnya. 6 juta kematian tersebut akibat dari penggunaan

tembakau secara langsung. Sementara itu sekitar 890.000 adalah akibat terpapar oleh asap rokok atau yang sering disebut dengan perokok pasif. (Sekeronej et al., 2020). Sampai saat ini rokok merupakan produk yang legal yang tersebar di seluruh penjuru negeri. Hal ini menyebabkan rokok dapat dengan mudah diakses oleh semua orang, termasuk pelajar diberbagai tempat (Syahry, 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, prevalensi merokok pada penduduk umur 10-18 tahun adalah 9,1% angka ini mengalami peningkatan dari tahun 2013 lalu. Selain itu, proporsi konsumsi tembakau (hisap dan kunyah) pada penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas adalah 62,9% oleh pria dan 4,8% oleh wanita (Sekeronej et al., 2020).

Perilaku merokok sudah menjadi trendemark dikalangan remaja laki-laki untuk menunjukkan kemaskulinannya. Sedangkan remaja yang tidak merokok dianggap sebagai remaja yang tidak gaul dan ketinggalan zaman. Hal ini yang dimanfaatkan oleh industri rokok untuk menjadikan remaja sebagai calon pelanggan. Sering kali remaja yang berperilaku merokok berusia rentang 9-11 tahun, mereka cenderung akan menjadi perokok berat. Merokok pada usia remaja akan memengaruhi kualitas generasi dimasa depan (Ginting et al., 2022).

Di era modern saat ini, perilaku merokok sudah tidak bisa di bendung lagi, hal ini juga disebabkan oleh produksi rokok yang setiap tahunnya semakin meningkat. Perilaku merokok walaupun dilihat dari berbagai sudut pandang, akan tetap merugikan, baik bagi diri sendiri maupun orang lain yang berada disekitarnya. Perilaku merokok tampaknya merupakan perilaku yang masih dapat ditolerir oleh Masyarakat. hal tersebut bisa dirasakan dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan rumah, kantor, angkutan umum, jalanan, dan tempat umum lainnya (Syahry, 2020).

Rokok merupakan salah satu faktor risiko dari penyakit kronis yang dapat berdampak kematian. Penelitian sudah membuktikan bahwa perilaku merokok menjadi perhatian utama karena memperberat penyakit kronis dan memberikan dampak kesehatan bagi yang tidak merokok (perokok pasif) (Prihatiningsih et al., 2020).

Dampak merokok pada kesehatan diantaranya menimbulkan penyakit tidak menular yang dapat berujung kronis seperti penyakit jantung, kanker paru, tekanan darah tinggi, hingga gangguan pada kehamilan bagi wanita perokok dan mampu menyebabkan kecacatan pada janin. Rokok juga menimbulkan bahwa tidak hanya pada orang yang mengkonsumsi rokok, tetapi juga memberikan bahaya pada orang disekitar perokok yang menghirup asap rokok dan menjadi perokok pasif (Sulastri and Rindu., 2019).

Indonesia merupakan negara dengan persentase perokok terbanyak di negara ASEAN (lebih dari 50%). Namun, hal yang lebih menyita perhatian saat ini adalah anak-anak dan remaja yang sering dijumpai mengkonsumsi rokok. Prevalensi perokok di Kabupaten Banjar tahun 2018 sebesar 24,22%, nilai tersebut bukan yang tertinggi namun sudah hampir mencapai prevalensi nasional yaitu 28,8%.

Proporsi usia pertama kali merokok di Kabupaten Banjar yang tertinggi ada pada rentang usia remaja 15-19 tahun sebesar 51,35% (Almaidah et al., 2021).

Salah satu penyebab remaja yang mulai mencoba rokok karena dalam masa penyesuaian terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sosial. Berbagai kesulitan yang dialami remaja memberikan dampak pada sikap dan memunculkan cerminan diri sebagai pribadi yang dianggap masih labil. Oleh karena itu, diperlukan tindakan untuk mengatasi permasalahan tersebut (Drope et al., 2018).

Salah satu upaya pencegahan perilaku merokok dapat dilakukan dengan memberikan edukasi maupun penyuluhan tentang bahaya merokok kepada masyarakat. Kegiatan penyuluhan merupakan kegiatan yang sudah sering kali dilakukan oleh pihak Puskesmas, namun sebagian masyarakat hanya menganggap kegiatan penyuluhan tersebut sebagai formalitas dan cenderung kurang menarik. Hal ini menyebabkan pesan edukasi yang ingin disampaikan kepada Masyarakat menjadi tidak tersampaikan dengan baik. Untuk mengatasi hal tersebut perlu untuk melakukan kegiatan edukasi dengan media yang lebih menarik seperti menggunakan video, poster, dan diskusi interaktif akan meningkatkan pengetahuan. Sehingga diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan akan mengubah perilaku individu yang kurang sehat (Anggraheny and Novitasari, 2019).

Berdasarkan hasil analisis masalah di Desa Aranio, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar didapatkan hasil bahwa salah satu Kecamatan dengan perilaku merokok yang tinggi adalah Kecamatan Aranio. Menyadari hal tersebut, tim melaksanakan edukasi pencegahan perilaku merokok serta melakukan perancangan aplikasi *E-Nosmo* sebagai aplikasi deteksi kemungkinan risiko remaja berperilaku merokok. Edukasi pencegahan perilaku merokok pada remaja dan perancangan aplikasi tersebut bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja dan memberikan cara untuk mencegah diri mereka dari tindakan merokok.

METODE PENELITIAN

Kegiatan yang dilakukan di SMPN 1 Aranio, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar ini diawali dengan edukasi mengenai pencegahan perilaku merokok bagi pelajar dengan peserta yaitu siswa kelas 7, 8, dan 9 sebanyak 62 orang. Setelah diberikan edukasi, peserta diberikan pengenalan tentang aplikasi *E-Nosmo*. Edukasi juga ditutup dengan *games* terkait materi yang telah disampaikan sebelumnya, peserta yang dapat menjawab kuis di sesi *games* mendapatkan *reward* dari tim. Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dinilai menggunakan *pre-test* dan *post-test* sebanyak 10 butir soal untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan pengetahuan atau tidak. Setelah dilakukan edukasi, tim juga merancang aplikasi untuk mendeteksi risiko pelajar dalam berperilaku merokok. Kegiatan ini dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu:

1. Tim pengabdian memperkenalkan diri dan dilanjutkan dengan sambutan-sambutan oleh ketua tim pengabdian masyarakat FK ULM dan Kepala Sekolah SMP Negeri 1. Aranio sekaligus untuk

- membuka acara
2. Pengisian lembar pre-test oleh peserta untuk mengukur pengetahuan sebelum diberikan materi.
 3. Pemberian materi mengenai akibat dari merokok, faktor risiko perilaku merokok, dan pengenalan rancangan aplikasi E-Nosmo oleh tim pengabdian. Serta dilanjutkan dengan sesi tanya jawab bagi peserta yang masih belum memahami materi yang telah disampaikan.
 4. *Games*, pengisian lembar *post-test* dan evaluasi, serta penyerahan kenang-kenangan pada pihak SMP Negeri 1 Aranio.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 26 Juni 2023 yang berlokasi di SMP Negeri 1 Aranio, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar. Peserta pengabdian Masyarakat merupakan siswa-siswi SMP Negeri 1 Aranio sebanyak 62 orang.

Tabel 1. Distribusi dan Frekuensi Karakteristik Responden

No.	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	33	53,23
	Perempuan	26	46,77
2	Umur		
	12 Tahun	11	17,74
	13 Tahun	21	33,87
	14 Tahun	22	35,48
	15 Tahun	7	11,29
	16 Tahun	1	1,62

Sumber: Hasil Pengabdian Masyarakat E-Nosmo 2023

Berdasarkan jenis kelamin, peserta pengabdian terdiri atas 33 orang laki-laki (53,23%) dan 29 orang Perempuan (46,77%). Berdasarkan kelompok usia peserta merupakan remaja dengan usia 13 - 16 tahun, dimana paling banyak berumur 14 tahun, yaitu sebanyak 22 responden (35,48%), umur 13 tahun, yaitu sebanyak 21 responden (33,87%) dan umur 12 tahun, yaitu sebanyak 11 responden (17,74%).



Gambar 1. Proses Penyampaian Materi

Materi pemberian edukasi terbagi menjadi tiga sesi. Sesi pertama yaitu penyampaian materi terkait akibat dari merokok, sesi kedua materi tentang faktor risiko perilaku merokok, dan sesi terakhir mengenai pengenalan rancangan aplikasi E-Nosmo. Aplikasi E-Nosmo merupakan aplikasi yang dirancang untuk mendeteksi seberapa berisikonya pelajar untuk berperilaku merokok. Pendeteksian ini dilakukan dengan cara menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada di dalam aplikasi E-Nosmo. Pertanyaan tersebut adalah pertanyaan yang mengarah pada perilaku yang sering dilakukan oleh pelajar dalam kegiatan sehari-hari.

Setelah penyampaian materi, masuklah pada sesi diskusi bersama para peserta. Diskusi dilakukan untuk menambah pengetahuan peserta terkait materi yang masih belum dipahami. Tidak hanya penyampaian materi dan diskusi, kegiatan pengabdian Masyarakat ini juga di selingi dengan games agar peserta tidak merasa bosan selama pemberian materi. Sebelum menutup acara edukasi, peserta diminta Kembali untuk mengisi lembar post-test dan lembar evaluasi. Lembar evaluasi digunakan untuk mengukur seberapa efektifnya kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilakukan serta untuk melihat saran dari peserta untuk kegiatan pengabdian selanjutnya. Dilakukan juga penyerahan kenang-kenangan pada SMP Negeri 1 Aranio. Pengisian lembar Post-test bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan yang telah disampaikan saat edukasi terserap oleh mereka.

Keberhasilan penyuluhan diukur dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test peserta. Kuesioner *pre* dan *post-test* adalah kuesioner yang digunakan untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Soal yang digunakan dalam kuesioner adalah soal pengetahuan yang berjumlah 10 buah. Penilaian kuisisioner pengetahuan mengacu pada skor yang didapatkan saat menjawab soal, dengan nilai maksimal 100 dan nilai terendah adalah 0 dengan 1 pertanyaan benar dinilai 10.

Tabel 2. Hasil Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori	Pre-Test %(n)	Post-Test %(n)	<i>p-value</i>
Baik	54,8% (34)	85,5% (53)	0,001*
Kurang	45,2% (28)	14,5% (9)	0,001*
Total	100% (62)	100% (62)	

Berdasarkan hasil pengisian Pre-test dan Post-test, diketahui bahwa nilai rata-rata Pre-test sebesar 67,7 yang artinya siswa siswa memiliki pengetahuan yang cukup baik mengenai edukasi pencegahan perilaku merokok, kemudian rata-rata *Post-test* adalah sebesar 77,09. Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan responden sebelum (*Pre-test*) mendapatkan materi pencegahan perilaku merokok dan pengenalan aplikasi E-Nosmo, yaitu sebanyak 34 responden (54,8%) memiliki pengetahuan yang baik dan sebanyak 28 responden (45,2%) memiliki pengetahuan yang kurang, sedangkan pengetahuan responden setelah (*Post-test*) mendapatkan materi pencegahan perilaku merokok dan pengenalan aplikasi E-Nosmo, yaitu sebanyak 53 responden (85,5%) memiliki pengetahuan yang baik dan sebanyak 9 responden (14,5%) memiliki pengetahuan yang kurang.

Gambar 2. Pengisian lembar *post-test* oleh peserta



Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, tidak terdapat responden yang mengalami penurunan nilai dari Pre-test ke Post-test, serta terdapat 39 responden yang mengalami peningkatan nilai dari Pre-test ke Post test, dan terdapat 23 responden yang memiliki kesamaan nilai Pre-test dan Post-test. Hasil uji normalitas baik nilai pre-test maupun post-test responden tidak berdistribusi normal karena nilai signifikan yang kurang dari 0,05 (Nilai Sig *Pre-test* = 0,0001 < 0,05 dan Nilai Sig Post test = 0,0001 < 0,05). Sehingga pengujian dilakukan dengan Uji Wilcoxon Signed Rank Test. Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,0001 < 0,05 artinya hipotesis diterima yang artinya ada pengaruh pemberian penyuluhan pencegahan perilaku merokok dan pengenalan aplikasi E-Nosmo terhadap peningkatan pengetahuan siswa-siswi di SMP Negeri 1 Aranio

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilakukan di SMPN 1 Aranio, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar yaitu edukasi yang dilaksanakan secara luring di Aula SMPN 1 Aranio. Kegiatan tersebut bertujuan untuk memberikan ilmu pengetahuan mengenai bahaya rokok dan pencegahan perilaku merokok khususnya pada remaja. Berdasarkan hasil kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi didapatkan hasil

rata-rata dari 67,7 menjadi 77,09. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi yang dilakukan meningkatkan pengetahuan peserta.

Selain diberikan edukasi berupa pencegahan perilaku merokok, peserta juga dikenalkan aplikasi yang dirancang oleh tim pengabdian yaitu aplikasi *E-Nosmo*. Pengenalan aplikasi tersebut bertujuan sebagai Langkah awal untuk menguji coba beberapa pertanyaan yang nantinya dimuat dalam aplikasi tersebut. Diharapkan peserta dapat menerapkan pengetahuan yang didapatkan dalam kegiatan pengabdian pada kegiatan sehari-hari dan membuka wawasan lebih luas mengenai bahaya merokok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang memberikan dukungan penuh terhadap kegiatan pengabdian Masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan lancar. Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMPN 1 Aranio dan peserta kegiatan pengabdian Masyarakat yakni seluruh siswa SMPN 1 Aranio, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar yang terlibat aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almaidah, F, Khairunnisa, S, Sari, I. P, Chrisna, C. D, Firdaus, A, Kamiliya, Z. H & Puspitasari, H. P. (2021). Survei faktor penyebab perokok remaja mempertahankan perilaku merokok. *Jurnal Farmasi Komunitas*. 8(1). 20-26.
- Anggraheny, H.D., Novitasari, A., 2019. Upaya Mengatasi Perilaku Merokok dengan Penyuluhan Bahaya Merokok di Kelurahan Rejosari Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Unismuh 2*, 143–147.
- Drope, J, Neil, W. (2018). *The Tobacco Atlas*, 6th Edition. Atlanta, The American Corner Society. Ginting, M., Sigalingging, G., Nasution, Z., Pakpahan, H. M., Sitopu, S. D., Simanullang, P., & Frida, E. M. (2022). Bahaya Rokok Pada Anak Smp Swasta Darma Karya Beringin Deli Serdang. *PKM Maju Uda*, 3(1), 20-24.
- Kosasih, C.E., Solehati, T., Lukman, M., 2018. Pengaruh Edukasi Kesehatan Bahaya Rokok Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Ternate* 11, 1.
- Pertiwi, C. M. P., Engkeng, S., & Asrifuddin, A. (2019). Pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap merokok pada pelajar laki-laki di smk negeri 2 kota bitung. *KESMAS*, 7(5).
- Prihatiningsih, D., Devhy, N.L.P., Purwanti, I.S., Bintari, N.W.D., Widana, A.G.O., 2020. Penyuluhan Bahaya Rokok Untuk Meningkatkan Kesadaran Remaja Mengenai Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan Di SMP Tawwakal Denpasar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 3, 50–58.
- Sekeronej, D. P., Saija, A. F., & Kailola, N. E. (2020). Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Merokok Pada Remaja Di Smk Negeri 3 Ambon Tahun 2019. *PAMERI: Pattimura Medical Review*, 2(1), 59-70.

SEMINAR NASIONAL LAHAN BASAH

"Ekosistem Mangrove dan Gambut: Peluang dan Tantangan dalam Pembangunan Rendah Karbon yang Berkelanjutan"
17-18 Oktober 2023
Banjarmasin

Sulastri, S., Rindu, R., 2019. Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Promosi kesehatan Tentang Dampak Rokok. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 8, 61– 72.

Syahry, A. (2020). Perilaku Merokok Pada Pelajar. *Edukasi IPS*, 4(2), 39-44.