

EDUKASI BAHAYA ROKOK PADA REMAJA MTsS THAWALIB PADANG DI KECAMATAN KURANJI KOTA PADANG

Melisa Yenti^{*)}, Hamidatul Yuni, Haniffazulhijjah, dan Irsyah Dunnas Jamka
Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

^{*)} Email Koresponden: melisayenti@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

Menurut Global Youth Tobacco Survey (YGTS) terjadi peningkatan perokok remaja berusia 13-15 tahun dalam lima tahun terakhir dari 18,2% tahun 2014 menjadi 19,2%. Hasil survei juga menunjukkan remaja terpapar iklan rokok dari berbagai media dan remaja juga mudah mengakses rokok. Rokok mengandung zat adiktif tinggi yang dapat menyebabkan kecanduan dan memiliki dampak buruk bagi kesehatan dan masa depan remaja. MTsS Pesantren Thawalib Padang belum pernah mendapatkan edukasi terkait bahaya rokok dan juga terdapat kasus santri merokok. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan memotivasi remaja untuk tidak berperilaku merokok. Thawalib Padang. Khalayak sasaran dari kegiatan ini adalah seluruh santri putra yang ada di pesantren. Metode yang dilakukan yaitu penyuluhan, pemasangan poster dan pembagian buku rokok. Kegiatan dilaksanakan oleh tim dosen dan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas yang dihadiri oleh 75 santri. Setelah dilakukan kegiatan terdapat peningkatan rata-rata tingkat pengetahuan sebelum (*pre test*) penyuluhan 10,00 menjadi 11,92 setelah (*post test*) penyuluhan dengan nilai *p-value* 0,000. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukannya edukasi terkait rokok. Diharapkan santri sadar akan bahaya besar dibalik rokok, santri termotivasi untuk tidak merokok dan berperilaku tidak merokok. Diharapkan juga untuk pihak MTsS Pesantren Thawalib Padang menegakkan kawasan bebas rokok dan melakukan pengawasan yang ketat bagi siswa yang merokok.

Kata Kunci: *remaja, rokok, pengetahuan, penyuluhan*

Education of the Hazard of Cigarettes for Teenagers at MTsS Pesantren Thawalib Padang in Kuranji District, Padang

ABSTRACT

According to the Global Youth Tobacco Survey (YGTS), there has been an increase in teenage smokers aged 13-15 years in the last five years, from 18.2% in 2014 to 19.2%. The survey results also show that adolescents are exposed to various media advertisements and quickly access cigarettes. Cigarettes contain highly addictive substances that can cause addiction and negatively impact adolescents' health and future. MTsS Thawalib Padang Islamic Boarding School has never received education regarding the dangers of smoking, and there are also cases of students smoking. This activity aims to increase knowledge and motivate youth not to smoke. Thawalib Padang. The target audience for this activity is all male students in Islamic boarding schools. The methods used are counseling, poster installation, and distribution of cigarette books. The activity was carried out by a team of lecturers and students from the Faculty of Public Health, Andalas University, which 75 students attended. After the activities were carried out, there was an increase in the average level of knowledge before (*pre-test*) counseling from 10.00 to 11.92 after (*post-test*) counseling with a *p-value* of 0.000. It can be concluded that there is an increase in knowledge after smoking-related education. It is hoped that students will be aware of the dangers of smoking and that students will be motivated not to smoke or smoke. It is also hoped that MTsS Thawalib Padang Islamic Boarding School will enforce a smoking-free area and strictly supervise students who smoke.

Keywords: *teenagers, cigarettes, knowledge, education*

PENDAHULUAN

Kelompok usia remaja dapat dimaknai sebagai aset dan potensi bangsa di masa depan. Agar dapat mewujudkan harapan tersebut, negara dan masyarakat harus dapat menjamin agar remaja Indonesia mampu tumbuh dan berkembang secara positif dan terbebas dari berbagai permasalahan yang mengancam (Kementerian Kesehatan, 2014). Permasalahan kesehatan di usia remaja merupakan salah satu masalah penting dalam siklus kehidupan. Masalah kesehatan di usia dewasa sebagian berkaitan dengan perilaku kesehatan atau pun gaya hidup di usia muda termasuk di usia remaja. Perilaku hidup sehat sejak usia dini merupakan salah satu upaya yang cukup penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang produktif dan berkualitas di masa yang akan datang. Terdapat beberapa perilaku beresiko pada remaja yang akan mempengaruhi kesehatannya, salah satunya merokok (Badan Litbangkes, 2015).

Merokok merupakan salah satu masalah kesehatan yang tingkat penggunaannya masih tinggi di Indonesia termasuk bagi remaja. Data dari Riset Kesehatan Dasar menyatakan bahwa terdapat peningkatan prevalensi merokok penduduk umur 10 Tahun dari 28,8% pada tahun 2013 menjadi 29,3% pada tahun 2018 (Badan Litbangkes, 2018). Menurut data Global Youth Tobacco Survey (YGTS) menyatakan dalam 5 tahun terakhir juga terjadi peningkatan dari 18,2% tahun 2014 menjadi 19,2% tahun 2019 perokok pelajar berusia 13-15 tahun (WHO SEARO, 2015 dan WHO SEARO, 2020).

Data GYTS juga menunjukkan mudahnya akses remaja terhadap rokok dimana 76,6% pelajar yang merokok membeli rokok sigaret dari toko, warung, penjual di jalanan, atau kios. Di antara para pelajar yang saat ini merokok sigaret yang pernah mencoba membeli sigaret, 60,6% tidak dicegah untuk membeli rokok meskipun di bawah umur (WHO SEARO, 2020). 7 dari 10 pelajar perokok membeli rokok secara batangan/ketengan (Kementerian Kesehatan, 2020a). Remaja juga terpapar iklan rokok di berbagai media 3 dari 5 pelajar terpapar iklan rokok di TV, tempat penjualan dan media luar ruang dan 1 dari 3 pelajar terpapar iklan rokok di internet atau social media (Kementerian Kesehatan, 2020b).

Berdasarkan data diatas salah satu yang membuat remaja tertarik mulai merokok adalah iklan dan promosi rokok Pemasaran iklan rokok ini berasal dari televisi, iklan dalam bentuk spanduk, promosi produk rokok secara langsung dari *sales promotion girl*, pembagian sampel produk gratis pada acara musik, dan iklan di tempat penjualan rokok (Yenti, M dan Mivtahurrahumah, 2021). Dalam artian remaja menjadi target pemasaran rokok. Ada beberapa hal yang menyebabkan remaja menjadi target dari pemasaran rokok, yaitu mudah terpengaruh oleh sesuatu yang baru uni dan menarik, rentang waktu perokok remaja panjang sehingga pabrik memperoleh keuntungan yang lebih besar, harapan sebagai generasi dari pecandu merek rokok tertentu, akan loyal kepada merek rokok pertama kali yang dihisap, segmen pasar yang luas dan terbuka, dan selalu mengikuti trend mode termasuk rokok. Sedangkan secara umum faktor yang mendorong seseorang untuk merokok adalah ingin mencoba citra rasa yang dijanjikan oleh iklan rokok serta harga yang murah dan mudah didapat, ingin tampil macho, ingin tampil gaul, dianggap dewasa, setia kawan, persepro bahwa rokok dapat menghilangkan stress, cara bersosialisasi saat berada di komunitas yang sedang merokok, dan mengusir rasa sepi, jenuh dan galau (Kementerian Kesehatan, 2017).

Merokok pada usia muda sudah merupakan masalah kesehatan karena semakin muda umur mulai merokok semakin tinggi risiko menjadi perokok berat dan terkena beberapa penyakit kronik. Peningkatan konsumsi rokok berdampak pada makin tingginya beban penyakit akibat rokok dan bertambahnya angka kematian akibat rokok. Merokok menimbulkan beban kesehatan, sosial, ekonomi dan lingkungan tidak saja bagi perokok tetapi juga orang lain (Kementerian Kesehatan, 2015). Lebih spesifik lagi masalah yang muncul bagi pelajar yang merokok adalah mengganggu prestasi belajar di sekolah, kecanduan, perkembangan paru-paru terganggu, lebih sulit sembuh saat sakit, terlihat lebih tua dari usianya, sering memiliki jerawat atau masalah kulit lainnya, serta menimbulkan plak pada gigi. Disaat remaja memutuskan berhenti merokok maka gejala penarikan seperti depresi, insomnia, mudah marah dan masalah mentalnya bisa berdampak negatif pada kinerja sekolah dan perilakunya (Kementerian Kesehatan, 2019)

Salah satu upaya yang dapat dilakukan agar remaja tidak merokok adalah memberikan edukasi kepada remaja terkait bahaya rokok. Dengan memberikan informasi-informasi tentang rokok akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Dengan pengetahuan ini akan menimbulkan kesadaran dan akhirnya akan menyebabkan seseorang berperilaku berdasarkan pengetahuan yang dimilikinya (Notoadmodjo, 2014). Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan, didapatkan permasalahan sebagai berikut: belum ada kegiatan terkait peningkatan kewaspadaan tentang bahaya rokok di MTsS Pesantren Thawalib Padang, santri MTs adalah kelompok sasaran yang tepat untuk dapat diberikan informasi terkait rokok, dan terdapat kasus santri merokok. Untuk mengatasi masalah ini dilakukan penyuluhan, pemasangan poster di lingkungan pesantren dan pemberian buku Rokok dan Remaja ke pada pihak pesantren.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran santri tentang bahaya rokok, santri termotivasi untuk tidak merokok dan santri dapat berperilaku tidak merokok.

METODOLOGI

Kegiatan dilaksanakan di MTsS Pesantren Thawalib Padang. Khalayak sasaran dari kegiatan ini adalah seluruh santri putra yang ada di pesantren. Jumlah peserta kegiatan terdiri dari santri putra kelas VII-IX sebanyak 75 orang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memotivasi remaja untuk tidak berperilaku merokok. Metode yang dilakukan adalah penyuluhan, pemasangan poster dan pembagian buku rokok. Berikut adalah tahapan 3 kegiatan, yaitu:

1. Kegiatan pertama yang dilakukan penyuluhan mengenai generasi perokok, kandungan rokok, dampak rokok bagi kesehatan, sasaran iklan rokok, fakta-fakta terkait rokok, cara menghindari pengaruh merokok, dan mengajak santri untuk tidak merokok menggunakan slide power point dan juga penayangan video. Sebelum penyampaian penyuluhan dilakukan pre-test dan setelah penyuluhan juga dilakukan *post test* yang terdiri dari 15 pertanyaan. Analisis data menggunakan analisis *paired sampel t-test*. Di akhir penyuluhan dilakukan sesi tanya jawab terkait materi yang diberikan dan pembagian *dooprize* kepada para santri.
2. Kegiatan kedua adalah pemasangan 2 buah poster "Jangan Malu Mengatakan Saya Bukan Perokok" dan "Keren Tanpa Rokok" di depan pos kesehatan pesantren.

Poster ini dapat dilihat oleh seluruh santri dan dapat dilihat berulang kali oleh santri.

3. Kegiatan ketiga adalah pemberian buku “Rokok dan Remaja” yang kemudian buku tersebut ditempatkan di perpustakaan agar seluruh santri dapat membaca buku terkait rokok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan di MTsS Pesantren Thawalib Padang dengan judul “Peningkatan Kesadaran Bahaya Rokok sebagai Upaya Penurunan Angka Merokok pada Remaja di MTsS Pesantren Thawalib Padang”. Kegiatan dimulai dengan melakukan koordinasi dengan kepala sekolah guna meminta izin dan menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan.



Gambar 1. Foto bersama Tim, Santri, dan Ustadz MtsS Pesantren Thawalib Padang

1. Penyuluhan Rokok

Kegiatan pertama yang dilakukan adalah penyuluhan rokok yang dilaksanakan di masjid MTsS Pesantren Thawalib Padang. Penyuluhan ini dihadiri oleh 75 orang santri yang berasal kelas VII-IX serta didampingi oleh ustad dan ustadzah. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan registrasi kepada para santri dengan menerapkan protokol kesehatan. Kegiatan ini dibuka oleh kepala sekolah MTsS Pesantren Thawalib Padang Ikhwan Azmi, M.Pd, Sebelum pemberian edukasi dilakukan pengisian pre test oleh para santri. Materi penyuluhan berisi generasi perokok, kandungan rokok, dampak rokok bagi kesehatan, sasaran iklan rokok, fakta-fakta terkait rokok dan mengedukasi santri untuk tidak merokok. Penyampaian penyuluhan menggunakan slide power point dan juga menayangkan video terkait rokok.

Penyuluhan adalah proses penyebaran informasi tentang ilmu pengetahuan, teknologi maupun seni baik dilakukan secara individu atau pun kelompok

(Susilowati D, 2016). Penyuluhan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para santri terkait bahaya rokok. Peningkatan pengetahuan merupakan salah satu aspek untuk perubahan sikap, dan tindakan. Perubahan sikap dan tindakan ke arah yang lebih baik diharapkan akan membentuk perilaku yang baik dan kokoh serta tidak mudah dipengaruhi lingkungan (Augia, Trisfa dkk, 2022). Sehingga kegiatan yang dilakukan bermanfaat untuk membuat santri termotivasi untuk tidak merokok dan membuat santri berperilaku tidak merokok.

Setelah penyuluhan dilakukan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab terkait materi yang diberikan dan pembagian *dooprize* kepada para santri. Di akhir sesi, dibagikan post-test pada santri untuk menilai tingkat pengetahuan santri setelah diberikan penyuluhan. Sebelum acara ditutup diadakan penyerahan kenang-kenangan untuk MTsS Pesantren Thawalib Padang berupa *thermo gun*, masker, dan *hand sanitizer*. Kegiatan penyuluhan berakhir setelah ditutup oleh ketua Yayasan MTsS Pesantren Thawalib Padang.



Gambar 2. Penyuluhan Rokok

Evaluasi Pengetahuan tentang Rokok melalui penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dilakukan agar dapat meningkatkan tingkat pengetahuan santri terkait bahaya rokok. Evaluasi kegiatan penyuluhan dilakukan melalui *pre test* dan *post test*. Perbedaan tingkat pengetahuan santri mengenai rokok dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan tabel 1 terdapat perbedaan nilai rata-rata *pre test* dan *post test* dari 75 siswa setelah dilakukannya penyuluhan mengalami peningkatan nilai rata-rata dari 10,00 menjadi 11,92. Hasil uji statistic nilai *p-value* adalah 0,000 atau $< 0,05$ hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata-rata yang signifikan antara variabel *pre test* dan

post test. Dapat disimpulkan bahwa, terdapat peningkatan pengetahuan dalam kesadaran bahaya rokok sebagai upaya penurunan angka merokok pada remaja MTsS Pesantren Thawalib Padang setelah dilakukannya edukasi masyarakat oleh FKM Unand. Hal ini sejalan dengan penelitian Syafrawati dan Fardila A (2021) bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan mengenai SADARI pada siswi SMAN 4 Padang.

Tabel 1 Hasil Uji Perbedaan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah penyuluhan Rokok

Variabel	f	Kesadaran Bahaya Rokok	
		Mean Rank	p-value
<i>Pre test</i>	75	10.00	0,000
<i>Post test</i>	75	11.92	

2. Pemasangan Poster

Selain pemberian penyuluhan tim pengabmas juga memasang 2 buah poster "Jangan Malu Mengatakan Saya Bukan Perokok" dan "Keren Tanpa Rokok" di dinding luar pos kesehatan pesantren. Poster ini dapat dilihat oleh seluruh santri dan dapat dilihat berulang kali. Diharapkan dengan seringnya santri terpapar informasi ini dapat menjadi pengingat agar mereka tidak berperilaku merokok. Dengan kemudahan akses informasi melalui media yang dipasang akan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk berperilaku sehat (Yenti, Melisa, 2020).



Gambar 3 Pemasangan Poster Di Dinding Pos Kesehatan Pesantren

Poster "Jangan Malu Mengatakan Saya Bukan Perokok" berisi pesan-pesan kesehatan: keren itu bukan generasi perokok, jauhi peralatan rokok serta hal-hal yang berbau rokok, perbanyak mencari informasi mengenai bahaya rokok, hindari berkumpul dengan teman-teman yang merokok, yakinkan pertemanan luas tanpa rokok, lakukan kegiatan positif dalam menunjang kesehatan tubuh kita, dan generasi milenial adalah generasi yang jauh dari asap rokok. Sedangkan poster "Keren Tanpa Rokok" memuat

informasi : jangan takut dijauhi/dicap “ga gaul” kesehatan jauh lebih penting, merokok membunuhmu dan merugikan orang sekitar mu, mau rokok vape, shisa sama-sama berbahaya untuk kesehatan, dan dalam 1 batang rokok mengandung 4.000 jenis senyawa kimia, 400 zat berbahaya, dan 43 zat penyebab kanker.

3. Penyerahan Buku “Rokok dan Remaja”

Kegiatan ketiga yang dilakukan adalah menyerahkan buku “Rokok dan Remaja”. Sebelumnya tim telah menyusun buku terkait bahaya rokok pada remaja yang diberi judul “Rokok dan Remaja” dan setelah keluar ISBN buku ini dicetak. Buku ini membahas tentang jenis dan kandungan, peredaran dan pemasaran rokok, dampak rokok bagi kesehatan, remaja generasi perokok, program berhenti merokok dan manfaat berhenti merokok dan dampak produksi dan konsumsi rokok terhadap SDGS di Indonesia. Buku yang telah diserahkan kepada pihak sekolah ditempatkan di perpustakaan, agar santri dapat membaca buku tersebut. Kami sangat berharap semoga buku ini dapat bermanfaat menambah pengetahuan santri dan menggugah kesadaran santri sehingga santri tidak merokok.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan, pemasangan poster dan pemberian buku telah terlaksana dengan baik dan lancar. Kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan santri yang ditunjukkan dengan peningkatan rata-rata tingkat pengetahuan sebelum (*pre-test*) penyuluhan 10,00 menjadi 11,92 setelah (*post test*) penyuluhan. Poster telah terpasang di dinding pos kesehatan pesantren sehingga santri dapat melihat informasi terkait bahaya rokok secara berulang. Buku “Rokok dan Remaja” juga telah ditempatkan di perpustakaan para santri dapat membaca buku tersebut. Dengan 3 media yang digunakan ini tim berharap setelah kegiatan ini santri sadar akan bahaya besar dibalik rokok, santri termotivasi untuk tidak merokok dan benar-benar berperilaku tidak merokok.

Untuk keberlanjutan program ini diharapkan pihak pondok MTsS Pesantren Thawalib Padang menegakkan kawasan bebas rokok dan melakukan pengawasan yang ketat bagi siswa yang merokok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas yang telah mendanai kegiatan ini melalui pendanaan Fakultas Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Andalas. Selanjutnya terima kasih kepada pihak MTsS Thawalib Padang dan seluruh mitra yang telah bekerja sama dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Augia, Trisfa. 2022. Edukasi pencegahan dan penyalahgunaan napza di posyandu remaja anggun nan tongga, Kota Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, Vol 5 No 2 hal 168-177.
- Badan Litbangkes. 2015. Perilaku Beresiko Kesehatan Pada Pelajar SMP dan SMA di Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta
- Badan Litbangkes. 2018. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Infodatin Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. Hidup Sehat Tanpa Rokok. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Beberapa masalah yang muncul bagi remaja perokok. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-paru-kronik/page/14/beberapa-masalah-yang-muncul-bagi-remaja-perokok>.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020a. Infografis GYTS Jumlah Rokok Anak. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/infografis-gyts-terkait-jumlah-perokok-anak>
- Kementerian Kesehatan RI. 2020b. Infografis GYTS Akses Anak Terpapar Iklan Rokok. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. Available at : <https://promkes.kemkes.go.id/infografis-gyts-terkait-akses-anak-terpapar-iklan-rokok>
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Rineka Cipta, Jakarta.
- Susilowati, Dwi. 2016. Promosi Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Syafrawati dan Fardila, A. 2021. Edukasi kesehatan sadari untuk mencegah kanker payudara pada siswi SMAN 4 Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, Vol 4 No 2 hal 114-121.

- WHO SEARO. 2015. Global Youth Tobacco Survey (GYTS) 2014: Indonesia Factsheet. Available. at : https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/205147/ino_gyts_fs_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- WHO SEARO. 2020. Global Youth Tobacco Survey (GYTS) Lembar Informasi Indonesia 2019. Available at : [https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/indonesia-gyts-2019-factsheet-\(ages-13-15\)-\(final\)-indonesian-final.pdf?sfvrsn=b99e597b_2](https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/indonesia-gyts-2019-factsheet-(ages-13-15)-(final)-indonesian-final.pdf?sfvrsn=b99e597b_2)
- Yenti, M dan Mivtahurrahumah. 2021. Rokok dan Remaja. LPPM Unand, Padang.
- Yenti, Melisa. 2020. Upaya pencegahan penularan covid-19 melalui edukasi dan pemberian sembako pada kelompok rentan pangan di Nagari Koto Laweh, Kecamatan X Koto, Kabupaten Tanah Datar Tahun 2020. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, Vol 3 No 4. hal 365-371.