



Pendampingan Program Berhenti Merokok pada Remaja di SMKS Kecamatan Padakembang Kabupaten Tasikmalaya

Dadi Hamdani¹, Andan Firmansyah¹, Elis Roslianti¹, Ade Fitriani¹, Henri Setiawan¹,
Dedi Supriadi¹, Asep Gunawan¹, Fuzti Fauzia², Nur Hidayat¹, Suhanda¹

¹STIKes Muhammadiyah Ciamis, Indonesia

²As-Shofa Medika dpp dr Fuzti fauzia, Indonesia

Correspondence author: Dadi Hamdani

Email: dihamni92@gmail.com

Address : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 20 Ciamis, West Java 46216 Indonesia, [Telp. 085794610828](tel:085794610828)

Submitted: 10 Nov 2023, Revised: 30 Nov 2023, Accepted: 20 Des 2023, Published: 31 Des 2023

DOI: doi.org/10.52221/daipkm.v1i2.387

 Daarul Ilmi is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Background: Deaths caused by smoking are very worrying, in the world as many as 225,700 people die from tobacco every year according to WHO in 2020 (Abdulateef, 2016; Alinaggar, 2011). Tobacco use in Indonesia aged over 15 years. It has increased again from the previous year, namely 28.96% (Alamsyah, 2017; Binita, 2016), and is still dominated by men at 7.14% Alamsyah, (21017). Smoking habits in teenagers due to misunderstanding of information, influence of advertising and influence of friends. In society, smoking is a measure of maturity level so teenage boys follow this behavior. The beginning of smoking behavior is caused by a community environment where the majority smoke and the invitation of friends to smoke (Huriyati, 2016; Izzati, 2016).

Methods: participatory training and role-play are the methods used, starting from community formation, namely optimizing the role of cadres in the smoking cessation program. The next stage is education about smoking and training for administrators and cadres to stop smoking. The final stage is a follow-up to the smoking cessation program which will be carried out independently by cadres and evaluations carried out regularly by cadres.

Results: Participants' knowledge about smoking was very diverse. During the activity, the participants had a high motivational interest. The enthusiasm of the counseling participants is a very good start to increasing insight. The level of knowledge of participants increased by up to 40% after the outreach activities were carried out.

Conclusion: Providing counseling can increase students' knowledge about quitting smoking by 40% based on the results of the pre-test and post-test. The formation of a community smoking cessation program consisting of young students who volunteer to accompany their friends to quit smoking.

Keywords: smoking cessation assistance, teenagers.

Latar Belakang

Kematian yang diakibatkan oleh merokok sangat memprihatinkan, di dunia sebanyak 225.700 orang setiap tahunnya meninggal akibat tembakau menurut WHO tahun 2020 (Abdulateef, 2016; Alinaggar, 2011). Penggunaan tembakau di Indonesia masih tergolong tinggi di kalangan dewasa dan remaja. Presentase perokok di Indonesia dengan usia di atas 15 tahun. Kembali meningkat dari tahun sebelumnya yaitu 28,96% dan masih didominasi oleh laki-laki sebanyak 7,14% (Alamsyah, 2017; Binita, 2016). Prevalensi remaja perokok aktif di Indonesia tercatat sebesar 18.8% (GYTS 2019) dan meningkat menjadi 22.04% (BPS, 2022).

Masalah risiko penyakit akibat rokok tidak hanya terjadi pada perokok aktif, namun juga pada perokok pasif atau second-hand smoke. Menurut Global Youth Tobacco Survey (GYTS) 2019, terdapat 57.8% remaja yang terpapar asap rokok di rumah, dan 67.2% remaja terpapar asap rokok di tempat umum yang terbuka. Perilaku merokok dikaitkan dengan jenis kelamin, usia, status pekerjaan, tingkat pendidikan, status ekonomi, daerah tempat tinggal, akses media, remaja dengan orang tua yang merokok lebih berisiko berperilaku merokok serta kurangnya pengetahuan mengenai dampak yang ditimbulkan oleh merokok (Hasanah, 2011).

Survei pada remaja di tempat yang akan dilakukan pendampingan sekitar 15% sebagai perokok aktif. Kebiasaan merokok pada remaja karena kesalahpahaman informasi, pengaruh iklan dan pengaruh teman. Dalam lingkungan masyarakat, merokok adalah tolak ukur tingkat kedewasaan sehingga remaja laki-laki mengikuti perilaku tersebut. Awal mula perilaku merokok disebabkan oleh lingkungan masyarakat yang mayoritas merokok dan ajakan teman untuk merokok (Huriyati, 2016).

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan hasil bahwa 43 orang remaja mengetahui tentang rokok dan diantaranya terdapat 24 orang yang merokok. Hasil pengetahuan rokok sangat terbatas, hanya sekedar mengetahui bahwa rokok tidak baik untuk kesehatan, namun tidak memiliki pengetahuan yang luas akan bahaya rokok.

Tujuan

Adapun tujuan dan kegiatan dari pengabdian ini untuk memberikan pendidikan terhadap remaja tentang bahayanya merokok, pendampingan untuk program berhenti merokok, serta membentuk kader berhenti merokok.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui sinergi antara STIKes Muhammadiyah Ciamis dengan SMKS Kecamatan Padakembang Kabupaten Tasikmalaya. Pelaksanaan kegiatan oleh dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis. Kegiatan dilakukan selama satu (1) bulan yaitu bulan September-Oktober 2023. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan dengan melakukan observasi untuk mendapatkan gambaran dan informasi terkini terkait remaja koordinasi berbagai pihak untuk mendapatkan data primer dan sekunder. Data primer dilakukan dengan wawancara, sedangkan data sekunder diperoleh dari Admin SMKS. Tahap persiapan dilanjutkan dengan perumusan rencana kerja dan sosialisasi kepada pihak terkait. Tahapan kedua dengan pembentukan komunitas yaitu mengoptimalkan peran kader dalam program berhenti merokok. Tahapan ketiga dengan penyuluhan tentang merokok dan pelatihan pengurus dan kader berhenti merokok. Tahapan terakhir yaitu tindak lanjut program berhenti merokok yang akan dilaksanakan mandiri oleh kader serta evaluasi yang dilakukan rutin oleh kader.

Hasil

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat diawali dengan rapat koordinasi antara tim pelaksana membahas tentang program kerja pendampingan berhenti merokok pada remaja. Langkah awal dengan mengajukan perijinan dan serta persiapan. Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 24 orang peserta yang terdiri dari remaja. Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat adalah *participatory training* dan *role play*. Materi tentang pengertian rokok, kandungan rokok, serta bahaya yang ditimbulkan dari perokok aktif dan pasif disampaikan oleh Dosen. peserta selama mengikuti kegiatan terlihat aktif saat diskusi serta tanya jawab. Berdasarkan hasil pengamatan selama proses pengabdian masyarakat diketahui peserta mampu memahami seluruh materi yang disampaikan. Evaluasi hasil yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini melalui pre-test dan post- test oleh peserta mengenai materi yang disampaikan. Pengetahuan peserta tentang merokok sangat beragam. Selama kegiatan berlangsung para peserta memiliki minat motivasi yang tinggi. Antusiasme peserta penyuluhan ini merupakan awalan yang sangat bagus untuk meningkatkan wawasan. Tingkat pengetahuan peserta bertambah hingga 40% setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan. Tentunya ini menjadi hal yang sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini telah berhasil meningkatkan

pengetahuan peserta tentang program berhenti merokok pada remaja, cara pencegahan dan pengobatan bagi seorang pecandu rokok. Kegiatan ini menjadi langkah awal untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap kesehatan. Program penyuluhan tersebut ternyata juga mampu membuat suasana akrab antara remaja dalam satu tujuan yang sama.

Diskusi

Program berhenti merokok yang dilakukan berupa pendampingan dan penyuluhan melihat tingkat pengetahuan yang masih rendah sehingga perlu adanya paparan materi lebih detail tentang rokok dan perilaku merokok yang merugikan. Perilaku merokok siswa dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, uang saku, peran orang tua dalam membentuk sikap anak dan dorongan teman sebaya (Mayara, 2016; Hamdani, 2023). Pengetahuan berperan sebagai faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku dan hasil penelitian ini pengetahuan pada siswa sekolah menengah atas di Kota Padang berada pada kategori rendah (62.3%) perlu adanya sosialisasi tentang rokok (Mayara, 2016). Untuk mewujudkan program berhenti merokok, tentu saja ada faktor yang memudahkannya. Kekuatan pikiran sangat menentukan perilaku. Adanya niat, tekad, kemauan, dan perubahan perilaku yang mendasari untuk berhenti merokok Oleh karena itu sebagai fasilitator dalam pendampingan ini, dorongan dan motivasi untuk menanamkan mindset agar remaja dapat berhenti merokok selain meningkatkan pengetahuan.

Pesan yang disampaikan dalam Program Pendampingan Berhenti Merokok Pada Remaja ini adalah sebuah informasi agar remaja memahami tentang perokok, penyebab remaja merokok, faktor risiko bagi perokok aktif maupun pasif, efek samping rokok secara umum, efek samping rokok bagi perokok aktif maupun perokok pasif, kecanduan rokok, masalah yang muncul bagi pelajar perokok, pengobatan, metode berhenti merokok serta manfaat berhenti merokok. Teknik komunikasi saat penyuluhan menjadi peran penting dalam membantu siswa untuk memahami materi yang disampaikan (Hamdani, 2023).



Gambar 1. Foto Kegiatan Penyuluhan program berhenti merokok

Penyuluhan kesehatan merupakan bentuk pendidikan non formal yang bertujuan untuk menyampaikan informasi penting pada remaja terutama pelajar guna meningkatkan pemahaman dalam bidang kesehatan. Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya rokok sehingga diharapkan juga mempengaruhi perilaku remaja untuk bisa berhenti merokok (Ratna, 2018). Sifat penyuluhan yang non formal memudahkan untuk dilakukan dimana saja dan kapan saja, tidak memiliki kurikulum yang pasti, karakteristik peserta yang beragam, tidak ada sanksi yang pasti, tetapi menjadi momen kekeluargaan karena penyaji dapat lebih akrab dengan peserta, sehingga materi yang disajikan lebih mudah diterima. Metode penyuluhan dilakukan dengan pendekatan secara kelompok yaitu pertemuan dengan sekelompok sasaran remaja (siswa) yang dilakukan pada waktu yang sama.



Gambar 2. Foto Kegiatan pembentukan kader berhenti merokok

Pembentukan komunitas yang berperan dalam program berhenti merokok juga merupakan langkah agar remaja mempunyai kader internal yang bertanggung jawab sesuai

tugasnya. Kelembagaan Berhenti Merokok bersifat fleksibel secara strukturnya tergantung kebutuhan, dengan ketentuan terdiri dari ketua, sekretaris, bendahara dan anggota. Kader ini berguna untuk mendampingi perjalanan remaja yang mengikuti program berhenti merokok. Pelatihan kader komunitas dengan metode role play dengan mempraktikkan cara konseling pada siswa yang ingin berhenti merokok. Kegiatan pelatihan dengan role play memudahkan peserta memahami dan melakukan step- step konseling untuk membantu klien berhenti merokok serta meningkatkan pengetahuan keterampilan kader sebesar 7% (Riska, 2012) Evaluasi dilakukan dengan rapat koordinasi yang rutin dilakukan oleh pengurus dan evaluasi program dilakukan setidaknya minimal sebanyak dua (2) kali. Metode pendampingan ini juga memberikan pembelajaran manajemen terhadap osis dalam mengelola kelompok, hal ini sesuai kajian terdahulu bahwa pendampingan dapat memberikan perbaikan manajemen mitra terutama terkait dengan administrasi pembukuan, dan sarana prasarana (Arif, 2021).

Kesimpulan

Pemberian penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan siswa untuk berhenti merokok sebesar 40% berdasarkan hasil pre test dan post test. Terbentuk komunitas program berhenti merokok yang terdiri dari remaja siswa yang sukarela ingin mendampingi temannya untuk berhenti merokok.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada STIKes Muhammadiyah Ciamis yang telah mendanai kegiatan pendampingan program berhenti merokok pada remaja, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat STIKes Muhammadiyah Ciamis yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

Daftar Pustaka

Abdulateef, Darya Saeed., Ali, Azheen Jamil., Abdulateef, Darwan Saeed dan Mohesh, Glad. (2016). Smoking Knowledge, Attitude, and Practices Among Health Care Professionals from Sulaymaniyah City/Iraq. *Freedom to Research*. Libertas Academica.

Al-Naggar, R.A., Al-Dubai, S.A., Al-Naggar, H.T., Chen, R., Al-Jashamy, K., (2011). Prevalence and Associated Factors of Smoking among Malaysia University Students. *Asian Pacific J Cancer Prev*. 12(3):619-624.

- Alamsyah, A, dan Nopianto. (2017). Determinan Perilaku Merokok pada Remaja. *Journal Endurance*, 2(3).
- Binita, A.M., Istiarti, V.T., dan Widagdo, L. (2016). Hubungan Persepsi Merokok dengan Tipe Perilaku Merokok pada Siswa SMK "X" di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(5): 268 – 276.
- Cahyo, K., Wigati, P. A., Shaluhyah, Z. (2012). Rokok, Pola Pemasaran dan Perilaku Merokok Siswa SMA/Sederajat di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 11(1): 75-84.
- Egbe, Catherine O., Petersen, Inge dan Weitz, Anna Menyer. (2016). Knowledge of the Negative Effects of Cigarette Smoking on Health and Well-Being among Southern Nigerian Youth. *International Journal of Social Science and Humanity*, 6(3).
- Hasanah, A. U., dan Sulastri. (2011). Hubungan antara Dukungan Orang Tua, Teman Sebaya dan Iklan Rokok dengan Perilaku Merokok pada Siswa Laki-Laki Madrasah Aliyah Negeri 2 Boyolali. *GASTER*, 8(1): 695-705.
- Huriyati, & Hidayah, N. (2016). Krisis Identitas Pada Remaja, *Jurnal saga media* 10(1): 49-62.
- Izzati, Nurul., Azlina, Nor., Iza, Nor dan Mainul. (2016). Knowledge, Attitude and Practice towards Smoking among International Islamic University Malaysia Kuantan Communities. *Department of Biomedical Science*, 15(2).
- Mayara, B. H., Yuniarrahmah, E., & Mayangsari, M. D. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Konformitas pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*, 3(2): 74-81.
- Hamdani D dan Andan Firmansyah. (2023) The Effect Of Surah Waqiah Murotal Therapy On Anxiety Reduction In The Exit Exam Competency Test. *Healthcare Nursing Journal*.
- Hamdani D dan Andan Firmansyah. (2023) Play Therapy with Digital Media Augmented Reality Cards to Improve Memory and Fine Motor Skills in Children. Kolaborasi:Journal pengabdian masyarakat.
- Ratna Dian. (2018). Optimalisasi kemitraan melalui peran kader sebagai agen of change peningkatan capaian tidak merokok. *Jurnal Abdi Insani*
- Riska Rosita. (2012) Penentuan keberhasilan berhenti merokok pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan masyarakat*.
- Arif Nur Akhmad.(2021) Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Merokok pada Remaja melalui Kader Konseling Sahabat.