

Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Rokok pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 22 Bandar Lampung

Asep Sukohar¹, Muhartono², Gigih Setiawan¹, Chicy Widya Morfi¹

¹Bagian Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Bagian Patologi Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Saat ini Merokok sudah menjadi tren di kalangan pelajar laki-laki, terutama pada usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan diperkirakan korban tembakau di masa depan adalah mereka yang menggunakan tembakau. Anak-anak yang menjadi perokok yang hidup saat ini akan meninggal akibat penyakit yang berhubungan dengan tembakau di masa yang akan datang. Prilaku merokok sangat terkait dengan pengetahuan perokok akan bahaya rokok bagi kesehatan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk *peningkatan* pengetahuan dan perilaku siswa akan bahaya rokok. Pemecahan masalah yang diterapkan pada kegiatan ini mencakup penyuluhan menggunakan metode ceramah, *leaflet*, tanya jawab disertai pemberia pretes dan postes. Pengukuran status pengetahuan akan bahaya pada siswa dibagi menjadi 4 kategori diantaranya tidak paham, cukup paham, paham, dan sangat paham. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 20 September 2017 di SMPN 22 Bandar Lampung. Kegiatan penyuluhan mengenai pendidikan kesehatan akan bahaya rokok pada anak sekolah ini diikuti oleh 80 orang siswa. Setelah mendapatkan penyuluhan tentang materi pendidikan kesehatan tentang bahaya rokok, maka pengetahuan siswa-siswa SMPN 22 Bandar Lampung sebagai kelompok berisiko menjadi meningkat. Penyuluhan berkelanjutan, Pemasangan *Banner* di sekolah serta konseling mengenai bahaya menjadi perokok aktif maupun pasif terus dilakukan guna lebih meningkatkan pengetahuan dari siswa.

Kata kunci: Bahaya rokok, Pendidikan Kesehatan, Remaja SMP.

Health Promotion of Cigarette Hazards to Students State Junior High School 22 Bandar Lampung

Abstract

Smoking cigarette nowadays already become new trend among male students, especially at the age of junior high school (SMP) and is expected tobacco victims in the future are those who use tobacco. Children who become smokers living today will die in the future. The purpose of this activity is to increase the knowledge and behavior of students about the dangers of smoking. Problem solving applied to this activity includes counseling using lecture method, leaflet, question and answer with pre test and post test. Measurement of knowledge status of hazards on students is divided into 4 categories such as not understand, understood, understand, and very understand. Health promotion was held on 20 September 2017 at SMPN 22 Bandar Lampung. Extension activities on health promotion about the hazardous of smoking in school children is attended by 80 students. After getting counseling about health promotion material about the dangers of smoking cigarettes, the result of this health promotion is the knowledge of the students of SMPN 22 Bandar Lampung as a risk group is increasing. Continuing health promotion, banner installation in schools and counseling on the dangers of active and passive smokers continue to be done to further improve the knowledge of students.

Keywords: Cigarette Hazardous, Health Promotion , Junior High School Grade

Korespodensi: Gigih Setiawan, alamat Jl. Puri Kelana Blok FF No 5 Way Halim, HP: 081381262100, e-mail: drgigih88@gmail.com.

Pendahuluan

Fenomena merokok sekarang ini sudah menjadi tren di kalangan pelajar laki-laki baik siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah menengah Atas (SMA), bahkan siswa Sekolah Dasar (SD) pun sudah ada yang mencobanya menurut hasil riset kesehatan dasar tahun 2013.¹ Ada beberapa siswa yang nekad melakukan merokok di sekolah sekalipun larangan merokok di sekolah sudah dilakukan secara ketat. Diantara para remaja yang merokok tersebut, sekitar 25% merokok pertama kali sebelum berusia 10

tahun, Hasil Survey Kesehatan Reproduksi Indonesia Tahun 2002-2003 bahwa remaja usia 10 tahun merokok 27,7 % dan usia di bawah 20 tahun 68%.² Para perokok yang memulainya sejak awal usia muda menanggung risiko lebih besar. Diperkirakan korban tembakau di masa depan adalah anak-anak hari ini. Anak-anak yang hidup saat ini akan meninggal akibat penyakit yang berhubungan dengan tembakau.³

Kerusakan pada seseorang yang diakibatkan dari merokok akan terakumulasi

sedikit demi sedikit dan baru dapat dirasakan langsung akibatnya dalam beberapa tahun atau beberapa puluh tahun kemudian. Menurut data *National Cancer Institute* di Amerika Serikat tahun 2007, penyakit kanker yang diakibatkan dari rokok akan terlihat atau dapat dirasakan gejalanya oleh perokok setelah mengkonsumsi rokok.⁴

Dampak merokok tidak hanya pada kesehatan fisik tetapi juga terhadap perkembangan individu. Hasil penelitian Lavental dalam Mubarak (2014) merokok dapat meningkatkan kecenderungan untuk mencoba zat adiktif lain dan narkoba. Sebab konsumsi rokok berkorelasi dengan konsumsi morfin, kokain, mariyuana dan alkohol, merokok merupakan pintu gerbang pertama menuju narkoba.⁵ Pada sebagian siswa SMP yang sudah menikmati merokok ada kecenderungan malas untuk belajar karena pada siswa ini lebih banyak menyukai merokok dengan berkumpul bersama teman-temannya. Remaja perokok yang mengambil keputusan untuk melanjutkan perilaku merokoknya, umumnya frekuensi merokok mereka cenderung semakin lama semakin meningkat.⁶

Perokok remaja kemudian semakin meningkatkan konsumsi rokoknya saat tubuh menginginkan nikotin. Rasa sensitif terhadap nikotin tersebut juga akan berpengaruh terhadap otak. Abdullah (2010) menyatakan bahwa apabila rokok telah dikonsumsi sejak usia dini akan mempengaruhi terhadap fungsi otak. Jika remaja perokok secara terus-menerus menghisap rokok, maka akan terjadi penumpukan nikotin di otak. Penumpukan nikotin dan berbagai macam zat itulah akan berpengaruh terhadap kondisi stamina fisik dan berpengaruh negatif secara tidak langsung terhadap motivasi belajar remaja, nilai pelajaran, prestasi akademik, performa kelulusan dan masa depan pendidikan perokok.⁷ Kebiasaan merokok disinyalir dipengaruhi oleh gencarnya iklan rokok di media khususnya televisi, juga dipengaruhi oleh lingkungan terkecilnya yaitu keluarga. Hampir 75 % persen rumah tangga di Indonesia memiliki anggaran belanja rokok yang berarti minimal ada satu perokok di dalam satu rumah tangga.⁸

Terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhi remaja untuk merokok, dikategorikan menjadi faktor kepribadian (ketidakseimbangan mental, mementingkan

hal-hal yang tampak/penampilan, keterbukaan, keramahan, dan kesadaran), faktor kognitif (rasa koherensi dan sumber kepercayaan diri), sumber pencegahan (keluarga dan dukungan sosial teman), dan faktor demografi (gender dan etnis). Faktor-faktor tersebut, khususnya faktor mental, dukungan sosial, dan demografi ikut mempengaruhi kebiasaan merokok pada remaja. Orang-orang muda dengan dukungan teman sebaya cenderung merokok.⁹ Merebaknya perilaku merokok pada remaja ini dapat dilihat dari kajian perkembangan remaja. Remaja mulai merokok dikatakan oleh Erikson terkait dengan proses krisis aspek psikososial yang terjadi pada masa perkembangan remaja yaitu masa ketika mereka tengah berusaha mencari jati dirinya (Komalasari dan Helmi, 2000).¹⁰ Di dalam masa remaja ini sering digambarkan sebagai masa *storm and drunk* atau masa badai dan topan. Selama tahun-tahun awal remaja, individu mengalami masalah utama biologis, kognitif, perubahan sosial, dan emosional yang mempengaruhi pilihan perilaku, termasuk bereksperimen dengan perilaku yang tidak sehat misal merokok. Risiko kesehatan awal, inisiasi merokok yang parah dan pola perilaku tidak sehat pada remaja sering meluas terbawa sampai dewasa.¹⁰

Beberapa remaja bertindak dengan perilaku merokok sebagai bentuk kompensasi, sebagaimana dikatakan oleh Brigham dalam komalasari (2000) bahwa perilaku merokok bagi remaja merupakan bentuk perilaku simbolisasi, sebagai simbol dari kematangan, kedewasaan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap teman lawan jenisnya.¹¹ Di sisi lain waktu pertama kali remaja merokok gejala yang terjadi mungkin batuk-batuk, perut mual, dan kepala pusing. Tetapi sebagian dari para remaja tersebut akan mengabaikan dan dilanjutkan pada proses pengulangan untuk selanjutnya akan menjadi perilaku menetap. Hal ini bisa diperjelas dengan teori dinamika motivasi dari Allport bahwa tingkah laku dewasa yang tetap berdasarkan prinsip belajar sederhana diukur dari seberapa jauh motivasi seseorang menjadi fungsional otonom. Ada dua jenis yaitu 1). Otonomi fungsional terbiasa (*perseverative functional autonomy*) yaitu kecenderungan suatu pengalaman akan mempengaruhi pengalaman berikutnya, misalnya adiksi dan perbuatan yang diulang-ulang. Pemabuk akan minum alkohol tanpa

alasan mengapa harus mabuk, seorang remaja awalnya belajar merokok karena ingin “menjadi hero” tetapi sesudah itu akan merokok karena ada kebutuhan ingin merokok. 2). Otonomi fungsional propriate (*propriate functional autonomy*) seperti minat yang dipelajari, nilai-nilai, motif-motif pokok, gambaran diri, dan gaya hidup. Mula-mula remaja melakukan merokok hanya untuk tampilan luar atau sisi perifer dari kepribadian, tetapi semakin dalam remaja itu menjalani maka akan mengubah motivasi yang hanya coba-coba menjadi motivasi *proprium* fungsional otonom dimana merokok dirasakan sebagai kebutuhan pokok dan menjadi gaya hidupnya.⁷

Melihat banyaknya perokok aktif dan pasif dari kalangan usia sekolah menengah pertama, maka penyuluhan ini hadir sebagai suatu intervensi yang hadir untuk meningkatkan pengetahuan pada usia tersebut sehingga diharapkan dengan meningkatkannya pengetahuan akan bahaya merokok baik bagi perokok aktif maupun perokok pasif, sehingga perilaku merokok pun akan berkurang.

Metode Pengabdian

Pemecahan masalah yang diterapkan pada kegiatan ini melalui berbagai rangkain acara diantaranya Kegiatan pengabdian ini bertema pendidikan kesehatan tentang bahaya

rokok pada anak SMP usia 12-15 tahun atau usia sekolah menengah pertama. Kegiatan dilakukan pada tanggal 20 September 2017 di SMPN 22 Bandar Lampung, dengan peserta adalah dari siswa SMP kelas VIII berjumlah 80 orang. Acara dimulai pukul 08.00 WIB. Acara dibuka dengan pembukaan oleh ketua pelaksana Bapak Dr.dr. Asep Sukohar, S.Ked, M.Kes dan Kepala Sekolah Ibu Rita, S.Pd. Lalu dilanjutkan doa membuka acara penyuluhan.

Sebelum dilakukan penyuluhan, diberikan pretest yang menilai pengetahuan siswa mengenai bahaya rokok yang terdiri dari 10 butir pertanyaan pilihan ganda yang mewakili materi yang akan diberikan. Durasi pretest selama 10 menit. Setelah pretest dilanjutkan dengan pemberian materi penyuluhan secara paralel oleh dr. Gigih Setiawan, S.Ked dan dr. Chicy Widya Morfi, S.Ked. Satu Kelas penyuluhan terdiri dari 40 siswa, dan dilaksanakan paralel 2 kelas. Peserta tampak antusias dan mengajukan beberapa pertanyaan mengenai bahaya rokok. Setelah materi selesai dilakukan sesi tanya jawab yang berlangsung 30 menit. Setelah sesi tanya jawab selesai, dilanjutkan dengan posttest selama 10 menit yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda mengenai materi yang telah diberikan. Selesai posttest, acara dilanjutkan dengan penutupan dan doa.



Gambar 1. Pelaksanaan Pretes



Gambar 2. Pelaksanaan Penyuluhan

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai bahaya rokok, hubungan perokok, merokok dan perubahan perilaku pada remaja dan cara berhenti merokok serta manfaatnya terhadap siswa dan guru. Setelah dilakukan pemaparan materi, kemudian diadakan diskusi singkat tentang merokok di lingkungan pendidikan. Acara penyuluhan berjalan lancar dengan atensi yang cukup tinggi dari peserta, hal ini terbukti bahwa peserta antusias untuk bertanya dan mengemukakan pendapat selama acara berlangsung.

Penyuluhan diikuti oleh delapan puluh peserta. Sebagian besar peserta adalah siswa kelas VIII. Kegiatan ini dilakukan pukul 08.00-11.00 WIB. Pemberian materi penyuluhan kepada siswa dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, leaflet, dan pemutaran video

bahaya rokok. Selama penyampaian materi oleh narasumber, para peserta menyimak dengan tekun dan antusias. Setelah narasumber selesai menyampaikan materi dibuka forum tanya jawab mengenai materi yang telah disampaikan. Ada 10 pertanyaan yang diajukan oleh peserta yang dibagi dalam dua sesi.

Setelah kegiatan berakhir dilakukan evaluasi akhir dengan memberikan *post test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama dengan *pre test*. Skor nilai *pre test* dibandingkan dengan skor nilai *post test* untuk menilai ada tidaknya peningkatan pengetahuan peserta. Apabila terjadi peningkatan pengetahuan pada lebih dari 80% peserta, maka kegiatan peningkatan pengetahuan dianggap berhasil.



Gambar 3. Pelaksanaan Posttest

Tabel 1. Tingkat pemahaman *Pre test*

No	Nilai	Tingkat Pemahaman	%
1	<50	Tidak Paham	37,5
2	50-75	Cukup Paham	51,3
3	75-99	Paham	11,2
4	100	Sangat Paham	0
TOTAL			100

Tabel 2. Tingkat Pemahaman *Post test*

No	Nilai	Tingkat Pemahaman	%
1	<50	Tidak Paham	0
2	50-75	Cukup Paham	8
3	75-99	Paham	41
4	100	Sangat Paham	31
TOTAL			100

Berdasarkan hasil pengamatan *pre test* diketahui sebanyak 30 orang siswa atau sekitar 37,5% siswa belum paham, 41 orang siswa atau sekitar 51,3 % siswa cukup paham dan 9 orang siswa atau sekitar 11,2% siswa paham materi mengenai bahaya rokok. Dari hasil *pre test* ditemukan juga bahwasanya kebanyakan siswa yang merokok baik secara aktif maupun pasif tidak mengetahui bahwasanya perilaku merokok adalah perilaku yang membahayakan kesehatan dan akan mengakibatkan berbagai gangguan kesehatan. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pemahaman siswa meningkat dilihat dari nilai *post test* siswa. Tidak ada siswa yang tidak paham mengenai bahaya rokok, siswa yang mengerti dan cukup paham mengenai materi sebanyak 8 orang atau sekitar 10%, sebanyak 41 siswa paham atau sekitar 51,3% dan sisanya 31 orang siswa atau sekitar 38,7% siswa sangat paham terhadap materi yang telah disampaikan. Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa peserta atau siswa yang ikut dalam penyuluhan mendapatkan peningkatan pengetahuan yang signifikan mengenai bahaya rokok. Mayoritas siswa dapat menjawab hampir semua pertanyaan *post test* setelah diberikan materi penyuluhan dengan metode ceramah, tanya jawab, menonton video bahaya rokok bagi kesehatan dan *leaflet* dibandingkan hasil *pre test* sebelum materi. Dari berlangsungnya kegiatan penyuluhan ini baik saat proses

ceramah materi bahaya rokok, sesi tanya jawab mengenai bahaya rokok dan post tes terjadi peningkatan dan kepedulian siswa akan bahaya rokok baik itu perokok aktif maupun pasif hal ini diharapkan dapat menurunkan perilaku merokok pada siswa tersebut dan menurunkan bahaya bagi kesehatan yang mungkin terjadi dimasa mendatang.

Simpulan

Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa setelah mendapatkan materi , para siswa mampu mengerti dan memahami bahaya rokok pada remaja, khususnya siswa sekolah menengah pertama. Hasil penyuluhan melalui media pertanyaan pretest dan posttest pilihan ganda dapat dilihat peningkatan pengetahuan siswa terhadap bahaya rokok.

Ucapan Terimakasih

Penulis memberikan ucapan terima kasih kepada dekan fakultas kedokteran universitas lampung dan seluruh staf dari SMPN 22 Bandar Lampung sehingga pengabdian masyarakat dengan tema “Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Rokok pada Siswa SMP Negeri 22 Bandar Lampung” dapat dilaksanakan. Selain itu penulis juga mengapresiasi mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Lampung angkatan 2015 yang membantu pelaksanaan penyuluhan.

Daftar Pustaka

1. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2013.
2. Febri B. Perilaku remaja pecandu rokok siswa smp di desa gunung kesiangan kecamatan benai kabupaten kuantan singingi. JOM FISIP. 2016;3(2):1-14.
3. Mulyani TSI. Dinamika perilaku merokok pada remaja [tesis]. Surakarta: Universitas Muhammadiyah; 2015.

4. Andrian L. Pengaruh Media Massa, Keluarga, dan Teman terhadap Perilaku Merokok Remaja di Yogyakarta. *Jurnal Makara Hubs-Asia*. 2014;18(1):41-52.
5. Ikhsan H. Pengaruh pendidikan kesehatan bahaya merokok terhadap perilaku merokok [Studi Kasus]. Semarang: Politeknik Negeri Semarang; 2013.
6. Molina. Hubungan antara konformitas terhadap perilaku merokok pada siswa SMP Negeri 1 Loa Janan. *Journal Psikologi Unmul*. 2017;5(1):96-106.
7. Agustina NW. Hubungan merokok dengan indeks prestasi belajar siswa kelas x SMK Muhammadiyah 4 Klaten [Laporan Penelitian]. Klaten: Stikes Muhammadiyah Surakarta; 2013.
8. Catherine T, Romeo P, Nayoan CR. Pengaruh iklan rokok melalui media massa terhadap perilaku merokok remaja di SMPN 2 Kota Kupang tahun 2011. *MKM Jurnal*. 2012;6(2):91-100.
9. Aula, Ellizabeth. Stop merokok! sekarang atau tidak sama sekali. Jakarta: Garailmu; 2010.
10. Setiyanto D. Faktor dan Dampak dari Perilaku Merokok pada Kalangan Pelajar SMA Negeri 2 Karanganyar [Studi Kasus]. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas sebelas Maret; 2013.
11. Sukendro, S. *Filosofi Rokok*. Yogyakarta: Pinus book publisher; 2007.