PAKDEMAS
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

EDUKASI PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA TERHADAP BAHAYA MEROKOK DI DESA REJODADI KECAMATAN SEMBAWA KABUPATEN BANYUASIN

EDUCATION FOR INCREASING ADOLESCENT KNOWLEDGE ABOUT THE HAZARDS OF SMOKING IN REJODADI VILLAGE SEMBAWA DISTRICT, BANYUASIN REGENCY

Widya Arisandy [1*], Kurniawaty [1], Khoirin [1], Septi Viantri Kurdaningsih [1], Miming Oxyandi [1], Neng Annis Fathia [1], Nopianti [1], Suherwin [1], Sunarmi [1]

[1] Program Studi DIII Keperawatan, STIKES 'Aisyiyah Palembang
**Email :* widyaarisandystikesaisyiyah@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku merokok masih menjadi permasalahan, baik secara lingkungan maupun individu dimana kejadiannya cukup tinggi di Kota Palembang. Perilaku merokok adalah kebiasaan yang membahayakan. Meskipun setiap orang mengetahui bahaya yang disebabkan oleh rokok, tetapi banyak anak-anak muda yang suka merokok. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada anak-anak muda adalah faktor psikologi, biologi dan lingkungan. Berdasarkan masalah tersebut, tujuan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi tentang perilaku merokok pada remaja dengan menggunakan metode penyuluhan dengan alat bantu penyebaran pamplet dan poster yang diikuti oleh dosen Prodi DIII Keperawatan dan segenap mahasiswa. Hasil yang didapatkan adalah memalui wawancara dan Tanya jawab secara langsung dimana terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang bahaya merokok setelah dilakukannya penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya rokok sehingga diharapkan mampu mempengaruhi perilaku remaja untuk bisa berhenti merokok.

Kata Kunci: Merokok, penyuluhan, pengetahuan

ABSTRACT

Smoking behavior is still a problem, both environmentally and individually where the incidence is quite high in the city of Palembang. Smoking behavior is a dangerous habit. Although everyone knows the dangers caused by smoking, but many young people like to smoke. Factors that influence smoking habits in young people are psychological, biological and environmental factors. Based on these problems, the purpose of this community service is to provide education about smoking behavior in adolescents by using the counseling method with the distribution of pamphlets and posters which are participated by the DIII Nursing Study Program lecturers and all students. The results obtained were through interviews and direct questions and answers where there was an increase in participants' knowledge about the dangers of smoking after counseling could increase adolescents' knowledge about the dangers of smoking so that it is expected to be able to influence adolescent behavior to be able to stop smoking.

Keywords: Smoking, Health Education, knowledge

PENDAHULUAN

Perilaku merokok masih menjadi permasalahan, baik secara lingkungan maupun individu. Konsumsi rokok dan tembakau merupakan salah satu faktor resiko utama terjadinya berbagai penyakit. Menurut WHO rokok adalah pembunuh yang akrab di sekeliling kita, karena setiap 6 detik, satu orang meninggal akibat merokok. Kebiasaan merokok telah terbukti berhubungan dengan kurang lebih 25 jenis penyakit dari berbagai organ tubuh manusia

tersebut, antara lain: kanker mulut, esophagus, faring, laring, paru, pancreas, kandung kemih, dan penyakit pembuluh darah.

Menurut lembaga survey WHO tahun 2008, Indonesia menduduki peringkat ke 3 sebagai jumlah perokok terbesar di Dunia. Sebanyak 13,2 % dari total keseluruhan remaja di Indonesia adalah perokok aktif. Ada beberapa alasan yang dikemukakan oleh para ahli untuk menjawab mengapa seseorang merokok. Setiap individu mempunyai kebiasaan merokok yang berbeda dan biasanya disesuaikan dengan tujuan mereka merokok. Pendapat tersebut diperkuat dangan pernyataan bahwa seseorang merokok karena faktor sosio kultural seperti kebiasaan budaya, kelas sosial, gengsi, dan tingkat pendidikan. Salah satu faktor yang mungkin terjadi adalah kurangnya kesadaran dan sikap negatif masyarakat tentang bahaya merokok bagi dirinya maupun lingkungannya. Sehingga diperlukan upaya untuk dapat mengatasi permasalahan tersebut.

Beragam kalangan memandang perilaku merokok sebagian besar mengarah bahwa rokok memiliki dampak negatif. Merokok yaitu demi relaksasi dan ketenangan, terkandung bahaya yang sangat besar bagi orang yang merokok maupun orang di sekitar perokok yang bukan perokok. Rokok memiliki kandungan yang sangat berbahaya. Bahkan masyarakat umum pun mengerti bahwa rokok dapat membahayakan kesehatan. Dampak perilaku merokok bagi kesehatan yaitu dapat menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi, gangguan kehamilan dan janin, penyakit stroke, katarak, merusak gigi, osteoporosis, kelainan sperma. Upaya mengatasi perilaku merokok pada remaja yaitu keputusan untuk menggurangi konsumsi rokok secara bertahap serta dengan niat dan motivasi yang kuat untuk tidak merokok, maka dari itu dibutuhkan suatu kesadaran yang tinggi dari masing-masing remaja. 5 langkah berhenti merokok yaitu pertama tentukan sebab-sebab yang mendorong keinginan kita untuk berhenti merokok. Kedua klasifikasikan rokok sesuai tingkat esensinya. Ketiga, kurangi konsumsi rokok secara teratur dan bertahap. Keempat, berhenti merokok secara total. Kelima, konsisten berhenti merokok sepanjang waktu.

Adapun sejumlah program untuk membantu para perokok agar dapat menghentikan kebiasaan merokoknya berupa dukungan sosial, pelatihan keterampilan dan pemecahan masalah, pendidikan gaya hidup yang sehat, dan penggantian nikotin atau terapi farmakologi lainnya. Oleh karena itu, keluarga dan teman sangat dibutuhkan untuk mendukung sebagian besar perokok yang ingin berhenti merokok. Hal ini harus dipahami dengan baik oleh remaja dengan merokok. Pentingnya pengetahuan tentang ini membuat perawat sebagai petugas kesehatan harus memberikan edukasi kepada remaja. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di desa Rejodadi Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari rabu 16 Maret 2022. Berdasarkan hasil data jumlah remaja di Desa Rejodadi Dusun III dan IV didapatkan jumlah remaja laki- laki ada 39, akan tetapi yang datang untuk mengikuti kegiatan penyuluhan hanya 23 orang. Kegiatan penyuluhan ini baru mencapai 58,97% sedangkan targetnya adalah 100%. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan secara langsung pada beberapa remaja mengatakan bahwa mereka mengenal rokok itu biasanya dari satu orang ke orang yang lain. Rata-rata orang tua belum mengetahui tahapan perkembangan remaja pada usia muda.

Konsumsi rokok dan tembakau merupakan salah satu faktor resiko utama terjadinya berbagai penyakit. Menurut WHO rokok adalah pembunuh yang akrab di sekeliling kita, karena setiap 6 detik, satu orang meninggal akibat merokok. Ada beberapa alasan yang dikemukakan oleh para ahli untuk menjawab mengapa seseorang merokok. Setiap individu mempunyai kebiasaan merokok yang berbeda dan biasanya disesuaikan dengan tujuan mereka merokok. Pendapat tersebut diperkuat dangan pernyataan bahwa seseorang merokok karena faktor sosiol kultural seperti kebiasaan budaya, kelas sosial, gengsi, dan tingkat pendidikan. Saat ini merokok merupakan kebiasaan yang umum dilakukan oleh semua orang termasuk perempuan. Perokok biasanya berasal dari berbagai kalangan dan umur, hal ini disebabkan karena rokok dapat dengan mudah diperoleh dimana saja.

Sekarang ini kurang lebih 80% perokok hidup di Negara berkembang dan angka ini sudah tumbuh pesat dalam beberapa dekade saja. Diperkirakan pada tahun 2020, 70% dari

seluruh kematian yang disebabkan rokok akan terjadi di negara-negara berkembang, naik dari tingkatan sekarang ini yaitu 50%. Ini berarti dalam beberapa dekade yang akan datang negara-negara berkembang akan berhadapan dengan biaya yang semakin tinggi untuk membiayai perawatan kesehatan para perokok dan hilangnya produktifitas. Semua orang mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan. Bahaya merokok bagi kesehatan bisa berdampak dalam bentuk fisik, psikologis, sosial maupun fisiologis (ketergantungan). Tembakau yang ada pada rokok adalah produk konsumen yang secara unik berbahaya dan mematikan. Penggunaan tembakau tidak hanya menyakiti mereka yang mengonsumsinya tapi juga orang- orang lain yang terpapar asapnya. Sekitar 65,6 juta wanita dan 43 juta anak-anak di Indonesia terpapar asap rokok atau menjadi perokok pasif. Mereka pun rentan terkena berbagai penyakit seperti bronkitis, kanker usus, kanker hati, stroke, dan berbagai penyakit akibat asap rokok. Soewarno Kosen mengungkapkan bahwa banyak warga Indonesia terpapar asap rokok karena 91,8% perokok merokok di rumah. Ada beberapa cara menghindari kebiasaan merokok. Pada dasarnya semua perokok tahu, bahwa merokok merupakan sebuah tingkah laku yang merugikan kesehatan. Hanya saja kebiasaan tersebut susah dihilangkan.

Merokok merupakan salah satu aktivitas yang dipengaruhi oleh kecanduan zat-zat yang ada dalam rokok. Pengetahuan tentang bahaya merokok sangat berpengaruh kesehatan baik bagi individu maupun orang lain. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa informasi merupakan aspek yang menghubungkan antara pusat kendali kesehatan dan perilaku seseorang. Artinya pengetahuan seseorang tentang rokok akan meningkatkan kontrol dirinya pada masalah kesehatan. Orang yang memiliki pengetahuan yang benar tentang rokok dan konsekuensinya akan cenderung memiliki pusat kendali kesehatan internal dan tidak merokok. Sebaliknya, seseorang yang memiliki sedikit pengetahuan tentang rokok maka ia cenderung memiliki pusat kendali kesehatan eksternal dan merokok.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok, serta memotivasi remaja untuk mempunyai keinginan menjaga kesehatan dengan tidak merokok. Manfaat yang dapat diperoleh dari kegiatan ini adalah mendapatkan penjelasan dan pemahaman tentang bahaya merokok dan Mendekatkan masyarakat ilmiah dengan masyarakat pada umumnya. Oleh karena itu sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan pada pendidikan kesehatan kepada remaja dengan kegiatannya meliputi penyuluhan peningkatan pengetahuan remaja sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan mengenai bahaya merokok.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh dosen program studi DIII Keperawatan STIKES "Aisyiyah Palembang yang berjumlah 8 orang dengan melibatkan 17 orang mahasiswa keperawatan untuk dapat mengaplikasikan teori yang didapat dikampus kepada masyarakat. Peserta pengabdian adalah remaja di wilayah kerja RT 3 dan RT 4 sebanyak 23 orang dari total jumlah remaja diwilayah tersebut yang berjumlah 39 orang.

Pelaksanaan kegiatan ini difokuskan pada kegiatan penyuluhan peningkatan pengetahuan remaja sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan mengenai bahaya merokok di Kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan. Berikut uraian kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini diawali dengan meminta izin RT setempat dalam rangka pelaksanaan kegiatan pengabdian, menyampaikan tujuan serta permohonan dukungan. Selanjutnya penyampaian maksud dan tujuan kepada pihak terkait yang terdiri dari orang tua remaja serta kader-kader dari masyarakat setempat. Kader tersebut merupakan kader kesehatan yang tergabung dalam struktur organisasi PKK.

Hasil dari tahap persiapan berupa diperkenankannya tim pengabdi untuk melaksanakan pengabdian sesuai dengan rencana kegiatan. Pertemuan kader dan tim pengabdian diawali

dengan self assesment untuk menyamakan persepsi permasalahan yang ada di masyarakat, serta alternatif solusi.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan metode pemberian penyuluhan yaitu berupa ceramah dan tanya jawab, dilanjutkan dengan observasi langsung pada remaja.Tim pengabdian melakukan penyuluhan pada hari Rabu tanggal 16 Maret 2022 dengan materi penyuluhan peningkatan pengetahuan remaja sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan mengenai bahaya merokok.

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Pada tahap ini dilakukan evaluasi dan monitoring terhadap apa yang telah dilakukan mulai dari persiapan sampai pelaksanaan. Hal ini juga dilakukan untuk mempersiapkan bahwa kegiatan pengabdian dapat dilaksanakan secara berkelanjutan.

Bahan yang digunakan adalah bibit cabai merah, cabai rawit, mentimun, selada, tomat, kangkung cabut, polibeg kecil, polibeg besar, pupuk kandang, bamboo, pupuk N, P dan K. Alat yang digunakan adalah alat-alat pertanian antara lain parang, cangkul, sabit, ember, gergaji meteran dan ember. Metode penerapan iptek ini diberikan dalam bentuk penyuluhan dan demonstrasi atau praktek. a). Kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini diberikan kepada sekitar 30 anggota PKK di Desa Banyumas Lama. Peserta diberi bekal tentang pelatihan dan sosialisasi pemanfaatan lahan pekarangan untuk tanaman sayuran. b). Demonstrasi atau praktek. Teknik ini digunakan untuk memperlihatkan secara langsung tentang cara pemanfaatan lahan pekarangan untuk tanaman sayuran. Kegiatan ini diikuti oleh beberapa kelompok petani dan anggota PKK di kawasan tersebut. Kegiatan ini merupakan kegiatan untuk mempraktekkan pemanfaatan lahan pekarangan untuk tanaman sayuran. Pelaksanaan demonstrasi atau praktek di lapangan menjadi satu waktu pelaksanaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan penyuluhan dengan materi tentang penyuluhan peningkatan pengetahuan remaja sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan mengenai bahaya merokok didapatkan orang tua dan remaja tampak antusias memperhatikan dan mendengarkan materi tersebut sehingga remaja dapat memahami tentang bahaya merokok, sehingga tingkat kesadaran remaja termotivasi dan dapat memotivasi teman-temannya yang tidak hadir dalam kegiatan penyuluhan, serta mempunyai keinginan untuk menjaga kesehatannya. Orang tua remaja pun berjanji untuk memantau anak-anaknya dengan baik.



Gambar 1. Tahap Persiapan Penyuluhan



Gambar 2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan Pembagian leaflet pada remaja



Gambar 4. Penutupan Kegiatan Penyuluhan pada remaja

Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan peserta. Peningkatan pengetahuan tentang perilaku merokok dapat mempengaruhi sikap dan perilaku remaja tentang bahaya merokok

(Istyanto & Maghfiroh, 2021). Untuk menekan angka korban dari keganasan rokok, gambar yang tertera di kemasan rokok pada perusahaan rokok supaya tidak menarik lagi tapi dituntut agar menuruti aturan pemerintah, memberi peringatan berbentuk gambar-gambar dari korban keganasan rokok. Hal ini dilakukan dalam upaya menurunkan angka perokok, dan diharapkan memberikan efek jera bagi para perokok. Yang paling penting adalah meningkatkan kesadaran perokok tersebut untuk berhenti merokok karena kalau tidak kuat motivasi untuk berhenti merokok dari pelakunya sendiri diberikan penyuluhan atau terapi berbagai macam cara tetap akan susah berhenti dan kembali merokok (Sekeronej et al., 2020). Banyak perokok yang sebenarnya memiliki niat untuk berhenti merokok tetapi tidak mengetahui caranya.

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan Praktek Kerja lapangan yang dilakukan mahasiswa tingkat III prodi DIII Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah di Desa Rejodadi Dusun III RT 3 dan 4 Kabupaten Bnyuasin, Sumatera Selatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini disambut sangat antusias oleh warga khususnya para remaja yang menjadi pesertanya. Kegiatan tersebut menjadi lebih menarik karena selain menampilkan materi yang terupdate beserta gambar Poster dan leaflet lebih memudahkan dalam penyampaian materi.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupaya untuk mengoptimalkan pelaksanaan kegiatan melalui penyuluhan peningkatan pengetahuan remaja sebagai bentuk dukungan terhadap kesehatan mengenai bahaya merokok. Kegiatan tersebut mendapat dukungan yang positif dari kader, warga masyarakat, dan civitas akademika STIKES „Aisyiyah Palembang. Berdasarkan hasil penyuluhan, 85% pengetahuan remaja meningkat tentang bahaya merokok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami dari tim pengabdian kepada masyarakat Program Studi DIII Keperawatan mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKES Aisyiyah Palembang, Kepala LPPM STIKES„ Aisyiyah Palembang, kader dan penggerak masyarakat yang ada di Kabupaten Banyuasin, serta semua pihak yang telah memberikan bantuan serta dukungannya kepada kami.

DAFTAR PUSTAKA

Istyanto, F., & Maghfiroh, A. (2021). Pengetahuan Sikap dan Perilaku Merokok Pada Remaja. *PAMERI: Pattimura Medical Review*, *11*, 1–10.

Larasati, E. R., Saraswati, W., Setiawan, H. U., Rahma, S. S., Gianina, A., Estherline, C. A., Nurmalasari, F., Annisa, N. N., Septiani, I., & Nugraheni, G. (2019). Motivasi Berhenti Merokok pada Perokok Dewasa Muda Berdasarkan Transtheoretical Model (TTM). *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia*, *5*(2), 85.https://doi.org/10.20473/jfiki.v5i22018.85-92

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