MATRIX WAWANCARA MENDALAM PADA KLIEN BELUM BERHASIL BERHENTI MEROKOK

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Pertanyaan | Hasil wawancara  kesimpulan | | | | | | | | Keasimpulan | REKOMENDASI |
| A1 | A2 | A3 | A4 | A5 | A6 | A7 | A8 |  |  |
| Bagaimanakah cara anda mengatasi keinginan merokok | Kalau saya mengatasi keinginan merokoknya ya dengan mengurangi jumlah rokok perharinya, menunda merokok saat pagi hari, mencari kesibukan dengan berolahraga dipagi hari,,jalan disekitar rumah yaa enggak lama lama mungkin setengah jam aja bu, ke ladang atau kesawah bu nyangkul nyangkul gitu,,liat liat tanaman pagi sore kebetulan dekat rumah | Ya dengan melakukan olahraga ,,yaa kalau sore saya ikut main badminton, kalau pagi saya kali cuma bersih bersih pekarangan aja..atau makan permen ,,intinya mencari kegiatan yang bikin saya lupa rokok,,kebetulan saya kan petani bu jadi saya habis sarapan ke sawah,,waktu nya disawahkan dari pagi sampe siang,,lumayan kan bu | Cara mengatasi keinginan merokok?  Ya dengan melakukan aktifitas itu bu,,ya banyak aktifitas ,,kalau pagi seperti,,bersih bersihin halaman, ke ladang,,jadikan lupa merokok...terus sore ikut liat bulutangkis,,kadang kadang sepak bola...jadi jangan sampai aa waktu luang mbak,,,mengurangi jumlah rokok, menunda waktu merokok saat pagi hari | Ya dengan melakukan olahraga ,,yaa kalau sore saya ikut main badminton, kalau pagi saya kali Cuma bersih bersih pekarangan aja..atau makan permen ya kalau dah pengen ngerokok dan sebagainya gitu lha.. mengurangi jumlah rokok, menunda waktu merokok saat pagi hari | Ya itu tadi bu,,saya enggak berhasil mengatasinya,,pada hal saya sudah ikuti apa kata petugas lho bu,,tapi gimana lagi saya nya belum bisa mengatasi nya..eeee..pada hal sudah diberitahu petugas suruh ganti permen.. | dulu makan permen bu, makan kue yang manis,terus saya cari kesibukan di ladang tapi ya itu tadi bu.. enggak berhasil , keinginan merokok saya masih kuat banget,kalah permen nya bu,hahahaha,,, | Yaa saya coba dengan makan permen terus ngemil,,,setiap kepikiran rokok saya ngemil,,dirumah d siapin permen sama istri saya...tapi saya tetap enggak kuat juga bu,,ya akhirnya saya merokok lagi,,apa lagi teman teman saya masih merokok semua bu | Saat saya ikut program coba enggak keluar rumah bu,,biar enggak tergoda sama teman teman saya,,tapi lama lama ya enggak kuat juga bu enggak keluar rumah ,, | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang belum berhasil berhenti merokok dapat disimpulkan bahwa cara mengatasi keinginan merokok berbeda beda ada yang mengatasinya dengan mengurangi jumlah rokok perharinya, menunda merokok saat pagi hari, mencari kesibukan dengan berolahraga, keladang, bersih bersih rumah,makan permen, mengurangi kumpul dengan teman teman yang masih merokok.  Seperti yang diungkapkan oleh :   * *“.....mengurangi jumlah rokok perharinya, menunda merokok saat pagi hari*,(A1) * *Ya itu tadi bu,,saya enggak berhasil mengatasinya...(A5)* | Dianjurkan kepada klien untuk melakukan aktifitas yang positif seperti olahraga ringan, mencari kegiatan atau kesibukan, mengganti rokok dengan permen |
| Bagaimanakah cara anda menunda merokok pada pagi hari | *saya cari kesibukan yaa nyapu pekarangan,tanem tanem sayuran dihalaman belakang rumah ,,yaa makan cemilan kalau pas kepikiran mau merokok,,ngemut permen gitu bu,,sama minum air hangat waktu bangun tidur bu..* | *Pas bangun tidur saya pengen nya merokok pada awalnya,,terus saat saya ikut konseling ini saya bangun tidur langsung minum air hangat atau teh manis,sya makan permen juga pernah,,baru saya cari kesibukan dirumah yaaa bersih bersih rumah , sarapan baru saya pergi kesawah bu,,,* | *Hooh,,saya menundanya ya,,pertama minum air putih dulu itu bu setelah bangun tidur,,ya melakukan kegiatan kegiatan seperti nyapu halaman, jalan pagi sebentar ya sekitar 15 menit,,terus pergi ke sawah bu,,* | *Menundanya ya , minum aja air putih. Bangun pagi tu minum air putih. Ya dibiasain tiap hari. Ya berhenti. Terus sarapan habis itu minum air teh biar enggak asam bu mulut nya,,,kadang kadang saya jalan –jalan pagi yaaa,disekitaran rumah sama istri saya..* | *Yaa pasti bu,, kalau enggak merokok asam mulut saya bu,,terus loyo bu malas gitu..seperti ada yang kurang*  *Pernah sih bu saya coba,, tapi Cuma bertahan seminggu gitu bu,,padahal saya sudah ikuti saran petugas puskes bu,,yang disuruh minum air hangat, makan cemilan tetap aja bu enggak bisa..* | *Saya makan permen, kadang makan roti yang manis yang disiapin istri saya bu,,ya kadang kadang bersihin rumah juga sama istri saya,,alhamdulillah bertahan 1 bulan bu,,tapi pas saya ada acara hajatan dirumah saudara saya eee..tergiur lagi ya merokok lagi saya bu,,lha sehari dikasih jatah rokok 2 bungkus,,sayang bu,,hehehe..* | *Yaa paling tidak minum air putih dulu,, terus minum kopi ,,tapi tetap aja bu mulut terasa kecut kalau bangun tidur enggak merokok* | *Selama ini saya mencoba mengatasinya dengan apa namanya ,,memakan sesuatu lah. Ee untuk sarapan biasanya kan bangun tidur ,,ngopi sebelum sarapan ngerokok dulu. Menundanya dengan sarapan. Biasanya ngerokok itu jam 8 pagi itu. Sekarang jam 11 siang saya ngerokoknya.* | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang belum berhasil berhenti merokok dapat disimpulkan bahwa cara menunda rokok pada pagi hari berbeda beda, yang berhasil berhenti merokok menunda rokok pada pagi hari dengan cara mencari kesibukan, makan cemilan, makan permen, minum air putih, olahraga.  Sedangkan pada pasien yang belum berhasil berhenti merokok cara menunda rokok pada pagi hari rata rata tidak berhasil dikarenakan tidak tahan mulut terasa asam dan pahit  Seperti yang diungkapkan oleh :   * *saya cari kesibukan yaa..... makan cemilan .. ngemut permen ..(A1)* * *....Pernah sih bu saya coba,, tapi Cuma bertahan seminggu gitu,, tetap aja bu enggak bisa....(A5)* | Dianjurkan pada klien yang tidak berhasil berhenti merokok untuk melakukan kegiatan yang positif atau mencari kesibukan setelah bangun tidur di pagi hari,menganjurkan untuk mengganti rokok dengan permen, cemilan ringan dan teh manis |
| Bagaimanakah cara anda mengurangi jumlah rokok yang anda hisap perharinya | Ya dulu saya sehari hampir 2 bungkus bu,,nah boroskan bu,,terus saya beli ketengan atau apa namanya,,,eee ketengan ya,,jadi kalau stok rokok habis ya sudah berhenti,,karena mo beli lagi dah malas bu ,,saya akalin gitu bu.. | Yaa kalo dulu 2 bungkus,,d hari hari pertama saya kurangi enggak kumpul dengan teman atau keluar rumah kalau enggak penting bu,,karena kalau sudah keluar pasti kumpul dengan teman yang merokok takut tergiur bu,,jadi intinya pelan pelan saya kurangi sampe benar benar berhenti | Mengurangi,,ya kalau sehari sih hampir satu bungkus dulu,,cara mengurangi ya,,dikurangi jumlah rokoknya itu yang tadinya satu bungkus sekarang ya bisa setengah bungkus sehari,,yaaaa..dengan makan permen dan cemilan kue kue ,,sama cari kesibukan jangan sampe kepikiran mau merokok,,nonton tv, beresin halaman,,yaa intinya cari kesibukan bu,,,, | Bantuinnya ya kan pertama sehari satu bungkus. Ya setelah itu coba dikurangi. Jadi setengah bungkus. Habis itu dikurangin lagi. Lama- lama ya bisa.yaa dengan cara cari kegiatan positif lha jangan banyak diam di rumah,,yaa,,ikut main bulu tangkis sama teman teman,,,kalau dirumah yaa ngemil , makan permen,,ee,,terus ikut bantu istri bersihin rumah | *Ya itu tadi bu,,saya enggak berhasil mengatasinya,,padahal saya sudah ikuti apa kata petugas lho bu,,tapi gimana lagi saya nya belum bisa mengatasi nya..eeee..pada hal sudah diberitahu petugas suruh ganti permen..* | *Ya saya berusaha jarang jarang kumpul sama teman dan mengurangi keluar dari rumah, kalo saya keluar pisitif 2 bungkus sehari habis bu,,enggak kerasa sih bu kalau ngobrol ..Tapi malah teman saya yang nyamperin ke rumah* | Cara menguranginya yaitu tadi paling ngemil terus apa makan permen saat pengen ngerokok tapi mulut masih kerasa kecut juga bu,,yaa akhirnya saya ngerokok lha bu enggak tahan | Ee,, cara menguranginya frekuensinya artinya yaa,, saya merokok itu kalau saya tidak sibuk. Ketika saya sibuk saya tidak merokok. Naah itu makanya saya mencari kesibukan ya ke sawah,ladang, bersih bersih rumah bu... | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok cara mengurangi jumlah rokok yang dihisap perhari adalah dengan cara beli ketengan,tidak kumpul dengan teman yang perokok, makan permen, melakukan kegiatan yang positif  Sedangkan pada klien yang belum berhasil berhenti merokok dapat disimpulkan bahwa klien tidak berhasil mengurangi jumlah rokok nya dikarenakan tidak tahan mulut teras kecut, tidak kumpul dengan teman yang perokok  Seperti yang diungkapkan oleh :  - ....saya beli ketengan.. (A1)  -.... tapi mulut masih kerasa kecut juga bu,,yaa akhirnya saya ngerokok lha bu enggak tahan..(A5) | Dianjurkan kepada klien yang berhasil berhenti merokokdan yang belum berhasil berhenti merokok cara mengurangi jumlah rokok yang dihisap dengan cara melakukan kegiatan yang positif, makan permen disela sela waktu merokok agar mulut tidak terasa kecut atau asam |
| Bagaimanakah cara anda mengatasi reaksi psikis setelah tidak merokok seperti rasa cemas, mudah tersinggung, sulit berkosentrasi, gangguan tidur ? | Ada bu,,,kerasa sekali bu,,kalau orang bilang lebih baik enggak makan yang penting ngerokok ya itu pernah saya alami,,,saya jadi susah tidur bu,,gelisah gitu.. kalau yang lain tidak ada bu  Saya cari kegiatan baca baca apa gitu bu,,nonton tv, makan cemilan sampai saya benar benar lupa sama rokok,,sebelum tidur saya minum air hangat dan kadang kadang susu hangat seperti anjuran petugas bu...itu terjadi di minggu minggu pertama saya berhenti bu | Kalau saya cemas enggak ada sih bu,,Cuma kalau rasa seperti orang bingung kalau di ajak ngombrol,,susah nangkep nya ada  Ya saya kadang kadang kalau seperti itu saya tarik nafas panjang bu,,atau saya cepat cepat minum air putih,,seperti anjuran dan nasehat dari petugas bu, | Ada rasa cemas, ya,,sulit konsentrasi atau gangguan tidur..ya dengan menghibur diri lah biar gimana rasa nya enggak cemas,,gannguan tidur yaa,,,gimana ya ,,ya dengan ,,ya dengan minum sebelum tidur minum air putih,atau makan makanan yang manis biar rasa pengen merokok nya itu hilang..kata petugas sih memang begitu reaksi nya bu,,kalau baru mau berhenti merokok bu..saya disarankan oleh petugas cara ngatasinya,,tapi alhamdulillah sekarang sudah biasa aj bu,,, | Ada bu,,rasa cemas ,terus gangguan tidur susah tidur itu lah,,,ya mungkin dengan olahraga itu lah bu,,gangguan ya itu sulit tidur bu..mengatasinya ya mungkin minum air putih itu lha,makan cemilan sebelum tidur,terus kadang kadang minum susu bu.. | *Owhhhh... ada bu,,, pas saya kurangi itu bu,, saya susah tidur bu,,gelisah gitu bu,,,kayaknya ada yang hilang gitu...*  *Yaa saya kadang nonton tv sampe malam bu,,ya kadang kadang saya minum susu hangat seperti kata petugas puskes bu,,*  *Sudah bu,,tapi tetap aja enggak bisa bu,,* | *Ada sih,,waktu itu saya kayak orang bengong ya bu,,ada yang kurang gitu,,sama susah tidur bu,,karena saya kan malam biasa nya juga ngerokok bu apalagi kalau pas ada bola di tv, enggak kerasa lho bu ngerokoknya..*  *Ya sayaa nonton tv, sampe ketiduran ,,,kalau enggak ya makan cemilan sampai kenyang..*  *Ya saya cari kesibukan bu,,seperti buka hp, ngobrol sama istri, ya kadang kadang juga kata istri saya disuruh lari pagi bu.*  *Sudah bu,,tapi tetap aja enggak bisa bu,,* | Ya seperti orang bingung ,, kadang ya merasa lemas. Cara mengatasinya ya itu tadi paling kita lari ke makanan ngemil jajan dan istirahat ..Gangguan tidur tidak ada bu..saya coba cari kegiatan tapi tetap aja bu enggak tahan enggak ngerokok | Nggak juga,, kalau saya pribadi itu merasakan kalau tidak merokok tidak merasakan reaksi  Seperti yang ibu sebutkan. Hanya saja seperti ada yang kurang. Untuk mengatasi rasa yang kurang harus mencari kesibukan,seperti baca koran, buka hp, ya itu tadi cari kesibukan dirumah bersihin rumah,,tapi kok ya masih terasa aja bu,,akhirnya saya ngerokok lagi bu tanpa sepengetahuan istri saya awalnya,tapi lama istri saya tau juga hehehe,, | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok cara mengatasi reaksi psikis seperti rasa cemas, mudah tersinggung , sulit konsentrasi, gangguan tidur adalah dengan cara membaca buku, baca baca, makan cemilan, tarik nafas panjang, minum air putih  Sedangkan pada klien yang belum berhasil merokok tidak dapat mengatassi gangguan psikis nya sehingga mereka memutuskan untuk merokok kembali  Seperti yang diungkapkan oleh :  -.... *Saya cari kegiatan baca baca apa gitu bu,,nonton tv, makan cemilan..(A!)*  -..... *kadang nonton tv,.. minum susu hangat.. tapi tetap aja enggak bisa bu,,(A5)* | Dianjurkan kepada klien yang belum berhasil berhenti merokok mengatasi gangguan psikis untuk mengikuti saran yang sudah disampaikan oleh petugas,seperti mencari kesibukan, membaca buku, makan cemilan dan tarik nafas panjang |
| Bagaimana cara anda mengatasi reaksi fisik setelah tidak merokok seperti mulut terasa pahit atau asam, nafsu makan meningkat? | Owhh jelas itu bu,,luar biasa kecut dan pahitnya mulut saya,,apalagi kalau bangun tidur, habis makan,,tapi saya tahan bu ya dengan cara makan permen,,pernah bu sangking asem nya mulut saya ,,dibuatin istri saya air gula bu,,hahaha...  Ya ibu,,disini lha godaan kita seorang perokok bu,,banyak banyak enggak kuat disini,,alhamdulillah saya bisa melewatinya  Ya ada bu,,bawaan nya pengen ngemil dan makan terus..Berat badan saya naik bu jadi 65 kg,,tadinya ya 60-61 gitu.. | Ya mulut terasa pahit,,ya dengan makan makanan yang manis sih,,biar rasa pahitnya itu bisa hilang,,nafsu makan meningkat ya ada,,,eee saya sih kalau ada rasa ingin makan terus saya atasinya dengan ngemil makanan ringan aja mbak,,seperti kue kue gitu  ya dengan makan makanan yang manis manis, terus makan permen,,biar rasa pahitnya itu bisa hilang,,tapi setelah saya berhenti merokok sekarang saya lebih nafsu makan ya bu,  Ya bu,,dulu saat saya bangun tidur kan langsung merokok bu,jadi jarang sarapan,sekarang kan saya sarapan dan makannya lebih teratur..kalau dulu bu jarang makan saya,,yang penting ngerokok sudah | Ya mungkin nafsu makan meningkat,, terus mulut terasa pahit,,mungkin makan permen,minum apa makan yang manis manis itu lha. | Makan permen. Makan permen aja kalau mulut terasa pahit sama makan cemilan ,,eee,,tapi kalau nafsu makan meningkat atau lain lain alhamdulillah enggak ada mbak.. | *Ada bu,,ya itu tadi mulut saya terasa asam kalo enggak merokok..kecut gitu bu*  *Ya pernah saya coba makan permen , sama makan cemilan..Cuma bertahan semingguan aja bu,,hehehe..selanjutnya ya saya merokok lagi bu..saya enggak bisa nahan keinginan ngerokok bu,,* | *Ya bu ada keluhan itu,,*  *Ya saya makan permen, sm makan cemilan aja bu,,kalau nafsu makan meningkat ya juga sih bu,,,gimana enggak meningkat bu kalau saya merokok kan malas sarapan,,makan nya enggak banyak,,sekarang bawaannya mau ngemil terus* | Yaa terasa asam,, nafsu makan tambah nafsu makan. Cara mengatasinya ya itu tadi dengan ngemut permen kalau mulut terasa pahit,,kalau nafsu makan meningkat saya ngemil mbak,,,yaaa,,makan makan apa gitu,,tapi Cuma bertahan 2 minggu aja bu,,enggak tahan dengan kecut nya mulut ini | ee. kalau mengatasi itu mulut terasa pahit Saya makan permen. Rasa asam dimulut itu seperti ada yang kurang,,saya atasi dengan makan permen atau makan sesuatu ..yaa ngemil lah.walaupun sudah saya ciba makan permen tetap aja kerasa kecut bu,,bisa ilang kalau sudah ngerokok lagi | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok cara mengatasi reaksi fisik seperti mulut terasa pahit atau asam, nafsu makan meningkat adalah dengan cara makan permen, makan yang manis, makan cemilan  Sedangkan pada klien yang belum berhasil berhenti merokok dengan cara yang sama juga tetapi klien tetap tidak dapat menahan reaksi fisik yang dirasakan sehingga klien mengatasi nya dengan kembali merokok  Seperti yang diungkapkan oleh :  -.....,,*mungkin makan permen,minum apa makan yang manis manis itu lha.(A3)*  -....... *saya ngemil mbak,,,yaaa,,makan makan apa gitu,,tapi Cuma bertahan 2 minggu aja,* *enggak tahan dengan kecut nya mulut ini (A7)* | Dianjurkan kepada klien yang belum berhasil berhenti merokok untuk dapat lebih ngelihkan reaksi fisik nya dengan cara mencari kegiatan positif dan makanmakanan yang dapat menghilangkan rasa asam di mulut seperti permen dan makanan yang manis |
| Bagaimana cara anda untuk menahan keinginan merokok kembali? | Ya saya mencari kesibukaan bu,,terus saya juga sementara enggak suka kumpul kumpul dengan orang yang merokok juga bu,,biar enggak pengen ngerokok lagi | Ya menjauhi teman teman yang merokok sih,,ya bukannya enggak mau gaul begitu,,ngimbangi aja lha..karena kalau kumpul kumpul takutnya terpengaruh lagi..pokoknya saya cari kegiatan positif bu,,ya sama olahraga ringan juga.. | Ya itu kembali kekesehatan bu,,hooh,,ya demi kesehatan saya berhenti merokok,,kalau saya ada keinginan merokok saya menahan nya demi kesehatan ,,yaa saya makan atau pergi keladang liat liat tanaman.. | Yang biasanya si karna dari awal diniatin nggak ngerokok ya dikurangin ,, tiap harinya satu bungkus nya tu dikurangin-dikurangin ya makan permen ,, ya lama-lama bisa untuk ngatasin untuk nahan tidak merokok dengan makan permen dan cemilan ringan aja,,, | Ya pernah saya coba makan permen , sama makan cemilan..Cuma bertahan semingguan aja bu,,hehehe..selanjutnya ya saya merokok lagi bu..saya enggak bisa nahan keinginan ngerokok bu,, | Ya bu,,saya sudah mencoba untuk makan permen dan lain lain,,tapi tetap aja enggak bisa bu,,,pengen nya ngerokok terus..padahal saya sudah ikuti saran petugas untuk ngalihinnya,,tetap aja bu enggak bisa | Tidak merokok ya yaitu paling yaitu ,, lari ke makanan kecil makanan ringan,permen,dan cari kesibukan ke sawah,beresin rumah,,,tapi Cuma bertahan berapa minggu aja bu,,selanjutnya ya ngerokok lagi | Yaa untuk saat ini,,saya masih coba. Saya tetep berusaha,,kapan berhentinya saya juga nggak tau. Iyaa. Karena biar saya enggak merokok kembali saya jarang jarang kumpul dengan teman | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok cara menahan keinginan merokok kembali adalah dengan cara tidak kumpul dengan teman yang merokok, makan atau melakukan kegiatan  Sedangkan bagi yang tidak berhasil berhenti merokok sudah berusaha mengatasinya tetapi klien akhirnya tetap tidak dapat menahan keinginan merokoknya .  Seperti yang diungkapkan oleh :  -.......*Ya saya mencari kesibukaan bu,,terus saya juga sementara enggak suka kumpul kumpul dengan orang yang merokok juga bu...(A1)*  *-.........* *Ya bu,,saya sudah mencoba untuk makan permen dan lain lain,,tapi tetap aja enggak bisa bu...(A6)..* | Dianjurkan kepada klien yang belum berhasil berhenti merokok untuk manahan keinginan merokok kembali dengan cara mencari kegiatan yang dapat mengalihkan keinginan merokok nya |
| Bagaimanakah alasan anda untuk berhenti merokok? | Ya saya sudah berpikir bu liat liat di Tv, baca baca di HP bahaya merokok,,apa lagi ini saya juga sudah umur 43 tahun bu,,yaa demi kesehatan juga bu,,  Selain masalah ekonomi | Yaa Karena biar badan lebih sehat aja sih,,selain itu ,,ya untuk mengurangi ekonomi juga,,yang biasa nya uang untuk beli rokok sekarang bisa buat beli yang lain kan yang lebih berguna.. terus istri saya juga selalu nyuruh berhenti kasian anak anak saya saat itu sering terbatuk batuk karena asap rokok saya bu,, | Karena biar badan lebih sehat aja sih,,selain itu ,,ya untuk mengurangi ekonomi sih,,yang biasa t uang untuk beli rokok sekarang bisa buat beli yang lain kan yang lebih berguna.. | Demi kesehatan saya berhenti merokok,,kasian keluarga saya kalau saya merokok ikut kena asap nya mbak,,,kemren anak saya juga sakit paru paru,,kata petugas karena saya suka merokok di dalam rumah mbak... | Yaa,,sebenernya saya pengen berhenti bu,,  Yaa saya pikir kalau saya ngerokok nya kayak gini boros bu,,terus saya juga takut sih liat penyakit karena rokok,,Cuma mungkin belum pas ya bu waktunya,,,hehehe.. | Ya satu masalah ekonomi mbak,,ya rokok kalau satu harinya saya sebungkus sekarang surya sudah 23.000 kalau saya kali kan sebulan sudah bisa untuk kredit motor lho mbak,,  Selain itu ya untuk kesehatan mbak takutnya kan saya masih punya anak kecil dirumah kalau saya merokok dirumah takut nya anak kecil saya bisa batuk bisa itu lho bu,,yaa dampaknya untuk kesehatan keluarga .. | Awalnya saya berhenti demi kesehatan ,,yaa,,supaya biar sehat,, buat mengurangi pengeluaran juga bu,,ya dari segi ekonomi juga lah..jadi kalo saya enggak merokok badan saya sehat,keluarga saya sehat,,terus ekonomi saya juga hemat bu,,tapi kok ya saya masih aja enggaak kuat ya bu,, | Yaa kalau alasan yaa untuk kesehatan. Iyaa untuk kesehatan terutama dikeluarga ,,biasanya kan saya merokok didalam rumah. Keluarga-keluarga kan tidak ada yang merokok sehingga mereka terkena dampak asap rokoknya. Demi kesehatan.ada paman istri saya kena penyakit paru bu,,itu juga karena dia merokok,,jadi saya berusaha berhenti ,,walaupun Cuma berapa minggu aja bu | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang tidaak berhasil merokok sama sama memiliki alasan demi kesehatan dan ekonomi,  Seperti yang diungkapkan oleh :  -.......,,*yaa demi kesehatan juga bu,,*  *Selain masalah ekonomi..(A1)*  *-....* *sebenernya saya pengen berhenti bu,,*  *Yaa saya pikir kalau saya ngerokok nya kayak gini boros bu,,terus saya juga takut sih liat penyakit karena rokok..(A5)* | Dianajurkan kepada klien yang tidak berhasil berhenti merokok agar berhenti merokok dan lebih memantapkan alasan nya yaitu demi kesehatan. |
| Bagaimanakah niat atau tekad anda untuk berhenti merokok? | Kalau niat alhamdulillah dari saya sendiri bu,,kebetulan istri saya pun mendukung,,sebenar nya sudah lama kepengen Cuma saya binggung bu mulai nya dari mana,,alhamdullillah ada konseling intempat bertanya,,makanya saya bertekad saya harus bisa,,, | Ya ada bu,,saya sangat berniat sepenuh hati berhenti merokok dan bertekad stop..demi kesehatan saya dan keluarga saya bu,, | Ada Niat dari saya dan didukung sama keluarga juga mbak,,..yaa ,,saya waktu itu kalau kemana mana ngantongin rokok saya ganti dengan ngantongin permen..pokoknya saya benar benar bertekad mau berhenti untuk kesehatan juga | Niat nya ?niatnya itu dari diri sendiri, terus ya karena liat liat postingan gambar itu yang merokok itu menyebabkan bahaya bagi kesehatan tubuh,,terus saya bertekad berhenti mbak demi anak anak dan keluarga saya juga | Niat sih ada bu,,Cuma mungkin tekad nya masih setengah setengah ,,,jadi ya gagal,,, | Kalau niat inshaa allah ada bu,,tekad saya aja yang belum penuh bu,,belum sreg kali ya bu,,karena kalau saya sudah niat dan tekad nya bulat pasti saya berhasil..ini masih ragu ragu bu  Ya karena teman dan lingkungan saya ngerokok nya pada kuat bu,,yang sudah tua aja masih merokok bu,,apalagi yang muda,,disini bisa dihitung jari bu yang enggak merokok,, | Ada niat sih,,apalagi istri saya sangat mendukung,,saya punya tekad supaya bisa berhenti merokokselama saya masih bergaul dengan teman yang merokok ya kalah niat saya bu., | Kalau niat ada,cuman kalau tekad kayaknya,, itu nanti proses aja.tapi saya tetap berusaha berhenti merokok demi keluarga saya,,,kasian keluarga saya kena imbasnya,,, | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok memiliki niat dan tekd yang sepenuh hati sedangkan yang tidak berhasil berhenti merok memiliki niat dan tekad yang kurang kuat  Seperti yang diungkapkan oleh :  -........... *Ada Niat dari saya dan didukung sama keluarga juga mbak...(A3)*  *-................* *Kalau niat inshaa allah ada bu,,tekad saya aja yang belum penuh bu..( A6)* | Dianjurkan kepada klien yang belum berhasil berhenti merokok untuk menumbuhkan niat dan tekad yang kuat agar bisa berhenti merokok |
| Bagaimanakah upaya yang sudah anda lakukan untuk meningkatkan keinginan untuk berhenti merokok ? | Ya itu tadi bu,,saya mencari kesibukaan dan enggak suka kumpul kumpul dengan orang yang merokok juga bu, | Usaha saya Yaaa.. menjauhi yang berbau bau rokok lha ,,,misalnya saya sudah jarang kumpul kumpul dengan teman yang merokok,,sama kalau mau merokok saya cari kegiatan seperti olahraga ringan | Upaya nya ya menjauhi orang orang yang perokok itu terus saya rajin olahraga,,terus makan makanan sehat seperti sayuran dan lauk nya mbak,, | Usaha nya Itu tadi yang saya bilang tadi yang tadinya bisa ngantongin satu bungkus ya beli ketengan ,,jadi saya kurangi... | Ya itu bu,,saya sudah berusaha mengurangi jumlah rokok nya,,terus saya keladang juga enggak bawa rokok,,sama ngurangi main sama teman teman yang merokok bu,,tetap aja bu pengen ngerokok | Yaa saya sudah berusaha ngurangi rokok dengan makan permen, ngurangi kumpul kumpul dengan teman, saya juga berusaha untuk cari kesibukan ya saya juga kan petani bu,,ya keladang gitu | Ya setidaknya mengurangi lah sehari abis satu bungkus ya,,,jadi setengah bungkus,, | Yaa dengan mengurangi jatah rokok. Biasanya sehari itu 2 bungkus bisa kita kurangi jadi 1 bungkus sehingga pelan-pelan dengan beriringnya waktu sama sekali tidak merokok | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang tidak berhasil berhenti merokok berupaya meningkatkan keinginan berhenti merokok dengan cara tidak kumpul dengan teman yang perokok, mencari kegiatan positif, tidak mengantongi rokok, serta mengurangi jumlah rokok yang dihisap  Seperti yang diungkapkan oleh :  -....*Ya itu tadi bu,,saya mencari kesibukaan dan enggak suka kumpul kumpul dengan orang yang merokok( A!)*  *-.....* *keladang juga enggak bawa rokok,,sama ngurangi main sama teman teman yang merokok bu,,tetap aja bu pengen ngerokok.. (A5)*  *.* | Dianjurkan kepada klien yang belum berhsil berhenti merokok agar lebih meningkatkan upaya berhenti merokoknya dengan membatasi bergaul dengan teman teman yang masih merokok |
| Bagaimanakah dukungan keluarga serumah saat anda ingin berhenti merokok? | Sangat sangat mendukung apalagi anak saya yang paling tua bu,,kan perempuan seneng banget,,katanya sekarang dalam rumah sudah enggak bau rokok lagi,, | Mendukung ,,semua mendukung sih,,karena demi kesehatan pasti mendukung ,,semua keluarga mendukung,,mereka senang saya berhasil berhenti demi kesehatan..bentuk dukungan nya yaa,,mereka mengantar saya untuk konsultasi ke puskesmas mbak,, | Dukungan keluarga sangat setuju,,alasannya ya demi kesehatan saya sendiri terutama lebih bisa ngirit uang untuk yang lain lain ,,yg uang itu bisa digunakan yang untuk hal yang positif ,,bentuk dukungan nya yaa,,istri selalu antarin saya ke puskesmas,, | Ya malah bagus malah positif mendukung..keluarga saya mendukung sekali apalagi istri saya mbak,,,setiap saya ke puskesmas selalu didampingin,,, | Wahhh mendukung sekali bu,,apalagi istri saya,,Cuma saya nya aja yang masih tergoda sama teman teman,,ya saya bilang tadi kurang ada tekad,,kalau semua keluarga sebenernya mendukung,,kalau pas jadwal saya kontrol istri saya selalu mendampingi,,Cuma dari diri saya aja bu yang belum pas,,  Ya saya belum siap aja bu hehehe.. | Ya pasti mendukung bu,,keluarga mana yang enggak suka kalo suaminya enggak merokok lagi,,apa lagi saya masih punya anak balita bu,,kadang kadang saya mikir juga sih bu,,Cuma susah bu saya enggak bisa..istri saya suka ngomel ngomel bu kalau saya masih merokok | Dukungan keluarga positif bagus, sangat mendukung gitu dan istri saya sering menganjurkan juga untuk berhenti merokok Cuma ya belum belum dapat moment nya,, | Yaa sangat mendukung terutama anak dan istri saya,,,eee,,mereka selalu mengingatkan saya tentang bahaya merokok kayak di tv bu,,serem bapak kata anak saya....Cuma saya nya aja bu yang bandel masih merokok aja,, | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang tidak berhasil berhenti merokok dukungan keluarga sangat positif hanya saja bagi klien yang belum berhasil masih tergoda oleh teman teman nya yang perokok  Seperti yang diungkapkan oleh :  -............. *Dukungan keluarga sangat setuju,,alasannya ya demi kesehatan..( A3)*  *-........* | Dianjurkan keapda klien yang belum berhasil berhenti merokok agar mengurangi bertemu dengan teman teman yang perokok. |
| Bagaimanakah dukungan teman dekat anda saat anda ingin berhenti merokok ? | Awalnya yang merokok ya enggak mendukung bu..kalau yang enggak merokok ya senang sekali dan sangat mendukung,,,tapi lama lama teman saya yang merokok ada yang pengen juga ikut bu,,Cuma nunggu bener bener siap bu.. | Kalau teman ada yang mendukung dan ada yang tidak,,biasa lah bu kalau yang merokok ya enggak mendukung karena meeka berkurang temannya..kalau yang tidak merokok ya sangat sangat mendukung,  Kalau yang mendukung ya mereka ikut ngasih saran untuk cari kegiatan atau kesibukan kalau lagi kepengen ngerokok,,dialihkan lha .. | Memang ada sih sedikit yang apa namanya sedikit apa ya dilecehkan yang tadinya merokok jadi tidak merokok ..apa gitu.. apa mau ini,,tapi banyak yang mendukung bu | Teman dekat ya dukung juga sih bu,,kadang ada satu atau dua orang yang tidak mendukung untuk berhenti merokok,,tapi kebanyakan ya,,banyak mendukung untuk berhenti merokok | Kurang mendukung bu ya..karena kalau saya berhenti otomatis teman juga jatah merokoknya berkurang | Ohhh ,,ya jelas enggak tho bu,,mereka bilang gini masih muda lho kalau enggak merokok itu gimana,,apalagi kalau pas kumpul kumpul ngobrol gitu,,saya sendiri yang merokok,,jadinya ya gimana gitu bu,,  Ya sebagian besar mereka enggak mendukung bu,,kalau ada yang mendukung yang memang dari awal mereka enggak merokok,, | Kurang mendukung bu ya..karena kalau saya berhenti otomatis teman juga jatah merokoknya berkurang | Kalau temen-temen sekitar itu variasi. Apalagi kawan-kawan kita yang sama-sama perokok ya kann. Nahh itu ee. Kurang mendukung cuman kalau sama sama kawan kawan yang tidak merokok itu sngat mendukung. Bahkan selalu diingatkan.Ketika kita sedang ngumpul , ketika cerita cerita beliau selalu mengingatkan berhenti merokok | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dukungan teman dekat nya sebagian besar sangat mendukung  Sedangan yang tidak berhasil berhenti merokok sebagian besar nya tidak mendukung | Dianjurkan kepada klien yang tidak berhasil berhenti merokok agar membatasi pergaulan dengan teman teman yang tidak mendukung untuk berhenti merokok |
| Bagaimana dukungan lingkungan sekitar anda saat anda ingin berhenti merokok? | Ya mendukung bu,,karena dsini alhamdullillah banyak yang tidak merokok,,banyak yang diatas usia saya bu lingkungan saya ini..makanya kemaren saya juga termotivasi berhenti merokok | Lingkungan saya alhamdullillah mendukung penuh bu,,mereka pun sekarang ada yang mau ikut konseling tu bu...  Yaa bu dulu kan namanya di desa ya bu suka ada yasinan keliling rumah gitu,,nah pasti tuan rumah nya sediain rokok,,,tapi sekarang sudah enggak lagi .. | Yaa lingkungan ya mendukung juga sih karena itu kan buat kebaikan buat kesehatan juga jadi lingkungan juga mendukung,,dukungan nya yang dulu kalau yasinan disiapkan rokok sekarang enggak lagi,, | Ya didukung secara ya baguslah ya positif,,karena dilingkungan saya memang tidak merokok.. | Lingkungan saya juga tidak mendukung bu,,,apalagi ditempat saya kalau ada acara yasinan tu dah tradisi bu disiapin rokok,,terus kalau kumpul acara dibalaidesa atau di mana gitu ya pada merokok,,asapnya kemana mana ya saya akhirnya tergoda tho bu untuk merokok lagi,,apalagi tidak ada larangan merokok,, | Kan tadi saya sudah bilang bu,,lingkungan saya sebagian besar merokok bu,,hanya berapa orang aja yang enggak,,jadi ya gimana mau mendukung orang mereka juga merokok, jadi ya enggak mendukung sih bu.. | Yaa namanya lingkungan tidak mendukung lah. Kebetulan lingkungan saya banyak yang muda bu,,,jadi masih aktif merokok.... | Kalau lingkungan juga sementara juga kurang mendukung gitukarena lingkungan saya termasuk lingkungan perokok bu gitu..jadi kalau saya berhenti mereka kayaknya gimana yaa,,, | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dukungan lingkungan sangat mendukung dikarenakan sebagian besar lingkungann bukan perokok  Sedangan yang tidak berhasil berhenti merokok sebagian besar nya tidak mendukung karena lingkungan nya masih banyak yang perokok aktif | Dianjurkan untuk klien yang belum berhasil berhenti merokok agar tetap berupaya berhenti merokok walaupun lingkungan sangat tidak mendukung |
| Bagaimanakah dukungan petugas puskesmas saat anda ingin berhenti merokok? | Owhh yaa sangat mendukung bu,,ramah petugasnya,,banyak sekali yang ditanyakan,,tapi kata petugasnya yang penting saya benar benar ada niat mau berhenti  Yaa petugasnya memberikan info tentang rokok,,bahayanya ,sampai jadwalnya,,selalu mengingatkan jadwal konseling saya | Ya mereka senang sekali bu,,saya ditanya tanya gitu bu,,pokoknya mereka sangat mendukung  Ya petugas selalu mengingatkan jadwal kunjungan konseling,,ramah banget petugas nya | Yaa sangat mendukung sih karena demi kesehatan kan jadi petugas puskesmas juga mendukung,,selalu mendampingi saat kita ada masalah atau keluhan ,,petugasa selalu memberi jalan keluar nya mbak,,pokoknya bagus sekali dukungan nya,, | Ya kalau petugas puskesmas menganjurkan, menyarankan,untuk berhenti merokok,apalagi saat kita konsultasi selalu memberi semangat mbak,, | Yaa sangat mendukung bu  Yaa saat saya ada keluhan beliau kasih tau cara penangannya,,apa aja yang saya sampaikan selalu diperhatikan bu,,saya kalau tidak datang ditanyakan bu kenapa enggak datang | Yaa saat saya ada keluhan beliau kasih tau cara penangannya,,apa aja yang saya sampaikan selalu diperhatikan bu,,saya kalau tidak datang ditanyakan bu kenapa enggak datang | Dukungannya bagus sekali,,sangat membantu saya sangat mensupport saya biar saya tu berhenti merokok karena petugas dipuskesmas diraman aji raman utara itu hooh dia sangat konsen dengan bahaya rokok mbak terutama untuk dirumah di anak anak saya ,,sangat mendukung sangat positif mendukung saya | Wah sangat senang sekali mereka ,, sangat senang sekali mereka siap membimbing sampai saya total berhenti merokok,,,sangat ramah dan sabar mengahadapi saya yang suka ngeluh ...kalau sudah ngeluh mereka kasih tau cara mengatasinya,,benar benar sabar mbak... | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang tidak berhasil berhenti merokok dukungan petugas sangat mendukung dikarenakan sebagian besar lingkungann bukan perokok |  |
| Bagaimanakah pola konsultasi upaya berhenti merokok yang diselengarakan oleh puskesmas? | Eeee..saya kemarin itu setiap hari jumat kesana nya tapi 2 minggu sekali,,sampe 3 bulan bu,,terus setelah itu saya 3 bulan sekali,,samapi 1 tahun bu,,baru dibilang berhasil berhenti,,alhamdulliah saya sudah 1,5 tahun ini berhenti bu | Saya 3 bulan pertama ke puskesmas nya setiap 2 minggu sekali bu,,setelah itu setiap 3 bulan sekali,,sampe 1 tahun ini,,baru saya dinyatakan bener benar berhasil berhenti bu..kepuskesmas nya setiap hari jumat  Ya Alhamdullillah saya selalu dingatkan sama istri dan petugas nya | Saya dua minggu sekali kepuskesmas bu,, setiap hari jumat,,sudah berhenti merokok,,alhamdulillah sudah berhenti merokok,, | Dulu kliniknya buka setiap hari jumat ,,disini kita bisa ketemu sama petugasnya ada dokter juga,,yaaa,,,disini kami yaa ngobrol ngobrol gitu bu,,ditanya gimana masih ada keluhannya apa enggak..pokonya enak lha bu.. | Ya ada jadwalnya bu..Saat pertama saya ikut konsultasi saya datang setiap 2 minggu sekali bu kalau enggak salah ya 3 bulan gitu bu,,setelah itu 3 bulan sekali,,tapi saya enggak sampe tuntas bu dah enggak tahan.. | Ya bu,,2 minggu sekali setiap hari jumat bu,,Cuma saya hanya 2 x aja kesana nya bu,,habis saya sudah enggak tahan..pengen merokok terus bu..  Kalau saya enggak salah ya bu,,maklum bu sudah lama saya enggak konseling lagi,, kalau kesana 2 minggu sekali bukanya setiap hari jumat selama 3 bulan,,ada dokter nya juga,,nah saya kemaren cuma 1 bulan aja bu.. | Owhh kalau disini ada klinik berhenti merokok atau bukanya dia setiap hari jumat mbak,, | Setiap hari jumat,,iyaa. Yaa konsultasinya menyenangkan yaa artinya komunikatif. Apa yang kita tanya mereka jawab. Saya nggak jelas,,saya tanyakan. Bahaya dan sebagainya ee sangat sangat jelaslah menjelaskan kepada saya. | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok pola konsultasi selalu tepat waktu dan yang tidak berhasil berhenti merokok pola konsultasi tidak tepat waktu dan berhenti sebelumnya waktunya | Dianjurkan kepada klien yang tidak berhasil berhenti merokok disarankan agar pola konsultasi tepat waktu dan terus menerus sesuai jadwal konsultasi |
| Bagaimanakah dukungan sarana prasarana puskesmas dalam program berhenti merokok? | Tempatnya nyaman bu,,didalam Cuma petugas, keluarga dan saya aja yang boleh masuk,,kalau alat alatnya banyak bu..ada gambar yang ditempel didinding,,ada tulisan kawasan tanpa merokok,ada gambar paru paru rusak..terus juga diruang tunggu ada kertas kecil tentang rokok dan penyakit penyakit,,, | Sudah ,,sudah sangat baik bu,,dimana mana saya liat ada tentang rokok,,seperti di ruang tunggu, di dalam ruangan konseling,,pokoknya benar benar puas bu,,,  Ada gambar yang ditempel didinding..ada juga buku dimeja yang dibuka buka gitu..ada juga di tv puskesmas bu | Seperti slogan slogan ada,ya ibarat nya pengarahan dari petugas juga ada,,kalau dipuskesmas ada gambar gambar yang nempel didinding tentang rokok,,terus ada juga kertas kertas yang ada di meja informasi,,terus dipuskesmas juga ada spanduk kawasan tanpa rokok mbak,,,jadi kita di puskesmas enggak boleh merokok.. | Bagus mbak,,saya liat didinding puskemas tu banyak spanduk spanduk tentang rokok..pokoknya banyak lha mbak ,,enggak kurang kurang pokoknya tentang bahaya merokok.. | Owh ya bu banyak itu bu dipuskesmas,,,saat konsultasi diliatin gambar gambar yang dimeja terus ada juga kertas kertas kecil,,diruang tunggu juga ada tv bu yaa tentang rokok juga ada pokoknya macem macem lha bu  Ohh sudah cukup sekali bu,,sudah banyak ..ada juga tu yang gambar paru parunya bolong,, | Sudah cukup ..yaa bu sudah cukup banyak..ada gambar gambar di dinding, ada kertas kecil yang ada di tarok didinding ada  Ya bu sangat banyak,, | Ya bagus dukungan alatnya lengkap semua..mendukung untuk eee... program eee...apa namanya berhenti merokok itu ya bu ya, ,,ada dan lengkap bisa di manfaatkan. Ya berupa berupa stiker atau ini apa spanduk spanduk itu lha yang kotak kotak kecil itu apa lah saya enggak tau itu lha,,dimeja informasi itu bu suka ada kertas kertas macam macam ,,yaa ada juga tentang rokok itu,,pokoknya banyak lha bu,,, | Oya ada gambar gambar yang kita untuk berhenti merokok itu mbak,,gambar besar itu,,ada yang kayak kertas kertas kecil itu mbak , hooh itu,,kadang kadang saya dibagiin saya ngeliat saya ambil saya untuk biar menguatkan saya ,,lengkap,,kalau diruang tunggu nya itu tv itu kadang kadang menayangkan gambar gambar merokok itu lho mbak ,,,klinik ubm ini sangat membantu saya. | Dari hasil wawancara pada klien yang berhasil berhenti merokok dan yang tidak berhasil berhenti merokok dukungan sarana dan prasarana di puskesmas sudah sangat baik, ada poster, kertas leaflet, siaran di tv ruang tunggu, dan ada gambar gambar tentang rokok |  |