

HIDUP SEHAT TANPA ROKOK BAGI SISWA SISWI SMP NEGERI 12 KONAWE SELATAN

Asriullah Jabbar¹, Rahmat Muliadi², Nasrudin³, Fadhliah Malik⁴, Aprilia Surya Ningsih⁵,
Elfi Andriyani⁶, Faulia Fajar Rahayu⁷, Nur Syafitri Amaliah⁸, Nur Uswatun Hasanah⁹,
Mubarak¹⁰, Muhammad Ilyas Y¹¹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia, 93232

¹⁰Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia, 93232

¹¹Politeknik Bina Husada Kendari, Indonesia, 93117

E-mail: asriullahjabbar@uho.ac.id

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 19-11-2024

Revised :07-12-2024

Accepted :13-12-2024

Key words: Merokok,
Siswa SMP 12, Apoteker,
Konawe Selatan

DOI: 10.62335

ABSTRACT

Smoking represents a significant public health concern, with the potential to cause a range of diseases. Among adolescents, this phenomenon is on the rise, challenging long-held taboos surrounding its use. The objective of this service was to provide information and education to students of SMPN 12 Konawe Selatan. This activity was conducted using the lecture method and leaflet distribution. The results obtained from the 45 students who attended the counselling session demonstrated an increase in understanding, as evidenced by the pre-and post-test results.

ABSTRAK

Merokok merupakan masalah besar dalam kehidupan masyarakat yang dapat menyebabkan berbagai penyakit, dan fenomena ini meningkat di kalangan remaja dan bukan lagi menjadi hal yang tabu. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan informasi dan edukasi kepada siswa-siswi SMPN 12 Konawe Selatan. Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah dan pembagian leaflet. Hasil yang diperoleh dari 45 siswa yang mengikuti penyuluhan, terpapar informasi sehingga terjadi peningkatan pemahaman yang dilihat dari hasil pre dan post test.

PENDAHULUAN

Negara Indonesia menjadi salah satu negara dengan angka prevalensi merokok tertinggi di dunia. Sebanyak 46,8% laki-laki dan 3,1% perempuan rentang usia 10 tahun keatas termasuk sebagai klasifikasi perokok. Perokok di Indonesia kini merambah ke usia yang semakin muda, bahkan hingga ke usia anak-anak. Kondisi

tersebut menyebabkan negara Indonesia dijuluki baby smoker atau perokok anak oleh dunia (Utami dkk., 2024).

Rokok adalah salah satu produk tembakau yang digunakan dengan cara dibakar dan dihisap atau dihirup asapnya, kegiatan menghisap rokok disebut dengan merokok. Rokok dapat dibuat dari *Micotina tobacum*, *Nicotiana rustica*, spesies lainnya atau sintetisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa bahan tambahan (Lasari dkk., 2024).

Merokok merupakan salah satu faktor risiko utama dari beberapa penyakit kronis yang dapat mengakibatkan kematian. Merokok juga merupakan faktor resiko dari 4 Penyakit Tidak Menular terkemuka disamping pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktifitas fisik, dan konsumsi alkohol. Berdasarkan data-data statistik di Indonesia menempati urutan ke3 dalam hal jumlah perokok, yang mana prevalensi tertinggi pada usia 15-19 tahun dan lebih memprihatinkan lagi, para perokok pada usia anak-anak (5-9 tahun) jumlahnya meningkat tajam (Ida dkk., 2019).

Perilaku merokok telah merasuki sendi-sendi kehidupan remaja melalui perantara model-model orang dewasa. Remaja melihat orang tua mereka merokok. Remaja melihat guru-gurunya mempertontonkan cara merokok. Pada kesempatan lain, remaja menyaksikan orang dewasa yang menjadikan perilaku merokok sebagai suatu media untuk mereduksi ketegangan yang dirasakannya. Karena hal itulah remaja tergoda untuk meniru perilaku orang dewasa, tanpa mempedulikan dampak negatif yang ditimbulkan akibat kebiasaan merokok. Figur orang tua sebagai model bagi anak-anaknya akan sangat berpengaruh besar bagi perilaku merokok remaja (Nugroho, 2017).

Presentase remaja merokok di Provinsi Sulawesi Tenggara menempati peringkat ke 12 tertinggi secara nasional, dimana untuk Kabupaten Konawe Selatan sendiri sebesar 22,64% (Narti Narti dkk., 2024). Remaja usia sekolah seringkali ingin mencoba hal-hal baru dan mudah terpengaruh oleh banyak hal di sekitarnya secara langsung maupun melalui media sosial termasuk dalam hal merokok. Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Konawe Selatan adalah sekolah menengah yang terletak di Kecamatan Konda, Kabupaten Konawe Selatan, Sulawesi Tenggara yang terdiri dari ratusan siswa dalam usia remaja. Situasi di lingkungan sekolah ini tidak terdapat peringatan tentang larangan merokok dan bahaya merokok. Serta di sekolah ini juga belum pernah dilakukan sosialisasi mengenai dampak buruk merokok.

Salah satu penyebab tingginya angka perilaku merokok pada anak dan remaja adalah kurangnya pengetahuan mengenai zat adiktif berbahaya yang terkandung di dalam rokok. Faktor pengetahuan tersebut memengaruhi sikap merokok pada anak dan remaja. Selain itu, kurangnya informasi yang diterima oleh anak dan remaja mengenai rokok dan dampaknya juga menyebabkan kurangnya pengetahuan dan sikap terhadap rokok (Sari dkk., 2024). Berdasarkan hal tersebut maka perlunya dilakukan edukasi mengenai kandungan zat aktif yang terdapat di dalam rokok dan dampak yang ditimbulkan dari kegiatan merokok bagi kesehatan.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Haluoleo ini berupa metode ceramah, diskusi dan pembagian leaflet. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan dengan sasaran adalah siswa siswi SMP

Negeri 12 Konawe Selatan yang terletak di Kecamatan Konda, Kabupaten Konawe Selatan, Sulawesi Tenggara yang diikuti oleh 45 peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Merokok mempunyai banyak efek negatif yang berbahaya bagi kesehatan manusia, dan kebiasaan merokok tidak hanya merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam Masyarakat di sekitarnya. Kandungan rokok menyebabkan banyak kerusakan dan berbagai macam penyakit seperti di mulut, penyakit kerongkongan, penyakit dibronkus, dan penyakit pada paru-paru. Faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah teman sebaya, berteman dengan perokok usia muda, status sosial ekonomi rendah, mempunyai orang tua yang merokok, saudara kandung, lingkungan sekolah yang merokok dan tidak percaya bahwa merokok mengganggu kesehatan (Gobel dkk., 2020). Maka dari itu remaja mudah terpengaruh untuk merokok karena akses media seperti iklan juga sangat mudah ditemukan dimana saja.

Kegiatan Sosialisasi merupakan salah satu rangkaian kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Universitas Halu Oleo yang dilaksanakan kepada siswa-siswi SMPN 12 Konawe Selatan. Kegiatan ini diikuti oleh siswa siswi yang berjumlah 45 orang, dilaksanakan pada hari Kamis 24 Oktober 2024. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi mengenai kandungan berbahaya rokok dan dampak buruknya bagi Kesehatan apalagi pada siswa di SMPN 12 Konawe Selatan agar tetap sehat dan menjauhi rokok. Media dan alat yang disediakan berupa materi dalam bentuk power point dan leaflet. Metode yang digunakan adalah metode ceramah dan pemberian informasi melalui leaflet.

Sebelum dilakukan pemaparan materi, peserta diberi soal pre test untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan mereka terkait bahaya dan dampak buruk merokok bagi kesehatan. Kemudian peserta dibagikan leaflet yang berisi informasi mengenai bahaya merokok serta peringatan untuk berhenti merokok. Pemaparan materi yang dilakukan secara bergantian oleh pelaksana (Gambar 1) dan dilanjutkan dengan pembagian soal post test dan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk mendorong mereka berpikir kritis dan mengetahui sejauh mana pemahaman mereka terhadap materi yang telah disampaikan.



Gambar 1. Penyampaian Materi di Aula SMPN 12 Konawe Selatan

Peserta sangat antusias untuk bertanya dan menjawab pertanyaan dari pemateri dan saling berdiskusi antara satu sama lain untuk menjawab pertanyaan yang telah diberikan. Selanjutnya siswa diberi soal post test untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.

Tabel 1. Hasil Pre Test dan Post Test Peserta

NO	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>	
	Nilai	Jumlah siswa	Nilai	Jumlah Siswa
1	0-30	20	0-30	0
2	30-60	19	30-60	3
3	70-100	6	70-100	42
	Jumlah	45	Jumlah	45

Berdasarkan tabel hasil diatas menunjukkan bahwa terdapat perubahan pola pikir peserta sebelum dan setelah dilakukan sosialisasi. Pada tabel dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan sosialisasi dari 45 peserta yang mengikuti penyuluhan terdapat 6 peserta yang memperoleh nilai diatas 70 sedangkan setelah dilakukan sosialisasi peserta yang memperoleh nilai diatas 70 menjadi 42 peserta hal tersebut menunjukkan bahwa peserta telah terpapar informasi mengenai pengetahuan tentang kandungan kimia serta bahaya merokok.

Pengetahuan berhubungan dengan perilaku merokok yang dibuktikan oleh penelitian Satianingrum (2016) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku merokok bagi remaja yang berusia 13-17 tahun. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki maka akan mempengaruhi keinginan untuk tidak merokok atau mencoba merokok. (Setiawati dkk., 2020)

Perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang lain yang berada di sekeliling perokok. Dilihat dari sisi individu yang bersangkutan, ada beberapa riset yang mendukung pernyataan tersebut. Dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (Karbonmonoksida) dan tar akan memacu kerja dari susunan syaraf pusat dan susunan syaraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat, menstimulasi kanker dan berbagai penyakit yang lain seperti penyempitan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, jantung, paru-paru, dan bronchitis kronis (Komasari & Helmi, 2020).

Jumlah perokok di Indonesia terus mengalami peningkatan, anak dan remaja merupakan kelompok dengan peningkatan jumlah perokok yang signifikan. Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Hal ini mendorong mereka untuk menjelajahi hal-hal baru dan mencoba pengalaman yang belum pernah mereka alami sebelumnya termasuk mencoba untuk merokok. Selain itu, keinginan remaja untuk merokok juga dipicu oleh keinginan mereka untuk mencoba hal-hal yang dilakukan oleh orang dewasa.

Merokok telah terbukti dapat meningkatkan resiko berbagai macam penyakit yang menyerang berbagai organ tubuh manusia, banyak diantaranya berakibat fatal hingga kematian. Namun merokok masih menjadi masalah yang sulit diselesaikan

hingga saat ini, rokok masih mudah didapatkan dengan harga terjangkau, perilaku merokok dalam kehidupan sehari-hari masih sering dijumpai dimana-mana, angka perokok perempuan dan remaja pun terus meningkat tiap tahunnya ditambah rokok elektrik yang semakin marak digunakan dan bahkan menjadi trend di kalangan remaja di perkotaan. Melihat fenomena yang terjadi mahasiswa apoteker ikut andil dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk memberi edukasi dan sosialisasi kepada masyarakat dalam hal ini remaja dengan harapan dapat mengurangi angka merokok pada remaja dalam lingkup SMP Negeri 12 Konawe Selatan. Setelah sosialisasi, mahasiswa memberikan piagam kepada pihak sekolah (Gambar 2) dan foto bersama peserta sosialisasi (Gambar 3)



Gambar 2. Pemberian Piagam kepada Perwakilan Kepala Sekolah SMPN 12 Konawe Selatan



Gambar 3. Foto Bersama Peserta Sosialisasi

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilakukan oleh Tim Pengabdian FF dan Mahasiswa Apoteker FF UHO Farmasi Universitas Halu Oleo yang dilaksanakan di SMP Negeri 12 Konawe Selatan dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa siswi di sekolah tersebut tentang bahaya merokok, kandungan berbahaya yang terdapat pada rokok dan penyakit yang disebabkan oleh kegiatan merokok.

Saran yang dapat diberikan yaitu perlu adanya bimbingan serta pengawasan kepada siswa agar menjaga perilaku dengan tidak merokok..

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Universitas Halu Oleo khususnya Tim Pengabdian Fakultas Farmasi dan Mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker yang telah membantu dan menyukseskan kegiatan ini samapi selesai. Tak lupa pula kami ucapkan kepada Kepala Sekolah dan Guru-guru SMP Konawe Selatan yang telah membantu dan mengizinkan kami untuk melakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, serta siswa siswi yang telah ikut serta dan berpartisipasi dalam kegiatan kami.

DAFTAR PUSTAKA

Gobel, S., Rian, A. P., Abdurassyid., Rista, P. S., Adelia, S., Samran., Vica, A. L. A., Ika, F., Trinil, O., Firza, P. M., Susanty, M. T. (2020). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Abdimas*

7(1)

- Ida Suryati, Yendrizal Jafri, Falerisiska Yunere, Adiina Mulia, Berly Arnoval, A. P. (2019). Penyuluhan Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Di Kenagarian Simpang Sugiran Kecamatan Guguak Kabupaten 50 Kota. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(1), 15–18
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2020). Faktor Faktor Penyebab Merokok Pada Anak. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37–47
- Lasari, H. H. D., Saleha, A. K., Damayanti, M., Awalia, S. R., & Aulia, P. (2024). Cegah perilaku merokok sejak dini dengan intervensi media edukasi anti rokok (mekar) pada anak-anak MIN 3 Banjar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 2551–2562
- Narti Narti, Hartati Bahar, & Farit Rezal. (2024). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tindakan Terhadap Iklan Rokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Wilayah Kelurahan Mokoau Kec. Kambu Tahun 2023. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 2(2), 01–10
- Nugroho, R. S. (2017). Perilaku Merokok Remaja (Perilaku Merokok Sebagai Identitas Sosial Remaja Dalam Pergaulan Di Surabaya). *Jurnal Ilmiah Departemen Sosiologi FISIP Universitas Airlangga*, 1–22
- Sari, A. L., Bela, S. S., Lestari, L. D., Latifa, I., Wijayanto, A. S., & Istiqomah, N. (2024). Pendidikan Kesehatan Bahaya Merokok pada Anak Usia Sekolah di SMP 4 Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sinar Surya*. 2(2), 63–69
- Setiawati, N. P. E. (2020). Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja (Doctoral dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali)
- Utami H.S., Fani S., Lutfatul F., & Arga, P. R. (2024). Peningkatan Pengetahuan tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan di Kalangan Siswa SMP Muhammadiyah Sumbang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(12), 3615–3621