

MENGEDUKASI MASYARAKAT MENGENAI RESIKO PENGUNAAN ROKOK DALAM JANGKA PANJANG

Putri Delima¹, Dzukron Yufli Alfadhel², Perawati³

putridelimadelima13@gmail.com¹, alfadheldzukron@gmail.com², perawati@umri.ac.id³

Universitas Muhammdiyah Riau

ABSTRAK

Penggunaan rokok di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan, menjadi faktor risiko utama untuk berbagai penyakit dan kematian dini. Untuk mengatasi masalah ini, dilakukan edukasi tentang bahaya merokok kepada masyarakat. Sebanyak 110 partisipan berpartisipasi dalam pengisian kuesioner untuk mengevaluasi pemahaman mereka tentang risiko merokok. Hasilnya menunjukkan bahwa mayoritas peserta menyadari bahaya merokok dan pentingnya pencegahan, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Edukasi ini bertujuan untuk menyebarluaskan informasi kepada keluarga dan masyarakat luas. Keberhasilan program ini tercermin dari respon positif yang diperoleh dari pengisian kuesioner. Meskipun sebagian besar peserta mengetahui bahaya merokok, masih ada tantangan dalam menyampaikan informasi ini kepada masyarakat yang lebih luas. Oleh karena itu, edukasi mengenai bahaya rokok perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mencegah peningkatan jumlah perokok di Indonesia. Kesimpulannya, program edukasi ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang bahaya merokok dan pentingnya pencegahan sejak dini.

Kata Kunci: Edukasi, Bahaya Rokok, Masyarakat.

ABSTRACT

Cigarette use in Indonesia has increased significantly, becoming a major risk factor for various diseases and premature death. To address this issue, education was conducted on the dangers of smoking in the community. A total of 110 participants participated in filling out a questionnaire to evaluate their understanding of the risks of smoking. The results showed that the majority of participants were aware of the dangers of smoking and the importance of prevention, especially among children and adolescents. This education aims to disseminate information to families and the wider community. The success of this program is reflected in the positive responses obtained from filling out the questionnaire. Although most participants are aware of the dangers of smoking, there are still challenges in conveying this information to the wider community. Therefore, education on the dangers of smoking needs to be carried out continuously to prevent an increase in the number of smokers in Indonesia. In conclusion, this education program has succeeded in increasing public understanding of the dangers of smoking and the importance of early prevention.

Keywords: Education, Dangers Of Cigarettes, Community.

PENDAHULUAN

asap rokok mengakibatkan kematian sejumlah 8 juta penduduk di dunia ini dalam kurun waktu 1 tahun. Hasil studi oleh Benowitz NL (2009). Bahaya asap rokok masih harus menjadi topik penjelasan untuk pengabdian masyarakat. Sesuai dengan berita dari WHO (2022) menyatakan bahwa asap rokok masuk lewat saluran pernafasan menuju ke paru-paru. Asap rokok tersebut memiliki kandungan nikotin yang mengakibatkan gangguan fungsi pelbagai organ tubuh terutama paru-paru, jantung, pembuluh darah, ginjal, dan otak manusia. Li, Y., dan Hecht, S. S. (2022) melaporkan bahwa asap rokok merupakan penyebab peningkatan angka kesakitan dan angka kematian pada manusia. Asap rokok mengandung banyak bahan kimia beracun, karsinogenik, mutagenik, serta spesies oksigen reaktif (ROS) dalam bentuk partikel dan memiliki potensi kerusakan oksidatif biologis. Setiap batang rokok mengandung senyawa beberapa jenis zat kimia,

diantaranya karbon monoksida (CO), karbon dioksida (CO₂), hidrogen sianida, amoniak, nitrogen oksida (N₂O), senyawa hidrokarbon, tar, nikotin, dan benzopiren.. Gabungan senyawa kimia tersebut mengakibatkan mutasi gen sehingga menjadi penyebab penyakit kanker. Asap rokok sebagai penyebab dari kematian yang berkaitan dengan penyakit jantung dan pembuluh darah. Asap rokok secara signifikan berkontribusi terhadap terjadinya penebalan pembuluh darah dan penyempitan pembuluh darah. Paparan asap rokok memiliki korelasi dengan peningkatan penderita penyakit jantung. Senyawa kimia yang mengakibatkan gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah ditemukan dalam asap

rokok. Paparan asap rokok mengakibatkan reaksi peradangan, penyempitan pembuluh darah, peningkatan lipoprotein kolesterol teroksidasi sehingga menimbulkan penyakit jantung dan pembuluh darah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian sosialisasi ini diawali dengan pengisian google formulir tentang Survey riwayat dan Pengetahuan tentang rokok pada hari minggu tanggal 6 januari 2025. Survey pendahuluan berupa pertanyaan “apakah anda pernah merokok/sejenisnya”, “Apakah anda masih merokok sampai sekarang?” dan beberapa pertanyaan lainnya. Ini merupakan langkah awal untuk melakukan edukasi tentang bahaya rokok. Pengisian formulir ini dilakukan untuk mengetahui seberapa banyak Masyarakat yang merupakan seorang perokok dan tidak perokok, dan apakah mereka termasuk seorang pecandu rokok, atau hanya mengonsumsi rokok pada waktu tertentu saja. Setelah mendapatkan jawaban pertanyaan di google formulir. Kami memperoleh data awal sebagai gambaran umum tentang masyarakat tersebut. dan mencari solusi untuk persiapan kegiatan edukasi tentang bahaya rokok dalam penggunaan jangka panjang dengan bekerjasama pada 110 orang partisipan yang telah mengisi google formulir. Hasil koordinasi disepakati beberapa partisipan dengan menyetujui diadakannya edukasi mengenai bahaya rokok, dan saran diadakannya kurikulum tentang bahaya rokok pada Pendidikan sebagai Upaya pengurangan penggunaan rokok pada anak anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

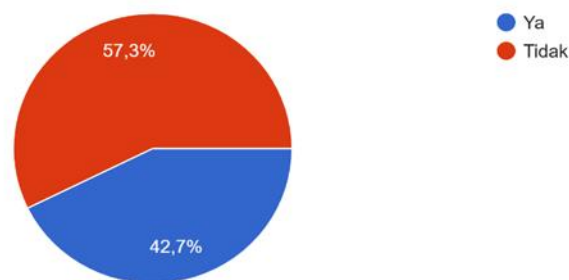
Kegiatan penelitian berupa pengisian google formulir pada hari minggu tanggal 6 januari 2025 November 2023, melalui link berikut : https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeXwQw2bRgLsvSzk19X33mJIT_xWGIKVNxHl8-DIMGd3TdLHQ/viewform?usp=header “Survei Riwayat dan pengetahuan tentang rokok pada masyarakat”. Sebanyak 110 orang masyarakat yang berpartisipasi mengetahui bahaya merokok setelah pelaksanaan edukasi. Beberapa Masyarakat mendapatkan informasi bahaya merokok pada anak dan remaja serta pengetahuan mengenai kandungan berbahaya dari rokok dan asap rokok. Dengan demikian informasi dan pengetahuan baru yang diperoleh dari edukasi dapat disebar luaskan kepada keluarga, maupun kerabat dan masyarakat yang luas. Keberhasilan kegiatan ini dilihat dari respon positif pada Masyarakat yang terlibat dalam pengisian seluruh formulir, dan Sebagian Masyarakat bahkan ada yang menyetujui diadakannya Pendidikan tentang bahaya penggunaan rokok masuk menjadi salah satu bagian kurikulum Pendidikan, sebagai bentuk respons positif dari Masyarakat, jika Pendidikan tentang bahaya rokok ini ternyata menjadi salah satu bagian kurikulum Pendidikan maka akan berdampak positif bagi anak-anak karna mereka lebih tau sejak dini mengenai rokok dan bahayanya sehingga membuat mereka berpikir sebelum memutuskan untuk mencoba rokok. Penyampaian edukasi ini di lakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama generasi muda, tentang risiko kesehatan

yang terkait dengan merokok. Edukasi ini bertujuan untuk mencegah perilaku merokok, khususnya di kalangan anak-anak dan remaja, dengan memberikan informasi yang jelas tentang dampak negatif merokok, seperti peningkatan risiko penyakit jantung, kanker paru-paru, dan gangguan pernapasan. Berdasarkan hasil pengisian formulir. Masyarakat yang tidak menggunakan rokok memiliki persentase yang lebih tinggi, dibanding masyarakat pengguna rokok namun perbedaan keduanya tidak signifikan dan persentase Masyarakat yang tidak menggunakan rokok juga masih sangat tinggi, sehingga masih perlu diawasi agar tidak melonjak naik.

Pertanyaan

Apakah anda pernah merokok / sejenisnya?

110 jawaban



Jumlah Masyarakat yang pernah mengonsumsi rokok dan tidak pernah mengonsumsi rokok hanya memiliki perbedaan yang tipis, dan jumlah Masyarakat yang mengonsumsi rokok juga masih tergolong tinggi. Hal ini masih menjadi PR bagi pemerintah untuk menekan jumlah peningkatan penduduk yang mengonsumsi rokok.

Jenis kelamin

110 jawaban

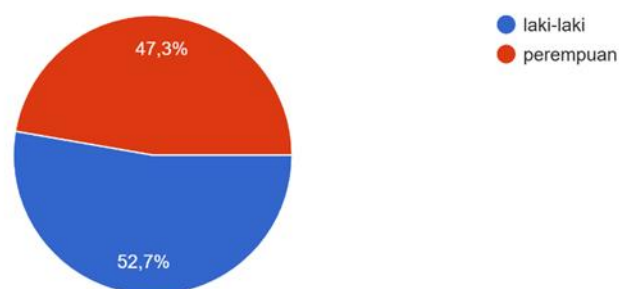
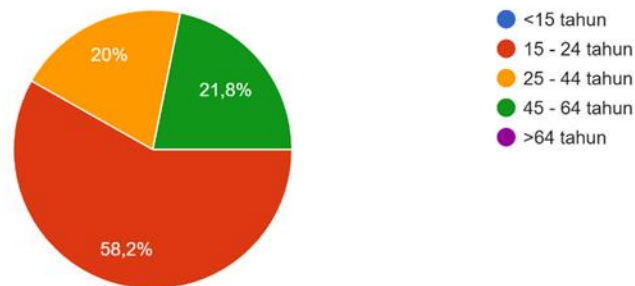


Diagram ini menunjukkan bahwa laki-laki adalah pengonsumsi rokok yang dominan di Masyarakat. Spesialis Pulmonologi dan Kedokteran Respirasi Subspesialis Onkologi Toraks Wily Pandu Ariawan menjelaskan bahwa sekitar 90% kasus kanker paru-paru terjadi pada individu yang merokok.

Usia

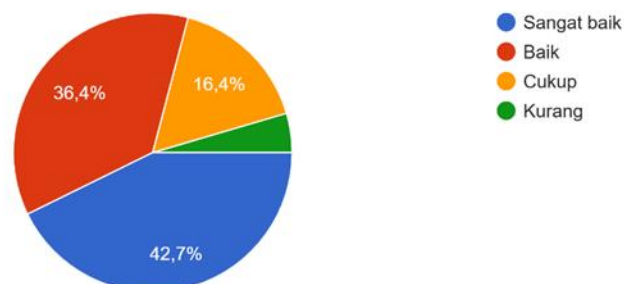
110 jawaban



Usia 15-24 tahun adalah usia yang produktif namun sayangnya pada usia tersebut mereka memilih untuk mengonsumsi rokok yang dapat membahayakan Kesehatan dimasa tua mereka kelak. Pergaulan anak muda saat ini membuat kita menggelengkan kepala karna mereka benar-benar menikmati masa muda mereka dengan menghabiskan waktu dan tenaga mereka untuk sesuatu yang tidak bermanfaat seperti merokok, uang untuk membeli rokok harusnya bisa di manfaatkan untuk memenuhi kebutuhan hidup lainnya sehingga sisanya bisa kita tabung.

Seberapa besar pengetahuan Anda tentang bahaya merokok?

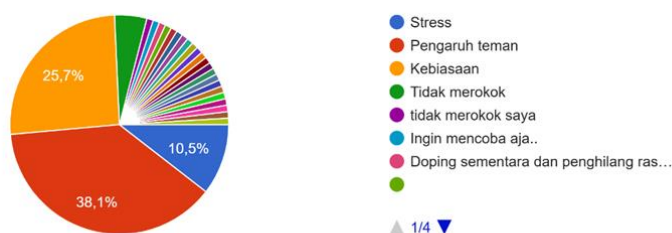
110 jawaban



Salah satu penyebab banyaknya pengguna rokok di kalangan Masyarakat adalah kurangnya pengetahuan mereka tentang bahaya rokok itu sendiri, apa saja yang terkandung dari sebatang rokok yang mereka isap, serta bahaya asap rokok yang di hirup orang lain dari mereka yang perokok. Oleh karena itu sangat di butuhkan adanya sarana edukasi dan sosialisasi untuk para Masyarakat agar mereka tau apa yang akan mereka rasakan di hari tua jika mereka terus merokok dalam jangka Panjang.

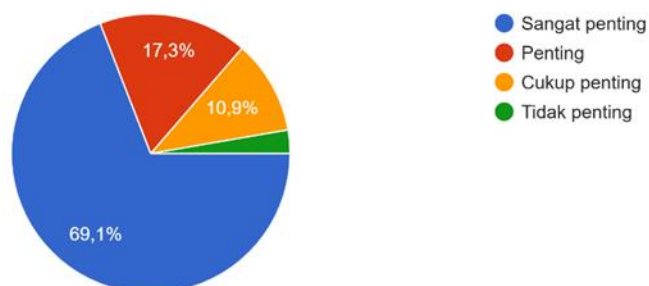
Apa alasan utama Anda atau teman-teman Anda merokok? (pilih semua yang relevan)

105 jawaban



Pembahasan : doping sementara menjadi salah satu penyebab seseorang menjadi pecandu rokok, orang yang awalnya hanya mencoba-coba tetapi setelah merasakan rokok, akan terus mencari rokok untuk dijadikan sebagai penenang dan penghilang rasa stress. Namun hal itu dapat menyebabkan rokok menjadi candu bagi penggunanya dan sulit untuk dihentikan lagi.

Seberapa pentingkah Anda merasa untuk mengedukasi orang lain tentang bahaya merokok?
110 jawaban



Pembahasan : Edukasi tentang bahaya rokok sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai dampak kesehatan yang ditimbulkan oleh kebiasaan merokok, seperti kanker, penyakit jantung, dan gangguan pernapasan. Selain itu, edukasi ini juga dapat mencegah generasi muda untuk mulai merokok, mengurangi prevalensi perokok aktif, serta mendorong perokok untuk berhenti. Dengan adanya pengetahuan yang cukup, diharapkan orang-orang dapat mengambil keputusan yang lebih baik mengenai kesehatan mereka.

KESIMPULAN

Menurut hasil survey yang telah kami lakukan ternyata masih banyak Masyarakat di luar sana yang masih tidak mau mendengarkan tentang bahaya rokok dan terus terperangkap dengan kenikmatan rokok yang dapat membahayakan nyawa mereka, pada 110 orang masyarakat yang ikut berpartisipasi hasilnya menunjukkan bahwa 63 orang tidak pernah merokok dan 47 orang lainnya adalah orang yang pernah mengonsumsi rokok, selisih keduanya tidak terlalu jauh dan tidak menutup kemungkinan bahwa persentase seorang perokok tidak mengalami lonjakan, oleh karena itu edukasi untuk Masyarakat mengenai bahaya rokok harus selalu dilakukan sebagai antisipasi dari kenaikan angka penggunaan rokok di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Pustaka yang berupa jurnal ilmiah

Achmadi (2013). Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi. Jakarta: Rajawali Pers

Budiman dan Riyanto (2013). Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.

Hartono, GF (2013). Bahaya Merokok Bagi Kesehatan (disertasi). Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Ikhsan (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Bahaya merokok Terhadap Perilaku Mengurangi Konsumsi Rokok Pada Remaja.

Wulansari, Dewi (2013). Bahaya Merokok Bagi Remaja. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Nururrahmah (2014). Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia. In Seminar Nasional Pendidikan Karakter.

Kusumawardani, V (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Penyuluhan. Dalam:

- Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat. 2(1):1.
- Hersoni, Soni. (2015). *Bahaya Merokok untuk Usia Remaja (disertasi)*. Cimahi: STIKes Jenderal Achmad Yani Cimahi.
- Nurchayyo, Guntur (2015). *Uji Instrumen Penelitian*. Jawa Tengah: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Priyoto (2015). *Perubahan Dalam Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Notoatmodjo (2016). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syarief, Ika Suryani. (2016, Mei 08). *Dinkes Jatim: Perokok Remaja Makin Banyak*. Diakses September 11, 2017, dari Suara Surabaya
Online: Suarasurabaya.net/print_news/Kelana%20Kota/2016/171136-Dinkes-Jatim-Perokok-Remaja-Makin-Banyak
- Maulana, HDJ. (2017). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Selvia Septiani, A., Asmita Wigati, P., & Yunila Fatmasari, E. (2017). Gambaran Sistem Antrian Pasien dalam Optimalisasi Pelayanan di Loker Pendaftaran Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM UNDIP*, 5(4), 1–14.
- Nugroho, R. S. (2017). perilaku merokok remaja (Perilaku Merokok Sebagai Identitas Sosial Remaja Dalam Pergaulan Di Surabaya). *Jurnal Ilmiah Departemen Sosiologi FISIP Universitas Airlangga*, 22.
- Puskesmas Pancatengah, 2017. *Profil Puskesmas Pancatengah Tahun 2017*.
- Maharani, C. P. P., Engkeng, S., & Asrifuddin, A. (2018). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Merokok Pada Pelajar Laki-Laki Di Smk Negeri 2 Kota Bitung. *Jurnal KESMAS*, 7(5), 1–9.
- Kemkes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Mirawati, Nurfitriani, Zulfirani, F. ., & Cahyati, W. . (2018). Perilaku merokok pada remaja umur 13-14 tahun. *Jurnal Higeia*, 2(3), 396–405. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- P2PTM Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Akibat Asap Rokok*. Tersedia dari: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/akibat-asap-rokok>.
- Kemkes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699
- Rompis, K., Wowor, V. N. S., & Pangemanan, D. H. C. (2019). Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok bagi Kesehatan Gigi Mulut pada Siswa SMK Negeri 8 Manado. *E-Clinic*, 7(2), 98–102. <https://doi.org/10.35790/ec.v7i2.24023>
- Amirah, N. A., Sumekar, D. W., Soleha, T. U., & Imanto, M. (2020). Peningkatan pengetahuan siswa SMKN 2 Bandar Lampung tentang bahaya rokok melalui penyuluhan increased knowledge of SMKN 2 Bandar Lampung students about cigarette risk through counseling. *Jurnal Medula*, 10(2), 267–271.
- Fadia, S. H., Ranos, R., Zulkarnaini, & R. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Merokok. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 1(1), 10–21. <http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>
- Sumarna, U., Rosidin, U., & Purnama, D. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa-Siswi Smkn 2 Pangandaran. *Dharmakarya*, 10(4), 344. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v10i4.29015>
- Shifanidha, Y. T., Hidayat, I., Anggraini, O. D., Fitrianto, W. C., Nabillah, R., Nurahmad, Y. A., Karyadi, V. A., Kirana, K. C., & Pratiwi, B. I. (2023). Peningkatan Pengetahuan Bahaya Merokok dengan Edukasi pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Tawang Kabupaten Sukoharjo. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 220–229. <https://mediaindonesia.com/humaniora/689166/kenapa-pria-lebih-banyak-terkena-kanker-paru-paru-ini-penjelasan-dari-ahli>.