

PENDAMPINGAN DAMPAK MEROKOK MELALUI MEDIA LEAFLET PADA REMAJA SMPIT MASJID SYUHADA YOGYAKARTA

Gani Apriningtyas Budiayati

Program Studi Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta. Email: gani.apriningtyas@gmail.com

Abstrak

Terdapat peningkatan jumlah perokok pada generasi muda sehingga mereka perlu mendapatkan edukasi yang tepat sebagai pencegahan perilaku merokok. Salah satu cara edukasi yaitu dengan media *leaflet*. Tujuan pengabdian masyarakat ini dilakukan agar remaja memiliki pengetahuan terhadap bahaya merokok. Pengabdian masyarakat ini adalah diberikan pada 30 siswa dengan penyuluhan menggunakan *leaflet* dan *power point*. Secara umum pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dikategorikan sukses dan berjalan dengan baik. Persentase keikutsertaan remaja saat penyuluhan berlangsung yaitu 100% mengikuti penyuluhan dari awal hingga akhir sesi, 90% remaja mampu menyebutkan zat-zat berbahaya dalam rokok, sebanyak 90% remaja mampu menyebutkan dampak merokok pada remaja.

Kata Kunci: edukasi, *leaflet*, merokok, penyuluhan, remaja

Abstract

There is an increasing number of smokers in the younger generation so they need to get proper education as a prevention of smoking behavior. One way of education is the media leaflet. The aim of community service is done so that adolescents have knowledge of the dangers of smoking. This community service is given to 30 students by counseling using leaflets and power points. In general, the implementation of community service is considered successful and goes well. This is indicated by the percentage of adolescent participation when counseling takes place that is 100% following counseling from the beginning to the end of the session, 90% of adolescents are able to mention harmful substances in cigarettes, as much as 90% adolescents are able to mention the dangers of smoking in adolescents.

Keyword: education, leaflet, smoking, counseling, adolescent

PENDAHULUAN

Terdapat peningkatan jumlah perokok pada generasi muda. Di tahun 2013 perokok remaja berjumlah kurang lebih 7,2% dan meningkat di tahun 2016 menjadi 8,8%. (Anggreatei, 2019) Seperti diketahui bahwa merokok adalah penyebab utama penyakit tidak menular yang sebenarnya dapat ditanggulangi sejak dini. Dalam hal ini, anak-anak perlu mendapatkan edukasi yang tepat sebagai salah satu bentuk pencegahan perilaku merokok. Selain itu, biaya yang digunakan untuk keperluan rumah tangga seringkali dialihkan untuk konsumsi

rokok. Hal tersebut tentunya memberikan dampak bagi perkembangan anak-anak terutama ketika semakin beranjak remaja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Adanya pola kebiasaan merokok sebagai perokok aktif pada remaja saat ini menjadi semakin dini. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa terjadinya pergeseran usia awal merokok yang awalnya berusia 13 tahun menjadi berusia 5-9 tahun. Banyaknya anak yang mencoba merokok sejak dini tidak diimbangi pula dengan kebijakan pemerintah yang tegas terhadap rokok. Selain itu, lingkungan anak-anak yang dekat dengan kebiasaan merokok semakin menjadikan anak-anak tersebut

memiliki rasa ingin tahu yang besar terhadap rokok (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2013). Beberapa penelitian mengungkapkan faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja antara lain seperti yang tercantum dalam penelitian (Safitri *et al.*, 2019) bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku pada remaja yaitu kedekatan teman sebaya, stres dan pola asuh. Penelitian widyawathi, arta & surasta, mengemukakan bahwa berdasarkan penelitian ini didapatkan data bahwa beberapa faktor mempengaruhi perilaku merokok pada remaja antara lain yaitu regulasi merokok, akses yang mudah untuk mendapatkan rokok, serta pengaruh teman dan keluarga.

Pesan kesehatan terkait dengan merokok diharapkan dapat diberikan oleh berbagai sumber pada generasi muda (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Melihat dari bahaya yang ditimbulkan oleh rokok terhadap generasi muda serta faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja yang cukup banyak, maka diperlukan upaya penanggulangan perilaku merokok pada anak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan pendidikan kesehatan mengenai bahaya merokok pada remaja melalui media *leaflet* dan *powerpoint* serta diskusi.

METODOLOGI PENGABDIAN

Penyuluhan ini diberikan kepada 30 remaja dengan menggunakan media *leaflet* sebagai instrumen penyuluhan utama dan media *power point* untuk memperjelas penjelasan. Penyuluhan dalam kelas digunakan saat memberikan penyuluhan dan evaluasi karena metode ini efektif untuk meningkatkan kontrol diri dan perhatian pada remaja (Mukhtar *et al.*, 2016). Pengabdian ini dilaksanakan dengan beberapa tahap: a) Tahap pertama yaitu observasi lapangan. Observasi ini digunakan untuk mengetahui kondisi subjek dan lokasi di lapangan. b) Tahap kedua yaitu persiapan. Pada tahap ini mempersiapkan media dan mengkondisikan ruangan serta partisipan. c) Tahap ketiga yaitu pemberian materi. Dalam tahap ini diawali terlebih dahulu dengan peninjauan awal pengetahuan remaja tentang dampak merokok dengan tanya jawab dan pertanyaan tertulis. Setelah itu dilanjutkan dengan pemberian materi menggunakan media *powerpoint* dan *leaflet*. Setelah itu dilanjutkan dengan diskusi. d) Tahap keempat yaitu evaluasi. Pada tahap ini pemberi materi memberikan sesi pertanyaan dan remaja diminta untuk menjawab pertanyaan tersebut sesuai dengan materi yang dipaparkan serta menjawab pertanyaan tertulis.

PELAKSANAAN KEGIATAN

Pengabdian masyarakat ini dimulai dengan melakukan studi kebutuhan dan penyusunan proposal. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 3 Januari 2020. Studi kebutuhan dilakukan dengan melakukan wawancara dengan guru BP di SMPIT Masjid Syuhada Yogyakarta. Hasil dari studi kebutuhan menunjukkan bahwa terdapat beberapa kebutuhan informasi untuk para remaja tentang bahaya merokok. Selain itu juga perlu mengenalkan alasan di balik bahaya merokok, terutama zat yang terkandung dalam rokok dan dampak asap rokok. Setelah melakukan studi kebutuhan dan ditentukan tema pengabdianya kemudian dilanjutkan dengan pembuatan proposal pengabdian.

Proposal pengabdian mulai dibuat pada bulan Juli 2019 dan diajukan ke LPPM institusi pada bulan Agustus 2019. Pengurusan perizinan dan administrasi ke pihak SMPIT Masjid Syuhada Yogyakarta dilakukan bulan Januari 2020. Setelah mendapatkan izin, maka mulai untuk melakukan setting tempat dan mempersiapkan sarana, alat dan bahan.

Kegiatan inti dari pengabdian masyarakat ini adalah pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan terkait bahaya merokok pada remaja. Kegiatan pelatihan bisa terlaksana pada bulan Januari 2020 di ruang kelas SMPIT Masjid Syuhada. Sebelum dilakukan penyuluhan, beberapa hari sebelumnya berkoordinasi dengan guru BP dan kesiswaan untuk mempersiapkan tempat, pengurusan perizinan dan apersepsi terkait kegiatan dan metode penyuluhan

Proses pelaksanaan dimulai dengan mempersiapkan ruang kelas dan siswa. Kelas yang sebelumnya digunakan untuk mata pelajaran, dikondisikan untuk melakukan penyuluhan. Setelah pengkondisian ruangan dan siswa, siswa diminta untuk dapat mengisi daftar hadir. Penyuluhan diawali dengan proses pencairan kelas. Pada proses ini, dilakukan perkenalan terlebih dahulu ketua dan anggota pengabdian. Setelah tahap pencairan, penyuluhan dilakukan pada pukul 10.10 WIB dengan mengajak siswa untuk berinteraksi dalam penyuluhan. Setelah penyuluhan, siswa diberi kesempatan untuk bertanya mengenai topik yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dilakukan pada Januari 2020. Jumlah peserta yang hadir mengikuti penyuluhan adalah sejumlah 30 siswa kelas VII

SMPIT Masjid Syuhada. Para peserta terlihat antusias dan aktif mengikuti penyuluhan. Beberapa di antara mereka menyatakan pendapat dan bertanya. Secara garis besar tujuan dari pengabdian masyarakat ini tercapai. Terjadi peningkatan jumlah anak yang memahami bahaya merokok pada remaja dan bahaya zat-zat yang terkandung dalam rokok. Hal ini terlihat dari tercapainya indikator keberhasilan. Hasil dari evaluasi penyuluhan tersaji pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Pencapaian indikator pelaksanaan pengabdian

Indikator (Target minimal keberhasilan penyuluhan)	Persentase Sebelum penyuluhan	Persentase Setelah penyuluhan
Sebanyak 90% remaja mengikuti penyuluhan dari awal sampai akhir	100%	100%
Sebanyak 65% remaja mampu menyebutkan zat-zat berbahaya dalam rokok.	25%	90%
Sebanyak 70% remaja mampu menyebutkan dampak merokok pada remaja.	60%	90%

Dari hasil pengabdian masyarakat terhadap remaja tersebut terdapat 3 indikator keberhasilan yaitu jumlah kehadiran, kemampuan remaja menyebutkan zat berbahaya pada rokok dan menyebutkan bahaya merokok. Dalam pengabdian masyarakat ini diketahui bahwa terjadi peningkatan jumlah remaja yang mampu menyebutkan zat berbahaya dalam rokok dengan benar maupun bahaya merokok pada remaja.

Pengetahuan remaja terhadap zat berbahaya pada rokok maupun bahaya yang diakibatkan rokok pada remaja meningkat setelah diberikan penyuluhan menggunakan leaflet. Hal ini sesuai dengan penelitian (Martias & Nursamsi, 2017) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pemberian penyuluhan bahaya merokok menggunakan leaflet dengan pengetahuan dan sikap remaja. Selain itu penyuluhan terhadap bahaya

merokok juga terbukti dapat mempengaruhi sikap perokok aktif (Rusmilawati, 2016).

Karena remaja merupakan target potensial dalam industri rokok, maka edukasi yang intensif juga diperlukan terutama bagi remaja perokok aktif. Di antara perokok aktif dalam kalangan remaja tersebut tidak jarang yang belum pernah mendapatkan informasi tentang bahaya merokok (Suhta, 2018).

Berdasarkan penelitian (Park *et al.*, 2014) para remaja memiliki lingkungan perokok. Oleh karena itu, lingkungan yang kondusif dapat melindungi remaja dari perilaku merokok. Program pencegahan merokok harus melibatkan komponen yang berfokus pada orangtua remaja untuk melindungi atau mencegah remaja merokok baik di lingkungan keluarga, sekolah dan komunitas sekitar remaja sehingga dapat menciptakan lingkungan yang lebih sehat bagi remaja.

Peltier *et al.*, 2017 dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa dalam program penghentian rokok, responden mengalami masalah tidur pada minggu ke 4 dan ke 8. Hal ini tentunya perlu diperhatikan sebagai salah satu hal yang dilakukan untuk meningkatkan program penghentian rokok. Perokok yang berusaha untuk menghentikan perilakunya diharapkan memiliki kualitas tidur yang tinggi. Jika kualitas tidur ini dapat tercapai dengan baik, maka program pengendalian atau berhenti merokok ini diharapkan dapat diterapkan terutama bagi masyarakat ekonomi menengah ke bawah.

So & Yeo (2015) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi remaja untuk merokok. Remaja laki-laki lebih berisiko untuk mencoba rokok di usia yang masih muda. Selain jenis kelamin, persepsi remaja terhadap gambaran tubuhnya juga menjadi penyebab lain. Remaja beranggapan bahwa dengan merokok maka mereka dapat memiliki tubuh yang ideal. Dari data ini maka diperlukan adanya fokus penyebab remaja merokok yang tidak hanya dari lingkungan eksternal seperti lingkungan namun juga lingkungan internal atau dalam diri remaja.

(Oh *et al.*, 2013) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memungkinkan remaja dapat menghentikan perilaku merokok yaitu dukungan sosial, jenis kelamin (perempuan lebih cenderung untuk berhenti merokok), durasi lamanya merokok, pengalaman berhenti merokok sebelumnya yang merupakan faktor yang berpengaruh pada tahapan berhenti merokok pada remaja. Kondisi psikologis remaja juga menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam program penghentian rokok pada remaja.

PENUTUP

Kesimpulan

Dari pengabdian ini didapatkan data bahwa 90% remaja mampu menyebutkan zat-zat berbahaya dalam rokok dan sebanyak 90% remaja mampu menyebutkan dampak merokok pada remaja. Dari pengabdian ini menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja tentang zat berbahaya dalam rokok dan dampak rokok bagi remaja setelah penyuluhan dilakukan. Kegiatan pengabdian masyarakat terlaksana dengan baik serta penyuluhan tentang bahaya merokok dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja.

Saran

Berdasarkan hasil dan temuan pelaksanaan kegiatan, maka diajukan rekomendasi sebagai berikut:

- Adanya keberlanjutan program penyuluhan setiap tahunnya untuk remaja terutama bagi siswa baru
- Adanya pendampingan program oleh guru dan siswa terpilih sehingga menjadi
- Diharapkan institusi pendidikan dan kesehatan dapat memberikan penyuluhan tentang bahaya merokok pada remaja secara berkala

DAFTAR PUSTAKA

Anggreati, R. (2019). Rokok dan Ancamannya bagi Masa Depan Anak. Available from: Sumber: <https://mediaindonesia.com/read/detail/238938-rokok-dan-ancamannya-bagi-masa-depan-anak><https://mediaindonesia.com/read/detail/238938-rokok-dan-ancamannya-bagi-masa-depan-anak>

Indra Martias, S. N. (2017). Pengaruh Media Leaflet Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Di Smpn 3 Bintang Timur. *Jurnal Kesehatan Jambi*, 1(No. 2), 76–81.

Kesehatan Republik Indonesia. 2016. Suara Hati Anak: Sayangi Kami, Sayangi Keluarga, Berhenti Merokok Sekarang Juga. Available from: <http://www.depkes.go.id/article/view/16052700003/-suara-hati-anak-sayangi-kami-sayangi-keluarga-berhenti-merokok-sekarang-juga.html>.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Inilah 15 Tips Cara Berhenti Merokok yang Efektif*. www.kemkes.go.id

Komisi Perlindungan Anak Indonesia. 2013. *Menyelamatkan Anak Dari Bahaya Rokok*. Available from: <http://www.kpai.go.id/tinjauan/menyelamatkan-anak-dari-bahaya-rokok>

Mukhtar, M., Yusuf, S., & Budiamin, A. (2016). Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Self-Control Siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4473>

Oh, H., Jeong, H., & Seo, W. (2013). Stage model for Chinese students studying in Korea. *Asian Nursing Research*, 7(4), 182–190. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2013.09.001>

Park, S. B. E., Lee, K. S., Yun, S. N., & Cui, W. (2014). Structural model of factors influencing smoking behavior among Korean-Chinese adolescent boys. *Applied Nursing Research*, 27(3), 192–197. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2014.01.002>

Peltier, M. R., Lee, J., Ma, P., Businelle, M. S., & Kendzor, D. E. (2017). The influence of sleep quality on smoking cessation in socioeconomically disadvantaged adults. *Addictive Behaviors*, 66(66), 7–12. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.11.004>

Rusmilawati. (2016). Pengaruh penyuluhan metode ceramah tentang bahaya rokok terhadap perubahan sikap perokok aktif. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, II(JULI), 113–118.

Safitri, A., Avicenna, M., & Hartati, N. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Remaja. *Tazkiya Journal of Psychology*, 1(1). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v1i1.9309>

So, E. S., & Yeo, J. Y. (2015). Factors Associated with Early Smoking Initiation among Korean Adolescents. *Asian Nursing Research*, 9(2), 115–119. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2015.05.002>

Sutha, D. W. (2018). Pengetahuan dan Perilaku Merokok Pelajar Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 4(1), 47. <https://doi.org/10.29241/jmk.v4i1.101>