

MEWUJUDKAN KAWASAN BEBAS ASAP ROKOK DENGAN PEMBUATAN POJOK ROKOK DI DESA SIAMPORIK DOLOK

Putri Wahyuni Siregar¹, Muhammad Defry Dachila², Misba Dongoran³, Miftahul Ulya⁴, Mirna
Hari Navlin⁵, Mila Arsila⁶, Rosanna⁷, Arinil Hidayah⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Universitas AuFa Royhan

Email : putriwahyunisiregar45@gmail.com

ABSTRAK

Sebagian besar warga Masyarakat di Indonesia Salah satu penyumbang kematian terbesar yang sulit dicegah di lingkungan masyarakat adalah rokok. Rokok adalah permasalahan kesehatan dalam skala global. **Tujuan** : Diharapkan dengan adanya Pojok Rokok masyarakat tidak lagi merokok dalam ruangan atau dalam rumah. Sehingga dapat mengurangi bahaya asap rokok bagi perokok pasif **Metode** : Metode yang di lakukan adalah dengan melaksanakan penyuluhan di 4 titik warung-warung kopi yang ada di Desa Siamporik Dolok yaitu warung tersebut di jadikan tempat pojok rokok bagi seluruh masyarakat yang merokok di Desa Siamporik Dolok. **Hasil** : Hasil evaluasi penyuluhan tentang pojok rokok ini didapatkan adanya perbedaan pengetahuan masyarakat antara sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan tentang bahaya merokok di sembarang tempat dan di dapatkan adanya perubahan perilaku dari masyarakat. **Kesimpulan** :Warga paham tentang bahaya asap rokok bagi orang lain yang ada di sekitarnya (perokok pasif), warga bersedia menerapkan hal tersebut dengan merubah perilaku buruk tersebut serta berkomitmen mewujudkan KBAR (Kawasan Bebas Asap Rokok) dengan memanfaatkan Pojok Rokok.

Kata kunci : Pojok Rokok, Perokok, Penyuluhan

ABSTRACT

Most people in Indonesia One of the biggest contributors to death that is difficult to prevent in society is smoking. Smoking is a health problem on a global scale. **Objective**: It is hoped that with the existence of a Cigarette Corner, people will no longer smoke indoors or at home. So that it can reduce the dangers of cigarette smoke for passive smokers. **Method**: The method used is to carry out outreach at 4 coffee shops in Siamporik Dolok Village, namely these stalls are used as cigarette corners for all people who smoke in Siamporik Dolok Village. **Results**: The results of the evaluation of the outreach regarding cigarette corners showed that there was a difference in community knowledge between before and after the outreach activity about the dangers of smoking in any place and a change in behavior from the community was found. **Conclusion**: Residents understand about the dangers of cigarette smoke for other people in the area. surrounding areas (passive smokers), residents are willing to implement this by changing this bad behavior and are committed to realizing a KBAR (Smoke Free Area) by utilizing the Cigarette Corner.

Keywords: Cigarette Corner, Smokers, Counseling

1.PENDAHULUAN

Perilaku merokok sembarangan ini di anggap wajar bagi Sebagian besar warga Masyarakat di Indonesia Salah satu penyumbang kematian terbesar yang sulit dicegah di lingkungan masyarakat adalah rokok. Rokok adalah permasalahan kesehatan dalam skala global. Rokok merupakan produk hasil olahan tembakau dengan komposisinya dihasilkan dari tanaman *Nicotiana tabacum*, *Nicotiana rustica* dan spesies lainnya atau sintetisnya yang mengandung nikotin

dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan. Bentuk rokok berupa silinder, terbuat dari kertas dengan ukuran panjang antara 70 hingga 120 mm, serta diameter sekitar 10 mm, yang berisi cacahan daun tembakau.

Kesehatan merupakan aspek penting dari Hak Asasi Manusia (HAM) dan modal untuk keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Karena tanpa kesehatan pelaksanaan pembangunan nasional yang menyeluruh dan seutuhnya tidak akan terwujud. Oleh sebab itu pemerintah melakukan pembangunan kesehatan. Dalam Undang-

Undang No 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan disebutkan bahwa tujuan pembangunan kesehatan adalah meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat Pemerintah berkewajiban untuk menyelenggarakan berbagai upaya kesehatan bagi seluruh warga Indonesia dimana salah satu upayanya adalah pengamanan Zat Adiktif yang diatur dalam bagian ketujuh belas Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, bahwa rokok merupakan zat adiktif yang perlu pengamanan dalam penggunaannya agar tidak mengganggu dan membahayakan kesehatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitarnya. Karena dalam sebatang rokok terdapat 4000 bahan kimia, 400 diantaranya bahan beracun dan 40 bahan karsinogenik.

Perokok Aktif adalah orang yang mengkonsumsi rokok secara rutin dengan sekecil apapun walaupun itu Cuma 1 batang dalam sehari. Atau orang yang menghisap rokok walau tidak rutin sekalipun atau hanya sekedar coba-coba dan cara menghisap rokok Cuma sekedar menghembuskan asap walau tidak diisap masuk ke dalam paru-paru.

Efek dari perokok yang paling pertama merusak organ tubuh akibat asap rokok adalah paru-paru. Asap rokok tersebut terhirup dan masuk ke dalam paru-paru sehingga menyebabkan paru-paru mengalami radang, bronchitis, pneumonia. Makasebaiknya sebelum hal itu terjadi lebih baik berhenti merokok dari sekarang juga.

Bahaya asap rokok di duga menjadi bagian paling berbahaya dari rokok karena mengandung zat yang lebih berbahaya ketimbang asap yang dihirup lebih perokok. Kondisi ini bisa terjadi juga karena asap tidak melalui filter sehingga menjadi penyebab gangguan Kesehatan bagi mereka yang terpapar.

Kalau asap rokok menempel di liur sampai 5 hari, di rambut sampai 10 hari, di baju selama 19 bulan, di sofa selama berbulan-bulan bahkan tahun setelah tidak merokok jangan harap dengan mandi atau ganti baju menghilangkan semua racun yang berpotensi melukai keluargamu.

Ada beberapa bahaya asap rokok bagi lingkungan :

1. Industri Tembakau menyebabkan kerusakan lingkungan hidup dan ekosistem.
2. Sampah puntung rokok termasuk sampah yang paling mudah ditemukan di belahan bumi manapun.
3. Sampah puntung rokok mengandung zat racun berbahaya dan dapat mencemari lingkungan. cairan yang meningkatkan tekanan

darah menjadi tinggi.

Ada beberapa Penyakit Akibat Rokok yaitu ; Kanker paru, Diketahui sekitar 90 persen kasus kanker paru diakibatkan oleh rokok.

Kanker kandung kemih, Kanker kandung kemih terjadi pada sekitar 40 persen perokok, Kanker payudara, Kanker serviks, Kanker kerongkongan, Kanker pencernaan, Kanker ginjal, Kanker mulut.

Kandungan kafein terbukti meningkatkan tekanan darah. Setiap cangkir kopi mengandung 75-200 mg kafein, yang berpotensi meningkatkan tekanan darah 5-10 mmHg. Alkohol, alkohol dapat merusak jantung dan juga pembuluh darah.

2. METODE PELAKSANAAN

Dalam Program Kerja pojok rokok ini yang menjadi permasalahan yakni masih banyak masyarakat yang masih merokok di sembarang tempat Sehingga, Metode yang di lakukan adalah dengan melaksanakan penyuluhan di 4 titik warung-warung kopi yang ada di Desa Siamporik Dolok yaitu warung tersebut di jadikan tempat pojok rokok bagi seluruh masyarakat yang merokok di Desa Siamporik Dolok.

Langkah awal program ini dilaksanakan di 4 titik warung-warung kopi yang ada di lingkungan Desa Siamporik Dolok, Keberlangsungan program ini berjalan selama 1 bulan, yang dimulai dari tanggal 13 juni 2024 s/d 13 juli 2024. Sasaran dari program kegiatan pojok rokok ini adalah seluruh warga siamporik dolok yang merokok, Program ini di laksanakan dalam bentuk penyuluhan kepada pemilik warung-warung kopi dan sasaran utama (perokok aktif maupun pasif) yang ada di warung-warung tersebut melalui penggunaan media poster dan leaflet. Selama program ini berlangsung proses pemantauan rutin yang di lakukan 2 kali dalam satu minggu yaitu pada hari Kamis dan Sabtu. Dan Langkah akhir dari program ini pendokumentasian yang di lakukan selama pemantauan rutin berlangsung. Keberhasilan dari program ini dapat di nilai melalui berkurang atau bahkan tidak ada lagi warga yang merokok di sembarang tempat khususnya di dalam ruangan atau di dalam rumah.

Dalam pelaksanaan penyuluhan ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab. Guna meningkatkan efektivitas, kualitas dan daya akurasi, penyuluhan ini menggunakan media leaflet tentang bahaya merokok di sembarang tempat.

Pada penyuluhan ini, sangat efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap bahaya merokok di sembarang tempat serta bahaya asap rokok bagi perokok pasif.

Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk merubah perilaku ataupun kebiasaan buruk tersebut dengan tidak merokok di sembarang audiens mendengar dan memperhatikan dengan antusias untuk mengetahui informasi yang di silkan oleh para

penyuluh.

3.HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi penyuluhan tentang pojok rokok ini didapatkan adanya perbedaan pengetahuan masyarakat antara sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan tentang bahaya merokok di sembarang tempat dan di dapatkan adanya perubahan perilaku dari masyarakat.

Pengetahuan warga tentang bahaya merokok disembarang tempat sebelum diberi penyuluhan di 4 titik warung kopi yang ada di desa siamporik dolok yaitu warung kopi uwak fauzi, warung kopi jakayo, warung kopi pasaribu, dan warung kopi simpang masih kurang, tetapi hasil dari setelah di lakukannya penyuluhan serta pemantauan yang di lakukan 2 kali seminggu yaitu di setiap hari kamis dan sabtu warga tampaknya mematuhi serta merubah perilaku mereka jadi hampir seluruh perokok aktif yang ada di desa Siamporik Dolok tidak lagi merokok di sembarang tempat, tetapi merokok di tempat pojok rokok yaitu di warung kopi yang ada di Desa.

Penyuluhan salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya rokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Mufida & Isni (2022) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan materi edukasi atau penyuluhan mengenai bahaya merokok di dalam rumah dan bahaya merokok bagi kesehatan serta perekonomian.

Kegiatan diawali melakukan pengarahannya kepada pemilik warung agar bersedia menjadikan warung tersebut menjadi tempat untuk pojok rokok, dan setelah itu di adakannya penempelan poster serta memberikan edukasi kepada warga yang ada di waruung tersebut serta membagikan leaflet pojok rokok.

Berlangsungnya Keberhasilan dari program ini dapat di nilai melalui berkurang atau bahkan tidak ada lagi warga yang merokok di sembaran tempat khususnya di dalam ruangan atau di dalam rumah.

4.KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan program pojok rokok serta penyuluhan kesehatan tentang bahaya rokok dan bahaya asap rokok bagi perokok pasif. Warga paham tentang bahaya asap rokok bagi orang lain yang ada di sekitarnya (perokok pasif), warga bersedia menerapkan hal tersebut dengan merubah perilaku buruk tersebut serta berkomitmen mewujudkan KBAR (Kawasan Bebas Asap Rokok) dengan memanfaatkan Pojok Rokok.

4.REFERENSI

Kemenkes RI. (2009). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan.

RAHIM, Fitri Kurnia, et al. (2023). Peningkatan keterampilan komunikasi antar pribadi (KAP) pada kader sebagai strategi menurunkan perilaku merokok. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 6.3: 574-585. *Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 6.3: 574-585.

Rofiki, I., & Famuji, S. R. R. (2020). Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan untuk Membiasakan PHBS bagi Warga Desa Kemantren. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 628–634. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.3992>

Salawati, T., Larasaty, N. D., & Sucipto, M. R. (2023). Edukasi Program Kawasan Tanpa Rokok Dalam Mewujudkan “Kampus Sehat Bebas Asap Rokok “. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3), 23-25.

6.DOKUMENTASI KEGIATAN

