

PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK PADA REMAJA DI SMK NASIONAL DAWAR BLANDONG MOJOKERTO

Atikah Fatmawati^{1*}, Fitria Wahyu Ariyanti², Anndy Prastya³, Ika Suhartanti⁴,
Ike Prafita Sari⁵, Nurul Mawaddah⁶, Mujiadi Mujiadi⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

*Email korespondensi: tikaners87@gmail.com

(Diajukan: 24 Januari 2023, Direvisi: 22 Juni 2023, Diterima: 30 Juni 2023)

ABSTRAK

Merokok masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius. Pada saat sekarang ini, kebiasaan merokok tidak hanya menjadi masalah pada orang dewasa, namun juga semakin marak pada kalangan anak dan remaja. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok pada remaja di SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto. *Participatory Learning and Action* (PLA) diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini karena dapat menumbuhkan kesadaran dan keaktifan peserta dalam peningkatan pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja. Metode analisis data menggunakan nilai *pre-test* dan *post-test*. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 49 orang. Hasil yang didapatkan adalah meningkatnya pengetahuan remaja terhadap bahaya merokok. Sebelum pendidikan kesehatan, pengetahuan peserta hampir seluruhnya berada pada kategori cukup (77,6%), sedangkan setelah pendidikan kesehatan, pengetahuan peserta sebagian besar berada pada kategori baik (69,4%). Pemahaman tentang kesehatan, terutama bahaya merokok pada remaja penting untuk dilakukan secara berkesinambungan agar terus dapat diingat dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: *pengetahuan, bahaya merokok, remaja*

INCREASING KNOWLEDGE ABOUT THE DANGERS OF SMOKING IN ADOLESCENTS AT SMK NASIONAL DAWAR BLANDONG MOJOKERTO

ABSTRACT

Smoking is still a serious public health problem. At present, smoking is not only a problem for adults, but also for children and adolescents. The purpose of this community service activity is to increase youth knowledge about the dangers of smoking in adolescents at SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto. *Participatory Learning and Action* (PLA) is applied in this community service activity because it can raise the awareness and activeness of participants in increasing knowledge about the dangers of smoking in adolescents. Methods of data analysis using pre-test and post-test values. There were 49 participants in this activity. The results obtained are increasing adolescent knowledge of the dangers of smoking. Prior to health education, almost all participants'

knowledge was in the sufficient category (77.6%), while after health education, most of the participants' knowledge was in the good category (69.4%). Understanding about health, especially the dangers of smoking in adolescents, is important to be carried out on an ongoing basis so that it can be remembered and applied in everyday life.

Key words: *knowledge, dangers of smoking, adolescent*

PENDAHULUAN

Remaja, kelompok dengan rentang usia 10 hingga 19 tahun rentan mencoba segala jenis zat. Selama fase remaja, korteks frontal yang bertanggung jawab untuk membuat keputusan kompleks masih berkembang, sedangkan bagian otak yang memproses perasaan penghargaan lebih matang. Kondisi ini membuat remaja rentan terhadap pengambilan keputusan dadakan seperti mencoba substansi yang berbeda karena rasa ingin tahu dan tekanan sosial. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan di masa depan (Mat Hassan et al., 2020). Tidak terkecuali perilaku merokok pada remaja.

Merokok masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, dengan efek yang sangat merugikan bagi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Berbagai studi epidemiologi menunjukkan bahwa merokok dapat memicu berbagai penyakit kronis, diantaranya penyakit jantung, kanker, penyakit paru obstruktif kronik, dan menjadi penyebab kematian kedua terbanyak di dunia setelah hipertensi (Sheng Xiong et al., 2020).

Jumlah perokok dewasa di Indonesia mengalami peningkatan dalam sepuluh tahun terakhir. Hasil *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2021 yang diluncurkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes), menunjukkan terjadi penambahan jumlah perokok dewasa sebanyak 8,8 juta orang, yaitu dari 60,3 juta pada 2011 menjadi 69,1 juta perokok pada 2021. Pada saat sekarang

ini, kebiasaan merokok tidak hanya menjadi masalah pada orang dewasa, namun juga semakin marak pada kalangan anak dan remaja. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menyatakan bahwa terdapat peningkatan prevalensi merokok pada penduduk umur 10 tahun dari 28,8% pada tahun 2013 menjadi 29,3% pada tahun 2018. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya prevalensi merokok pada populasi usia 10 – 18 tahun yakni sebesar 1,9% dari tahun 2013 (7,2%) ke tahun 2018 (9,1%) (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI, 2013)

Usia remaja dapat dikatakan masa “labil”, dimana remaja memiliki banyak keingintahuan dan keinginan untuk mencoba hal baru tanpa mempertimbangkan dampaknya bagi diri sendiri di masa sekarang dan masa mendatang. Usia remaja ini juga identik dengan masa mencari jati diri sehingga akan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya (Abidin et al., 2019; Mathijssen et al., 2021). Salah satu perilaku pada remaja yang seringkali didapat akibat pengaruh lingkungan adalah merokok. Dari berbagai studi yang telah dilakukan, terdapat berbagai macam alasan remaja merokok, diantaranya coba-coba, ikut-ikutan, keingintahuan, sekedar ingin merasakan, kesepian, agar terlihat gaya, meniru orang tua, iseng, menghilangkan ketegangan, agar tidak dikatakan banci, gengsi, penghilang

stres, melambangkan kedewasaan, dan sebagai media mencari inspirasi (Nurhayati et al., 2022; Purwanti et al., 2021; Susanty & Saputra, 2020).

Dilihat dari berbagai sudut pandang, perilaku merokok tetap merugikan bagi perokok itu sendiri dan bagi lingkungan sekitar. Saat aktivitas merokok dilakukan, terdapat berbagai macam zat berbahaya yang masuk ke dalam tubuh melalui saluran pernapasan, diantaranya nikotin, tar, karbon monoksida, serta bahan kimia beracun lainnya. Bahan-bahan tersebut memiliki efek

adiktif, penurunan kadar oksigen dan darah, serat efek karsinogenik (Munir, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut diperlukan upaya asertif dan berkesinambungan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok. Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok pada remaja di SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto.

METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh tim dosen dan mahasiswa STIKES Majapahit di SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto dengan menerapkan metode *Participatory Learning and Action* (PLA). Pemilihan metode PLA yang secara langsung melibatkan peserta kegiatan ini, sangat tepat karena dapat menumbuhkan kesadaran dan keaktifan peserta dalam peningkatan pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja.

Rangkaian kegiatan dimulai dari koordinasi dengan pihak SMK Nasional

Dawar Blandong Mojokerto tentang kebutuhan informasi bagi para peserta. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang Bahaya Merokok Pada Remaja. Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan pada tanggal 19 Januari 2023. Dalam kegiatan tersebut ada 49 peserta yang terlibat selama kegiatan berlangsung.

Adapun urutan rangkaian kegiatan terlihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Kegiatan Pendidikan Kesehatan

Waktu	Kegiatan	Penanggung Jawab
Pembukaan	a. Menyampaikan salam pembuka b. Membuat kontrak waktu c. Menyampaikan tujuan kegiatan d. Menggali informasi awal dari peserta. e. Pengisian kuesioner (pre-test).	Mujiadi, S.Kep., Ns., M.KKK. Atikah Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep.
Inti	a. Penjelasan konsep remaja b. Penjelasan konsep merokok c. Penjelasan konsep bahaya merokok d. Diskusi bahaya merokok pada remaja di SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto	Fitria Wahyu Ariyanti, S.Kep., Ns., M.Kep. Ike Prafita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep. Nurul Mawaddah, S.Kep., Ns., M.Kep.
Penutup	a. Menyimpulkan hasil diskusi dan tanya jawab.	Anndy Prastya, S.Kep., Ns., M.Kep.

- b. Mengevaluasi secara verbal tentang materi yang telah disampaikan oleh pemateri.
- c. Pengisian kuesioner (post-test).
- d. Menyampaikan salam penutup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

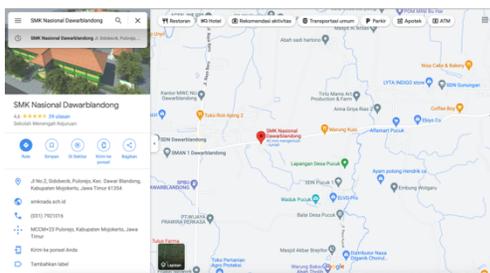
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan sebagai bentuk kegiatan nyata insan akademik untuk memberikan kontribusi pada masyarakat, khususnya pada kelompok remaja dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim dari STIKES Majapahit ini dapat dirasakan langsung oleh peserta. Hal ini ditandai dengan aktifnya sesi diskusi dan tanya jawab.

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini berada di SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto yang beralamat di Jalan Pulorejo No.2, Kecamatan Dawar Blandong, Kabupaten Mojokerto, sesuai Gambar 1. Lokasinya berada di Kabupaten Mojokerto bagian utara, tepatnya sebelah utara Sungai Brantas. Sekolah ini memiliki 5 program keahlian, diantaranya Kimia Industri, Teknik Kendaraan Ringan Otomotif, Teknik dan Bisnis Sepeda Motor, Teknik Komputer dan Jaringan, serta Akuntansi Keuangan Lembaga.

Kegiatan dilakukan dengan terlebih dahulu mengadakan koordinasi dengan pihak sekolah tentang kebutuhan informasi dari para siswa. Berdasar fenomena yang ada, maka disepakati bahwa materi pendidikan kesehatan yang akan diberikan adalah tentang bahaya merokok pada remaja. Kegiatan dilanjutkan dengan kontrak waktu terkait pelaksanaan kegiatan, dan disepakati kegiatan dilaksanakan pada 19 Januari 2023. Kegiatan ini melibatkan 49 peserta, sesuai Gambar 2. Dimulai dengan pengukuran pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja, yang dilakukan dengan pemberian kuesioner *pre-test* secara online.



Gambar 2. Peserta Kegiatan



Gambar 1. Lokasi SMK Nasional Dawar Blandong Mojokerto

Kegiatan dilanjutkan dengan penyampain pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok, sesuai Gambar 3. Materi yang disampaikan yaitu tentang konsep remaja, konsep rokok, dan konsep bahaya merokok.



Gambar 3. Sesi Pendidikan Kesehatan

Setelah selesai penyampaian materi pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok, dilakukan sesi diskusi dan tanya

jawab. Sesi ini berlangsung aktif, ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang muncul dari peserta. Kemudian kegiatan pengabdian masyarakat dilanjutkan dengan pengukuran pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja, yang dilakukan dengan pemberian kuesioner *pre-test* secara online. Pertanyaan yang tertera pada kuesioner adalah sama antara pertanyaan *pre-test* dan *post-test*. Hasilnya terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2 Hasil *pre-test* dan *post-test* pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok pada remaja

Pengetahuan	Hasil <i>Pre-test</i>		Hasil <i>Post-test</i>	
	f	%	f	%
Kurang	6	12,2	0	0
Cukup	38	77,6	15	30,6
Baik	5	10,2	34	69,4
Total	49	100	49	100

Berdasarkan Tabel 2, didapatkan bahwa pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan hampir seluruhnya berada pada kategori cukup (77,6%), dan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar berada pada kategori baik (69,4%). Hasil ini sejalan dengan beberapa hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Studi kuasi eksperimen yang dilakukan pada siswa SMA di Palembang menunjukkan hasil terdapat peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan pendidikan kesehatan (Hidayati et al., 2019). Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini juga sejalan dengan kegiatan pengabdian masyarakat

yang dilakukan pada siswa SMP di Medan, hasilnya menunjukkan terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok (Nurhayati et al., 2022; Purwanti et al., 2021; Susanty & Saputra, 2020).

Merokok tidak hanya merugikan bagi perokok itu sendiri atau biasa disebut perokok aktif, akan tetapi juga bagi orang di sekitar yang tidak merokok namun secara tidak sengaja ikut menghirup asap rokok (perokok pasif). Perilaku membahayakan ini sebenarnya telah banyak diketahui oleh masyarakat luas, tidak terkecuali oleh remaja, akan tetapi hal ini masih dianggap sebagai hal yang wajar dan masih dapat ditolerir. Perilaku ini tidak hanya dilakukan di rumah saja, namun dengan mudah banyak dijumpai juga yang merokok di lingkungan umum,

bahkan tidak jarang di lingkungan sekolah dengan cara siswa mencuri-curi kesempatan.

Remaja yang masih dalam tahap pencarian jati diri, tidak jarang mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan teman sepergaulan. Data Riskesdas 2018 menunjukkan adanya tren peningkatan usia mulai merokok tertinggi dan terbanyak berada pada usia 15-19 tahun. Hal ini menunjukkan tren merokok di Indonesia didominasi oleh usia remaja. Berbagai alasan melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja, diantaranya coba-coba, ikut-ikutan, keingintahuan, sekedar ingin merasakan, kesepian, agar terlihat gaya, meniru orang tua, iseng, menghilangkan ketegangan, agar tidak dikatakan banci, gengsi, penghilang stres (Friedman, 2020), melambangkan kedewasaan, dan sebagai media mencari inspirasi (Nurhayati et al., 2022; Purwanti et al., 2021; Susanty & Saputra, 2020).

Kandungan dalam sebatang rokok terdapat kurang lebih 4000 jenis zat kimia berbahaya yang 60 diantaranya bersifat

adiktif dan karsinogenik. Bahaya ini telah diketahui secara umum oleh masyarakat, akan tetapi banyak aspek dari perilaku merokok yang belum cukup jelas disampaikan pada masyarakat luas, sehingga masih sering disepelekan risiko kesehatan yang mungkin terjadi (Gobel et al., 2020; Sitorus et al., 2020; Susanty & Saputra, 2020).

Perilaku remaja secara tidak langsung juga dapat dipengaruhi oleh teman sebayanya. Pengaruh ini didapatkan karena remaja sering menghabiskan waktu bersama dengan teman sebaya (Ahun et al., 2020; Jacob et al., 2020; Montgomery et al., 2020; Vitória et al., 2020). Kecenderungan remaja yang memiliki perilaku merokok yaitu adanya kesamaan antara teman sebaya dan proses pemilihan teman. Oleh sebab itu, penting untuk remaja diberikan pemahaman tentang mana perilaku yang sehat dan mana perilaku yang berbahaya.

KESIMPULAN

Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan remaja terhadap bahaya merokok. Sebelum pendidikan kesehatan, pengetahuan peserta hampir seluruhnya berada pada kategori cukup (77,6%), sedangkan setelah pendidikan kesehatan, pengetahuan peserta sebagian besar berada pada kategori baik (69,4%). Pemahaman tentang kesehatan, terutama bahaya merokok pada remaja penting untuk dilakukan secara berkesinambungan agar terus dapat diingat dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini penting untuk

tetap menjaga kualitas dan kesehatan generasi penerus.

Saran untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya adalah adanya kerjasama yang aktif dari tenaga kesehatan dan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk tetap memberikan edukasi kesehatan kepada remaja secara berkesinambungan dan menggunakan media yang menarik, sehingga materi dan pesan yang disampaikan akan lebih mudah diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, L. S., Fitriyani, P., & Setiawan, A. (2019). Correlations between adolescents' perceptions of family health tasks and adolescents' smoking behaviors in Indonesia. *Enfermeria Clinica*, 29, 367–372. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.046>
- Ahun, M. N., Lauzon, B., Sylvestre, M. P., Bergeron-Caron, C., Eltonsy, S., & O'Loughlin, J. (2020). A systematic review of cigarette smoking trajectories in adolescents. In *International Journal of Drug Policy* (Vol. 83). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2020.102838>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Diakses: 20 Januari 2023 dari www.depkes.go.id
- Friedman, A. S. (2020). Smoking to cope: Addictive behavior as a response to mental distress. *Journal of Health Economics*, 72. <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2020.102323>
- Gobel, S., Adi Pamungkas, R., Puspita Sari, R., Safitri, A., Agatha Aponno, V. L., Fadilah, I., Olivia, T., Pina, F. M., & Tiwery, S. M. (2020). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Abdimas*, 7(1), 33–36.
- Hidayati, I. R., Pujiana, D., & Fadillah, M. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Tentang Bahaya Merokok Kelas XI SMA Yayasan Wanita Kereta Api Palembang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 125–135.
- Jacob, L., Smith, L., Jackson, S. E., Haro, J. M., Shin, J. il, & Koyanagi, A. (2020). Secondhand Smoking and Depressive Symptoms Among In-School Adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 58(5), 613–621. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2019.12.008>
- Mat Hassan, N., Abdul Aziz, A., Husain, R., Daud, N., & Juhari, S. N. (2020). Association of prosocial behavior with ever smoking and alcohol drinking among school-going adolescents. *Heliyon*, 6(7). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04530>
- Mathijssen, J. J. P., Rozema, A. D., Hiemstra, M., Jansen, M. W. J., & van Oers, J. A. M. (2021). Stability of and change in substance use risk personality: Gender differences and smoking cigarettes among early adolescents. *Addictive Behaviors Reports*, 14. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100360>
- Montgomery, S. C., Donnelly, M., Bhatnagar, P., Carlin, A., Kee, F., & Hunter, R. F. (2020). Peer social network processes and adolescent health behaviors: A systematic review. In *Preventive Medicine* (Vol. 130). Academic Press Inc. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2019.105900>
- Munir, M. (2019). Gambaran Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 112. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v12i2.10553>
- Nurhayati, T. S., Nasution, F. S., Dongoran, N., & Ramadhan, F. (2022). Sosialisasi Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Di SMP Muhammadiyah 61 Tanjung Selamat. *Shihatuna: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 2(1), 34–38.
- Purwanti, I. S., Devhy, N. L. P., Prihatiningsih, D., Bintari, N. W. D., & Widana, A. 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>
- Sheng Xiong, P., Juan Xiong, M., Xi Liu, Z., & Liu, Y. (2020). Prevalence of smoking among adolescents in China: an updated systematic review and meta-analysis. *Public Health*, 182, 26–31. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.01.011>
- Sitorus, M. E. J., Fentiana, N., & Gustiani, Y. (2020). Bahaya Merokok Di Kalangan Remaja SMP Amal Luhur No.116 Kota Medan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Sari Mutiara Indonesia*, 1(2), 90.
- Susanty, S. D., & Saputra, H. A. (2020). Promosi Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Pada Usia Remaja di SMKN 1 Bukittinggi. *Empowering Society Journal*, 1(1), 54–59.
- Vitória, P., Pereira, S. E., Muinos, G., Vries, H. de, & Lima, M. L. (2020). Parents modelling, peer influence and peer selection impact on adolescent smoking behavior: A longitudinal study in two age cohorts. *Addictive Behaviors*, 100. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106131>