

Penyuluhan Bahaya Merokok Dan Dampak Merokok Bagi Kesehatan Di Madrasah Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru

Agus Alamsyah*, Christine Vita Gloria Purba, Bintang Najihan, Gusti Shanti Pratiwi,
Audya Fitri Handayani, Sofiya, Riche Al Safitri
Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru
email: agusa14@gmail.com

Abstract

Perilaku merokok dapat dilihat dari aspek yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan. Pada umumnya remaja perokok tidak menyadari bahaya kecanduan tembakau. Banyak faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada usia muda, antara lain kebiasaan merokok pada masa kanak-kanak yang berujung pada kebiasaan merokok pada usia dewasa, pengaruh lingkungan seperti orang tua atau teman yang merokok, kecanduan nikotin, kebiasaan hidup sehari-hari dan emosi seperti depresi, tekanan, dan kesepian. Tujuan dilaksanakannya pengabdian masyarakat guna meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok siswa di Madrasa Tsanawiyah Annajah. Metode yang di gunakan kegiatan ini adalah ceramah untuk memberikan penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok dan dampak merokok bagi kesehatan, sasarannya 25 siswa Madrasa Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru. Kegiatan ini dimulai dengan membuat perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, hingga penyusunan laporan. Hasil dilakukan setelah kegiatan penyuluhan dan pelatihan selesai dilakukan. Setelah penyuluhan dilaksanakan sasaran di berikan pertanyaan secara lisan, sasaran mampu memahami dan mengetahui informasi terhadap Bahaya Merokok.

Keywords: Bahaya Rokok, Dampak Rokok, Penyuluhan

Abstrak

Smoking behavior can be seen from the aspects of knowledge, attitudes and actions. In general, adolescent smokers are not aware of the dangers of tobacco addiction. Many factors influence smoking at a young age, including childhood smoking that leads to smoking in adulthood, environmental influences such as parents or friends who smoke, nicotine addiction, daily living habits and emotions such as depression, pressure, and loneliness. The purpose of carrying out community service is to increase knowledge about the dangers of smoking among students at Madrasah Tsanawiyah Az. The method used in this activity is lectures to provide health education about the dangers of smoking and the impact of smoking on health, the target is 25 students of Madrasa Tsanawiyah Annajah, Pekanbaru City. This activity begins with planning, implementing, evaluating, and preparing reports. The results are carried out after counseling and training activities have been completed. After counseling is carried out the target is given questions verbally, the target is able to understand and find out information about the Dangers of Smoking.

Kata Kunci: Danger of cigarette, Cigarette impact, Counseling

PENDAHULUAN

Rokok merupakan salah satu faktor risiko utama dari beberapa penyakit kronis yang dapat mengakibatkan kematian. Banyak penelitian sudah membuktikan bahwa merokok dapat meningkatkan risiko timbulnya berbagai penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Hal ini menunjukkan bahwa rokok merupakan masalah besar bagi kesehatan masyarakat.

Perilaku merokok merupakan masalah lingkungan dan individu. Artinya perilaku merokok selain disebabkan faktor dari dalam diri juga disebabkan oleh lingkungan^[1]. Indonesia merupakan salah satu Negara yang sejak dahulu sudah mengenal dengan yang namanya rokok. Kebiasaan merokok adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang masih sulit untuk

dihentikan. Pada sebagian masyarakat Indonesia merokok merupakan salah satu kebiasaan yang lazim dilakukan sampai saat ini dalam kehidupan sehari-hari mereka. Bahkan tidak hanya masyarakat Indonesia tetapi juga masyarakat di dunia.^[2]

Tembakau membunuh lebih dari 8 juta orang setiap tahun dan merusak lingkungan, yang selanjutnya membahayakan kesehatan manusia,

melalui penanaman, produksi, distribusi, konsumsi, dan limbah pasca-konsumsi. WHO mencatat 600 juta pohon ditebang dan 22 juta liter digunakan untuk membuat rokok. Penanaman, pembuatan, dan penggunaan tembakau meracuni air, tanah, pantai, dan jalan-jalan kota dengan bahan kimia, limbah beracun, puntung rokok, termasuk mikroplastik, dan limbah rokok elektronik. Dampak berbahaya dari industri tembakau terhadap lingkungan sangat luas dan semakin menambah beban pada sumber daya bumi yang semakin langka dan ekosistem yang rapuh^[3]

Kandungan Yang terdapat dalam rokok (tembakau) adalah Nikotin. Nikotin merupakan senyawa alkaloid utama dalam daun tembakau yang aktif sebagai insektisida, Nikotin diyakini dapat menjadi racun syaraf yang potensial dan digunakan sebagai bahan baku berbagai jenis insektisida. Pengaruh Nikotin ini sangat berbahaya, dijelaskan bahwa otak perokok memiliki aktivitas yang berbeda dengan Non perokok di daerah Ventral. Gangguan yang terjadi pada otak terkait dengan gangguan psikologis seperti cemas, Depresi/sedih, marah, gelisah, sulit berkonsentrasi, hingga perilaku kompulsif. Selain itu peningkatan Grey meter pada insula otak menimbulkan emosi tertentu dan memberi sensasi pada tubuh, sehingga mendorong terjadinya penurunan cara memverbalisasi emosi

Pada umumnya remaja perokok tidak menyadari bahaya kecanduan tembakau. Banyak faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada usia muda, antara

lain kebiasaan merokok pada masa kanak-kanak yang berujung pada kebiasaan merokok pada usia dewasa, pengaruh lingkungan seperti orang tua atau teman yang merokok, kecanduan nikotin, kebiasaan hidup sehari-hari dan emosi seperti depresi, tekanan, dan kesepian.

Perilaku merokok adalah aktivitas manusia, respon manusia terhadap rangsangan eksternal, yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok seseorang, dan dapat diamati secara langsung Merokok adalah membakar tembakau dan menghisapnya dengan sebatang rokok atau pipa Kebiasaan merokok remaja terkait erat dengan interaksi mereka, dan mereka sering ingin diterima oleh teman sebayanya dan tidak ingin merasa terasing. Beberapa alasan yang diberikan adalah, seperti musik pop dan bintang film, merokok dipandang sebagai trend.

Kebiasaan merokok pada anak usia sekolah di Indonesia lebih banyak terjadi pada siswa SMA, karena kelompok usia ini merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa Masa remaja merupakan masa kritis karena anak mengalami banyak perubahan, baik mental maupun fisik. Terjadi perubahan psikologis yang membingungkan remaja sehingga menyebabkan mereka mengalami perubahan suasana hati dan tekanan mental sehingga lebih mudah menyimpang dari aturan dan norma sosial yang berlaku di masyarakat Di Jakarta, sekitar 70,7% remaja memiliki pengetahuan yang rendah tentang rokok dan menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku merokok.

Selain itu, orang dewasa adalah simbol "otoritas" sehingga remaja melihat merokok sebagai cara untuk mengungkapkan ketidaksetujuan dan kemandirian Alasan lain remaja merokok adalah karena ada kepercayaan bahwa merokok itu santai dan salah satu cara untuk mengatasi stres.

Menurut data Badan Pusat Statistik Riau tahun 2019, pada penduduk usia 15 hingga 24 tahun angka merokok mencapai 18,53%, sedangkan angka merokok di Pekanbaru mencapai 15,82% kasus Merokok pada remaja khususnya menjadi perhatian saat ini. Mengingat akan bahayanya zat-zat yang terkandung dalam sebatang rokok yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan.

Berdasarkan uraian di atas maka tim Program Studi kesehatan universitas Hang Tuah Pekanbaru melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Bahaya Merokok dan dampak asap rokok bagi kesehatan di madrasah Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru. Tujuan kegiatan ini agar siswa di madrasah Tsanawiyah Annajah memahami upaya pencegahan bahaya merokok, mensosialisasikan kepada keluarga terdekat, teman sebaya dan masyarakat. Metode dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok, sasarannya 25 siswa di madrasah Tsanawiyah Annajah.

METODE PENGABDIAN

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, adalah sebagai berikut:

1. Menghubungi pihak sekolah Madrasah Tsanawiyah Annajah Pekanbaru sebagai tempat pengabdian masyarakat. Tim penyuluhan melakukan komunikasi dan mengkonfirmasi untuk meminta izin dalam melakukan kegiatan pengabdian ini. Selanjutnya tim akan meminta kepada pengurus kesiswaan madrasah Tsanawiyah Annajah Pekanbaru untuk mengumpulkan kelompok sasaran pengabdian. Disamping itu tim pengabdian juga memasukkan surat izin pengabdian kepada pihak sekolah Madrasah Tsanawiyah Annajah Pekanbaru sebagai bentuk taat administrasi dalam kegiatan pengabdian di lapangan agar nanti tim juga mendapatkan surat balasan (surat bukti)

setelah kegiatan pengabdian yang telah dilakukan.

2. Identifikasi masalah yang terjadi di tempat pengabdian masyarakat. Tim akan melakukan identifikasi masalah apa yang sedang buming, dan tim pengabdian akan memprioritaskan masalah-masalah apa saja yang akan diberikan intervensi sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat dan serta tetap Berkomunikasi dengan dosen pengampu untuk mendapatkan Arahan.

3. Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, menyiapkan materi, dan segala keperluan selama penyuluhan.

4. Melaksanakan kegiatan penyuluhan dan Kegiatan penyuluhan akan dilakukan oleh tim pengabdian (mahasiswa semester 6 peminatan epidemiologi prodi kesehatan masyarakat Universitas Hangtuah Pekanbaru). Kegiatan penyuluhan akan diberikan hanya pada siswa Madrasah Tsanawiyah Annajah Pekanbaru.

5. Evaluasi hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat (peserta penyuluhan diberikan pertanyaan secara lisan untuk mengevaluasi kegiatan yang sudah dilakukan. Evaluasi bertujuan untuk melihat apakah ada perubahan dari dalam diri sasaran setelah tim pengabdian melakukan penyuluhan tentang bahaya merokok dan dampak merokok bagi kesehatan.

6. Apakah kelompok sasaran sudah paham mengenai bahaya merokok dan dampak merokok bagi kesehatan, apakah sasaran penyuluhan sudah bisa menerapkan dikemudian hari mengenai bahaya merokok dan menjauhi rokok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan penyuluhan berjumlah 23 siswa/siswi Madrasah Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru. absen menggunakan

Lembaran kertas, adapun peserta yang mengikuti penyuluhan 25 orang adalah kelas 8 (delapan), sebagian besar berusia 14 tahun.

Usia siswa Madrasa Tsanawiyah Annajah berkisar 12-18 tahun adalah periode penemuan diri dan kepekaan rasa sosial. Pada masa ini kepribadian harus dikembangkan sepenuhnya dan harus sadar akan keharusan-keharusan. Kenyataan adanya siswa yang merokok tentu membuat keprihatinan, siswa merupakan anak-anak bangsa yang diharapkan kelak menjadi generasi penerus. Jika sejak dini remaja sudah diracuni oleh rokok, maka hal ini akan berpengaruh tidak hanya pada keadaan fisik tetapi juga mental.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan bahaya merokok pada remaja diantaranya pembukaan oleh Moderator terlihat pada gambar 1 dibawah ini.



Gambar 1. Pembukaan Moderator



Gambar 2. Pembagian Leaflet

Pembagian leaflet bahaya merokok dan dampak asap rokok kepada siswa Madrasa Tsanawiyah Annajah pada gambar 2.

dilanjutkan dengan pemaparan materi bahaya merokok dan dampak asap rokok bagi kesehatan. Pada gambar 3



Gambar 3. Penyampaian Materi

Pada gambar 3 merupakan pemaparan materi yang berisikan tentang pengertian dan jenis rokok yang beredar di Indonesia, komposisi zat berbahaya yang terkandung dalam rokok dan faktor yang mendorong remaja untuk merokok, cara menghindari merokok, manfaat berhenti merokok, cara dan langkah – langkah berhenti merokok.



Gambar 4. Pemberian cendra mata

Pemberian cendera mata bagi siswa yang bisa menjawab pertanyaan yang di ajukan oleh tim , pertanyaan tersebut berisikan tentang :

Pertanyaan 1: Upaya sederhana apa yang harus dilakukan jika keinginan merokok timbul lagi?

pertanyaan 2 :Organ tubuh apa saja yang bisa rusak karena kebiasaan merokok?

pertanyaan 3 :berapa banyak zat kimia yang terkandung dalam rokok dan apa bahaya asap rokok bagi lingkungan yang berada disekitarnya?

Berdasarkan pertanyaan di atas siswa mampu memahami dan mengerti materi yang telah di sampaikan oleh tim penyuluhan.

hasil kegiatan yang dilakukan pengetahuan siswa tentang merokok sudah ada peningkatan tentang pengetahuan perilaku bahaya merokok. Kegiatan ini dihadiri oleh sebanyak 25 orang siswa di Madrasa Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru. Dimana dalam pelaksanaan siswa antusias menanyakan tentang bahaya merokok dan bagaimana cara menghentikan merokok. Hasil yang didapatkan bahwa siswa banyak yang tau tentang informasi tentang bahaya tapi sulit untuk menghentikannya. Oleh karena itu Tim memberikan ilmu pengetahuan tentang cara untuk menghentikan merokok. Tim juga memberikan video bahaya merokok sehingga diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan siswa terhadap dampak merokok kedepannya. Media lain yang diberikan adalah dalam

bentuk leaflet kepada semua siswa yang menghadiri kegiatan penyuluhan. Sebagaimana diketahui, Asap rokok mengandung ribuan bahan kimia diantaranya banyak zat beracun dan bersifat karsinogenik yang bisa tinggal di suatu permukaan. Bila terpapar dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan meningkatkan resiko kanker, serangan asma, masalah paru – paru, infeksi tenggorokan dan mata.



Gambar 5. Peserta penyuluhan

SIMPULAN

Pada dasarnya siswa Madrasa Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru sudah mengetahui bahaya merokok. Sebetulnya hal ini merupakan modal awal yang baik dalam mengarahkan perilaku siswa-siswi agar tidak membiasakan diri untuk merokok. Namun rupanya kondisi ini tidak cukup untuk membentuk perilaku siswa soal kebiasaan merokok. Maka salah satu solusinya adalah mengontrol siswa-siswi agar tidak terjebak pada lingkungan yang dapat merusak kesehatan bahkan akhlak siswa Madrasa Tsanawiyah Annajah Kota Pekanbaru

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada seluruh guru dan siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan kesehatan, universitas Hang Tuah Pekanbaru yang telah memfasilitasi kegiatan serta Tim , dosen dan Mahasiswa yang ikut mendukung.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] U. Pratama, M. Yusuf, O. Sativa, A. Nurdin, K. Riski, and R. Phonna, "Penyuluhan Kesehatan Bahaya Merokok Pada Remaja Di Gampong Bak Buloh Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar," *J. Pengabdi. pada Masy.*, vol. 4, no. 4, pp. 281–287, 2022.
- [2] D. I. M. Yahya, Sahira Ristaria Jahra, S. Rukmiyati, and Budiastuti, "Edukasi Mengenai Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan Pada Remaja Rt 01 Rw 04 Jombang Kota Tangerang Selatan Tahun 2022," *Semin. Nas. Pengabdi. Masy. LP UMJ*, pp. 1–6, 2022.
- [3] K. Lingkungan, "Daftar," 2022.
- [4] Ikaliani Br Sembiring. 2020. Skripsi. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Desa Kuta Gugung Kecamatan Naman Teran.
- [5] Prihatiningsih, D., Devhy, N. L. P., Purwanti, I. S., Bintari, N. W. D., & Widana, A.G.O. (2020). Penyuluhan bahaya rokok untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan di smp tawwakal denpasar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 50-58.