

**PKM PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK KEPADA
REMAJA DI DESA SIBONGBONG KECAMATAN ANGKOLA SELATAN**

Ayus Diningsih¹, Afrina Dewi Lubis¹, Anwar Syahadat², Nur Arfah Nasutian³

¹Prodi Farmasi Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan

²Prodi Kebidanan Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan

³Prodi Keperawatan Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan

(ayusdiningsih@gmail.com, 085296590042)

ABSTRAK

Kegiatan ini merupakan bentuk aplikasi dalam pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa. Berdasarkan hasil survey wawancara dan observasi ditemukan permasalahan remaja yang merokok. Merokok adalah menghisap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh yang mempengaruhi Kesehatan. Kegiatan PKM yang dilakukan di desa Sibongbong dengan sasarannya adalah remaja (NNB) baik wanita dan laki-laki. Berdasarkan hasil angket usia remaja yang merokok yaitu 28,6% berusia 15 tahun, 22,9% berusia 16 tahun, 31,4% berusia 17 tahun, 8,6% berusia 18 tahun, 8,6% berusia 19 tahun. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin yaitu 100% remaja yang berokok berjenis kelamin laki-laki. Metode yang digunakan pada implementasi Pendidikan Kesehatan ini secara langsung yaitu penyuluhan dengan menggunakan media poster. Hasil dari kegiatan PKM ini sudah ada peningkatan pengetahuan remaja tentang bahaya rokok sebanyak 80 % dan 40% remaja berkeinginan untuk berhenti merokok. Kesimpulan dari PKM ini adalah Remaja sangat antusias terhadap penyuluhan yang di lakukan dilihat dari 80% remaja meningkat pengetahuannya dan ada kemauan untuk berhenti merokok.

Kata kunci : Bahaya Merokok, Pendidikan Kesehatan, Remaja

ABSTRACT

This activity is a form of application in community service carried out by lecturers and students. Based on the results of surveys, interviews and observations, the problem of teenagers smoking was found. Smoking is smoking substances that are harmful to the body and affect health. PKM activities were carried out in Sibongbong village with the target being teenagers (NNB) both women and men. Based on the results of the questionnaire, the age of teenagers who smoke is 28.6% aged 15 years, 22.9% aged 16 years, 31.4% aged 17 years, 8.6% aged 18 years, 8.6% aged 19 years. Meanwhile, based on gender, 100% of teenagers who smoke are male. The method used to implement this Health Education directly is counseling using poster media. The results of this PKM activity have increased teenagers' knowledge about the dangers of smoking by 80% and 40% of teenagers want to stop smoking. The conclusion of this PKM is that teenagers are very enthusiastic about the counseling carried out, seen from 80% of teenagers who have increased their knowledge and are willing to stop smoking.

Keywords: Dangers of Smoking, Health Education, Adolescents

1. PENDAHULUAN

Merokok adalah menghisap bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh (Prasetya Lukyta., 2016). Perilaku merokok banyak dilakukan pada masa remaja. Pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16–19 tahun yang merokok 20,5 %. Usia merokok pada remaja di

Indonesia sekarang adalah usia mulai merokok semakin muda (dini). Perokok pemula usia 10 –14 tahun meningkat lebih dari 100 % dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun (Rikesda, 2018).

Menurut Setiyanto, R, (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah tekanan teman sebaya,

berteman dengan perokok usia muda, status sosial ekonomi rendah, mempunyai orang tua yang merokok, saudara kandung, lingkungan sekolah (guru) yang merokok dan tidak percaya bahwa merokok mengganggu kesehatan.

Merokok mempunyai banyak efek negatif yang berbahaya kepada kesehatan manusia, dan kebiasaan merokok tidak hanya merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam masyarakat di sekitarnya. Kandungan rokok menyebabkan kerusakan dan berbagai macam penyakit di mulut seperti periodonitis (infeksi pada gusi), penyakit kerongkongan seperti faringitis (infeksi faring) dan laringitis (infeksi laring atau pita suara), penyakit di bronkus seperti bronkitis (infeksi bronkus), dan penyakit pada paru – paru seperti kanker paru, penyakit paru obstruktif (Aula & Lisa, E., 2015). Menurut World Health Organization (WHO, 2016), tembakau membunuh lebih dari 5 juta orang per tahun dan diproyeksikan akan membunuh 10 juta orang sampai tahun 2021, dari jumlah itu 70% korban berasal dari negara berkembang yang didominasi oleh kaum laki-laki sebesar 700 juta terutama di Asia.

Banyak cara atau metode yang dapat dijadikan referensi untuk berhenti merokok. Keinginan berhenti merokok tanpa diikuti dengan perubahan perilaku maka kebiasaan merokok tersebut tidak akan berhenti. Namun tidak semua orang mengetahui cara berhenti merokok secara tepat.

Pemilihan metode berhenti merokok

yang tidak tepat hanya akan sia-sia, baik yang hanya mengandalkan perubahan perilaku maupun dengan bantuan dari luar. Informasi mengenai cara-cara berhenti merokok sangat penting untuk diketahui bagi yang ingin berhenti merokok. Namun tidak semua cara yang sudah dilakukan dapat berhasil. Oleh karena itu perlunya mengetahui seberapa jauh upaya berhenti merokok pada individu dalam menghentikan kebiasaan merokoknya. Pemilihan metode yang tepat akan menentukan tingkat keberhasilan berhenti merokok (Aula & Lisa, E., 2015). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan mengubah perilaku sehat remaja dengan memberikan kesempatan untuk menambah pengetahuan mereka.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu implementasi Pendidikan Kesehatan secara langsung. Jumlah peserta yang hadir 30 orang Remaja Desa Sibongbong. Kegiatan PKM ini dilakukn pada hari Kamis tanggal 20 Juni di Desa Sibongbong Kecamatan Angkola Selatan. Pada proses pelaksanaan yang hadir ada peserta, mahasiswa dan dosen. Mahasiswa di bantu dengan dosen menjelaskan kembali tujuan dilakukannya kegiatan ini, kemudian dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok karena kandungan kimia dalam rokok yang berbahaya baik untuk perokok aktif dan perokok pasif dengan menggunakan media poster. Selanjutnya

adalah diskusi dan Tanya jawab terkait bahaya merokok oleh peserta dengan pemateri. Selanjutnya mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta dengan kuisisioner yang telah dibagikan. Tujuannya untuk mengukur sejauh mana tingkat pengetahuan peserta terhadap bahaya merokok dan antusias peserta dalam mengikuti penyuluhan bahaya merokok ini.

Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan atau meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan merkasendiri (Kholid, 2012)

Tabel. 1 Metode Penyuluhan Bahaya Merokok

Metode	Kegiatan	Waktu	Mahasiswa yang terlibat
Pendidikan masyarakat	Pendahuluan	5 menit	30 mahasiswa
	Penyuluhan dampak bahaya merokok	30 menit	
	Diskusi dan Tanya jawab	10 menit	
	Evaluasi (Kuisisioner)	5 menit	

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema peningkatan pengetahuan tentang bahaya Merokok bagi Kesehatan di mulai dengan pendahuluan pengenalan dan tujuan diadakannya penyuluhan. Kegiatan PKM ini dilaksanakan selama satu hari yaitu tanggal 20 Juni 2024.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat terbagi ke dalam beberapa tahapan.

Tahapan acara tersebut adalah penyampaian materi. Materi tentang bahaya rokok disampaikan oleh Tim PKM. Penyampaian materi dilakukan dengan menyebarkan poster tentang bahaya merokok ke semua peserta. Selanjutnya adalah sesi tanya jawab. Sesi ini dilaksanakan untuk memperkuat materi PKM sehingga remaja memiliki pemahaman yang kuat tentang bahaya rokok bagi kesehatan. Tahapan terakhir dari kegiatan ini adalah pelaksanaan evaluasi dengan memberikan kuisisioner sebagai postes.

2. Capaian Yang di Dapat

✓ Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil kuisisioner usia remaja yang merokok yaitu 28,6% berusia 15 tahun, 22,9% berusia 16 tahun, 31,4% berusia 17 tahun, 8,6% berusia 18 tahun, 8,6% berusia 19 tahun.

Berdasarkan hasil yang di dapatkan bahwa usia merokok sebagian besar di usia 17 tahun. Masaremaja bisa jadi masa di mana individu mengkonsumsi rokok, Terpendapat bahwa usia merokok pada remaja umumnya berkisar antara usia 11-19 tahun dan mereka pada umumnya merokok sebelum usia 18 tahun (Nugroho, 2015).

Hasil yang didapatkan bahwa jenis kelamin pada agregat remaja, didapatkan seluruhnya berjenis kelamin laki-laki. Hal ini membuktikan bahwa jenis kelamin laki-laki rasa ingin tahu dan mencoba untuk mengkonsumsi rokok. remaja merokok lebih merupakan upaya-upaya untuk dapat diterimadi lingkungannya (Nugroho, 2015).

✓ Jumlah Perokok dan Lamanya Merokok

Berdasarkan hasil yang di dapatkan bahwa jumlah rokok yang dikonsumsi oleh remaja sebagian besar 1 batang. Hal ini membuktikan bahwa, remaja masih dalam tahap awal untuk menentukan apakah di lanjutkan atau tidak dilanjutkannya merokok (Helmi, 2017). Kebanyakan remaja terutama yang masih dalam usia wajib belajar (masih sekolah) belum memiliki pekerjaan, sehingga tidak ada uang untuk membeli rokok yang lebih banyak (Susanto, 2020).

Berdasarkan hasil yang di dapatkan bahwa lama merokok pada remaja yaitu > 1 bulan.

Hasil kegiatan yang dilakukan, pengetahuan masyarakat tentang merokok sudah ada peningkatan tentang pengetahuan sebanyak 80% tentang bahaya merokok dan 40% remaja berkeinginan untuk berhenti merokok. Kegiatan ini dihadiri oleh sebanyak 30 orang remaja. Tim memberikan pula cara untuk menghentikan merokok. Media yang diberikan adalah dalam bentuk poster kepada semua remaja yang menghadiri kegiatan penyuluhan.

Dengan adanya pendidikan kesehatan yang diberikan kepada remaja, akan menambah pengetahuan kepada remaja tentang bahaya merokok, sehingga memberikan kesadaran untuk perubahan perilaku kepada remaja untuk tidak mengkonsumsi rokok lagi. Dan hal tersebut terlihat dimana pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok yang telah dilakukan kepada remaja, menunjukkan bahwa remaja berkomitmen untuk mengubah perilakunya

untuk tidak lagi mengkonsumsi rokok. Peranan orang tua secara aktif sangat dibutuhkan, remaja harus lebih selektif dalam memilih teman, mengisi waktu luang dengan kegiatan positif dan meningkatkan pengembangan diri dari remaja (Gobel, 2020).

4. KESIMPULAN

Melalui kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilakukan oleh mahasiswa KKN UNAR dan Dosen dapat ditarik Kesimpulan Bahwa Remaja sangat antusias mengikuti penyuluhan tentang bahaya Merokok bagi kesehatan yang ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Peningkatan pengetahuan bahaya merokok terhadap remaja di Desa Sibongbong sebesar 80%, dan 40% Remaja berkeinginan untuk berhenti Merokok.

5. REFERENSI

- Aula, Lisa E. (2015). *Stop Meroko Sekarang Atau Tidak Sama Sekali*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Kemeterian Kesehatan Republik Indonesia.
- Gobel, Satria, dkk. (2020). *Bahaya Merokok Pada Remaja*. *Jurnal Abdimas*. 7(1).
- Helmi, A.F. (2017) *Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja*. *Jurnal keperawatan Indonesia*. 1(1). 37.
- Kholid, A. (2012). *Promosi Kesehatan dengan pendekatan teori prilaku, media dan aplikasinya*. Perpustakaan Nasional. Jakarta : rajawali Press.
- Nugroho,R. S. (2015) *Perilaku Remaja Merokok*. *Jurnal Ilmiah*. 1. (2).
- Susanto, Agus, dkk. (2020) *Peningkatan Kesadaran bahaya Asap Rokok Bagi Kesehatan Pada Siswa SMP Negeri 1*

6. DOKUMENTASI



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan Bahaya Merokok Di Desa Sibongbong



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan Bahaya Merokok Kepada Remaja menggunakan media Poster Di Desa Sibongbong