

Pencegahan Perilaku Merokok Siswa Sekolah Menengah Pertama di SMP Islam Mumtaz, Bandar Lampung

Syazili Mustofa¹, Evi Kurniawaty¹, Oktadoni Saputra¹, Anggraeni Janar Wulan¹, Nuriah¹, Suharyani¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Bandar Lampung, Indonesia

Abstrak

Perokok usia muda semakin meningkat jumlahnya dari tahun ke tahun. Banyak factor yang menyebabkan anak usia sekolah mulai merokok, misalnya mengikuti gaya hidup, ingin terlihat keren, dan ketidak tahuan mengenai bahaya merokok. Perokok anak dan remaja dapat terjangkit penyakit misalnya asma, ISPA dan penurunan fungsi paru. Remaja di Indonesia mulai merokok karena tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Peran teman sebaya sangat dibutuhkan anak remaja dalam memberikan informasi pengetahuan yang tepat dan memotivasi berperilaku hidup sehat. Target khusus kegiatan ini adalah meningkatkan kesehatan remaja melalui pemberdayaan siswa sebagai *peer educator* dalam rangka upaya pencegahan perilaku merokok siswa di SMP Islam Mumtaz Bandar Lampung. Kegiatan ini berbentuk pendidikan pada masyarakat untuk pencegahan perilaku merokok di SMP Islam Mumtaz, Bandar Lampung. Kegiatan mampu meningkatkan pengetahuan siswa SMP Islam Mumtaz terhadap bahaya rokok dan pencegahan perilaku merokok. Kami menyarankan kepada semua pihak untuk fokus dalam menghadapi permasalahan ini dan mengembangkan berbagai metode untuk mencegah perokok pada usia muda di Indonesia.

Kata kunci: Bahaya merokok, pencegahan merokok, perokok siswa sekolah.

Korespondensi: DR.Si. dr. Syazili Mustofa, S.Ked, M. Biomed| Jl. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung | HP 62-81929345909 | e-mail: syazilimustofa.dr@gmail.com

PENDAHULUAN

Merokok adalah masalah klasik kesehatan di Indonesia.¹ Akibat perilaku merokok, negara dibebani oleh biaya pengobatan berbagai penyakit akibat rokok.² Perilaku merokok di kalangan muda semakin meningkat di Indonesia, hal ini disebabkan pengaruh lingkungan dan kurangnya pengetahuan mengenai bahaya merokok.³ Perilaku merokok yang dimulai pada usia muda meningkatkan risiko asma, infeksi saluran nafas dan penurunan fungsi paru.⁴

Penelitian kami yang meneliti efek merokok terhadap fungsi paru pada 666 siswa SD di Kota Bandar Lampung tahun 2018 menemukan fenomena yang sangat menarik. Sebanyak 15% siswa adalah perokok dan kebanyakan adalah siswa laki laki. Kemudian, Kami melakukan uji fungsi paru pada siswa perokok tersebut dan menemukan bahwa fungsi paru siswa perokok tersebut lebih rendah daripada siswa yang tidak merokok.⁵ Rokok mengandung iritan yang menimbulkan respon berlebih pada tubuh.⁶ paparan rokok pada usia

anak-anak dapat menyebabkan penurunan fungsi paru prematur.⁷ Hal ini juga merupakan faktor risikoutama bagi penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) yang sering ditemui pada perokok usia dewasa.⁸ Oleh karena itu, perilaku merokok pada anak dan remaja harus dicegah.⁹

Salah satu cara untuk mencegah perilaku merokok pada remaja adalah dengan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok.¹¹ Kegiatan ini penting karena menyentuh langsung ke masyarakat dan merupakan perwujudan peran dan tanggung jawab lembaga perguruan tinggi dalam rangka ikut mencerdaskan kehidupan bangsa.

METODE

Dalam kegiatan ini dilakukan program penyuluhan mengenai bahaya rokok bagi kesehatan. Dalam melaksanakan kegiatan ini Tim bekerjasama dengan beberapa pihak. Pihak-pihak yang mendukung kegiatan pengabdian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan Sekolah SMP Islam

Mumtaz. Langkah selanjutnya adalah melakukan persiapan dengan menyusun dan modul, metode dan jadwal pelatihan bagi peserta, membuat alat peraga dan sosialisasi kegiatan. Mahasiswa dilibatkan dalam kegiatan ini. Mahasiswa membuat poster kesehatan berisi informasi mengenai bahaya merokok, cara mencegah perilaku merokok dan motivasi berhenti merokok.

Ada tiga materi yang diberikan dalam penyuluhan. Materi tersebut adalah anatomi dan fungsi saluran napas manusia, Bahaya rokok bagi kesehatan, dan kiat kiat menjauhi rokok. Evaluasi dilakukan dengan penggunaan kuisioner yang diisi oleh peserta kegiatan. Kuisioner diisi oleh peserta kegiatan sebanyak dua kali, pada awal kegiatan dan pada akhir Kegiatan. Hal hal yang dievaluasi dalam kegiatan ini adalah pengetahuan siswa terhadap bahaya merokok bagi kesehatan, dan pencegahan perilaku merokok, serta partisipasi siswa dalam pencegahan perilaku merokok bagi siswa SMP Islam Mumtaz. Nilai rerata kuisioner tersebut kemudian dibandingkan dengan menggunakan uji *Independent T-Test*.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada bulan Agustus-Oktober 2023. Kegiatan pengabdian diikuti oleh 50 orang siswa SMP Islam Mumtaz. Target kegiatan ini adalah siswa SMP karena perilaku merokok masalah utama kesehatan remaja.⁵

Pada bulan agustus 2023, kami melakukan survei awal ke lokasi kegiatan. Hasil survei dengan kuisioner yang kami sebar ke murid, memperlihatkan pengetahuan mereka tentang bahaya perilaku merokok bagi kesehatan masih rendah. Mereka tidak memiliki akses untuk menambah pengetahuan mereka mengenai bahaya merokok dan motivasi mereka masih kurang (lihat tabel 1).

Dalam kegiatan ini dilakukan program pelatihan yang mengintegrasikan peningkatan pengetahuan siswa mengenai bahaya rokok bagi kesehatan, pola dukungan antar teman sebaya, dan keterampilan komunikasi sebagai konselor kesehatan bagi teman sebaya. Metode yang digunakan adalah pemberian penyuluhan

dengan diskusi dan membentuk kader teman sebaya untuk kesehatan remaja.

Tabel 1. Evaluasi sebelum Dan Sesudah Kegiatan

Komponen penilaian	Rerata Nilai pretest	Rerata Nilai post test	p-Value
Bahaya rokok bagi kesehatan	60,1 (cukup)	75,6 (Baik)	0,00 *
Pengetahuan tentang cara mencegah perilaku merokok	57,1 (cukup)	75 (Baik)	0,00 *
Pengetahuan tentang keterampilan komunikasi	58,6 (cukup)	74,3 (Baik)	0,00 *

Tanda(*) artinya terdapat beda bermakna.

Pada kegiatan ini siswa ditingkatkan pemahaman dan kesadaran tentang pentingnya kesehatan dan bahaya merokok. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan bermakna pada evaluasi yang kami lakukan diawal kegiatan dan akhir kegiatan (tabel 1).



Gambar 1. Tim dosen FK unila melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan di SMP Islam mumtaz Bandar Lampung.



Gambar 2. Melibatkan Mahasiswa FK unila dalam kegiatan penyuluhan kesehatan di SMP Islam mumtaz Bandar Lampung.



Gambar 3. Foto bersama pelaksana dan peserta kegiatan penyuluhan kesehatan di SMP Islam mumtaz Bandar Lampung.

Kegiatan ini menghasilkan beberapa manfaat, pertama; menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan kondusif sehingga meningkatkan kesehatan masyarakat. menghasilkan beberapa manfaat. Kedua, kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat dalam rangka memenuhi tugas dan fungsi dosen dalam bidang pengabdian kepada masyarakat. Ketiga, dalam kegiatan ini, telah dilakukan penerapan dan penyebaran hasil-hasil penelitian/kajian kepada masyarakat sebagai bagian dari upaya untuk memberdayakan dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Keempat, kegiatan ini berhasil membangun kerjasama dan kemitraan dengan masyarakat sebagai perwujudan dari pengembangan kompetensi sosial di kalangan para dosen.¹⁰

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap bahaya merokok bagi kesehatan yang akan mendukung peningkatan daya saing generasi muda melalui peningkatan sumber daya manusia seperti peningkatan taraf kesehatan remaja. Kegiatan ini diharapkan akan berdampak terhadap peningkatan kesejahteraan masyarakat melalui peningkatan derajat kesehatan remaja, produktivitas, dan kesehatan dengan terlaksananya kegiatan pencegahan perilaku merokok pada anak dan remaja.¹⁰⁻¹¹

KESIMPULAN

Masalah utama kesehatan di Indonesia adalah tingginya angka perokok. Kegiatan ini telah meningkatkan pengetahuan mengenai bahaya rokok terhadap kesehatan dan cara mencegah perilaku merokok. Agar tidak terjadi peningkatan jumlah perokok muda, menyarankan kepada semua pihak terkait untuk mengembangkan berbagai metode pencegahan merokok pada anak dan remaja Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada Program Hibah Pengabdian Kepada Masyarakat Unggulan DIPA FK Unila 2023 yang telah mendanai kegiatan ini, dan SMP Islam Mumtaz di Bandar Lampung yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Herawati, P., Afriandi, I., & Wahyudi, K. (2019). Determinan Paparan Asap Rokok di Dalam Rumah: Analisis Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012. *Buletin Penelitian Kesehatan. Buletin Penelitian Kesehatan*, 47, 245-52
2. Hamzah, B. D., Akbar, H., Rafsanjani, T. M., Sinaga, A. H., Hidayani, W. R., Panma, Y., & Bela, S. R. (2021). *Teori Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
3. Oktania, N. P., Widjarnako, B., & Shaluhiah, Z. (2023). Penyebab Perilaku

- Merokok Pada Remaja. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(1), 85-92.
4. Faber, T., Mizani, M. A., Sheikh, A., Mackenbach, J. P., Reiss, I. K., & Been, J. V. (2019). Investigating the effect of England's smoke-free private vehicle regulation on changes in tobacco smoke exposure and respiratory disease in children: a quasi-experimental study. *The Lancet Public Health*, 4(12), e607-e617.
 5. Soemarwoto, R, A, Mustofa, S, Rusmini, H, Sinaga, F, Fadhila, N 2019, 'The effects of Active and passive smoking to predicted peak expiratory flow rate and oxygene saturation among indonesian primary school children (Aged 10–13 Years) In Bandar Lampung, Indonesia. *Chest*. 2019.
 6. Kopa, P. N., & Pawliczak, R. (2020). IQOS—a heat-not-burn (HnB) tobacco product—chemical composition and possible impact on oxidative stress and inflammatory response. A systematic review. *Toxicology mechanisms and methods*, 30(2), 81-87.
 7. Guerra, S, Stern, D, A, Zhou, M, Sherrill, D, L, Wright, A, L, Morgan, W. J, et al 2013, 'Combined effects of parental and active smoking on early lung function deficits : a prospective study from birth to age 26 years', *Thorax*, Vol 68, 1021–8.
 8. Yunus, F, Ariawan, W 2019, undefined. Smoking Behaviors and Related Factor in Indonesian Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease in National Reference Hospital for Respiratory Diseases. *PjcmNet*. 2019;25(1):6–10
 9. Leonardi-Bee J, Jere ML, Britton J. Exposure to parental and sibling smoking and the risk of smoking uptake in childhood and adolescence: a systematic review and meta-analysis. *Thorax*. 2011 Oct 1;66(10):847 LP – 855.
 10. Mustofa, S., Wardani, D. W. S. R., Muhartono, M., & Soemarwoto, R. A. S. (2020). Pemberdayaan Siswa sebagai Peer Educator dalam Rangka Upaya Pencegahan Perilaku Merokok Siswa Sekolah Dasar. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai*, 5(1), 77-83.
 11. Kurwiyah, N 2018, Peran konselor sebaya terhadap upaya berhenti merokok di SMP 219 Jakarta, *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice (IJNSP)*, Vol 1, No 2