

PENGUATAN PROMOSI KESEHATAN CEGAH PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA**Adelse Prima Mulya^{1*}, Mamat Lukman², Siti Mutia Kosassy³**¹⁻²Departemen Keperawatan Komunitas, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran³Fakultas Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Prima Nusantara

Email Korespondensi: adelse@unpad.ac.id

Disubmit: 08 Mei 2024

Diterima: 27 Juli 2024

Diterbitkan: 01 Agustus 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i8.15139>**ABSTRAK**

Permasalahan yang sering dihadapi di sekolah adalah masih ada remaja yang merokok baik di lingkungan sekolah ataupun di luar Sekolah. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan promosi Kesehatan pencegahan merokok. Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilakukan dengan metode Pendidikan Kesehatan kepada siswa di salah satu SMP di Jatinangor. Kegiatan Pendidikan Kesehatan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan memberikan simulasi bahaya merokok menggunakan botol bekas, dan kapas. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang sudah dimodifikasi dari penelitian (Rosali et al., 2013), dengan nilai validitas dan reabilitas sebesar alpha croanbach 0,83. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada hari Juma'at di Aula SMP dimulai pukul 07.30 - 11.30 WIB selama 1 hari. Kegiatan dihadiri oleh 39 siswa perwakilan kelas VII dan VIII. Analisis data menggunakan uji *paired samples T test* untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan pada pre test dan post test remaja yang mengikuti promosi Kesehatan pencegah perilaku merokok. Promosi Kesehatan dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap perilaku merokok, bahaya merokok dan dampak jangka Panjang yang ditimbulkan dari merokok. Kegiatan pengabdian ini disarankan bahwa sangat dibutuhkan peran serta aktif pengawasan dari sekolah dan partisipasi dari orang tua untuk menambah pemahaman siswa dalam rangka mencegah perilaku merokok.

Kata Kunci: Merokok, Remaja, Promosi Kesehatan**ABSTRACT**

The problem that is often faced in schools is that there are still teenagers who smoke both in the school environment and outside the school. This community service aims to determine the difference in knowledge before and after being given smoking prevention health promotion. Community Service (PKM) is carried out by promoting health using the Health Education method for students at one of the junior high schools in Jatinangor, Sumedang Regency. Health education activities are carried out using lecture methods, discussions and providing simulations of the dangers of smoking using used bottles and cotton wool. The implementation of community service was carried out in the junior high school

hall. The target of this activity is students in grades VII and VIII. The activity was attended by 39 students representing classes VII and VIII. Data analysis using paired samples T test to determine differences in knowledge before and after being given health promotion. The results of the activity showed that there were differences in knowledge in the pre-test and post-test of teenagers who took part in health promotion to prevent smoking behavior. Health promotion with a health education approach can increase students' understanding of smoking behavior, the dangers of smoking and the long-term impacts of smoking. This service activity suggests that there is a need for increased supervision from schools and active participation from parents to increase students' understanding in order to prevent smoking behavior.

Keywords: Smoking, Adolescent, Health Promotion

1. PENDAHULUAN

Remaja identik dengan perubahan perilaku karena terjadi peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Perubahan ini menimbulkan gejolak kejiwaan dan emosi sehingga mereka banyak mengalami tekanan sehingga banyak yang kurang mampu beradaptasi dengan tekanan tersebut akibatnya mudah menyimpang dalam berperilaku di Masyarakat. Perilaku yang kurang baik yang sering dialami remaja yaitu merokok (Alamsyah & Nopianto, 2017).

Merokok adalah Kegiatan membakar produk tembakau yang bertujuan untuk dihirup/dihisap termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya yang berasal dari *nicotina tobacum*, *nicotina rustica* dan spesies lainnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar, baik dengan atau tanpa bahan tambahan (Kemenkes, 2013). Merokok di masa kanak-kanak adalah faktor penguat untuk merokok di usia dewasa (Khuder et al., 1999). Merokok merusak kebugaran fisik anak muda baik dari segi kinerja dan daya tahan tubuh, termasuk di antara anak muda yang terlatih olahraga (Jamal et al., 2020).

WHO menjelaskan penduduk dunia yang mengkonsumsi tembakau didapatkan sebanyak 57% pada penduduk Asia dan Australia, 14% pada penduduk Eropa Timur dan Pecahan Uni Soviet, 12% penduduk Amerika, 9% penduduk Eropa Barat dan 8% pada penduduk Timur Tengah serta Afrika. Sementara itu ASEAN merupakan sebuah Kawasan dengan 10% dari seluruh perokok dunia dan 20% penyebab kematian global akibat tembakau (WHO, 2015).

Penelitian yang dilakukan di berbagai Negara menyatakan, remaja yang memiliki kebiasaan merokok, baik itu menggunakan rokok elektronik sekalipun juga akan berdampak meningkatkan gejala bronkitis kronik. Kebiasaan merokok yang dimulai dari remaja akan menimbulkan risiko serangan panik dan memperberat masalah asma (Mcconnell et al., 2017; Wu et al., 2022). Remaja yang terbiasa merokok maka akan cenderung merokok diusia dewasa, hal ini jika tidak dicegah sedini mungkin maka akan berdampak pada kesehatan mulut jangka panjang (Olczak-Kowalczyk et al., 2020). Remaja yang cenderung merokok juga akan mempengaruhi kehidupan ekonomi keluarga serta dapat memicu penggunaan alcohol sejak dini (Cambron et al., 2018). Selain itu, perilaku merokok pada remaja juga akan memicu penggunaan zat terlarang (Ramji et al., 2019).

Program penanggulangan rokok pada remaja sudah diterapkan oleh pemerintah salah satunya Kawasan Tanpa Rokok (KTR) atau Bebas Rokok di

area sekolah dan perkantoran. Pelaksanaan program tersebut relative efektif namun perlu penguatan lebih lanjut untuk memastikan remaja dapat mencegah perilaku merokok tersebut. Salah satu pendekatan yang dapat menunjang untuk mencegah perilaku tersebut adalah dengan menggunakan promosi Kesehatan kepada remaja secara langsung di sekolah.

Promosi kesesehatan yang dilakukan secara langsung dapat menambah pengetahuan ataupun penguatan sikap remaja dalam mencegah perilaku merokok (Green, 1991). Promosi Kesehatan secara langsung dengan metode yang menarik akan memicu semangat remaja untuk mengikuti kegiatan serta meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam mencegah perilaku merokok.

Jawa Barat merupakan salah satu wilayah dengan penduduk terbesar di Indonesia dan memiliki jumlah remaja yang cukup banyak. Wilayah Jatinangor merupakan bagian dari Jawa Barat yang merupakan wilayah yang padat jumlah remajanya. Kondisi wilayah yang sangat padat, dekat dengan pusat perbelanjaan, banyak pedagang dan ruko hal ini memungkinkan memudahkan remaja dalam membeli rokok.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah aktual yang terjadi dilapangan Permasalahan yang sering dihadapi di sekolah adalah masih ada remaja yang melanggar aturan untuk tidak merokok baik di sekolah ataupun di luar sekolah. Berdasarkan survei awal di salah satu sekolah 15% siswa masih merokok di luar sekolah, hanya 1,7% yang merokok dalam lingkungan sekolah secara diam-diam. Masih banyak siswa yang belum paham apa dampak dari ketagihan merokok dan bagaimana cara mencegah perilaku merokok.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melihat tingkat pengetahuan siswa terhadap dampak merokok dan pencegahannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan promosi Kesehatan pencegahan merokok.

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan di salah satu SMP yang berada di Kawasan Jatinangor, Kabupaten Sumedang, Jawa Barat.



Gambar 1. Lokasi PKM

3. KAJIAN PUSTAKA

Remaja merupakan individu yang memiliki karakter labil dan gampang terpengaruhi oleh teman sebaya dan lingkungan. Remaja cenderung melakukan tindakan yang menyimpang, yang sering terjadi adalah merokok.

Perilaku ini sering terjadi karena lemahnya pengawasan dan pengaruh dari anak itu sendiri, lingkungan keluarga, masyarakat, dan lingkungan sekolah (Sofyan, 2012).

Merokok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh seorang perokok yang dengan sengaja membakar rokok dan menghisap rokok dari salah satu produk tembakau termasuk rokok daun nipah, rokok kretek, rokok putih, dan cerutu (PP RI, 2012). Berdasarkan hasil berbagai penelitian, merokok sangat berbahaya bagi tubuh, efek merokok jangka panjang diantaranya, gangguan pembuluh darah, kanker paru, serangan jantung, DM tipe II. Kebiasaan merokok sulit dihilangkan, apalagi untuk orang yang merokok untuk menenangkan diri, hal ini lebih sulit melepaskan diri dari kebiasaan ini dibandingkan dengan perokok dengan latar belakang depresi (Singh, 2024).

Strategi untuk menambah pengetahuan remaja terkait merokok adalah dengan promosi Kesehatan melalui edukasi Kesehatan mencegah merokok pada reamaja. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau ranah kognitif dalam membentuk tindakan seseorang (*over behaviour*) (Notoatmodjo, 2014).

4. METODE

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilakukan dengan promosi kesehatan dengan metode Pendidikan Kesehatan kepada siswa di salah satu SMP di Jatinangor, Kabupaten Sumedang. Kegiatan Pendidikan Kesehatan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan memberikan simulasi bahaya merokok menggunakan botol bekas, dan kapas. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada hari Juma'at di Aula SMP dimulai pukul 07.30 - 11.30 WIB selama 1 hari.

Sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan dan simulasi, diberikan *pre test* dan setelahnya dilakukan *post test* untuk mengukur pengetahuan siswa terkait dengan bahaya merokok dan pencegahannya. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang sudah dimodifikasi dari penelitian (Rosali et al., 2013), dengan nilai validitas dan reabilitas sebesar *alpha croanbach* 0,83. Analisis pengetahuan siswa menggunakan perbedaan nilai mean dengan *paired sample t test*. Kegiatan dihadiri oleh 39 siswa perwakilan kelas VII dan VIII.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Berikut hasil pengabdian kepada masyarakat mengenai promosi Kesehatan dalam upaya mencegah perilaku merokok pada remaja.

Tabel 1. Data Demografi Siswa SMP yang mengikuti kegiatan Promosi Kesehatan (N=39)

Variabel	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	31,6

Perempuan	17	68,4
Usia		
11-14 Tahun	10	26,3
15-17 Tahun	27	71,1
18-21 Tahun	2	2,6
Pernah Merokok		
Pernah	6	15,8
Tidak pernah	33	84,2
Di Rumah diasuh oleh		
Orang Tua (Ayah dan Ibu)	34	86,9
Orang Tua (Ayah/Ibu Saja)	2	5,2
Keluarga (Nenek/Kakek/Paman/Bibi/Keluarga lainnya)	3	7,9

Berdasarkan Tabel 1 di atas siswa yang pernah merokok hanya 15,8% dan sebagian besar siswa tinggal bersama kedua orang tuanya (86,9%).

Tabel 2. Hasil Evaluasi nilai *Pre* dan *Posttest* promosi Kesehatan pencegahan merokok pada remaja (N=39)

Variabel	Pre test		Posttest		P Value
	Mean	SD	Mean	SD	
Pengetahuan remaja terhadap pencegahan merokok	67,4	22,4	80,3	40,1	<0,05

Hasil pre test dan post test dilakukan didapatkan nilai signifikansi < 0.05. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan pada pre test dan post test remaja yang mengikuti promosi Kesehatan pencegah perilaku merokok.



Gambar 2, 3 dan 4. Pelaksanaan Promosi Kesehatan Pencegahan Perilaku Merokok pada remaja Di Gedung Serbaguna SMP
Sumber: Dokumentasi Pribadi

b. Pembahasan

Perilaku merokok remaja sering terjadi khususnya di wilayah padat penduduk atau wilayah perkotaan. Remaja merasa mempunyai jati diri, percaya diri, diterima oleh teman sebaya dan merasa keren pada saat merokok. Hal ini menjadi tantangan bagi tenaga Kesehatan untuk mencegah perilaku merokok pada remaja.

Dari hasil pengabdian masyarakat ditemukan bahwa siswa yang pernah merokok hanya 15,8% dan sebagian besar siswa tinggal bersama kedua orang tuanya (86,9%). Kemudian Hasil pre test dan post test dilakukan didapatkan nilai signifikansi < 0.05 . Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan pada pre test dan post test remaja yang mengikuti promosi Kesehatan pencegah perilaku merokok.

Pengetahuan merupakan dasar perubahan perilaku seorang individu, dan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada motivasi seseorang untuk berhenti merokok. Semakin banyak pengetahuan perokok mengenai bahaya merokok maka keinginan untuk berhenti merokok akan semakin tinggi karena rokok mempunyai banyak dampak buruk baik untuk diri sendiri maupun orang-orang disekitar perokok, hal tersebut akan menjadi pertimbangan yang besar bagi seorang perokok untuk berhenti dari perilaku merokoknya, sedikit demi sedikit perokok akan mengurangi aktivitas merokoknya dengan dibantu faktor lainnya yang mempengaruhi motivasi untuk berhenti merokok (Aziizah & I, 2018).

Penelitian lain menyebutkan, generasi remaja memang gampang terpengaruh dan terjerumus kepada perilaku merokok karena kebanyakan mereka gagal paham akan pencegahan dan akibat, sehingga tidak peduli akan akibat yang ditimbulkan dalam jangka Panjang berikutnya. Untuk itu perlunya upaya penekanan keyakinan dan pesan-pesan terhadap remaja supaya mereka mengenal dan memahami khususnya dalam dampak yang ditimbulkan oleh rokok dalam jangka pendek dan Panjang (Villanti et al., 2019). Untuk meningkatkan pencegahan perilaku merokok, promosi kesehatan pada remaja perlu adanya inisiasi sejak dini dalam penenganan bahanya merokok supaya tidak berlanjut di usia dewasa (Pierce et al., 2012).

Remaja pada umumnya memiliki sikap keingintahuan yang sangat tinggi, hal ini cenderung mengakibatkan remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering di lakukan oleh orang dewasa. Akibatnya, tidak jarang secara sembunyi-sembunyi, remaja pria mencoba merokok karena sering melihat orang dewasa melakukannya (Rosali et al., 2013).

Peran sekolah sangat penting dalam pencegahan perilaku merokok pada remaja. Sekolah-sekolah di Indonesia telah menerapkan program pencegahan merokok mulai dari denda, hukuman, pemanggilan orang tua dan pemberhentian sekolah. Faktor utama yang paling penting lainnya adalah dukungan yang kuat dari orang tua di rumah dalam pencegahan merokok pada remaja (Scalici & Schulz, 2014). Keterlibatan promosi Kesehatan dari tenaga Kesehatan (pemerintah), teman sebaya, keluarga dan sekolah akan memastikan pencegahan merokok pada remaja secara komprehensif dan dapat diandalkan (Huang et al., 2013).

6. KESIMPULAN

Promosi Kesehatan dengan pendekatan edukasi Kesehatan dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap perilaku merokok, bahaya

merokok dan dampak jangka Panjang yang ditimbulkan dari merokok. Kegiatan pengabdian ini disarankan bahwa sangat dibutuhkan peran serta aktif pengawasan dari sekolah dan partisipasi dari orang tua untuk menambah pemahaman siswa dalam rangka mencegah perilaku merokok.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, A., & Nopianto, N. (2017). Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Ejournal.Lldikti10.Id*, 2(1), 25. <https://doi.org/10.22216/Jen.V2i1.1372>
- Aziizah, & I, S. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dampak Rokok Terhadap Kesehatan Rongga Mulut Dengan Tingkat Motivasi Berhenti Merokok Pada Mahasiswa Universitas. *Journal.Maranatha.Edu*, 3(1). <https://journal.maranatha.edu/index.php/sod/article/view/1774>
- Cambron, C., Kosterman, R., Catalano, R. F., Guttmanova, K., & Hawkins, J. D. (2018). Neighborhood, Family, And Peer Factors Associated With Early Adolescent Smoking And Alcohol Use. *Journal Of Youth And Adolescence*, 47(2), 369-382. <https://doi.org/10.1007/S10964-017-0728-Y>
- Global Youth Tobacco Survey (Gyts) Indonesia Report, 2014*. (N.D.). Retrieved April 27, 2024, From <https://iris.who.int/handle/10665/205148>
- Green, L. (1991). *Health Education Planing A Diagnostic Approach*. Mayfield Publishing Company.
- Huang, C., Koplan, J., Yu, S., Li, C., Guo, C., Liu, J., Li, H., Kegler, M., Redmon, P., & Eriksen, M. (2013). Smoking Experimentation Among Elementary School Students In China: Influences From Peers, Families, And The School Environment. *Plos One*, 8(8). <https://doi.org/10.1371/Journal.Pone.0073048>
- Jamal, H., Abdullah, A. Z., Abdullah, M. T., Epidemiologi, B., Masyarakat, K., Hasanuddin, U., Kespro, B., & Keluarga, D. (2020). Determinan Sosial Perilaku Merokok Pelajar Di Indonesia: Analisis Data Global Youth Tobacco Survey Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(3), 141-150. <https://doi.org/10.22146/Jkesvo.56718>
- Khuder, S. A., Dayal, H. H., & Mutgi, A. B. (1999). Age At Smoking Onset And Its Effect On Smoking Cessation. *Addictive Behaviors*, 24(5), 673-677. [https://doi.org/10.1016/S0306-4603\(98\)00113-0](https://doi.org/10.1016/S0306-4603(98)00113-0)
- Mcconnell, R., Barrington-Trimis, J. L., Wang, K., Urman, R., Hong, H., Unger, J., Samet, J., Leventhal, A., & Berhane, K. (2017). Electronic Cigarette Use And Respiratory Symptoms In Adolescents. *Atsjournals.Org*, 195(8), 1043-1049. <https://doi.org/10.1164/Rccm.201604-0804oc>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Olczak-Kowalczyk, D., Tomczyk, J., Gozdowski, D., & Kaczmarek, U. (2020). Cigarette Smoking As An Oral Health Risk Behavior In Adolescents: A Cross-Sectional Study Among Polish Youths. *Czasopisma.Uni.Lodz.Pl*, 83(1), 53-64. <https://doi.org/10.2478/Anre-2020-0007>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2013 Tentang Pencantuman Peringatan Kesehatan Dan Informasi Kesehatan

- Pada Kemasan Produk Tembakau - Google Search (2013). https://www.google.com/search?q=Peraturan+Menteri+Kesehatan+Republik+Indonesia+Nomor+28+Tahun+2013+tentang+pencantuman+peringatan+kesehatan+dan+informasi+kesehatan+pada+kemasan+produk+tembakau&oq=Peraturan+Menteri+Kesehatan+Republik+Indonesia+Nomor+28+Tahun+2013+tentang+pencantuman+peringatan+kesehatan+dan+informasi+kesehatan+pada+kemasan+produk+tembakau&gs_lcrp=egzjahjvbwuybggaeuyodibcte4mzqlmgoxnagcclacaq&sourceid=chrome&le=utf-8
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia, Pub. L. No. No 109 (2012).
- Pierce, J. P., White, V. M., & Emery, S. L. (2012). What Public Health Strategies Are Needed To Reduce Smoking Initiation? *Tobacco Control*, 21(2), 258-264. <https://doi.org/10.1136/Tobaccocontrol-2011-050359>
- Ramji, R., Nilsson, M., Arnetz, B., ... Y. W.-S. Use &, & 2019, Undefined. (2019). Taking A Stand: An Untapped Strategy To Reduce Waterpipe Smoking In Adolescents. *Taylor & Francis*, 54(3), 514-524. <https://doi.org/10.1080/10826084.2018.1521429>
- Rosali, D., Baithesda, M., Djon, S., Program, W., Keperawatan, S. I., Kedokteran, F., Sam, U., & Manado, R. (2013). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Sma Negeri I Tompasobaru. *Ejournal.Unsrat.Ac.Id*, 1. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/2176>
- Scalici, F., & Schulz, P. J. (2014). Influence Of Perceived Parent And Peer Endorsement On Adolescent Smoking Intentions: Parents Have More Say, But Their Influence Wanes As Kids Get Older. *Plos One*, 9(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0101275>
- Singh, R. (2024). On-Ground Compliance With Tobacco Control Law By Central Universities In India. *Tobacco Prevention & Cessation*, 10(February). <https://doi.org/10.18332/tpc/183682>
- Sofyan, W. (2012). *Remaja Dan Masalahnya*. Alfabeta.
- Villant, A. C., Niaura, R. S., Abrams, D. B., & Mermelstein, R. (2019). Preventing Smoking Progression In Young Adults: The Concept Of Preescalation. *Prevention Science*, 20(3), 377-384. <https://doi.org/10.1007/s11121-018-0880-y>
- Wu, M. H., Wang, W. E., Wang, T. N., Lin, N. C., Lu, M. L., Lui, L. M. W., McIntyre, R. S., & Chen, V. C. H. (2022). Asthma And Early Smoking Associated With High Risk Of Panic Disorder In Adolescents And Young Adults. *Social Psychiatry And Psychiatric Epidemiology*, 57(3), 583-594. <https://doi.org/10.1007/s00127-021-02146-1>