
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT PENYULUHAN TENTANG “BAHAYA ROKOK TERHADAP KESEHATAN” DI SMP NEGERI 8 BINJAI ESTATE

Ade Irma Triana Siregar¹⁾, Sulthon Aulia²⁾, Sari Handayani³⁾

¹⁾²⁾³⁾ Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai

¹⁾ adesiregar792@gmail.com, ²⁾ msulthon56@gmail.com, ³⁾ sariketarenketaren@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku merokok merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan berbagai penyakit bahkan kematian. Perokok berisiko 2-4 kali lebih besar terkena penyakit jantung koroner dan berisiko lebih tinggi untuk kematian mendadak. Merokok juga menimbulkan dampak negatif bagi perokok pasif, perokok pasif menghisap zat yang terkandung dalam asap rokok lebih banyak dari pada perokok aktif, perokok pasif menghisap 2 kali lebih banyak nikotin, 5 kali lebih banyak karbon monoksida, 3 kali lebih banyak tar, dan 50 kali lebih zat kimia yang berbahaya bagi kesehatan. Program Pengabdian kepada Masyarakat kali ini bertujuan untuk melakukan Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan pada siswa/i SMP Negeri 8 Binjai, dengan mengadakan penyuluhan tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan dengan harapan pengetahuan para siswa/i meningkat tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan. Kami juga menempelkan poster di mading sekolah dan pemberian booklet yang berisikan pencegahan Rokok Terhadap Kesehatan. Kegiatan Pengabdian ini mendapatkan respon yang baik dari guru dan juga siswa SMPN 8 Binjai. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok. Sebelum diberikan penyuluhan, dari 20 siswa hanya 8 siswa yang mampu menjawab pertanyaan tentang bahaya merokok bagi kesehatan dan setelah diberikan penyuluhan hampir semua siswa (90 %) sudah mengetahui tentang bahaya merokok bagi kesehatan.

Keywords: Perilaku merokok, Bahaya, Siswa/i SMP

PENDAHULUAN

Rokok membunuh lebih dari 8 juta orang setiap tahun. Sebanyak 7 juta orang meninggal merupakan perokok aktif, sedangkan 1,2 juta sisanya merupakan perokok pasif. Hal ini tak mengherankan, pasalnya dalam sebatang rokok, terkandung lebih dari 7000 bahan kimia dengan 250 diantaranya membahayakan kesehatan. dari 250 zat berbahaya tersebut, sejumlah 70 zat diketahui zat berbahaya tersebut, dapat menyebabkan kanker. WHO pada 2020, rokok membunuh lebih dari 8 juta orang setiap tahun. Sebanyak 7 juta orang meninggal merupakan perokok aktif, sedangkan 1.2 juta sisanya merupakan perokok pasif. Hal ini tak mengherankan. Pasalnya dalam sebatang rokok, terkandung lebih dari 7.000 bahan kimia dengan 250 di antaranya membahayakan kesehatan. Dari 250 zat berbahaya tersebut, sejumlah 70 zat diketahui dapat menyebabkan kanker. Besarnya bahaya kandungan rokok bisa dilihat dari banyaknya senyawa yang ada di dalam asap rokok. Di dalam asapnya saja, setidaknya ada sekitar 5.000 senyawa berbeda dan sebagian bersifat racun bagi tubuh. Kandungan rokok yang bersifat racun tersebut berpotensi merusak sel-sel tubuh. Selain itu, senyawa dalam asap rokok juga bersifat karsinogenik alias memicu kanker. Di dalam rokok, terdapat 250 jenis zat beracun dan 70 jenis zat yang diketahui bersifat karsinogenik.

Kandungan tersebut berasal dari bahan baku utama rokok, yaitu tembakau. Rokok merupakan salah satu zat adiktif yang bila digunakan dapat mengakibatkan bahaya bagi kesehatan individu dan

* Corresponding author



This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

masyarakat. Lebih dari 70.000 artikel ilmiah telah membuktikan secara tuntas bahwa konsumsi rokok dan paparan terhadap asap rokok berbahaya bagi kesehatan dan menyebabkan kematian. Di dalam produk tembakau terbakar terutama rokok, terdapat lebih dari 4.000 zat kimia berbahaya, diantaranya adalah nikotin yang bersifat adiktif (dapat menyebabkan ketergantungan) dan tar yang bersifat karsinogenik. Perilaku merokok merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan berbagai penyakit bahkan kematian. Perokok berisiko 2-4 kali lebih besar terkena penyakit jantung koroner dan berisiko lebih tinggi untuk kematian mendadak. Merokok juga menimbulkan dampak negatif bagi perokok pasif, perokok pasif menghisap zat yang terkandung dalam asap rokok lebih banyak dari pada perokok aktif, perokok pasif menghisap 2 kali lebih banyak nikotin, 5 kali lebih banyak karbon monoksida, 3 kali lebih banyak tar, dan 50 kali lebih zat kimia yang berbahaya bagi kesehatan. Rokok merupakan salah satu zat adiktif yang bila digunakan dapat mengakibatkan bahaya bagi kesehatan individu dan masyarakat. Lebih dari 70.000 artikel ilmiah telah membuktikan secara tuntas bahwa konsumsi rokok dan paparan terhadap asap rokok berbahaya bagi kesehatan dan menyebabkan kematian. Di dalam produk tembakau terbakar terutama rokok, terdapat lebih dari 4.000 zat kimia berbahaya, diantaranya adalah nikotin yang bersifat adiktif (dapat menyebabkan ketergantungan) dan tar yang bersifat karsinogenik. Perilaku merokok merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan berbagai penyakit bahkan kematian. Perokok berisiko 2-4 kali lebih besar terkena penyakit jantung koroner dan berisiko lebih tinggi untuk kematian mendadak. Merokok juga menimbulkan dampak negatif bagi perokok pasif, perokok pasif menghisap zat yang terkandung dalam asap rokok lebih banyak dari pada perokok aktif, perokok pasif menghisap 2 kali lebih banyak nikotin, 5 kali lebih banyak karbon monoksida, 3 kali lebih banyak tar, dan 50 kali lebih zat kimia yang berbahaya bagi kesehatan.

METODE PENGABDIAN

Data yang diperoleh merupakan data kesehatan Siswa/i yang meliputi: tekanan darah, umur, jenis kelamin. Data sekunder ini diolah dengan menggunakan data demografi sehingga didapat gambaran Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan pada Siswa/i SMPN 8 Binjai. Laporan kegiatan ini terdiri dari ; a. persiapan, b. pelaksanaan, c. penyuntingan laporan hasil pemeriksaan kondisi umum siswa/i terkait : umur, jenis kelamin serta pemberian atau penyebaran booklet sosialisasi Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan pada siswa/i, d. pembahasan dan pengolahan data hasil pemeriksaan, e. tindak lanjut kegiatan berkala dan f. luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Persiapan

Persiapan dilakukan beberapa tahap :

- **Koordinasi dengan SMPN 8 Binjai**

Koordinasi dengan SMPN 8 Binjai telah berlangsung sejak tahun 2023 dengan ditandatangani surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan pembinaan keluarga siswa/i dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM) Siswa/i SMPN 8 Binjai kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas siswa/i, maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan keluarga siswa/i secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.



- Koordinasi dengan pengurus organisasi Siswa/I SMPN 8 Binjai

- a. Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Ketua dan pengurus Siswa/I SMPN 8 Binjai untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada Siswa/I. Berdasarkan hasil pembicaraan dalam persiapan dengan ketua dan pengurus organisasi Siswa/I SMPN 8 Binjai, maka disepakati untuk diadakan kegiatan sosialisasi Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan pada Siswa/I dengan cara melaksanakan penyuluhan.
- b. Waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah hari Rabu, 09 Maret 2023 pukul 10.00 WIB-11.00WIB.

- Persiapan tim

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik, masing-masing anggota mendapatkan penugasan persiapan. Untuk aspek akademik, dibagi menjadi dua kelompok, antara lain:

- c. Kelompok penyuluhan
Kelompok penyuluhan bertanggung jawab menyusun dan menyampaikan materi penyuluhan dan booklet yang berisi sosialisasi tentang penyebab serta potensi serta Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan yang akan terjadi dan panduan pencegahan (terlampir).

- Pelaksanaan

Penyuluhan dilaksanakan tanggal Rabu, 09 Maret 2023 di SMPN 8 Binjai. Acara dimulai pada pukul 10.00 WIB.

Pengumpulan data sekunder hasil pemeriksaan kondisi umum Siswa/I

Data tentang kondisi umum Siswa/I di SMPN 8 Binjai diambil berdasarkan hasil pemeriksaan rutin bulan Maret 2022, yang terdiri dari: jenis kelamin, umur merupakan faktor pemicu Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan pada Siswa/I.

- Tindak Lanjut Kegiatan

Sesuai dengan rencana, pada Rabu, 09 Maret 2023 tim melakukan evaluasi hasil serta tanggapan atau respon ataupun kondisi Siswa/I beserta guru yang bersedia untuk mengetahui adanya perkembangan situasi dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan

REALISASI KEGIATAN

Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada siswa tentang bahaya merokok bagi kesehatan sangatlah penting. Karena anak-anak sekarang dengan adanya pergaulan diluar sekolah ataupun diluar lingkungan rumah, membuat mereka mudah mengikuti arus yang menurut mereka baik, padahal itu adalah sesuatu yang bisa membahayakan kesehatannya. Selain peran orang tua dirumah, peran dari guru terutama guru bidang kesiswaan, bidang konseling juga sangat penting dalam mengawasi perilaku siswa untuk tidak merokok dilingkungan sekolah. Berbagai dampak dan bahaya merokok sebenarnya sudah dipublikasikan kepada masyarakat. Dalam rokok terkandung tidak kurang dari 4.000 zat kimia beracun. Setiap tahunnya angka kematian di dunia mencapai 5.000.000 orang diakibatkan berbagai penyakit yang disebabkan rokok, seperti kanker paru-paru dan penyakit jantung (Jaya, 2009; Hidayanti 2016). Banyak anak-anak usia sekolah yang sudah merokok. Remaja cenderung mempunyai perilaku merokok disebabkan karena pergaulan remaja



lebih luas dan sering menghabiskan waktu bersama teman-teman (Haisusy 2019). Berbagai fakta mengungkapkan bahwa bila semakin banyak remaja yang merokok, maka semakin besar kemungkinan teman-teman adalah perokok dan demikian sebaliknya (Aryani, 2010; Nurmiyanto 2013). Remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang besar. Karena masa remaja adalah masa dimana seseorang masih mencari jati dirinya dan labil terutama terhadap pengaruh lingkungan (Rochaniningsih 2014). Remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah. (Nurmiyanto & Rahmani, 2013). Agar anak-anak usia sekolah lebih memahami dari bahaya merokok, pendidikan kesehatan merupakan upaya atau pembelajaran kepada anak-anak agar mereka mau melakukan tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Melaksanakan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan Kesehatan Bahaya Merokok Bagi Kesehatan di SMPN 8 Binjai merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam mengetahui tentang bahaya merokok tersebut.

Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai kembali melakukan pengabdian kepada masyarakat di SMP Negeri 8 Binjai yang memang merupakan daerah binaan khususnya masalah kesehatan. Program Pengabdian kepada Masyarakat kali ini bertujuan untuk melakukan Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan pada siswa/i SMP Negeri 8 Binjai, dengan mengadakan penyuluhan tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan dengan harapan pengetahuan para siswa/i meningkat tentang Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan. Kami juga menempelkan poster di mading sekolah dan pemberian booklet yang berisikan pencegahan Rokok Terhadap Kesehatan. Respon positif dari para siswa/i dengan banyak pertanyaan yang mereka masih butuhkan seputar masalah Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan serta masalah kesehatan secara umum. Kami merespon hal ini untuk dapat berdiskusi dan menjawab pertanyaan seputar masalah kesehatan Siswa/i. Laporan ini dibuat dengan sebenarnya, agar dapat memberikan gambaran yang menyeluruh mengenai Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan yang ada pada Siswa/i SMPN 8 Binjai. Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah penyuluhan dan pendidikan kesehatan berupa ceramah tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Sebelum melakukan penyuluhan pelaksana memberikan bina suasana kepada siswa agar mereka mau mendengarkan dan menerima penyuluhan tersebut. Sebelum memberikan penyuluhan dilakukan pretest untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran/ siswa tersebut mengenai pentingnya mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan.

Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah penyuluhan dan pendidikan kesehatan berupa ceramah tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Sebelum melakukan penyuluhan pelaksana memberikan bina suasana kepada siswa agar mereka mau mendengarkan dan menerima penyuluhan tersebut. Sebelum memberikan penyuluhan dilakukan pretest untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran/ siswa tersebut mengenai pentingnya mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan. Dari 20 orang siswa, hanya 6 orang yang mampu menjawab soal pretest dengan benar. Tetapi setelah dilakukan penyuluhan atau pemberian informasi mengenai bahaya merokok, hasil posttest hampir semua (90%) siswa bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa SMPN 8 Binjai tentang bahaya merokok bagi kesehatan.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian ini mendapatkan respon yang baik dari guru dan juga siswa SMPN 8 Binjai. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok. Sebelum diberikan penyuluhan, dari 20 siswa hanya 8 siswa yang mampu menjawab pertanyaan tentang bahaya merokok bagi

kesehatan dan setelah diberikan penyuluhan hampir semua siswa (90 %) sudah mengetahui tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Kepada pihak sekolah agar dapat memberikan bimbingan serta pengawasan kepada siswa agar mereka bisa menjaga perilaku yang baik dan benar terutama dalam hal menjaga perilaku dengan tidak merokok. Diharapkan juga kepada pihak sekolah untuk memberikan kegiatan ekstrakurikuler, agar siswa-siswi SMPN 8 Binjai aktif dalam kegiatan-kegiatan positif sehingga dengan begitu perilaku siswa yang tidak sehat akan berkurang.

REFERENSI

CDC. (2012). A Report of the Surgeon General Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: We Can The Next Generation Tobacco Free. USA: Center for Disease Control and Prevention Office on Smoking and Health.

Riskesdas, (2010). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.

Riskesdas, (2013). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.

WHO, (2015). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report, 2014. New Delhi: World Health Organization, Regional Office for South-East Asia.

WHO, (2016). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, Diakses 1 Februari, 2017. Available from: <http://www.who.int/tobacco/mpower/en/index.html>.

<https://www.studocu.com/id/document/ssekolah-menengah-atas-negeri-10-fajar-harapan/bahasa-indonesia/makalah-bahaya-rokok-aisyah-rahmasari-xi-mia-5/32166036>

Nurmiyanto & Rahmani, (2013).

Rochaniningsih, (2014)

Haisusyi, (2019)

Jaya, 2009; Hidayanti, (2016).

Aryani, 2010; Nurmiyanto, (2013)..

