

INTERVENSI PENCEGAHAN MEROKOK DAN KONSUMSI ALKOHOL PADA REMAJA MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Nursiswati Nursiswati^{1*}, Malihatunnisa Nurrofikoh², Sri Hartati Pratiwi³, Titis Kurniawan⁴, Chandra Isabella Hostonida Purba⁵

¹⁻⁵Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: nursiswati@unpad.ac.id

Disubmit: 21 November 2023

Diterima: 09 Desember 2023

Diterbitkan: 01 Februari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i2.13084>

ABSTRAK

Tahap perkembangan remaja sangat rentan akan perilaku berisiko. Kontrol emosi dan stres yang labil mengakibatkan remaja memilih mekanisme koping yang salah. Dampaknya, remaja dapat berisiko mengalami stunting. Perlu adanya penyuluhan terkait bahaya dan cara pencegahan konsumsi rokok dan alkohol guna mencegah terjadinya stunting. Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini untuk melihat gambaran pengetahuan (kognitif) dari siswa kelas 7 salah satu SMP swasta di Kabupaten Bandung mengenai pencegahan penggunaan rokok dan alkohol. Pendidikan kesehatan dilaksanakan secara interaktif bertemakan menghindari rokok dan alkohol agar terhindar dari masalah kesehatan fisik dan mental guna mencegah terjadinya stunting. Pendidikan kesehatan diikuti oleh 72 siswa kelas 7 Sekolah Menengah Pertama. Evaluasi dari hasil pendidikan kesehatan dilakukan dengan memberikan soal Pre-test dan Post-test masing-masing sebanyak 5 soal. Sebanyak 55,55% remaja yang mengikuti pendidikan kesehatan dapat menjawab dengan benar ≥ 3 soal dari 5 soal yang tersedia dan sebanyak 33,33% mengalami peningkatan skor dari pre-test ke post-test. Pemahaman tentang bahaya merokok dan alkohol dapat diberikan sejak masa SMP dan dilakukan pemantauan berkelanjutan oleh guru di sekolah. Sekolah dapat memberikan kebijakan dan pelayanan UKS yang memadai bagi siswa. Pendidikan kesehatan berpengaruh positif dan secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya serta cara menghindari rokok dan alkohol. Kegiatan lanjutan berupa *focus group discussion* dan permainan dibutuhkan sebagai kegiatan lanjutan penguatan kognitif, afektif, dan psikomotor pencegahan merokok dan konsumsi alkohol pada siswa SMP.

Kata Kunci: Alkohol, Merokok, Pendidikan Kesehatan, Remaja, Stunting

ABSTRACT

The developmental stage of adolescents is very vulnerable to risky behavior and bad coping mechanisms. As a result, teenagers may be at risk of experiencing stunting. There is a need for education regarding the dangers and ways to prevent cigarette and alcohol consumption to prevent stunting. This research aims to describe the knowledge (cognitive) of grade 7 students at one of the private junior high schools in Bandung Regency regarding preventing the use of cigarettes and alcohol. Health education was carried out interactively with the theme of avoiding smoking and alcohol to avoid physical and mental health problems to prevent stunting. Health education was attended by 72 grade 7

junior high school students. Evaluation of the results of health education was carried out by providing pre-tests and post-tests. As many as 55.55% of teenagers who took part in health education were able to answer ≥ 3 questions correctly out of the 5 questions available and as many as 33.33% experienced an increase in scores from pre-test to post-test. Understanding of the dangers of smoking and alcohol can be given since junior high school and ongoing monitoring by teachers at school. Schools can provide adequate UKS policies and services for students. Health education has a positive effect and significantly increases teenagers' knowledge about the disadvantages and how to avoid smoking and alcohol. Further activities in the form of focus group discussions and games are needed as further activities to strengthen cognitive, affective, and psychomotor skills to prevent smoking and alcohol consumption in junior high school students.

Keywords: *Adolescents, Alcohol, Health Education, Smoking*

1. PENDAHULUAN

Fenomena kebiasaan merokok pada remaja di Indonesia sudah memasuki kondisi perlu penanganan spesifik. Rokok dapat membuat konsumennya kecanduan karena didalamnya terdapat nikotin dan tar sehingga berpotensi buruk bagi kesehatan bagi individu dan komunitas sekitarnya (Humaidi et al., 2021). Sebanyak 4000 zat kimia, karbon monoksida, hidrogen sianida, tar, dan nikotin ditemukan dalam kandungan satu batang rokok. Tanpa upaya, akses rokok yang mudah, remaja yang kecanduan rokok sudah menjadi normalisasi bagi masyarakat sekitar.

Banyak faktor yang memengaruhi latar belakang remaja memiliki kebiasaan merokok. Remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat merokok di tempat manapun seperti rumah, tempat umum, bahkan transportasi umum (Cao et al., 2022). Mereka meyakini bahwa dengan merokok dapat mengurangi kekhawatiran akan peraturan dan interaksi sosial serta mengurangi distress psikologis yang mereka alami. Remaja ini percaya bahwa merokok membantu mereka beradaptasi dengan perubahan fisik, kognitif, dan emosional yang terjadi, meskipun berbagai penelitian telah membuktikan bahwa merokok mengurangi harga diri dan citra diri di antara mereka yang mengalami kecanduan (Fithria et al., 2021). Hal ini tentu mengakibatkan remaja menjadi pribadi yang rentan akan perilaku yang berisiko.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa rokok juga berdampak buruk untuk kesehatan yakni penyakit kardiovaskular, stroke, dan kanker (Asiki et al., 2019; Fithria et al., 2021). Dampak negatif lainnya dari konsumsi rokok baik secara langsung maupun tidak langsung adalah berkaitan dengan perkembangan dan pertumbuhan remaja (Humaidi et al., 2021). Akibat permasalahan kesehatan tersebut, konsumsi rokok dapat berpotensi mengalami stunting.

2. MASALAH

Penelitian Grapatsas et al., (2017) menjelaskan ada keterkaitan kandungan dalam rokok dapat merusak organ dari remaja yang mengonsumsinya sehingga menghambat pertumbuhan dari remaja itu sendiri. Di Indonesia, ayah perokok berkaitan erat dengan stunting yang dialami anaknya (Semba et al., 2007 dalam Cao et al., 2022). Hal ini

didukung oleh penelitian Muraro et al., (2014) yang menunjukkan bahwa ibu hamil yang terpapar asap rokok dapat mengakibatkan janin dalam kandungannya mengalami efek yang persisten terhadap pertumbuhan janin.

Merokok dapat meningkatkan resiko pemakaian narkoba dan alkohol (Grapatsas et al., 2017; Strong et al., 2017). Dampak negatif yang didapat ketika mengonsumsi alkohol adalah terganggunya sistem saraf seperti kefokusannya dan daya ingat (Mays et al., 2014). Oleh karena itu, penting dilakukannya pendidikan kesehatan dengan mengedepankan gaya hidup sehat yang dapat memaksimalkan perubahan ke arah potensi baik secara individual, organisasional, dan komunitas (Sumiatin et al., 2022). Meningkatkan hal positif dalam diri remaja dapat mengurangi sifat rapuh dari remaja (Fithria et al., 2021). Orang tua dapat menegakkan aturan dilarang merokok ketika berada di rumah untuk memproteksi kebiasaan merokok anaknya (Abidin et al., 2019). Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran pengetahuan (kognitif) dari siswa Salah satu SMP swasta di Kabupaten Bandung kelas 7 mengenai pencegahan penggunaan rokok dan alkohol.

3. TINJAUAN PUSTAKA

Dampak Merokok Bagi Kesehatan

Terdapat pengaruh pada kandungan dalam rokok dapat merusak organ dari remaja yang mengonsumsinya sehingga menghambat pertumbuhan dari remaja itu sendiri (Grapatsas et al., 2017). Merokok baik secara langsung maupun tidak langsung adalah berkaitan dengan perkembangan dan pertumbuhan remaja (Humaidi et al., 2021). Selain secara fisik, dampak ini dapat menyerang psikologis dari perokok. Mereka meyakini bahwa dengan merokok dapat mengurangi kekhawatiran mereka alami. Penelitian telah membuktikan bahwa merokok mengurangi harga diri dan citra diri perokok yang mengalami kecanduan (Fithria et al., 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa rokok juga berdampak buruk untuk kesehatan yakni penyakit paru-paru seperti penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), kardiovaskular seperti penyakit jantung coroner (PJK), stroke, dan kanker (Asiki et al., 2019; Fithria et al., 2021). Kanker paru-paru menjadi adalah penyakit yang paling umum yang dialami oleh 87% perokok aktif (Singh & Kathiresan, 2015). Masih erat kaitannya dengan paru-paru, Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK) tidak dapat dihindari ketika sudah kecanduan merokok (Balatif, 2020). Selain kanker, tentu bagian mulut seperti bibir maupun lidah terdampak dari zat yang ada pada rokok ini. Permasalahan Kesehatan yang kompleks akibat rokok tersebut akan dapat ditekan dengan penurunan konsumsi rokok dan menurunkan years age penggunaan rokok.

Dampak Konsumsi Alkohol Bagi Kesehatan

Dampak negatif yang didapat ketika mengonsumsi alkohol adalah terganggunya sistem saraf seperti kemampuan memfokuskan pikiran dan daya ingat (Mays et al., 2014). Beberapa manifestasi klinis yang dapat dialami oleh pecandu alkohol adalah adanya mual, kejang, takikardi, delirium, peningkatan suhu tubuh, diaforesis, agitasi, tremor, sakit kepala, hingga halusinasi penglihatan (Varghese & Dakhode, 2022). Penyakit hati dan pankreas sering dijumpai pada pecandu alkohol bahkan diabetes (Rehm, 2015).

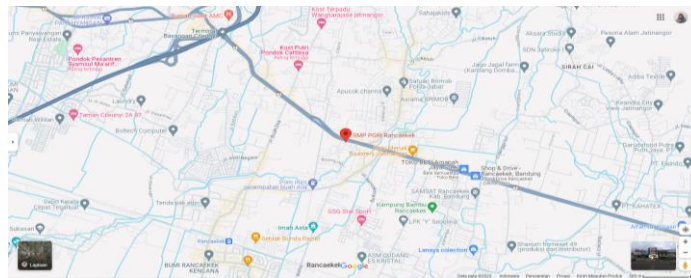
Alkohol dapat mengganggu kerja sistem syaraf pusat. Kelistrikan dalam otak akan terganggu dan menyebabkan ataksia, sedasi, dan disinbisi (Tritama, 2015). Akibatnya seorang pecandu alkohol dapat mengalami perubahan mood dan emosi yang tidak terkontrol dan tidak jarang tanpa sadar melakukan tindak kekerasan.

Karena konsumsi alkohol berkaitan dengan sistem kardiovaskular, secara tidak langsung mengakibatkan masalah juga pada organ ginjal. Zat dalam alkohol membuat kerja ginjal lebih berat sehingga tidak maksimal dalam proses filtrasi. Oleh karena itu, konsumsi alkohol dalam waktu lama akan mengakibatkan permasalahan serius pada ginjal (Dwi Purbayanti, 2017).

4. METODE

Penelitian berbentuk Pengabdian Kepada Masyarakat melalui Pendidikan Kesehatan bertemakan menghindari rokok dan alkohol agar terhindar dari masalah kesehatan fisik dan mental guna mencegah terjadinya stunting di salah satu SMP swasta di Kabupaten Bandung. Kegiatan ini dilaksanakan di Aula SMP yang diikuti oleh 72 siswa kelas 7 yang dilaksanakan pukul 13.00 WIB. Kegiatan ini diawali dengan pembukaan dan sambutan dari para pejabat sekolah lalu dilanjutkan dengan doa sebelum kegiatan inti (pendidikan kesehatan) dibuka.

Pre-test dilaksanakan terlebih dahulu sebelum dimulainya pendidikan kesehatan sebanyak 5 soal pilihan ganda dari materi yang akan diberikan. Setelahnya, pendidikan kesehatan disampaikan secara ceramah dan diskusi interaktif dengan media PowerPoint yang menarik. Ketika sesi tanya jawab dimulai, siswa antusias dan diantaranya mengajukan pertanyaan kepada pembicara. Setelah sesi tersebut, dilanjutkan dengan Post-test sebanyak 5 soal pilihan ganda dan diakhiri dengan penutupan acara serta dokumentasi kegiatan.



Gambar 1. Denah Lokasi Kegiatan PKM Pendidikan Kesehatan

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ditunjukkan dengan Skor Pre-test dibandingkan dengan skor Post-test. Perbandingan tersebut untuk melihat keberhasilan pendidikan kesehatan yang telah dilakukan. Hasil perolehan evaluasi skor Pre-test dan Post-test disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test PKM pada Siswa Salah Satu SMP swasta di Kabupaten Bandung (n=72 siswa)

| Item Pertanyaan | Jawaban Benar | | | | | | | | | | | |
|--|---------------|-------|---------------|-------|------------------|-------|---------------|-------|---------------|-------|------------------|-------|
| | PRE-TEST | | | | | | POST-TEST | | | | | |
| | P R (f) | % | L K (f) | % | Tot al (f) | % | P R (f) | % | L K (f) | % | Tot al (f) | % |
| Pernyataan benar tentang rokok | 16 | 22,22 | 17 | 23,61 | 33 | 45,83 | 28 | 38,89 | 20 | 27,78 | 48 | 66,67 |
| Perbedaan perokok pasif dan aktif | 25 | 34,72 | 6 | 8,33 | 31 | 43,06 | 24 | 33,33 | 17 | 23,61 | 41 | 56,94 |
| Merokok menjadi factor resiko stunting | 10 | 13,89 | 6 | 8,33 | 16 | 22,22 | 8 | 11,11 | 2 | 2,78 | 10 | 13,89 |
| Tujuan berhenti merokok | 19 | 26,39 | 11 | 15,28 | 30 | 41,67 | 14 | 19,44 | 12 | 16,67 | 26 | 36,11 |
| Dampak meminum alkohol/mirras | 38 | 52,78 | 23 | 31,94 | 61 | 84,72 | 39 | 54,17 | 24 | 33,33 | 63 | 87,50 |

Pada Tabel 1. diperlihatkan data perolehan hasil Pre-test dan Post-test dalam rangka kegiatan PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) dalam bentuk Pendidikan Kesehatan di salah satu SMP di Kabupaten Bandung. Terdapat lima pertanyaan sebagai evaluasi dari hasil pendidikan kesehatan yang sudah diberikan. Sebanyak 72 siswa telah mengikuti kegiatan tersebut yang terdiri dari 29 siswa dan 43 siswi.

Beberapa pertanyaan mengalami peningkatan jumlah siswa dengan jawaban benar yakni pertanyaan ke-1, ke-2, dan ke-5. Pertanyaan ke-1 meraih peningkatan jumlah yang paling besar sebanyak 20,84%. Pertanyaan ke-5 walau hanya mengalami kenaikan sebesar 2,78% akan tetapi jumlah siswa yang menjawab pertanyaan tersebut paling banyak dibandingkan pertanyaan lainnya. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil post-test yakni 87,50% siswa berhasil menjawab pertanyaan ke-5 dengan jawaban yang tepat.

Penurunan jumlah siswa yang menjawab dengan benar terdapat pada pertanyaan ke-3 dan ke-4. Pertanyaan ke-3 mengalami penurunan yang cukup signifikan sebanyak 8,33% dari hasil pre-test ke hasil post-test. Hal ini mengindikasikan bahwa masih terdapat siswa yang kurang tepat dalam memahami materi yang telah disampaikan pada saat pendidikan kesehatan.

Tabel 2. Kategori Ketercapaian Skor pada Hasil Post-test (n=72 siswa)

| Kategori | Jenis Kelamin | | | | Total (f) | % |
|---|------------------|-------|----------------------|-------|--------------|--------|
| | Perempuan (f) | | Laki- laki (f) | | | |
| Ketercapaian Skor Minimum | | | | | | |
| Benar menjawab ≥ 3 soal | 25 | | 15 | 20,83 | 40 | 55,56 |
| | | 34,72 | | | | |
| Benar menjawab < 3 soal | 18 | | 14 | 19,44 | 32 | 44,44 |
| | | 25,00 | | | | |
| Total | 43 | 59,72 | 29 | 40,28 | 72 | 100,00 |
| Kenaikan Skor dari Pre-test ke Post-test | | | | | | |
| Skor meningkat | 12 | 16,67 | 12 | 16,67 | 24 | 33,33 |
| Skor tetap | 21 | 29,17 | 11 | 15,28 | 32 | 44,44 |
| Skor menurun | 10 | 13,89 | 6 | 8,33 | 16 | 22,22 |
| Total | 43 | 59,72 | 29 | 40,28 | 72 | 100,00 |

Pada Tabel 2. Tampak bahwa nilai ambang batas pada post-test yang telah dilaksanakan adalah minimal benar 3 dari 5 soal. Skor post-test menjadi tolok ukur ketercapaian program PKM ini. Hal ini mengindikasikan sebanyak 40 siswa (55,56%) mencapai skor minimum yang telah ditetapkan.

Pada kategori kenaikan skor, sebanyak 24 siswa (33,33%) mengalami peningkatan skor dari hasil pre-test ke post-test, 32 siswa (44,44%) diantaranya tidak mengalami kenaikan atau penurunan skor (hasil tetap) dimana ini menjadi hasil paling banyak pada siswa. Namun, sebanyak 16 siswa (22,22%) skornya menurun.

b. Pembahasan

Materi pendidikan kesehatan yang diberikan memfokuskan pada upaya mencegah dan menghindari perilaku merokok dan konsumsi alkohol pada remaja. Untuk dapat menciptakan keefektifan dalam pencegahan tersebut, intervensi yang beragam seperti pendidikan kesehatan, aksi lingkungan, serta dukungan keluarga atau komunitas sangat dibutuhkan (Shackleton et al., 2016). Guru juga menjadi dukungan penting serta mempunyai pengaruh besar pada motivasi siswa di sekolah (Liu et al., 2021). Menurut Liu et al., (2021), guru perlu meningkatkan kepercayaan diri siswa di seting akademik, membantu, serta memberikan penilaian yang positif sehingga menumbuhkan kreativitas dan kepercayaan dalam diri siswa.

Upaya yang dapat dilakukan oleh sekolah sebagai institusi pendidikan adalah program edukasi kolaborasi dengan pihak Unit Kesehatan Sekolah (UKS) (Shackleton et al., 2016) serta kebijakan bahwa

sekolah adalah area bebas rokok perlu dikonsistenkan agar siswa melek akan hal tersebut (Mylocopos et al., 2023). Apabila diperlukan, UKS dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan agar remaja untuk menentukan strategi yang tepat dalam mengurangi jumlah konsumsi rokok/alkohol.

Upaya lainnya yang dapat dilakukan oleh remaja dengan mengalihkan keinginan untuk merokok atau konsumsi alkohol dengan menyibukan diri melakukan kegiatan yang positif. Beraktivitas fisik atau melakukan aktivitas yang positif dapat menghindarkan remaja mengonsumsi rokok dan alkohol. Aktivitas fisik sedikitnya 30 menit setiap hari secara signifikan menurunkan perilaku merokok (Horn et al., 2013). Remaja harus dapat membulatkan tekad untuk mengurangi konsumsinya dan jangan sungkan untuk meminta dukungan keluarga sebagai orang terdekat untuk menjadi pengingat. Remaja harus belajar akan pengendalian stres dan emosi agar dapat berpikir secara positif sehingga rokok dan alkohol tidak dijadikan sebagai suatu koping stres.

Berdasarkan hasil post-test pilihan ganda yang dilakukan, dapat dilihat bahwa 55,55% siswa yang mengikuti pendidikan kesehatan berhasil mencapai ambang batas nilai yakni ≥ 3 soal dijawab dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan ini memberikan dampak positif kepada remaja. Siswa mampu memahami bahaya rokok dan jangka panjangnya dapat menurunkan perilaku merokok pada siswa. Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan dapat berpengaruh pada kognitif serta afektif siswa dalam menyikapi perilaku merokok dan konsumsi alkohol (Achjar & Maharani, 2023; Nuradita & Mariyam, 2013; Sukohar et al., 2017). Namun, sebanyak 22,22% siswa mengalami penurunan skor pre-test ke post-test dan 44,44% siswa tidak mencapai nilai ambang batas.

Faktor yang memengaruhi kefokusannya siswa dalam menyerap materi dapat bersumber dari faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal yang mengakibatkan siswa menjadi kurang memperhatikan pematerian adalah karena bosan, lapar, dan kondisi fisik yang sedang tidak baik sehingga selama peraterian baik tubuh dan pikirannya tidak dapat menyerap materi dengan baik (Le, 2021). Faktor eksternal yang sering dijumpai adalah siswa yang terlalu banyak dalam ruangan. Penelitian Chen et al., (2021) menjelaskan bahwa pembelajaran dengan kelompok yang lebih kecil dapat meningkatkan kognitif lebih efektif dibanding kelas besar. Kelas besar rentang akan kelas yang terlalu bising dan menurunkan kualitas udara dalam ruangan sehingga siswa menjadi tidak nyaman dan akhirnya dapat memecah konsentrasi belajar siswa (Haslianti, 2019; Le, 2021). Hal ini berarti manajemen, kondisi fisik dari sekolah, serta lingkungan sekitar juga memengaruhi kemampuan siswa dalam menyerap materi pembelajaran (Ozcan, 2021).

Penyampaian materi yang dipusatkan pada siswa secara positif berefek penting dalam ketertarikan siswa mengikuti materi yang dibawakan (Lee & Boo, 2022). Guru atau pemberi materi harus mampu memenuhi kebutuhan siswa di kelas yakni kasih sayang, kebebasan, kekuatan, dan kesenangan siswa agar mampu menciptakan suasana belajar yang nyaman (Simariani et al., 2020). Siswa mampu melakukan eksplorasi lebih dalam pembelajaran dibandingkan sistem belajar dimana guru hanya menjelaskan mengenai materi didepan kelas. Blended learning dapat dijadikan sebagai alternatif solusi bagi siswa yang tidak hadir ketika pendidikan kesehatan dilakukan sehingga kemampuan mandiri dalam

belajar dan mampu meningkatkan prestasi akademik siswa tersebut (Tong et al., 2022).

Perawat sebagai educator pada program Kesehatan sekolah Bersama guru juga dapat membuat pembelajaran mengenai pentingnya menghindari konsumsi rokok dan alkohol dengan cara membuat diskusi kelompok terfokus atau Focus Group Discussion (FGD) yang mana baik untuk memahami isu-isu sosial (O.Nyumba et al., 2018). Perawat dengan kualifikasi Pendidikan Ners dan memiliki pengalaman keperawatan komunitas atau Ners spesialis keperawatan Medikal Bedah dan atau spesialis keperawatan Komunitas dapat bekerjasama dengan pihak sekolah untuk secara berkesinambungan melakukan FGD untuk menemukan solusi pemutusan kebiasaan merokok pada remaja.

Karena diskusi yang dilakukan juga fleksibel, siswa dapat mengeksplor seluas-luasnya mengenai isu yang ada dan diharapkan siswa dapat memahami betapa bahayanya mengonsumsi zat dapat merugikan tubuh tersebut. Ketika grup diskusi hanya diisi oleh beberapa orang saja, hal ini mampu membuat siswa yang malu berpendapat dapat lebih berani mengemukakan gagasannya sehingga meningkatkan partisipasi verbal dan kognitif siswa tersebut (Chen et al., 2021). Dengan demikian, secara signifikan Pemahaman tentang bahaya merokok dan alkohol dapat diberikan sejak masa SMP dan dilakukan pemantauan berkelanjutan oleh guru di sekolah.

6. KESIMPULAN

Perilaku konsumsi rokok dan alkohol dapat mengakibatkan permasalahan pada fisik dan mental remaja pada siswa SMP. Perilaku tersebut apabila dibiarkan dapat menjadi ancaman stunting bagi remaja. Dilakukannya pendidikan kesehatan mengenai pentingnya mengenal cara pencegahan agar terhindar dari perilaku negatif tersebut. Dari hasil evaluasi pendidikan kesehatan yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh positif dan secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja ditandai dengan 55,55% remaja yang mengikuti pendidikan kesehatan dapat menjawab dengan benar ≥ 3 soal dari 5 soal dan sebanyak 33,33% mengalami peningkatan skor dari pre-test ke post-test. Kegiatan lanjutan dapat berupa *focus group discussion* dan permainan dibutuhkan sebagai kegiatan lanjutan penguatan kognitif, afektif, dan psikomotor pencegahan merokok dan konsumsi alkohol pada siswa SMP.

7. 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(Insc 2018), 367-372. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.046>
- Achjar, K. A. ., & Maharani, N. P. . (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Leaflet terhadap Perilaku Remaja Putra tentang Bahaya Mengonsumsi Alkohol dan Rokok. *Jurnal Keperawatan*, 15, 213-220.
- Asiki, G., Newton, R., Marions, L., Kamali, A., & Smedman, L. (2019). The effect of childhood stunting and wasting on adolescent cardiovascular diseases risk and educational achievement in rural Uganda: a

- retrospective cohort study. *Global Health Action*, 12(1).
<https://doi.org/10.1080/16549716.2019.1626184>
- Balatif, R. (2020). Cigarettes and Its Effects on Health. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 2(1), 44-52.
<https://doi.org/10.32734/scripta.v2i1.1246>
- Cao, S., Xie, M., Jia, C., Zhang, Y., Gong, J., Wang, B., Qin, N., Zhao, L., Yu, D., & Duan, X. (2022). Household second-hand smoke exposure and stunted growth among Chinese school-age children. *Environmental Technology and Innovation*, 27, 102521.
<https://doi.org/10.1016/j.eti.2022.102521>
- Chen, J., Lin, T. J., Anderman, L. H., Paul, N., & Ha, S. Y. (2021). The role of friendships in shy students' dialogue patterns during small group discussions. *Contemporary Educational Psychology*, 67(October), 102021. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.102021>
- Dwi Purbayanti, N. A. R. S. (2017). 258719-Efek-Mengkonsumsi-Minuman-Beralkohol-Ter-C26F7Eb8. *Jurnal Surya Medika*, 3(1).
- Fithria, F., Adlim, M., Jannah, S. R., & Tahlil, T. (2021). Indonesian adolescents' perspectives on smoking habits: a qualitative study. *BMC Public Health*, 21(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-10090z>
- Grapatsas, K., Tsiligianni, Z., Leivaditis, V., Dimopoulos, E., Zarogoulidis, P., Karapantzos, I., Tsiouda, T., Barbetakis, N., Paliouras, D., Chatzinikolaou, F., Trakada, G., & Skouras, V. (2017). Smoking habit of children and adolescents: an overview. *Annals of Research Hospitals*, 1(April 2017), 1-1.
<https://doi.org/10.21037/arh.2017.05.01>
- Haslianti, H. (2019). Pengaruh Kebisingan Dan Motivasi Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 608-614. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4839>
- Horn, K., Branstetter, S., Zhang, J., Jarrett, T., O'Hara Tompkins, N., Anesetti-Rothermel, A., Olfert, M., Richards, T., & Dino, G. (2013). Understanding physical activity outcomes as a function of teen smoking cessation. *Journal of Adolescent Health*, 53(1), 125-131.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.01.019>
- Humaidi, A., Gustiawan, A., Rizfal Efriadi, A., Jordan, A., & Surya, D. (2021). Description of Smoking Behavior in Adolescents ages 15-18 Years. *Muhammadiyah International Public Health and Medicine Proceeding*, 1(1), 595-600. <https://doi.org/10.53947/miphmp.v1i1.102>
- Le, H. V. (2021). An Investigation into Factors Affecting Concentration of University Students. *Journal of English Language Teaching and Applied Linguistics*, 3(6), 07-12. <https://doi.org/10.32996/jeltal.2021.3.6.2>
- Lee, H., & Boo, E. (2022). The effects of teachers' instructional styles on students' interest in learning school subjects and academic achievement: Differences according to students' gender and prior interest. *Learning and Individual Differences*, 99(August), 102200. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102200>
- Liu, X. xian, Gong, S. Y., Zhang, H. po, Yu, Q. lei, & Zhou, Z. jin. (2021). Perceived teacher support and creative self-efficacy: The mediating roles of autonomous motivation and achievement emotions in Chinese junior high school students. *Thinking Skills and Creativity*, 39(July 2020), 100752. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2020.100752>
- Mays, D., Gilman, S. E., Rende, R., Luta, G., Tercyak, K. P., & Niaura, R. S. (2014). Parental smoking exposure and adolescent smoking

- trajectories. *Pediatrics*, 133(6), 983-991.
<https://doi.org/10.1542/peds.2013-3003>
- Muraro, A. P., Gonçalves-Silva, R. M. V., Moreira, N. F., Ferreira, M. G., Nunes-Freitas, A. L., Abreu-Villaça, Y., & Sichieri, R. (2014). Effect of tobacco smoke exposure during pregnancy and preschool age on growth from birth to adolescence: A cohort study. *BMC Pediatrics*, 14(1), 1-9.
<https://doi.org/10.1186/1471-2431-14-99>
- Mylocopos, G., Wennberg, E., Reiter, A., Hebert-Losier, A., Filion, K. B., Windle, S. B., Gore, G., O'Loughlin, J. L., Grad, R., & Eisenberg, M. J. (2023). Interventions for Preventing E-Cigarette Initiation Among Children and Youth: a Systematic Review. *American Journal of Preventive Medicine*, 000(000).
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2023.09.028>
- Nuradita, E., & Mariyam. (2013). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang bahaya rokok pada remaja di SMP Negeri 3 Kendal. *Jurnal Keperawatan Anak*, 1(1), 44-48.
- O.Nyumba, T., Wilson, K., Derrick, C. J., & Mukherjee, N. (2018). The use of focus group discussion methodology: Insights from two decades of application in conservation. *Methods in Ecology and Evolution*, 9(1), 20-32. <https://doi.org/10.1111/2041-210X.12860>
- Ozcan, M. (2021). Factors Affecting Students' Academic Achievement according to the Teachers' Opinion. *Education Reform Journal*, 6(1), 1-18. <https://doi.org/10.22596/erj2021.06.01.1.18>
- Rehm, J. (2015). The Risks Associated With Alcohol Use and Alcoholism Jürgen. *NIH Public Access*, 23(1), 1-7.
- Shackleton, N., Jamal, F., Viner, R. M., Dickson, K., Patton, G., & Bonell, C. (2016). School-Based Interventions Going beyond Health Education to Promote Adolescent Health: Systematic Review of Reviews. *Journal of Adolescent Health*, 58(4), 382-396.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.12.017>
- Simariani, L., Ayu, D., Agustini, E., & Juniarta, A. K. (2020). The Classroom Management In English As A Foreign Language Classroom At State Junior High School. *Indonesian Journal Of Educational Research And Review*, 3, 123-131.
- Singh, C. R., & Kathiresan, K. (2015). Effect of cigarette smoking on human health and promising remedy by mangroves. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 5(2), 162-167. [https://doi.org/10.1016/S2221-1691\(15\)30337-3](https://doi.org/10.1016/S2221-1691(15)30337-3)
- Strong, C., Juon, H.-S., & Ensminger, M. E. (2017). Effect of Adolescent Cigarette Smoking on Adulthood Substance Use and Abuse: The Mediating Role of Educational Attainment. *Physiology & Behavior*, 176(3), 139-148.
<https://doi.org/10.3109/10826084.2015.1073323>
- Sukohar, A., Muhartono, Setiawan, G., & Morfi, C. W. (2017). Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Rokok pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 22 Bandar Lampung. *JPM Ruwa Jurai*, 3, 6-11.
- Sumiatin, T., Ningsih, W. T., & Su'udi, S. (2022). Determinants of Smoking Behavior in Adolescents. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 9(1), 018027. <https://doi.org/10.26699/jnk.v9i1.art.p018-027>