

Penyuluhan Bahaya Merokok Bagi Remaja Pada Siswa-Siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah

¹⁾Zulfikar Lating*, ²⁾Sunik Cahayawati, ³⁾Florensia Harpa Havenia Selanno

^{1,2,3)}Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada, Ambon, Indonesia

Email Corresponding: fikarlating066@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Penyuluhan
Bahaya Merokok
Remaja
Pendidikan Kesehatan
Mental Kesehatan

Merokok merupakan salah satu masalah kesehatan yang serius di kalangan remaja, terutama karena dampak negatifnya terhadap kesehatan jangka panjang dan potensi kecanduan nikotin. Penyuluhan tentang bahaya merokok di kalangan remaja sangat penting untuk menekan angka prevalensi perokok pemula. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan mengenai bahaya merokok yang dilakukan kepada siswa-siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi-eksperimen dengan pendekatan pra-dan pasca-tes, di mana siswa-siswi diberikan penyuluhan dan kemudian dievaluasi pengetahuan serta sikapnya terhadap merokok sebelum dan sesudah penyuluhan. Penyuluhan dilakukan dalam bentuk ceramah interaktif yang mencakup materi tentang bahaya merokok bagi kesehatan, pengaruh rokok terhadap prestasi akademik, dan dampak sosial merokok. Selain itu, disediakan pula sesi tanya jawab dan diskusi kelompok untuk memperdalam pemahaman siswa-siswi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan siswa tentang bahaya merokok setelah penyuluhan, dengan sebagian besar siswa menunjukkan perubahan sikap yang lebih negatif terhadap rokok. Sebelum penyuluhan, banyak siswa yang memiliki persepsi bahwa merokok tidak terlalu berbahaya, namun setelah penyuluhan, persepsi tersebut berubah secara signifikan. Evaluasi jangka panjang juga menunjukkan adanya penurunan jumlah siswa yang mencoba merokok setelah penyuluhan dilakukan. Kesimpulannya, penyuluhan bahaya merokok di SMA Negeri 10 Maluku Tengah terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang dampak buruk merokok. Penyuluhan semacam ini diharapkan dapat diterapkan secara rutin dan berkelanjutan untuk mendukung upaya preventif dalam mengurangi angka perokok di kalangan remaja.

ABSTRACT

Keywords:

Counseling
Dangers of Smoking
Adolescents
Health Education
Mental Health

Smoking is one of the serious health problems among adolescents, especially due to its negative impact on long-term health and the potential for nicotine addiction. Counseling about the dangers of smoking among adolescents is very important to reduce the prevalence of first-time smokers. This study aims to evaluate the effectiveness of counseling on the dangers of smoking carried out to students of SMA Negeri 10 Central Maluku. The method used in this study is a quasi-experiment with a pre- and post-test approach, where students are given counseling and then evaluated their knowledge and attitudes towards smoking before and after counseling. Counseling was carried out in the form of interactive lectures that included material on the dangers of smoking for health, the influence of cigarettes on academic achievement, and the social impact of smoking. In addition, a question and answer session and group discussion were also provided to deepen the understanding of the students. The results showed a significant increase in students' knowledge of the dangers of smoking after counseling, with most students showing a more negative change in attitude towards cigarettes. Before counseling, many students had the perception that smoking was not too dangerous, but after counseling, that perception changed significantly. Long-term evaluations also showed a decrease in the number of students who tried smoking after counseling was carried out. In conclusion, counseling on the dangers of smoking at SMA Negeri 10 Central Maluku has proven to be effective in increasing students' awareness and knowledge about the adverse effects of smoking. This kind of counseling is expected to be applied regularly and continuously to support preventive efforts in reducing the number of smokers among adolescents.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk Indonesia yang mengonsumsi rokok terus meningkat secara signifikan (Purwanti et al., 2021). Posisi Indonesia masih teratas karena dipicu pertumbuhan perokok baru di kalangan generasi muda Indonesia yang tercepat di dunia (Ristiani et al., 2024). Saat ini Indonesia yang memiliki jumlah perokok laki-laki tertinggi di dunia dan jumlah perokok terbesar ketiga di dunia setelah China dan India. Sebanyak 34,5% orang dewasa (70,2 juta), 65,5% pria, dan 3,3% wanita menggunakan tembakau (merokok, atau produk tembakau). Prevalensi merokok di kalangan anak-anak usia 10-18 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari 7,2% pada 2013 menjadi 9,1% pada 2024 (Nurdin, 2023).

Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok. Dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin (Yulyanti et al., 2021). Efek dari rokok hanya meredakan kecemasan selama efek dari nikotin masih ada, malah ketergantungan nikotin dapat membuat seseorang menjadi tambah stress (Ristiani et al., 2024).

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Ristiani, Mahendra, and Eryta, yang menjelaskan bahwa terdapat perubahan yang diperoleh setelah dilakukannya penyuluhan bahaya merokok pada SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru. Yang awalnya sebelum melakukan penyuluhan diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dan diperoleh nilai rata-rata 61. Setelah dilakukan penyuluhan, diberikan juga post-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dan terdapat peningkatan dengan nilai rata-rata 73,5 (Perdi Nopianto, 2022)

Tujuan dilakukannya pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan bahaya merokok bagi remaja yang dilaksanakan di SMA Negeri 10 Maluku Tengah adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah tentang bahaya merokok serta memberikan pemahaman tentang bahaya merokok dan dampak yang diakibatkan ketika merokok.

II. MASALAH

Prioritas masalah yang ditemukan pada Lokasi kecamatan Leihitu, Desa Negeri Lima dilakukannya pengabdian masyarakat oleh Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIKes Maluku Husada adalah minimnya pengetahuan dan sikap siswa-siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah tentang bahaya rokok terhadap kesehatan. Seperti yang telah kita ketahui bahwa usia remaja merupakan usia yang sangat mudah untuk terpengaruh dengan pengaruh luar. Jika seorang remaja terpapar dengan pergaulan luar yang tidak baik dan diikuti dengan pengetahuan yang minim tentang bahaya rokok bagi kesehatan, maka sudah dipastikan banyak remaja yang terpengaruh untuk ikut merokok. Beberapa remaja mulai untuk merokok karena mengikuti gaya pergaulan teman, atau justru ingin mencoba-coba.

III. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan metode penyuluhan sebagai sarana komunikasi dengan siswa-siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah. Proses penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, dan tanya jawab. Selain dari pada itu, dilakukan pre-test dan post-test yang sesuai dengan materi penyuluhan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan

Pada tahapan persiapan, penanggung jawab pengabdian masyarakat mengurus beberapa administrasi dalam rangka melakukan kegiatan penyuluhan dengan mengunjungi lokasi sekolah SMA Negeri 10 Maluku Tengah dengan maksud untuk menyampaikan tujuan pelaksanaan pengabdian masyarakat. Setelah diberikan izin dari pihak sekolah, selanjutnya kami mempersiapkan materi dan video edukasi yang berhubungan dengan bahaya merokok.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan dan tanya jawab pada tanggal 23 Juli 2024 dan diikuti oleh 60 siswa-siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah. Penyuluhan berlangsung selama 1 (satu) jam dari pukul 09.30 – 10.30 WIT, kegiatan ini dilakukan di ruang pembelajaran SMA Negeri 10 Maluku Tengah. Penyuluhan ini dilakukan secara langsung dengan sasaran kepada siswa-

siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah yang terdiri dari siswa-siswi kelas X, XI MIA dan XII MIA. Dengan rincian 20 orang siswa-siswi kelas X, 20 orang siswa-siswi XI MIA dan 20 orang siswa-siswi XII MIA.

Pembahasan

Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi tentang bahaya merokok dan efek yang akan ditimbulkan dari kebiasaan merokok serta bagaimana cara untuk menghindari dari kebiasaan merokok. Sebelum dilakukan penyuluhan, mahasiswa melakukan pre-test kepada siswa-siswi yang mengikuti penyuluhan yang berkaitan dengan pengetahuan tentang bahaya merokok dan juga efek yang ditimbulkan dari kebiasaan merokok. Dari hasil pre-test didapatkan nilai rata-rata yaitu 56 dengan nilai minimum 32 dan nilai maksimum 100. Setelah dilakukan penyuluhan, mahasiswa kembali melakukan post-test dengan nilai rata-rata yang didapatkan yaitu 75,4 dengan nilai minimum 64 dan nilai maksimum 100.

Diketahui bahwa hasil pengetahuan yang diperoleh sebelum dilakukannya penyuluhan yang terendah adalah 100 sebanyak 2 orang (3,3%), sedangkan yang tertinggi adalah 48 sebanyak 12 orang (20,0%). Dan setelah dilakukannya penyuluhan didapatkan hasil pengetahuan terendah adalah 100 sebanyak 8 orang (13,3%), sedangkan yang tertinggi adalah 80 sebanyak 20 orang (33,3%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Hasil Penyuluhan Pre-test dan Post-test Tentang Pengetahuan Bahaya Merokok di SMA Negeri 10 Maluku Tengah

Hasil Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	Baik		Kurang Baik	
	n	%	n	%
Pre-test	29	48,4	31	51,6
Post-test	60	100	0	0
Total	60	100	60	100

Pemahaman adalah proses capaian hasil tentang pengetahuan, dan diperoleh orang sesudah melakukan aktivitas penginderaan pada suatu objek yang terfokus (Kurnia et al., 2023). Secara umum diketahui bahwa pemahaman manusia didapatkan melalui panca indera utamanya indera penglihatan dan Indera pendengaran (Jannah & ., 2022). Pemahaman merupakan ranah kognitif untuk menghasilkan perbuatan individu (over behaviour) (Mahyar Suara et al., 2020). Pemahaman akan bahaya rokok bagi kesehatan bagi anak didik sangat penting diberikan baik dalam proses belajar mengajar ataupun dengan sosialisasi berupa penyuluhan (Sumarna et al., 2021). Dengan pemberian informasi yang jelas dan terprogram, maka anak didik akan mendapatkan pengetahuan yang menjadi dasar untuk memahami pentingnya kesehatan bagi individu (Suaib et al., 2023). Bentuk penayangan materi dalam bentuk video edukasi merupakan upaya untuk memberikan pemahaman bagi anak didik utamanya siswa-siswi SMA Negeri 10 Maluku Tengah.

Pengaruh tingkat pengetahuan terhadap kebiasaan buruk merokok di tempat umum termasuk areal sekolah, tentu menjadi penyebab utama terjadinya pencemaran udara (Fauzi et al., 2022). Apabila udara sudah tercemar tentu akan mengakibatkan udara tersebut terhirup oleh manusia yang berada di lokasi tersebut dan terhirup ke paru-paru, sehingga dapat menimbulkan gangguan pada paru-paru (Jannah, 2021). Penyadaran akan bahaya merokok perlu diinformasikan kepada anak didik termasuk perilaku merokok di tempat umum dan sekolah karena asap yang dihasilkan menjadi sumber polusi bagi orang yang berada di sekelilingnya (Andrayani et al., 2024). Juga adanya bahaya yang dikenal sebagai perokok pasif, seperti banyaknya anak-anak yang mengalami pneumonia karena asap rokok dan gangguan kesehatan jangka panjang (Agus Alamsyah et al., 2023). Hal ini disebabkan bahaya asap rokok yang mempunyai kandungan racun dan bahan kimia yang membahayakan tubuh (Wurdiana Shinta, 2021).

V. KESIMPULAN

Pengabdian Masyarakat dengan topik penyuluhan tentang bahaya merokok bagi kesehatan remaja SMA Negeri 10 Maluku Tengah telah dilaksanakan dan berhasil dengan baik. Partisipasi para siswa-siswi dalam mengikuti kegiatan pengabdian ini sangat antusias karena tingkat kehadiran peserta sesuai target mencapai 100 % (60 siswa). Hasil kegiatan penyuluhan ini, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan ini sebesar 100 %.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Sekolah serta para Staf Dewan Guru SMA Negeri 10 Maluku Tengah yang telah menyetujui kami untuk melakukan kegiatan penyuluhan Bahaya Merokok Bagi Remaja. Partisipasi dan kerjasama yang baik dari pihak sekolah sangat membantu kami dalam menyampaikan informasi yang penting ini kepada para siswa. Kami berharap bahwa penyuluhan ini dapat memberikan wawasan yang bermanfaat dan mendorong para siswa untuk menjaga kesehatan serta menjauhi kebiasaan Merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Alamsyah, Al Safitri, R., Christine Vita Gloria Purba, Bintan Najihan, Shanti Pratiwi, G., Fitri Handayani, A., & Sofiya, S. (2023). Penyuluhan Bahaya Merokok Dan Dampak Merokok Bagi Kesehatan Di MTS Annajah Kota Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 7(2), 186–191. <https://doi.org/10.37859/jpumri.v7i2.5371>
- Andrayani, S., Annaina Sarah, S., Nilam Cahya, N., Rahmatillah, M., Fikri Jaka Pratama, M., Andita Anastasya, Y., & Amalia, I. (2024). Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok; Kenali Resiko Dan Dampaknya Bagi Kesehatan Fisik Dan Psikologis Pada Remaja Akhir Di Sma N 2 Dewantara. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(3), 29863104.
- Fauzi, M., Setiawaty, E., & Dayfi, B. A. (2022). Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Akibat Rokok di SMAN 1 Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat. *Bakti Sekawan : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 150–154. <https://doi.org/10.35746/bakwan.v2i2.315>
- Jannah, M. (2021). Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja Sekolah Menengah Atas (Sma) Di Kota Palopo. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 6–12. <https://doi.org/10.32763/juke.v14i1.276>
- Jannah, M., & . H. (2022). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Rokok Di Sma Negeri 2 Palopo. *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 8. <https://doi.org/10.31602/ann.v9i1.5840>
- Kurnia, S. I., Irawan, F., Nurhasanah, T., & Soebroto, L. (2023). Pelajar Sehat Anti Merokok Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5683. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i6.17592>
- Mahyar Suara, Asep Rusman, & Kusnanto. (2020). Penyuluhan Bahaya Rokok Untuk Meningkatkan Kesadaran Remaja Mengenai Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan Di Kelurahan Jatibening. *Jurnal Antara Abdimas Keperawatan*, 3(1), 26–30. <https://doi.org/10.37063/abdimaskep.v3i1.571>
- Nurdin, A. (2023). Penyuluhan Tentang Kenakalan Remaja, Bahaya Gadget, bahaya merokok dan bahaya berdagang pada siswa-siswi SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya. *Penyuluhan Tentang Kenakalan Remaja, Bahaya Gadget, Bahaya Merokok Dan Bahaya Berdagang Pada Siswa-Siswi SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya*, 1(1), 79–86. <https://dx.doi.org/10.0000/adm>
- Perdi Nopianto, I. Y. (2022). EFEKTIVITAS PENERAPAN PENGETAHUAN DAMPAK BAHAYA MEROKOK TERHADAP KESEHATAN REPRODUKSI PADA SISWA/SISWI KELAS 10 DI SMA PUSAKA NUSANTARA 2 BEKASI. *EFEKTIVITAS PENERAPAN PENGETAHUAN DAMPAK BAHAYA MEROKOK TERHADAP KESEHATAN REPRODUKSI PADA SISWA/SISWI KELAS 10 DI SMA PUSAKA NUSANTARA 2 BEKASI*, 4(2), 1–5.
- Purwanti, I. S., Devhy, N. L. P., Prihatiningsih, D., Bintari, N. W. D., & Widana, A. . G. O. (2021). Pencegahan Perilaku Merokok Remaja Melalui Penyuluhan Bahaya Rokok Elektrik dan Konvensional. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 2(2), 259. <https://doi.org/10.33394/jpu.v2i2.4022>
- Ristiani, N., Mahendra, M., & Eryta, E. (2024). Education About The Danger Of Smoking For Health On Students Of SMA 1 Muhammadiyah Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan*, 2(2), 18–24.
- Suaib, S., Dwijayanto, I. M. R., Situmorang, B. H. L., Distriani, A. E., Sinta, S., Mahadali, S. A., & Dahlan, P. A. M. (2023). Edukasi Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Pada Siswa/Siswi Madrasah Tsanawiyah Desa Baliase. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(12), 1551–1554. <https://doi.org/10.55681/ejoin.v1i12.2047>
- Sumarna, U., Rosidin, U., & Purnama, D. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa-Siswi Smkn 2 Pangdaran. *Dharmakarya*, 10(4), 344. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v10i4.29015>
- Wurdiana Shinta, L. E. (2021). Plagiarism Checker X Originality Report. *Jurnal Edudikara*, 2(2), 3–5.
- Yulyanti, D., Dewi, S. W., Nurkhalimah, S. K., & Seldjatem, O. M. (2021). Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Bahaya Rokok Pada Remaja di SMK Endang Darma Ayu Kabupaten Indramayu. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1373–1377. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.837>