

## PENDIDIKAN KESEHATAN PENCEGAHAN KECANDUAN ROKOK PADA REMAJA DI SMK KARTIKA 2 SURABAYA

**Budi Artini<sup>1</sup>, Intiyaswati<sup>2</sup>, Pandeiro M.Nancye<sup>3</sup>**  
*<sup>1,2,3</sup>STIKes William Booth Surabaya., Jl. Cimanuk No.20 Surabaya*  
**Email: [Budiartini410@gmail.com](mailto:Budiartini410@gmail.com)**

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Merokok sekarang ini sudah menjadi trend bagi para pelajar Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA), bahkan siswa Sekolah Dasar (SD) pun sudah ada yang mencobanya. Dengan adanya beberapa siswa yang setiap hari merokok di sekolah pada waktu istirahat dan sebagian sembunyi duduk di salah satu warung tetangga sekolah. Para siswa ini sudah kecanduan sehingga tidak mampu menahan rasa ingin merokoknya. **Metode:** Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan pada 22 siswa SMK Kartika 2 Surabaya kelas X pada bulan Desember 2023. Evaluasi pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pre test dan post test dan kuesioner sebagai instrumennya. **Hasil:** Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan sebagian besar responden tingkat pengetahuannya kurang 18 orang (82%) dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan baik yaitu sejumlah 17 orang (77,5%). **Simpulan:** Pendidikan kesehatan dapat merubah tingkat pengetahuan responden dari kurang menjadi baik. Hal ini menunjukkan kegiatan pendidikan kesehatan sangat membantu dalam meningkatkan pengetahuan, sehingga perlu perlu diperhatikan keberlanjutannya dan dibuat menjadi program di institusi pendidikan.

**Kata kunci:** Pendidikan kesehatan, Pengetahuan, Merokok

### ABSTRACT

**Introduction:** Smoking has now become a trend for junior high school (SMP) and high school (SMA) students, even elementary school (SD) students have tried it. With several students who smoke at school every day during recess and some hide in one of the school's neighboring stalls. These students were addicted so they could not resist the urge to smoke. **Method:** The method used in this community service is to provide health education to 22 students of SMK Kartika 2 Surabaya class X in December 2023. The evaluation of the community uses the pre test and post test methods and questionnaires as instruments. **Results:** The results of this community service showed that most of the respondents had a knowledge level of less than 18 people (82%) and After being given health education, the level of knowledge was good, namely 17 people (77.5%). **Conclusion:** Health education can change the level of knowledge of respondents from less to good. This shows that health education activities are very helpful in increasing knowledge, so it is necessary to pay attention to its sustainability and make it into a program in educational institutions.

**Keywords :** Health Education, Knowledge, Smoking

### PENDAHULUAN

Merokok adalah salah satu permasalahan kesehatan dunia yang telah ada sejak revolusi industri. Kebiasaan merokok dapat menimbulkan banyak masalah kesehatan bagi

perokok itu sendiri dan orang-orang disekitarnya, bahkan menjadi faktor utama terbesar kematian seseorang. Rokok adalah salah satu olahan tembakau dengan menggunakan bahan atau tanpa bahan tambahan

yang dimaksudkan untuk dibakar, dihisap, dan dihirup asapnya. Menurut Tohomi (2014) rokok merupakan salah satu polutan berupa gas yang mengandung berbagai bahan kimia antara lain nikotin, karbon monoksida, tar, dan eugenol (dalam rokok kretek).

Merokok sekarang ini sudah menjadi trend bagi para pelajar Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA), bahkan siswa Sekolah Dasar (SD) pun sudah ada yang mencobanya. Dengan adanya beberapa siswa yang setiap hari merokok di sekolah pada waktu istirahat dan sebagian sembunyi duduk di salah satu warung tetangga sekolah. Para siswa ini sudah kecanduan sehingga tidak mampu menahan rasa ingin merokoknya.

Riset yang dilakukan oleh The Tobacco Control Research Program of Southeast Asia Tobacco Alliance (SEATCA) dan Rockefeller Foundation mengungkapkan sebanyak 54,59% remaja dan perempuan di Indonesia merokok dengan tujuan mengurangi ketegangan dan stress. Padahal menurut penelitian pengaruh rokok terhadap kesehatan sangatlah berbahaya, terutama terhadap sistem reproduksi perempuan. Perempuan perokok memiliki resiko menjadi infertil (mandul) dan kemungkinan menopause lebih awal. Perempuan merokok juga sangat rentan terserang kanker mulut Rahim, tekanan darah tinggi, penyakit jantung, dan berisiko mendapatkan bayi lahir cacat.

Munculnya berbagai perspektif mengenai tindakan merokok menciptakan suatu stigma atau penilaian negatif yang diberikan oleh beberapa orang terhadap seseorang yang merokok, khususnya perempuan. Penilaian negatif yang diberikan masyarakat terhadap perempuan merokok dikarenakan mereka melakukan tindakan yang berbeda dengan harapan masyarakat. Harapan masyarakat (social expectation) terhadap perempuan pada umumnya adalah model perempuan yang berperilaku feminim, patuh, tidak agresif, dan pantas menurut gender.

Bagi remaja modern, merokok merupakan satu jenis pilihan aktivitas yang populer dilakukan untuk memanfaatkan waktu senggang. Rokok seakan-akan sudah menjadi salah satu kebutuhan yang hampir menyamai kebutuhan pokok. Keberanian untuk merokok ini akhirnya menjadi sesuatu yang membanggakan dan memuaskan, bagi laki-laki maupun perempuan, karena para orang tua biasanya melarang anak-anaknya untuk merokok dan memarahi mereka jika ketahuan merokok. Hal-hal di atas jugalah yang membuat pengalaman pertama merokok selalu mengandung kesan-kesan heroism tertentu. Keberadaan rokok telah menjadi kebutuhan sebagian besar masyarakat kita. Sebagai penghangat tubuh ketika cuaca dingin, penghilang stres, teman minum kopi, teman dalam menikmati lamunan, teman di toilet, atau teman dalam pergaulan, dan sebagai penutup makan. Padahal nikotin dari sebatang rokok adalah jalan menuju digunakannya zat-zat adiktif berbahaya lainnya seperti narkotika dan psikotropika. Banyak orang yang awalnya hanya iseng dan coba-coba, akhirnya menjadi ketergantungan.

Berdasarkan survey yang kami lakukan di SMK KARTIKA 2 SURABAYA di kelas X RPL dengan menggunakan metode kualitatif dan metode kuantitatif, dengan jumlah 22 responden dengan usia 16 Tahun sebanyak 5 orang dan usia 17 tahun sebanyak 17 orang. Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan data sebanyak 15 siswa perokok aktif dan sebanyak 7 siswa perokok pasif. Maka dari itu kami mengadakan penyuluhan pada siswa SMK 2 Kartika yang bertujuan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan tentang kecanduan merokok siswa di SMK Kartika 2 Surabaya.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan kecanduan roko pada remaja di SMK Kartika 2 Surabaya. Metode kegiatan

pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan ceramah dan tanya jawab untuk meningkatkan pengetahuan dari peserta. Secara umum tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi dengan jumlah peserta 22 orang. Pelaksanaan evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner tentang pengetahuan bahaya merokok yang diberikan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan.

### HASIL DAN ANALISIS

Peserta pengabdian kepada masyarakat 22 orang. Data umum responden antara lain:

#### Karakteristik Peserta Berdasarkan Umur

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di SMK Kartika 2 Surabaya di Kelas 10 jurusan RPL

No	Umur	Frekuensi	Presentase (%)
1	16 tahun	5	22,5
2	17 tahun	17	77,5
Total		22	100

Sumber : Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berumur 17 tahun yaitu sejumlah 17 orang

#### Karakteristik Peserta Berdasarkan Tipe Perokok

Tabel 2 Distribusi frekuensi peserta berdasarkan tipe perokok di SMK Kartika 2 Surabaya di Kelas 10 jurusan RPL

No	Umur	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Aktif	15	77,5
2.	Pasif	7	22,5
Total			100

Sumber : Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa merokok aktif yaitu sejumlah 15 remaja (77,5%).

#### Karakteristik Peserta Berdasarkan Rokok yang dihabiskan dalam sehari

Tabel 3 Distribusi frekuensi peserta batang rokok yang dihabiskan

No	Jumlah rokok	Frekuensi	Presentase
1.	1-10 batang sehari	15	100
2.	> 10 batang	0	0
3.	Tidak merokok	7	0
Total			

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa seluruh siswa yang merokok aktif menghabiskan rokok 1 – 10 batang yaitu sejumlah 15 remaja (100 %).

#### Data khusus

#### Tingkat Pengetahuan Sebelum diberikan Penyuluhan

Tabel 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan di SMK Kartika 2 Surabaya di Kelas 11 jurusan RPL

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Benar > 5	4	18
2	Salah > 5	18	82
Total			100

Sumber : Data primer, 2023.

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta sebelum diberikan pendidikan kesehatan menjawab pertanyaan dengan salah sebanyak 18 siswa.

### **Tingkat Pengetahuan Setelah diberikan Penyuluhan.**

Tabel 5 Distribusi frekuensi peserta berdasarkan tingkat pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan di SMK Kartika 2 Surabaya di Kelas 11 jurusan RPL

N	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Benar > 5	17	77,5
2	Salah > 5	5	22,5
Total			100

Sumber : Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta setelah diberikan pendidikan kesehatan mampu menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 17 siswa.

### **PEMBAHASAN**

#### **Tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja siswa di SMK Kartika 2 Surabaya kelas 10 Jurusan RPL sebelum diberikan penyuluhan kesehatan**

Hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok kelas 10 jurusan RPL di SMK Kartika 2 Surabaya berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum mampu menjawab soal pre test dengan benar yaitu 18 responden. Sebagian besar responden belum mampu menjawab pertanyaan nomer 1 “Merokok dapat menyebabkan tekanan darah tinggi” dan hampir seluruh responden belum memahami bahwa merokok dapat menyebabkan hipertensi atau tekanan darah tinggi.

Banyak faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya tingkat pendidikan, sosial budaya dan ekonomi, pengalaman, informasi dan usia. Pendidikan yang semakin tinggi maka akan semakin mudah untuk menerima hal-hal baru dan akan mudah untuk menyesuaikan dengan hal tersebut (Lestari, 2015). Responden dalam penelitian ini masih sekolah ditingkat menengah atas kelas 11, di mana pada usia ini masih banyak hal yang haru

mereka pelajari, termasuk tentang kesehatan. Pada tingkat menengah atas mereka masih banyak fokus ke pelajaran yang mereka terima sehingga belum terpikir mencari informasi terkait tentang kesehatan yang harusnya mereka juga perhatikan.

Selain tingkat pendidikan, pengetahuan juga dipengaruhi oleh usia. Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia 17 tahun. Pada usia ini termasuk dalam masa remaja. Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa pubertas ke masa dewasa. Karakteristik remaja yang tinggi keingintahuannya menyebabkan mencoba segala sesuatu yang menurut mereka menarik tanpa didasrai pengetahuan yang benar. Sehingga apa yang mereka pikirkan tentang kesehatan juga masih kurang. Hal ini menyebabkan saat mereka menjawab kuesioner yang diberikan juga menjawabnya kurang tepat. **Tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok pada remaja siswa di SMK Kartika 2 Surabaya kelas 10 Jurusan RPL setelah diberikan penyuluhan kesehatan**

Hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok kelas 10 jurusan RPL di SMK Kartika 2 Surabaya berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah mampu menjawab pertanyaan post test dengan benar setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok yaitu sebesar 17 siswa. Gerlach dan Early (1971) dalam Arsyzd (2011) menjelaskan bahwa secara garis besar media adalah materi, manusia dimana dapat membuat siswa memperoleh pengetahuan, keterampilan dan sikap. Menurut Hamalik (1986) dalam Arsyad (2011) yang menjelaskan bahwa pembelajaran menggunakan media dapat membangkitkan keinginan dan minat baru, meningkatkan motivasi, rangsangan dalam belajar dan mempengaruhi psikologi siswa. Pengetahuan bahaya merokok dapat menimbulkan penyakit merupakan motivasi terkuat untuk berhenti merokok pada remaja, kesiapan untuk mencoba berhenti merokok secara tidak langsung dapat dinilai dari pernyataan kapan dia mulai berhenti merokok (Stoklosa, A 2010). Menurut peneliti, dengan

pendekatan yang cocok pada remaja akan dapat memberikan hubungan yang baik, seperti pemberian dukungan agar remaja dapat mengerti makna hidup yang berarti juga mampu mengubah perilaku remaja untuk berhenti merokok.

Menurut peneliti, bisa dikatakan bahwa jika seseorang memiliki kebiasaan menghabiskan rokok 1-10 batang perhari memiliki intensi yang tinggi untuk berhenti karena belum dijenjang perokok yang sangat akut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berperilaku menghabiskan rokok 1-10 batang perhari sebanyak 15 siswa. (100%) Perokok yang merokok 1-10 batang per hari memiliki peluang yang besar untuk siap berhenti merokok dan ingin berhenti merokok, pada tahap ingin berhenti merokok semakin banyak rokok yang digunakan setiap hari maka semakin sedikit perokok yang berhasil berhenti merokok sedangkan pada perokok yang sudah siap berhenti merokok semakin sedikit rokok yang dikonsumsi maka semakin banyak perokok yang berhenti merokok (Schimd & Gmel, 1999). Menurut peneliti, bisa dikatakan bahwa jika seseorang memiliki kebiasaan menghabiskan rokok 1-10 batang perhari memiliki intensi yang tinggi untuk berhenti karena belum dijenjang perokok yang sangat akut.

## SIMPULAN

Simpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pendidikan kesehatan yang diberikan kepada remaja di SMK Kartika 2 Surabaya tentang pencegahan kecanduan merokok mendapatkan hasil yang baik, dari sebelum diberikan pendidikan kesehatan peserta memiliki pengetahuan kurang tentang bahaya merokok, setelah diberikan pendidikan kesehatan mendapatkan hasil yang baik. Tindak lanjut yang diharapkan, pendidikan kesehatan yang diberikan dapat dijadikan program di tempat pengabdian kepada masyarakat dengan

menjalin kerja sama dengan pelayanan kesehatan setempat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aula, Lisa E.2010. Stop Merokok! Sekarang atau Tidak Sama Sekali. Yogyakarta: Gara
- Arindi, Poppy, Katen Lumbanbatu, and Novriyenni Novriyenni.2022. "Klasifikasi Kecanduan Rokok Dengan Naive Bayes." *Pelita Informatika: Informasi dan Informatika*
- Fahmi, Ichsan Noor, and Fatma Zulaikha.2018."Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar tentang Bahaya Rokok di SDN. 018 Samarinda."
- Fathurrahman. 2006. "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan Untuk Berhenti Merokok pada Perokok di DKI Jakarta dan Kabupaten Sukabumi Tahun 2001". Depok: FKM UI.
- Heydari, G., Masjedi, M., Ahmady, A. E., Leischow, S., Lando, H., Shadmehr, M. B., & Fadaizadeh, L. 2014. *A comparative study on tobacco cessation methods: A quantitative systematic review*. International Journal of Preventive Medicine, 5(6), 673–678.
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Marpaung, Daniel Andre, and Murni Marbun. 2021."Sistem Pendukung Keputusan Penentuan Tingkat Kecanduan Masyarakat Terhadap Rokok dengan Metode Fuzzy Mamdani." *J. Nas. Komputasi dan Teknol. Inf 4*
- Rapiudin, 2015, Perencanaan Video Pendek Kampanye "Berhenti Merokok" Untuk Mengurangi Pecandu Rokok di Kalangan

Pelajar, Jurnal Sketsa, Universitas BSI Bandung.

Rosdiana Sheli, 2011, Faktor-faktor Psikologi yang Mempengaruhi Intensi Merokok Pada Remaja, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.

Sari, Siska Mayang, Trisna Trisna, and T. Abdur Rasyid. 2019. "Konsumsi permen susu mempengaruhi penurunan konsumsi rokok pada remaja." *Jurnal Ners Indonesia*

Tutka, Piotr, et al. 2019. "Cytisine for nicotine addiction treatment: A review of pharmacology, therapeutics and an update of clinical trial evidence for smoking cessation." *Addiction*

WHO, 2015, Global Youth Tobacco Survey (GYTS) : Indonesia Raport, 2014, WHO-SEARO, New Dehli.

Zulkifli. 2010. *Kontroversi ROKOK: Sumbangan Rokok, Fatwa Haram, dan Politisasi Rokok.* Yogyakarta: Graha Pustaka.