

PROGRAM STAR (SEHAT TANPA ASAP ROKOK) PENYULUHAN MENGENAI BAHAYA ROKOK BAGI PEROKOK AKTIF DAN PASIF

Muhammad Rifqi¹⁾, Nurul Fitri Handayani¹⁾, Amelia Agustin¹⁾, Rayhanaddinoor Rahmah¹⁾, Ratna Setyaningrum¹⁾

¹⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

Corresponding author : Nurul Fitri Handayani
E-mail : 1910912320005@mhs.ulm.ac.id

Diterima 16 Juli 2022, Direvisi 25 September 2022, Disetujui 26 September 2022

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat di RT. 005 RW. 001 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru, mengenai bahaya rokok bagi perokok aktif dan pasif. Metode yang dilakukan adalah penyuluhan secara luring untuk masalah utama berdasarkan hasil diagnosa komunitas, yaitu kebiasaan merokok. Berdasarkan hasil kuesioner diketahui bahwa pengetahuan dan sikap peserta penyuluhan terdapat peningkatan.

Kata kunci: penyuluhan; merokok; perokok aktif; perokok pasif

ABSTRACT

This community service aims to improve the knowledge and attitudes of the people in the RT. 005 RW. 001 Guntung Paikat Village, South Banjarbaru District, Banjarbaru City, regarding the dangers of smoking for active and passive smokers. The method used is offline counseling for the main problem based on the results of community diagnoses, namely smoking habits. Based on the results of the questionnaire, it is known that the knowledge and attitudes of the counseling participants have increased.

Keywords: counseling; smoke; active smoking; secondhand smoke.

PENDAHULUAN

Pola penyakit di Indonesia saat ini mengalami transisi epidemiologi. Transisi epidemiologi merupakan pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit tidak menular. Dampak dari meningkatnya kasus penyakit tidak menular beberapa diantaranya adalah meningkatnya pembiayaan pelayanan kesehatan yang harus ditanggung oleh masyarakat dan pemerintah serta menurunnya produktivitas penduduk sehingga kesejahteraan masyarakat akan mengalami penurunan. Dalam beberapa kajian penyakit tidak menular seperti hipertensi, jantung, stroke, diabetes mellitus, Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dan lain-lain berhubungan erat dengan gaya hidup seperti diet tidak seimbang, kurang aktivitas fisik atau olahraga dan perilaku merokok (Kaniawati et al., 2021).

Rokok menjadi salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa rokok menyebabkan masalah kesehatan yang fatal yang menjadi penyebab kematian kurang lebih 6 juta orang pertahun. Risiko kematian akibat

rokok pada perokok aktif lebih tinggi dibandingkan dengan perokok pasif. Tingkat konsumsi rokok di Indonesia relatif tinggi, berdasarkan hasil survei WHO, Indonesia menempati urutan pertama di Asia Tenggara dalam hal tingkat prevalensi perokok dewasa per hari, tentunya orang dewasa ini sudah mulai merokok sejak remaja (Kadar et al., 2017).

Menurut WHO rokok adalah pembunuh yang akrab di sekeliling kita, karena setiap 6 detik, satu orang meninggal akibat merokok. Setiap individu mempunyai alasan tersendiri untuk merokok. Kebiasaan merokok tiap individu berbeda dan disesuaikan dengan tujuan mereka merokok. Pendapat tersebut diperkuat dengan pernyataan bahwa seseorang merokok karena adanya faktor *socio-cultural* seperti kebiasaan budaya, kelas sosial, gengsi, dan tingkat pendidikan (Amira and Senjaya, 2019).

Laporan dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019, menyebutkan bahwa selama hampir dua dekade terakhir, keseluruhan pengguna tembakau (rokok, cerutu, rokok kretek) secara

global mengalami penurunan. Pada tahun 2010 angka pengguna tembakau atau merokok yang tercatat adalah 1,397 miliar orang diseluruh dunia, sementara pada tahun 2018 angkanya tersebut berkurang menjadi 1,337 miliar. Penurunan angka tersebut membuktikan bahwa dalam hampir dua dekade terakhir, jumlah pengguna tembakau atau merokok telah turun sekitar 60 juta orang didunia. Meskipun terjadi penurunan, namun angka prevalensi perokok masih sangat tinggi dan dapat menimbulkan dampak yang buruk (Kaniawati et al., 2021).

Berdasarkan data profil kesehatan Kalimantan Selatan tahun 2020, merokok dan keterpaparan terhadap asap rokok merupakan salah satu faktor risiko dari penyakit tidak menular seperti hipertensi. Di Kalimantan Selatan prevalensi hipertensi menurut Riskesdas 2018 adalah 10,81% atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional 8,8% sehingga diperlukanlah pencegahan dini seperti perilaku berhenti merokok dan menghindari asap rokok. Konsumsi rokok dan tembakau merupakan salah satu faktor resiko utama terjadinya berbagai penyakit (Amira and Senjaya, 2019).

Merokok merupakan aktifitas yang sering kita jumpai di masyarakat pada umumnya. Data dari *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) tahun 2011, disebutkan bahwa Indonesia merupakan negara ketiga dengan jumlah perokok tertinggi di dunia dengan prevalensi perokok sejumlah 36,1%. Bahaya rokok dapat menjadi ancaman bagi kehidupan manusia, dimana banyak ditemukan perilaku merokok baik di dalam lingkungan rumah maupun di lingkungan luar rumah. Pada laki-laki cenderung banyak ditemukan perilaku merokok, padahal mereka berperan sebagai kepala keluarga yang didalam rumah tangganya dapat menjadi *role model* bagi anak-anaknya (Kosasih et al., 2018).

Rokok merupakan benda yang sudah familiar di masyarakat. Dari masyarakat kalangan bawah, atas, anak kecil maupun orang dewasa jelas mengenal apa itu rokok. Rokok berupa benda berbahan dasar tembakau kering yang dilinting pada selebar kertas. Merokok merupakan suatu kebiasaan menghisap rokok yang dilakukan oleh individu dalam kehidupan sehari-hari dan bagian dari kebutuhan yang tidak dapat dihindari bagi individu yang mengalami kecenderungan terhadap rokok. Rokok merupakan salah satu zat aditif berupa nikotin yang dapat menimbulkan ketergantungan bagi pemakainya (Sari et al., 2019).

Rokok merupakan salah satu faktor risiko utama dari beberapa penyakit kronis yang dapat mengakibatkan kematian. Banyak penelitian sudah membuktikan bahwa perilaku merokok dapat meningkatkan resiko timbulnya berbagai penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Hal ini menunjukkan bahwa merokok merupakan masalah besar bagi kesehatan masyarakat (Prihatiningsih et al., 2020).

Bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh telah dirasakan banyak orang serta efek-efek yang ditimbulkan oleh rokok sudah diketahui dengan jelas. Banyak penelitian membuktikan kebiasaan merokok menyebabkan timbulnya berbagai penyakit dalam tubuh, seperti penyakit jantung dan gangguan pembuluh darah, kanker paru-paru, kanker rongga mulut, kanker laring, tekanan darah tinggi, impotensi serta gangguan kehamilan dan cacat janin. Bahaya rokok bukan hanya dirasakan dan ditunjukan bagi perokok aktif tetapi juga bagi perokok pasif. Bahaya rokok yang diterima oleh perokok pasif akan jauh lebih berbahaya dari perokok aktif (Sulastri and Rindu, 2019).

Beberapa faktor risiko yang mempengaruhi perilaku merokok antara lain pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, norma sosial, akses terhadap rokok, peran keluarga, petugas kesehatan, serta lingkungan atau pemerintah terhadap perilaku merokok. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok adalah kurangnya kesadaran dan sikap negatif masyarakat tentang bahaya merokok, baik bagi dirinya maupun bagi lingkungannya. Sehingga diperlukanlah upaya-upaya untuk dapat mengatasi permasalahan tersebut (Anggraheny and Novitasari, 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi perilaku merokok adalah dengan memberikan edukasi tentang bahaya merokok kepada masyarakat. Kegiatan penyuluhan sudah dilakukan oleh pihak Puskesmas, namun berdasarkan hasil wawancara pada beberapa warga, warga menganggap kegiatan penyuluhan tersebut hanya sebagai formalitas dan cenderung kurang menarik. Sehingga pesan edukasi yang ingin disampaikan terhadap warga menjadi tidak tersampaikan dengan baik. Kegiatan penyuluhan dengan metode yang lebih interaktif seperti menggunakan video, poster, dan diskusi interaktif akan meningkatkan pengetahuan. Sehingga diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan akan mengubah perilaku individu yang kurang sehat (Anggraheny and Novitasari, 2019).

Berdasarkan hasil dari analisis masalah pada warga di RT 005 RW 001

Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru, didapatkan hasil bahwa rokok merupakan permasalahan yang masih dihadapi oleh warga. Hal tersebut tentunya menjadi titik perhatian untuk dicegah dikarenakan asap rokok maupun perilaku merokok merupakan penyebab dari berbagai permasalahan kesehatan seperti hipertensi yang banyak terjadi di Kalimantan Selatan. Program STAR (Sehat Tanpa Asap Rokok) sebagai program peningkatan pengetahuan untuk pencegahan rokok dilakukan berdasarkan beberapa pertimbangan seperti pengetahuan warga yang kurang mengenai bahaya rokok dan kurangnya kepedulian warga dalam pencegahan perilaku merokok. Program STAR ini juga didasarkan pertimbangan dari diskusi kelompok yang telah dilakukan kepada warga di RT 005 RW 001 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru.

METODE

Bentuk pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan yang dilakukan dengan penyuluhan secara langsung kepada warga yang mana pada pelaksanaannya bertempat di Langgar Al-Ikhwan di Kelurahan Guntung Paikat. Sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 6 orang yang merupakan warga berdomisili RT. 005 RW. 001 di Kelurahan Guntung Paikat. 6 orang warga tersebut terdiri dari perokok aktif dan kerabat yang menjadi perokok pasif di wilayah tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahapan:

1. Tim pelaksana membagikan lembar *pre-test* kepada warga yang isinya terkait dengan materi penyuluhan, pada kegiatan penyuluhan ini menggunakan media *Slideshow Presentation* yang didalamnya berisi materi mengenai Program STAR (Sehat Tanpa Asap Rokok) Mengenai Bahaya Rokok bagi Perokok Aktif dan Pasif di RT 005 RW 001 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru yang ditampilkan melalui bantuan perangkat keras proyektor agar memudahkan warga untuk dapat melihat materi secara jelas.
2. Kegiatan edukasi atau penyuluhan dilaksanakan secara *luring* mengenai mengenai bahaya rokok bagi perokok aktif dan pasif.
3. Tim pelaksana membagikan *post-test* untuk mengukur pengetahuan dan sikap warga apakah mengalami peningkatan atau tidak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan intervensi kesehatan yang dilakukan oleh mahasiswa berlokasi di RT. 005 RW. 001 Kelurahan Guntung Paikat. Intervensi yang dilakukan yaitu program STAR berupa penyuluhan kepada warga RT 005 RW 001 Kelurahan Guntung Paikat tentang bahaya rokok bagi perokok aktif dan perokok pasif.



Gambar 1 Kegiatan penyampaian materi



Gambar 2 Kegiatan Penyuluhan

Tahap pelaksanaan pada kegiatan intervensi antara lainnta sebagai berikut:

- a. Pembukaan kegiatan intervensi pengalaman belajar lapangan (PBL 2) secara resmi.
- b. Kegiatan penyuluhan menggunakan media yang telah disiapkan.
- c. Pengisian kuesioner *pre-test* dan *post-test* oleh warga.

Pelaksanaan kegiatan intervensi dimulai dengan Perkenalan anggota kelompok kepada warga RT. 005 RW. 001 Kelurahan Guntung Paikat. Kemudian mahasiswa membagikan *pre-test* kepada para warga dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan warga sebelum dipaparkan materi oleh para mahasiswa. Setelah *pre-test* diisi oleh para warga, mahasiswa mulai memaparkan materi mengenai bahaya rokok kepada para peserta penyuluhan dengan durasi kurang lebih 40 menitan dan kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang berdurasi sekitar 10 menit.

Setelah memaparkan materi tentang bahaya rokok kepada para peserta penyuluhan. Dalam penyuluhan tersebut juga diberikan motivasi dan bagaimana cara mengurangi rokok kepada para peserta,

serta menghimbau kepada warga untuk mengingatkan bahaya rokok terhadap anggota keluarganya yang merokok. Kemudian mahasiswa membagikan *post-test* kepada para warga dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan warga setelah diberikannya materi penyuluhan.

Peserta cukup aktif bertanya dalam kegiatan penyuluhan tersebut. Setelah pengisian *post-test* ada sesi dimana mahasiswa mengajak warga untuk berbagi pengalaman pribadi yang menjadi perokok, baik perokok aktif maupun perokok pasif. Peserta penyuluhan yang menghadiri kegiatan tersebut akan mendapatkan konsumsi yang telah disediakan oleh mahasiswa dan diakhir kegiatan mahasiswa melakukan foto bersama dengan para warga.

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Pengetahuan

No.	Inisial	Sikap	
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	M	50	90
2	RZ	40	90
3	RMH	80	90
4	I	70	100
5	NR	40	90
6	AS	60	90
Rata-rata		56,67	91,67

Sumber: Kegiatan PBL II Mahasiswa PSKM FKULM Tahun 2021

Tabel 2. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Sikap

No.	Inisial	Sikap	
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	M	15	23
2	RZ	16	23
3	RMH	21	23
4	I	16	23
5	NR	18	23
6	AS	17	21
Rata-rata		17,17	22,67

Sumber: Kegiatan PBL II Mahasiswa PSKM FKULM Tahun 2021

Keberhasilan penyuluhan diukur dengan membandingkan nilai rata-rata *pre-test* dan *post-test* peserta. Hasil intervensi berupa *pre-test* dan *post-test* didapatkan. 18 Penilaian kuisisioner pengetahuan mengacu pada skor yang dipilih atau dirasakan dari kuisisioner yang ada dengan nilai maksimal 100 dan nilai terendah adalah 0 dengan 1 pertanyaan benar dinilai 10. Sedangkan kuisisioner sikap diukur pada indikator yang *unfavorable*, maka skor pernyataan Sangat Tidak Setuju = 0. Tidak Setuju = 1. Setuju = 2. Sangat Setuju = 3. Sedangkan pada indikator yang *favorable*, maka skor pernyataan

Sangat Tidak Setuju = 3. Tidak Setuju = 2. Setuju = 1. Sangat Setuju = 0.

Hasil nilai rata-rata peserta pada *pre-test* yaitu dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 56,67 dan rata-rata nilai sikap sebesar 17,17. Sedangkan hasil nilai rata-rata peserta pada *post-test* yaitu dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 91,67 dan rata-rata nilai sikap sebesar 22,67. Dari hasil intervensi berupa kuisisioner *pre-test* dan *post-test* tersebut, dapat disimpulkan bahwa setiap peserta yang hadir pada kegiatan mendapatkan peningkatan baik secara pengetahuan maupun sikap terkait perilaku merokok.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di RT. 005 RW. 001 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru berupa penyuluhan dilaksanakan secara luring, dengan nama program yaitu STAR (Sehat Tanpa Asap Rokok) yang merupakan kegiatan penyuluhan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai bahaya rokok bagi perokok aktif dan perokok pasif. Hasil rata-rata kuisisioner *pre-test* dan *post-test* untuk pengetahuan yaitu dari 56,67 menjadi 91,67, dan untuk sikap yaitu dari 17,17 menjadi 22,67. Sehingga, dapat diketahui bahwa penyuluhan meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta penyuluhan.

Diharapkan bagi masyarakat agar pengetahuan yang didapatkan dalam kegiatan pengabdian diterapkan di kehidupan sehari-hari. Diharapkan untuk puskesmas setempat agar tetap melaksanakan gerakan anti rokok, serta diharapkan pada kawasan tertentu terdapat peringatan jelas mengenai kawasan tanpa rokok di wilayah tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberi dukungan terhadap kegiatan pengabdian ini sehingga dapat terlaksana dengan baik. Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada UP PBL, tim dosen, serta warga RT 005 RW 001 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

Amira, I., Senjaya, S., 2019. Penyuluhan tentang Bahaya Merokok pada Siswa SMAN 2 Pendahuluan Perilaku merokok merupakan masalah lingkungan dan individu. Artinya perilaku merokok selain

disebabkan faktor dari dalam diri juga disebabkan oleh lingkungan . Disebutkan juga bahwa merokok. Media Karya Kesehatan 2, 23–27.

- Anggraheny, H.D., Novitasari, A., 2019. Upaya Mengatasi Perilaku Merokok dengan Penyuluhan Bahaya Merokok di Kelurahan Rejosari Semarang. Prosiding Seminar Nasional Unismuh 2, 143–147.
- Kadar, J.T., Respati, T., Siska, N.I., 2017. Hubungan tingkat pengetahuan bahaya rokok dengan perilaku merokok Mahasiswa Laki-Laki di Fakultas Kedokteran. Bandung Meeting on Global Medicine & Health 1, 60–67.
- Kaniawati, E.D., Badriah, D.L., Wahyuniar, L., Susianto, S., Ropii, A., 2021. Pengaruh Intervensi Health Belief Model Dan Seft Terapi Terhadap Perilaku Merokok Pada Kelompok Upaya Kesehatan Berbasis Masyarakat Rotusu (Rokok Untuk Susu Dan Protein Lainnya) Di Kecamatan Rancah 2020. Journal of Public Health Innovation 2, 76–92.
- Kosasih, C.E., Solehati, T., Lukman, M., 2018. Pengaruh Edukasi Kesehatan Bahaya Rokok Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Kesehatan Poltekkes Ternate 11, 1.
- 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, 50–58.
- Sari, R. kartika, Zulaikhah, S.T., PH, L., 2019. Perbedaan Pengetahuan Perokok Aktif Dan Perokok Pasif Tentang Bahaya Rokok. Articiel 9, 85–94.
- Sulastri, S., Rindu, R., 2019. Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Promosi kesehatan Tentang Dampak Rokok. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat 8, 61–72.